

ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष १ ले ❑ अंक २९ वा ❑ शुक्रवार दि.२८ फेब्रुवारी २०२५ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

मंत्रालयातील आत्महत्यांचे वाढते प्रमाण चिंताजनक

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

अलीकडे मंत्रालयाच्या माळ्यावरून उडी मारून आत्महत्या करण्याचा प्रकार मोठ्या प्रमाणात वाढला आहे. अलीकडेच मुंबई मंत्रालयात पुन्हा एकदा एका तरुणाने आत्महत्येचा प्रयत्न केला. या तरुणाने घोषणा देत मंगळवारी मंत्रालयाच्या चौथ्या मजल्यावरून उडी मारली. सुदैवाने तो मंत्रालयात लावण्यात आलेल्या सुरक्षा जाळीत अडकल्याने अनर्थ टळला. आपल्या मागण्या पूर्ण होत नाहीत, वरिष्ठांची वारंवार विनवणी करून देखील मागण्यांकडे दुर्लक्ष जेव्हा होत असते तेव्हा मनाने खचून जाणारे जे असतात ते शेवटी आत्महत्येचा पर्याय निवडतात. आत्महत्या करणारे आत्महत्येसाठी लक्षवेधी जागा निवडतात. आत्महत्या अशा ठिकाणी करायची की ज्यामुळे सर्वांचे लक्ष वेधले घेईल. संसद, विधिमंडळ, न्यायालयाचा परिसर, पोलीस स्टेशन हे लक्ष वेधून घेणारे ठिकाण आहेत.या ठिकाणां जवळ आत्महत्या करणाऱ्यांचे प्रमाण वाढत आहे. अलीकडे राज्य विधिमंडळ हे लक्ष वेधून घेणारे मोठे स्थळ ठरत आहे.

आत्महत्या करणाऱ्याच्या मनात प्रथम आत्महत्येचा विचार घोळत असतो, त्यानंतर आत्महत्या कशा प्रकारे करायची यावर विचार सुरू होतो. या टप्प्यावरूनही योग्य मानसिक मदत केल्यास आत्महत्येचा प्रसंग टाळता येऊ शकतो, परंतु आता कोणताच मार्ग शिल्लक नाही, अशी स्थिती येते आणि एका नेमक्या क्षणी व्यक्ती आत्महत्या करत असते.अहमदनगरमध्ये राहणाऱ्या २५ वर्षीय अविनाश शेटेने कृषी अधिकारी म्हणून परीक्षा दिली होती. त्यानंतर या परीक्षेबाबत सरकारनं काहीच निर्णय घेतला नाही. त्यासाठी अविनाश शेटे वारंवार मंत्रालयाच्या फेऱ्या मारत होता. अखेर वैतागलेल्या अविनाशनं मंत्रालयाबाहेर स्वतःच्या अंगावर रकिल ओतून पेटवून घेण्याचा प्रयत्न केला होता.

२०१८ मध्ये मंत्रालयात हर्षल रावेत या तरुणानं उडी मारून आत्महत्या केली होती. त्याच वर्षी ८० वर्षांच्या धर्मा पाटील यांनी आत्महत्या केल्यानंतर या आत्महत्येचे जे उदात्तीकरण झाले होते. त्यांच्या अंत्ययात्रेला मंत्र्यांपासून वेगवेगळ्या राजकीय क्षेत्रातील मान्यवरांनी लावलेली उपस्थिती यातून आत्महत्येच्या अंतिम निर्णयाच्या स्थितीला आलेल्यांची पावले आपोआप मंत्रालयाकडे वळू लागल्याचे दिसते.

मंत्रालयात विष प्राशन केलेले ८० वर्षीय शेतकरी धर्मा पाटील यांची मृत्यूशी झुंज अयशस्वी ठरली. संपादित जमिनीच्या मोबदल्यासाठी मंत्रालयात खेटे घालणाऱ्या धुळे जिल्ह्यातील विखुरणच्या धर्मा पाटील यांनी २२ जानेवारी२०२८ ला मंत्रालयात विष प्राशन केलं होतं.धर्मा पाटील यांच्या चार एकर जमिनीत आंब्याची ६०० झाडं होती. विहीर, ठिबक सिंचन आणि वीज अशी बागायती शेती असलेल्या धर्मा पाटील यांना केवळ ४ लाखांचा मोबदला देण्यात आला.इतर शेतकऱ्यांच्या तुलनेत भरपाई कमी मिळाल्याबाबत धर्मा पाटील यांनी गेल्या तीन महिन्यांपासून पाठपुरावा सुरू केला. मात्र त्यांना अधिकारी आणि संबंधित मंत्रालयाकडून योग्य उत्तर मिळत नसल्याने त्यांनी विषप्राशन केलं होतं. मंत्रालयात होत असलेल्या आत्महत्यांच्या घटना लक्षात घेऊन खबरदारीचा उपाय म्हणून मंत्रालयाच्या इमारतीला जाळ्या बसवण्यात आले आहेत.तरी देखील मनाने खचलेले आत्महत्या करण्यासाठी मंत्रालयाच्या इमारीचा आडोसा घेतातच! मंत्रालयाच्या संपूर्ण परिसरात सुरक्षा वाढविण्याची गरज आहे.

ज्योतिर्मय साहित्य

नांदेड – रयतेचे राजे छत्रपती शिवाजी महाराज यांच्या जयंतीच्या निमित्ताने भोकर तालुक्यातील मातुळ येथे सार्वजनिक शिवजन्मोत्सव सोहळा समिती व ससरंगी साहित्य मंडळ, महाराष्ट्र यांच्या संयुक्त विद्यमाने विठ्ठल रुक्मिणी मंदिरात आज २८ फेब्रुवारी रोजी ससरंगी साहित्य मंडळाच्या पाचव्या जनसंवाद ग्रामीण साहित्य संमेलनाचे आयोजन करण्यात आले आहे. या संमेलनाची तयारी पूर्ण झाली असून या संमेलनाचे उद्घाटन महाराष्ट्राचे नांदेड लोकसभेचे विद्यमान खा. रविंद्र चव्हाण यांच्या हस्ते होणार आहे. संमेलनाच्या अध्यक्षपदी सुप्रसिद्ध साहित्यिक प्रो. डॉ. गजानन देवकर यांची निवड करण्यात आली आहे. या संमेलनासाठी भोकरच्या आ. अ‍ॅड. श्रीजया चव्हाण, माजी संमेलनाध्यक्ष डॉ. जगदीश कदम, माजी कृषी सभापती बाळासाहेब रावणागांवकर, कृषी उत्पन्न बाजार समिती उमरीचे सभापती शिरिषभाऊ गोरेटेकर, माजी जिल्हा परिषद सदस्य माधवराव पाटील मातुळकर यांच्यासह ज्येष्ठ साहित्यिक देविदास फुलारी, सरपंच सविता कदम, उपसरपंच माधव बोईनवाड, पो.पा. लक्ष्मण बोईनवाड, रयामसुंदर मधुसूदन पवार, तंटामुक्ती अध्यक्ष नामदेव कदम, शालेय व्यवस्थापन समितीचे अध्यक्ष तुकाराम डांगे, पोस्ट मास्टर आनंद सुर्यवंशी, युवा नेते बबलू मातुळकर, माजी स्वागताध्यक्ष प्रविणदादा गायकवाड, माजी निमंत्रक प्रल्हाद हिंगोले, शिक्षण विस्तार अधिकारी सुमन गोणारकर, जिपहाचे मुख्याध्यापक पी. एस. मिस्त्री, गंगाधर जक्कलवाड, रयामसुंदर बोईनवाड, मारुती भोकरे, ससरंगी साहित्य मंडळाचे संस्थापक अध्यक्ष अनुरात वाघमारे, राज्याध्यक्ष नागोराव डांगरे यांची उपस्थिती राहणार आहे, अशी



माहिती स्वागताध्यक्ष सतीश मातुळकर, निमंत्रक बालाजी सूर्यतळे आणि मुख्य संयोजक दत्ताहरी कदम यांनी दिली. दिवसभरात ग्रंथदिंडी, चित्र व नाणी प्रदर्शन, पुस्तकर वितरण, परिसंवाद, प्रकाशने, कथाकथन, गझलसंध्या, कविसंमेलन, ठाववाचन अशा विविध सत्रांतून साहित्य संमेलन संपन्न होणार असल्याची माहिती येथील ससरंगी साहित्य मंडळाच्या वतीने देण्यात आली.

ससरंगी बहुउद्देशीय सेवाभावी संस्था संचलित ससरंगी साहित्य मंडळाचे पाचवे राज्यस्तरीय जनसंवाद ग्रामीण साहित्य संमेलन भोकर तालुक्यातील मातुळ येथे संपन्न होत आहे. हे संमेलन छत्रपती शिवाजी महाराज यांना समर्पित असून या संमेलनाची सुरुवात आज २८ फेब्रुवारी रोजी सकाळी ९ वा. ग्रंथदिंडीने होईल. त्यानंतर मुख्य समारंभ संपन्न होईल. उद्घाटन समारंभानंतर ज्येष्ठ विचारवंत बालाजी थोटवे यांच्या अध्यक्षतेखाली छत्रपती शिवाजी महाराज यांचे

शेतीविषयक धोरण आणि आजचे वास्तव विषयावरील परिसंवादात अ‍ॅड. गंगाधर साळवे, गजानन वानखेडे, दगडू भरकड हे चिंतक आपले विचार ठेणार आहेत. दु. ४.०० वा. कथाकथन होईल. यात सुप्रसिद्ध कथाकार दिगांबर कदम यांच्या अध्यक्षतेखाली राम तरटे, स्वाती कान्हेगांवकर, भारत दाढेल, आ.ग. ढवळे हे आपल्या स्वरचित आणि सुरुस कथाकथनाने प्रेक्षकांना मंत्रमुग्ध करणार आहेत. त्यानंतर गझलसंध्या हा महाराष्ट्रातील सुप्रसिद्ध गझलकारांचा कार्यक्रम होईल. यात आत्तम गेंदे, यशवंत मस्के, रोहिणी पांडे, स्वाती भट्टे, अंजली मुनेश्वर, दिपाली कुलकर्णी, सतीश देशमुख, जयराम धोंगडे, निशा डांगे, विजय वाठोरे, विजय धोबे, रघु देशपांडे हे गझलकार सहभागी होतील. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी आत्माराम जाधव हे असतील. यानंतरच्या सत्रात सुप्रसिद्ध कवी गजानन हिंगिरे यांच्या अध्यक्षतेखाली ५० कवींचे कविसंमेलन संपन्न होणार आहे. यात प्रमुख अतिथी कवी म्हणून बी. जी. कळसे, रुचिरा बेटकर, युवा कवी सोनू देगावकर यांची उपस्थिती राहणार आहे तर समारोपीय सत्रात संमेलनाध्यक्ष, स्वागताध्यक्ष, निमंत्रक व ससरंगी साहित्य मंडळाचे पदाधिकारी यांच्या उपस्थितीत ठाव वाचन होणार आहे. दरम्यान, जनसंवाद विशेषांकाचे प्रकाशन व इतर प्रकाशने होणार असून मिलिंद जाधव, साहेबराव डोंगरे व संतोष तळगावे यांचे चित्र व नाणी प्रदर्शन होणार आहे. तसेच विविध क्षेत्रातील कार्यरत मान्यवरांना जनसंवाद विशेष पुस्तकार देऊन गौरविण्यात येणार आहे. यात जितेंद्र देशमुख, शिरीष लोणकर, सुभाष गड्डम, शिल्पाताई लोखंडे, संगिता नेत्रागे, नागोराव लोखंडे, प्रा. ओमपप्रकाश मस्के, गंगाधर मिसाळे यांचा समावेश आहे. संमेलनाच्या यशस्वीतेसाठी

संमेलनस्थळ परिसराला ग्रामीण साहित्यिक रा. रं. बोराडे यांचे नाव

भोकर तालुक्यातील मौ. मातुळ येथील विठ्ठल रुक्मिणी मंदिरात ससरंगी साहित्य मंडळाचे पाचवे राज्यस्तरीय जनसंवाद ग्रामीण साहित्य संमेलन होणार असून या संमेलनाच्या स्थळाला जगदुरु संत तुकाराम महाराज यांचे नाव तर संमेलनाच्या परिसरास कालकथित ग्रामीण साहित्यिक रा. रं. बोराडे यांचे नाव देण्यात आले असून संमेलनाच्या प्रवेशद्वाराला मातुळ येथील स्वातंत्र्यसैनिक कै. विठ्ठल गंगाराम कदम यांचे नाव देण्यात आले आहे. तसेच विचारपिठाला बुधभूषणकार छत्रपती संभाजी महाराज यांचे नाव देण्यात आले आहे. काव्यमंचाला संत जगनाडे महाराज यांचे नाव देण्यात आले आहे.

ससरंगी साहित्य मंडळाचे उपाध्यक्ष पांडुरंग कोकुलवार, सचिव कैलास धुतराज, कार्यालयीन सचिव मारोती कदम, कोषाध्यक्ष शंकर गच्चे, कार्याध्यक्ष प्रज्ञाधर ढवळे, राज्य समन्वयक बाबुराव पाईकराव, महिला विभाग प्रमुख रुपाली वागरे वैद्य, जिल्हाध्यक्ष रणजित गोणारकर, सचिव चंद्रकांत कदम, यशवंत भवरे, उमेश वंजारे, प्रकाश ढवळे नागलगांवकर, राहुल जोंधळे, यशवंत क्षीरसागर, प्रल्हाद चोरबांड, पंडित पाटील बेरळीकर, संजय भारदे, शिवाजी गोडबोले, जळबा सोनकांबळे, गौतम कांबळे, विशालराज वाघमारे, सुभाष लोखंडे, शैलेश कवडेकर यांच्यासह सार्वजनिक शिवजन्मोत्सव सोहळा समितीचे पदाधिकारी परिश्रम घेत आहेत.

सकस लेखनासाठी मराठी भाषेवर प्रभुत्व हवे-डॉ.वडगबाळकर

ज्योतिर्मय साहित्य

सोलापूर – द. सोलापूर तालुका शिक्षण मंडळ संचलित व्ही.जी. शिवदारे कॉलेज ऑफ आर्ट्स कॉमर्स अ‍ॅड सायन्स, मराठी विभागाच्या वतीने मराठी भाषा गौरव दिनानिमित्त सोलापुरातील प्रसिद्ध लेखिका व महाराष्ट्र साहित्य परिषदेच्या अध्यक्ष डॉ.श्रुती श्री. वडगबाळकर यांच्या मुलाखतीचे आयोजन करण्यात आले होते. त्यावेळेस त्या म्हणाल्या की, मराठीत लेखनासाठी मराठी भाषेवर प्रभुत्व पाहिजे. या भाषेतील साहित्यिकांचे लेखन वाचले पाहिजे, त्याचे मनन व चिंतन केले पाहिजे. प्रत्येक शब्दाचा अर्थ

नेमकेपणाने ओळखून त्याचा वापर केला पाहिजे.. मराठी भाषा संपन्न व समृद्ध आहे. तिचा वापर केलाच पाहिजे.

या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ.डी.एस. सुत्रावे हे होते. डॉ. श्रुती वडगबाळकर यांनी मुलाखतीमध्ये विद्यार्थ्यांनी विचारलेल्या प्रश्नांची



अत्यंत मनमोकळेपणाने उत्तर देत एका लेखिकेचा प्रवास उलगडला. तसेच मराठी भाषेची थोरवी

सांगून आजच्या काळात मराठी भाषा संवर्धनासाठी ती ज्ञानभाषा व व्यवहाराची भाषा म्हणून रुजवण्यासाठी शासन स्तरांबरोबर सामान्य जनतेनेही प्रयत्न करणे गरजेचे असल्याचे सांगितले. या कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक मराठी विभाग प्रमुख डॉ. शुभदा उपासे यांनी केले. डॉ. डी डी बनसोडे यांनी पाहण्याचा परिचय करून दिला कु. अंजली पाटील व कु. साक्षी हिरापुरे यांनी ही मुलाखत घेतली होती. कु. अल्फ्रीया शेख हिने सूत्रसंचालन केले व अमृता कुसळकर हिने आभार प्रदर्शन केले. या कार्यक्रमास प्राध्यापक व विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते..

लक्षवेधी छायाचित्र....



पक्षी प्रेम – कल्पनाशक्तीच्या पलीकडे.....

(छाया : संजय दारमवार, मुंबई)

मराठी ज्ञानभाषा म्हणून आणखी समृद्ध व्हावी, संस्था आणि व्यक्तिगत पातळीवर देखील भाषेच्या विकासासाठी प्रयत्न करणे आवश्यक

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे – मराठी ही ज्ञानभाषा आहेच. परंतु ती आणखी समृद्ध होण्याची गरज आहे. त्यासाठी शासनाने प्रयत्न करायला हवेतच. परंतु त्याच बरोबर वेगवेगळ्या संस्था आणि व्यक्तिगत पातळीवर देखील भाषेच्या विकासासाठी प्रयत्न करणे आवश्यक आहे. तरच मराठी भाषा परिभाषा आणि प्रमाणभाषा म्हणून विकसित होईल आणि ज्ञानभाषा म्हणून ती आणखी समृद्ध होणार असल्याचे मत मराठी भाषा तज्ज्ञांनी व्यक्त केले.

इतिहासतज्ज्ञ आणि विश्वकोष निर्मिती मंडळाचे अध्यक्ष प्रा. डॉ. राजा दिक्षित म्हणाले, मराठी ज्ञानभाषा आहेच त्यामुळेच ती कोष वाड:मयाच्या बाबतीत देखील समृद्ध आहे. ज्ञानभाषेसाठी वेगवेगळे परिभाषा कोष असावे लागतात. ते देखील मराठी भाषेत आहेत. मराठी भाषेतील शब्द रत्नाकर कोष पहिला तरी मराठी भाषेची शब्द संपत्ती किती समृद्ध आहे याची आपल्याला कल्पना येते. राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरणात मातृभाषेतून शिक्षणाची तरतूद आहे. परंतु अभियांत्रिकी, वैद्यकीय, विज्ञानाचे शिक्षण अद्याप मराठीतून नाही. मराठी भाषेला अभिजात भाषेचा दर्जा मिळाला म्हणून तृप्त राहून चालणार नाही तर ती ज्ञानभाषा म्हणून अधिक समृद्ध कशी होईल आणि प्रमाण भाषा म्हणून तिचे महत्त्व कसे वाढेल याची आपण काळजी घेतली पाहिजे. मराठी भाषा प्रमाण भाषा आणि परिभाषा म्हणून विकसित होणे गरजेचे आहे. सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाचे प्र-कुलगुरू डॉ. पराग काळकर म्हणाले, मराठी ज्ञानभाषा आहेच. परंतु मधल्या काळात मराठी भाषेविषयी जाणीव जागृती कमी झाली होती. आता भाषेला अभिजात दर्जा मिळाला आहे. त्यामुळे आता पुन्हा मराठीचा ज्ञानभाषा म्हणून वापर करण्याची आवश्यकता आहे. अभियांत्रिकी आणि वैद्यकीय शिक्षणातील काही संकल्पना इंग्रजीमध्येच ठीक आहेत. परंतु मातृभाषेतून शिक्षण कधीही चांगलेच आहे. त्यासाठी सावित्रीबाई फुले पुणे विद्यापीठाच्या माध्यमातून पुढील काही वर्षात २ हजार पुस्तके मराठीत लिहण्यासाठी राज्यातील सर्वच विद्यापीठांचे प्रयत्न सुरू आहेत.

मराठी राजभाषा दिनानिमित्त पुस्तकांचे वाटप



ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे – पिंपळे सौदागर येथील उन्नती सोशल फाऊंडेशन तर्फे मराठी राजभाषा दिन विविध पुस्तकांचे वाटप करून उत्साहात साजरा करण्यात आला. पिंपळे सौदागर आणि रहाटणी मधील वाचनप्रेमी नागरिकांनी या पुस्तक वाटपाचा लाभ घेतला. या उपक्रमामागील संकल्पना विशद करताना , उन्नती सोशल फाऊंडेशनचे संस्थापक संजय भिसे म्हणाले , “मराठी वाचन संस्कृतीला गती देण्यासाठी फाऊंडेशन नेहमीच कटीबद्ध आहे त्याचाच एक भाग म्हणून पाच हजारांहून अधिक पुस्तकांचा संग्रह असलेले विठाई वाचनालय उन्नती सोशल फाऊंडेशन तर्फे मोफत चालवले जाते.

मराठी राज्यभाषा दिनाच्या निमित्ताने कवी कुसुमाग्रजांचे स्मरण करताना, याच वाचन संस्कृतीला गती देण्यासाठी आणि नागरिकांमध्ये वाचनाची आवड निर्माण व्हावी यासाठी आम्ही अग्रनामांकित लेखकांचे मराठी साहित्य वाचक प्रेमींना भेट स्वरूपात दिली आहेत. याप्रसंगी, डॉ सुभाषचंद्र पवार, रमेश वाणी, सखाराम ढाकणे, अनिल कुलकर्णी, बाळकृष्ण चौधरी , रमेश चांडगे, रमेश जावळे, प्रा. शिवाजी पाटील यांच्यासह विठाई वाचनालय चे सभासद , आनंद हास्य कलबंचे सभासद, ऑल सिनियर सिटीजन्स असोसिएशनचे सभासद आणि परिसरातील साहित्य प्रेमी नागरिक बंधू-भगिनी उपस्थित होते.



विद्येतिर्मया
साहित्याचे विद्यार्थी



– विद्यावाचस्पती विद्यानंद
 Mobile: +917709612655
 Email: vidyavachaspati.vidyaland@gmail.com



आनंदी पहाट...

अनुभव अंतर्मनावर प्रतिबिंबित होतात
ज्योतिर्मय साहित्य

आपल्यासाठी आपलं सुसावस्थेत असणारं अंतर्मन अधिक महत्त्वाचं असतं. आपल्या विचार, वर्तन आणि व्यवहारांचा थेट परिणाम आपल्या अंतर्मनावर होत असतो. विचार, वर्तन आणि व्यवहार सकारात्मक पातळीवर अंतर्मनावर कोरले गेले तर यशप्राप्ती सहज साध्य आणि शक्य होत असते. याउलट नकारात्मक विचार, वर्तन आणि व्यवहार या सर्वांमुळे अंतर्मनाला दुःख आणि अपयश आपल्या वाट्याला येतं. प्रत्येक विषयाकडे आपण कसं पाहतो त्यानुषंगाने आपलं वैचारिक मंथन सुरू होत असतं. सर्वप्रथम बाह्यमन त्यांचा विचार करायला लागतं आणि त्याच वेळी आपल्या सुप्त अंतर्मनावर प्रत्येक विषय प्रतिबिंबित होत राहतो. मग क्रिया आणि प्रतिक्रियांचा खेळ सुरू होतो. अंतर्मनावर प्रतिबिंबित झालेले प्रत्येक विचार आपल्या वर्तन आणि व्यवहारांमध्ये परिवर्तन करत राहतात.

प्रत्येकाची आनंदाची व्याख्या जशी निराळी असते, तशीच अनुभूती देखील वेगवेगळी असते. खरं तर आपापल्या अनुभूती आणि प्रचीतीनुसार आपली आनंदाची व्याख्या तयार होत असते. आनंद आपल्या अंतरंगात निर्माण होत असतो. आपल्या विचार, वर्तन आणि व्यवहारावर तो निर्माण कसा, किती आणि कधी होतो ? ते अवलंबून असतं. अनेकदा आपल्या अंतर्मनातील विचारांमध्ये आपण गुरफटले जात असतो, अगदी न कळत होत असतं तसं. दिवसभरात एकूण सत्तर हजार विचार आपल्या अंतर्मनांत निर्माण होत असल्याचं विज्ञानाच्या प्रयोगांतून स्पष्ट झालं आहे. त्या विचारांना विशिष्ट दिशा, गती अथवा विषय असतीलच असं नाही. दिवसभरात आपल्या मनांत आलेले सर्वच विचार, तसं बघितलं तर, आपल्या लक्षात देखील राहतातच असं नाही. असं म्हंटलं जातं कि आपल्या प्रत्येकाची दोन मनं कार्यरत असतात. एक अंतर्मन कि जे सुप्त स्वरूपात कार्यरत असतं आणि दुसरं बाह्यमन, ज्याचं कार्य जाणीवपूर्वक सुरू असतं.



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज
ज्योतिर्मय साहित्य
 समजा मी तुम्हाला प्रश्न विचारला की, आनंद म्हणजे काय ? तर एखाद्या आनंदी मुलाकडे बोट दाखवून तुम्ही म्हणाल की, हे पहा!, इथे आनंद आहे ! इतकेच नव्हे तर याप्रमाणे आनंदाने खेळणारी मांजराची पिले, उड्या मारणारी लहान वास्के, हसणारे स्त्री-पुरुष, फुलांनी बहरलेल्या लता, यांच्याकडे बोट दाखवून, इथे आनंद आहे असे

नाम हे रूपापेक्षा व्यापक आहे
 तुम्ही सांगाल. पण हे काही माझ्या प्रश्नाचे खरे उत्तर नव्हे. आनंदी वस्तू कोणत्या आहेत, असा माझा प्रश्न नसून आनंद मला दाखवा असे मी विचारले होते. आनंदी वस्तूंमध्ये आनंद राहतो, म्हणून वस्तू हा काही आनंद नव्हे. लहान मूल हेच जर आनंद असेल तर मोठे स्त्री-पुरुष आणि मांजरीची पिले आनंदयुक्त असणार नाहीत. अर्थात आनंद हा एकच असला पाहिजे; कारण सर्व ठिकाणी आढळणाऱ्या आनंदाला एकच शब्द आपण वापरतो. आपण जो जो माणूस पाहतो, तो तो निराळा असतो, तरी सर्वांना आपण माणसेच म्हणतो, कारण प्रत्येक माणसामध्ये मनुष्यपणा आहे. तो आपल्या इंद्रियांना दिसत नसला तरी मनाने ओळखता येतो, आणि त्याचे अस्तित्व मनुष्य या शब्दाने सांगता येते. मनुष्यपणा हा शब्द आहे, हे नाव आहे, म्हणून रूपाला अस्तित्व नामामुळेच आहे. प्रत्येक वस्तूचे बाह्यरूप तिच्या नामामुळे टिकते. आनंदी वस्तू अनेक असल्या तरी त्यांच्यामध्ये राहणारा आनंद एकच असतो. म्हणजे एकच नव्हे, तर अनेक रूपे आली आणि गेली, तरी नाम आपले शिळूक राहते. आजपर्यंत या पृथ्वीच्या पाठीवर अमाणित स्त्री-पुरुष जन्माला आले, जगले आणि मृत्यु पावले, तरी मनुष्यपणा आहे तसाच आहे. हा नियम सर्वत्र लावला तर



आरोग्य संजीवनी
अंगाला खाज सुटते का?
ज्योतिर्मय साहित्य
 आजकाल बदललेल्या आधुनिक जीवनशैलीमुळे शरीराच्या इतर भागांचे जसे नुकसान होत आहे तसेच किंबहुना त्याहीपेक्षा जास्त प्रमाणात ते त्वचेचे होत असते..
 – खाज येण्याची मुख्य कारणे
 १) खाण्यामुळे
 आजकाल खतांशिवाय आणि जंतुनाशकाचा वापर केल्याविना कुठलेही पीक काढले जात नाही. तेव्हा घरी जेवणासाठी आणलेली भाजी, फळे चांगली गरम पाण्याने धुऊन घ्या व मगच वापरा. काही जणांना नेहमीचे जेवनामुळेही त्रास होऊ शकतो खाण्यात नेहमीचच पदार्थ खाजेचे कारण ठरू शकतात. उदा. अंडे, दूध, पीठ, बेसन, डाळीचे विविध प्रकार, दही, लोणी असे कितीतरी पदार्थ आहेत जे सेवन केल्यावर अंगाला खाज सुटते!
 आजकाल लोकांच्या, मुलांच्या खाण्यात प्रचंड बदल झाले आहेत. त्यात जास्त फास्ट फूड, कुरकुरे, चिप्स, अगदी पाच-पाच रुपयांची पाकिटे बाजारात विकली जात आहेत. फास्ट फूडमध्ये तर नाना तऱ्हेचे रंग मिसळले जातात. तंदुरीवर तर ब्रश घेऊन रंग लावला जातो. त्यांच्या

संकलन – डॉ. प्रमोद ढेरे (निसर्ग उपचार तज्ञ) पिंपरी-चिंचवड, पुणे. आरोग्यविषयक व्याख्याते व लेखक संपर्क – ९२ ७१ ६६९ ६६९

केलेल्या वस्तूमुळे, अंगाला लागलेल्या कोणत्याही गोष्टीमुळे सुद्धा अंगाला खाज सुटते.

‘लाभले आम्हास भाग्य...’
ज्योतिर्मय साहित्य
 ‘जन्मी जन्मभूमिश्च स्वर्गादपि गरीयसी..’ असे प्रत्यक्ष प्रभू रामचंद्राने आपल्या आईचा आणि मातृभूमीचा गौरव करताना म्हटले आहे. त्यात आपल्या मातृभाषेचा समावेश करायला हरकत नाही. ज्ञानेश्वर माउलींनी तर म्हटलेच आहे–
 माझा मऱ्हाटाची बोल् कवतुके परी अमृतातेही पैजा जिंके ऐसी अक्षरे रसिके, मेळवीन.
 मराठी भाषेतील थोर लेखक, कवी, नाटककार कुसुमाग्रज उर्फ वि वा शिरवाडकर यांचा जन्म दिवस मराठी भाषा दिन म्हणून जगभर साजरा होतो. जगाच्या कान्याकोपऱ्यात जिथे कुठे मराठी माणूस असेल तो अभिमानाने हा दिवस साजरा करतो. मराठीची आठवण करतो, मायभूमीची आठवण करतो. ही मराठी माती इतकी पवित्र आहे की कुसुमाग्रज म्हणतात
 माझ्या मराठी मातीचा लावा ललाटास टिळा हिच्या संगाने जागल्या दऱ्याखोऱ्यातील शिळा.
 मराठी भाषेतील अभंग असो वा ओवी, तिला सुभाषिताचे मोल प्राप्त झाले आहे.
 रत्नजडीत अभंग, ओवी अमृताची सखी चारी वर्णांतुनी फिरे, सरस्वतीची पालखी.
 या आमच्या मायमराठीला हजारो वर्षांचा इतिहास आहे. या अर्थाने माझी मराठी ऐतिहासिक आहे, अक्षर आहे, अभिजात आहे. आई जसे आपल्या बालकाचे पालनपोषण करते, तसे या मराठीने तुमचे आमचे पोषण केले आहे. हजारो वर्षांपासून. ते स्तन्य पाजून तिने आपल्याला बळ प्रदान केले आहे. आपले सांस्कृतिक वैभव वाढवले आहे. तिच्या अंगाखांद्यावर खेळतच आपण मोठे झालो आहोत. मग तिला कसे विसरता येईल...
 माधव ज्युलियन यांच्या शब्दात सांगायचे झाले तर



उगवतीचे रंग


विश्वास देशपांडे
चाळीसगाव
मो. ९४०३७४९३९२

मराठी असे आमुची मायबोली, जरी आज ही राजभाषा नसे. नसो आज ऐश्वर्य या माऊलीला, यशाची पुढे दिव्य आशा असे.

हिचे पुत्र आम्ही, हिचे पांग फेडू, वसे आमुच्या ह्र्मंदिरी.
 जगन्मान्यता हीस अर्पू प्रतापे, हिला बैसवू वैभवाच्या शिरी.
 ही नैतिक जबाबदारी आज तुमच्या आमच्यावर आहे. कारण आम्ही तिचे वारस आहोत.
 संस्कृत भाषेतून उगम पावलेली, प्राकृतापासून विकसित झालेली ही मराठी. सातवाहन राजांच्या काळापासून वापरात आली, यादव राजांच्या काळात ती भरभराटीस आली. अनेक संत, कवी, लेखकांनी तिला सुंदर लेणे चढवले. त्यातून ती अधिकच श्रीमंत, ऐश्वर्यसंपन्न होत गेली.

विवेकसिंधू हा मराठी भाषेतील आद्य ग्रंथ मुकुंदराज यांनी लिहिला. म्हणून ते आद्य कवी. त्यानंतर ज्ञानेश्वरांनी संस्कृतमधील ज्ञान भांडार मराठीत आणून सर्वसामान्यांसाठी खुले केले. ज्ञानेश्वरी, अमृतानुभव, चांगदेवपासष्टी, हरिपाठ आदी ग्रंथ लिहून मराठी भाषेला इतके सामर्थ्य प्राप्त करून दिले की खरोखरच ती ‘ अमृतातेही पैजा ‘ जिंकेल. आणि खरोखरीच इतकी सुंदर भाषा त्यांनी वापरली की ओवी असावी तर ज्ञानेशाची असे म्हटले जाऊ लागले. अखिल विश्वासाठी इतके सुंदर पसायदान ज्ञानेश्वर माउलींनी मराठीत माणितले की ते मराठीचे एक अभिमानाचे अक्षर आणि अमर लेणे झाले. **(क्रमशः)**



विभावरी कुलकर्णी,
मो. ८०८७८१०१९७

आपल्याला राग का येतो?
ज्योतिर्मय साहित्य
 आपल्या मनाविरुद्ध काही घडले. समोरची व्यक्ती आपल्या मनाप्रमाणे वागली नाही. आपल्या हातात नसलेल्या गोष्टी घडल्या. गैरसमज झाले. चुकीच्या गोष्टी घडल्या. या सारखी बरीच कारणे असतात. अशा वेळी आपल्याला राग येतो. मग त्या वरची प्रतिक्रिया व्यक्त केली जाते. ती कशी असते? राग, चिड, संताप, विरोध, नैराश्य याचे परिणाम काय होतात हे आपण अनुभवतो.काही वेळेस बदला घेण्याची भावना तीव्र होते. त्यात आपलीच मानसिकता बिघडते. आपले हास्य मावळते. विचार शक्ती कमी होते. कधी कधी नात्यात दुरावा निर्माण होतो. आपली प्रचंड ऊर्जा खर्च होते. आपले अंतस्त्राव बदलतात. कधी कधी खरे कारण समोर आल्यावर आपला राग व्यर्थ होता हे लक्षात येते.पण त्यावेळी वेळ निघून गेलेली असते. हे सगळे थांबवणे आपल्याच हातात असते.आपण या गोष्टी निसर्गातून शिकू शकतो. राग, चिड, नैराश्य यावर दीर्घ श्वसन, पाणी पिणे, अंक मोजणे हे उपाय आहेतच. पण असे उपाय करण्याची वेळ येऊच नये म्हणून काही गोष्टी करू शकतो. काही “निसर्ग नियम“ आचरणात आणू शकतो. निसर्ग कधीही बदला घेत नाही. म्हणून तो नुकसान झाले तरी सर्व शक्तिनीशी पुन्हा बहरतो, फुलतो व आनंद देतो. आपण पण आठवड्यातून एक दिवस असा ठरवून घेऊ. तो म्हणजे “विरोध विरहित दिवस“ या दिवशी काही छोट्या छोट्या कृती करू या. या दिवशी पुढील वाक्ये मनाशी ठरवून घ्यायची व त्या प्रमाणे वागायचे. १) मी विश्वाला व आजूबाजूच्या लोकांना स्वातंत्र्य प्रदान करते/करतो. प्रत्येकाला आपल्या मनाप्रमाणे वागण्याचे स्वातंत्र्य असते. त्यांची मते पण त्यांच्या दृष्टीने योग्य असतात.थोडक्यात म्हणजे त्या दिवशी इतरांना न रागावता त्यांची बाजू समजून घ्यायची. २) माझे मत मी व्यक्त करेन पण सिद्ध करणार नाही. माझे मत व्यक्त करायचे पण तेच कसे बरोबर आहे हे इतरांना समजावत बसायचे नाही. किंवा त्यांनी त्या मताशी सहमत व्हावे असा आग्रह धरायचा नाही. ३) दुसऱ्याचे मत ऐकेन पण विरोध करणार नाही. दुसऱ्याचे मत जरी चुकीचे असेल तरी ऐकून घ्यायचे. पण ते कसे चुकीचे आहे हे पटवून देण्याचा किंवा सिद्ध करण्याचा हट्ट करायचा नाही. एखादी व्यक्ती २+२=८ म्हणाली तरी फक्त ऐकायचे. थोडक्यात घडणाऱ्या सगळ्या गोष्टींचा स्वीकार करायचा. ४) आजचा दिवस सर्वोत्तम होता. ५) आजच्या दिवसा साठी खूप खूप आभार. यातील वरील पाच वाक्ये धोकायची. व मनापासून अमलात आणायची. आणि तो दिवस कसा गेला, त्या दिवसात काय काय घडले, मनस्थिती कशी झाली. हे सगळे अनुभव लिहून ठेवायचे.



दासबोध स्तवन
उज्वला धर्माधिकारी,
पुणे, मो. ७५८८८२ ३५६४६

तमोगुण लक्षण
ज्योतिर्मय साहित्य
 समास सहावा
 ज्यांच्या जीवनात परमार्थाला स्थान नाही. जो अत्यंत रसिकतेने जीवन जगतो. खावे, प्यावे, भोग भोगावे, खेळ खेळावे, नाटकसिनेमे पहावे, संगीत नाचगाणी या कलांचा आस्वाद घ्यावा पैसा मिळवावा, चैनीत आयुष्य घालवावे ही तमोगुणी माणसे होत. पण तमोगुणात अत्यंत घातक स्वभाव म्हणजे आततायीपणा, एकांतीकपणा, अघोरीपणा
 अनावर क्रोधाचे वर्णन :
 १)मनात ऊद्वेग ऊत्पन्न होतोव परमावधी क्रोध या लोकांच्या स्वभावात असतात.
 २)एकदा का क्रोध मनामधे आला की तो कुणाचाही विचार करत नाही आईबाप, बायकामुले भाऊबहीण मित्र सखेसोबती कुणालाही मारत सुटतो.
 ३)रागाच्या भरात कुणालाही मारत सुटतो. प्राण देण्यात व प्राण घेण्यात मागेपुढे पहात नाही.
 ४)तमोगुणी व्यक्ती क्रोधाचे वारे अंगात शिरल्यावर एखाद्या पिशाचा सारखा वागतो.
 सतत संघर्ष करण्याची आवड तमोगुणात व्यक्ती स्वतः वर शस्त्र चालवतो किंवा ईतरांवर शस्त्र चालवून जीव घेतो. या प्रकारच्या व्यक्ती क्रोधीत असतात तारतम्याचा अभाव असतो शस्त्र चालवावे, डोळ्यांनी विध्वंस बघावा अशी ईच्छा असते. मनात नेहमीच गोंधळ असतो. निश्चय सारखा बदलतो. खाण्यापिण्याच्या सवयी अचाट असतात. जो खरा अविचारी असतो. आपले अगदी जवळचे प्रेमाचे माणूस देवाघरी गेले तरी तो जीव देतो. आत्महत्या करतो. अशी व्यक्ती किडे मुंग्या, जनावरे दिसेल ते मारते. ब्राह्मण वध करणे मुलेबाळे बायको, भाऊबहीण कुटल्याही नात्याचा विचार न करता त्यांना मारणे गाथी मारणे, विषय सेवनाची मारामान्या करणे, द्वेषाने दुसऱ्याचा काटा काढणे, पापाचे भय नसणे अशी सर्व लक्षण तमोगुणात असतात. **(क्रमशः)**



नीतिशतक निरूपण
अनुनाद आणि निरूपण
ह.भ.प.चंद्रहास शास्त्री सोनपेठकर

ज्योतिर्मय साहित्य
क्षुत्क्षामोऽपि जराकृशोऽपि शिथिलप्राणोऽपि कष्टां दश–मापन्नोऽपि विपन्नदीधितिर्पि प्राणेशु नश्यत्स्वपि । मत्तेभेन्द्रविभिन्नकुम्भपिषितप्रायैकबद्धस्पृहः किं जीर्णं तृणमत्ति मानमहतामग्रेसरः केसरी ।।
 अर्थ – सिंह उन्मत्त हत्तीच्या मस्तकास भेटून त्याचे मांस खाण्याची इच्छा करतो. तो अभिमानी लोकांत अग्रगण्य आहे. असा सिंह भूकेने व्याकुळ झाला, म्हातारपणामुळे दुर्बल झाला, गलितगात्र झाला, कष्टी अवस्थेस प्राप्त झाला, मरणासन्न झाला, तरीही कोरडे गवत खातो का ? अर्थात नाही. अगदी त्याचप्रमाणे स्वाभिमानी मनुष्य दुर्गतीस प्राप्त झाला असता देखील आपल्या स्वभावाच्या विपरीत कार्याचा स्वीकार करत नाही. स्वाभिमानी माणसे संकटग्रस्त किंवा विपत्तिग्रस्त अवस्थेतही आपला सन्मान जपत असतात. “मानो हि महतां धनम्।” या उक्तीप्रमाणे ते आपल्या सन्मानाचे संरक्षण आणि संवर्धन करीत असतात. हा आशय स्पष्ट करण्यासाठी भर्तृहरिंनी सिंहाचे उदाहरण दिले आहे. स्वाभिमानी लोकांमध्ये अग्रगण्य असा सिंह दुर्बलतेस प्राप्त झाला, तरीही गवत खात नाही, तसे मानी जन दुःखी कष्टी झाले, तरीही आपला स्वाभिमानी बाणा सोडत नाहीत.

आचरणात आणावे असे



ज्योतिर्मय साहित्य
 नुसती “कुस“ बदलून कधीच दुःख हलकी होत नाहीत. त्यासाठी “वेदना“ झटकून उठावं लागतं, अन सुखाच्या “स्वागतासाठी“ प्रयत्न करावे लागतात तेही अगदी“ दम“ लागेपर्यंत कारण दुःखाला पळवून लावलं तरच “सुख“ आपल्या घराचा “उंबर“ ओलांडतो म्हणून राग आल्यावर ओरडायला कधीच ताकद लागत नाही ! राग आल्यावर खरी ताकद लागते ती शांत बसायला, म्हणून लक्षात ठेवावे शब्द येतात हृदयातून , पण अर्थ निघातत डोक्यातून. यासाठी माणूस कितीही आपल्या बुद्धीनुसार शक्तीनुसार जीवन जगत असला तरी , कर्माच्या सिद्धांतानुसार नियतीने ठरवलेला शेवट आणि नियतीने मांडलेला डाव हा त्याला स्वीकारावाच लागतो. आयुष्यात कोण कस वागलं हे लक्षात ठेवण्यापेक्षा त्यातून तुम्ही काय शिकलात आणि पुढे काय करावं लागेल हे डोक्यात ठेव्ा. कुणी आपल्यावर थोडेसे उपकार केले तर आपण त्याच्यावर ढीगभर परोपकार करण्याची तयारी ठेवा ! आपली संस्कृती वाटून खाण्याची आहे, ओरबाडून घेण्याची नाही, सावली देणारे कधीच परतफेडीची अपेक्षा करत नाहीत. ! मग ते वृक्ष असो, की आई वडील. म्हणून संपत्ती आणि संस्कार यामध्ये संस्काराचे मुल्य हे नेहमीच ज्यास्त असते कारण संपत्ती असेल तर फक्त विल तयार होते पण जर संस्कार असतील तर गुडविल तयार होते. म्हणून सुखाचे दिवस आपल्याकडे चालत येतील म्हणून वाट पाहत बसलात तर कदाचित आयुष्यभर वाट पहावी लागेल पण आपण सुखी आहोत अस आपण ठरवल तर आपण आयुष्यभर सुखी राहू.

ज्ञानेश्वर महाराजांच्या पसायदनातील आता निरवात्मकेही ओळ साथ होईल. हे अशक्य नाही त्यासाठी सर्वत्र प्रचार प्रसार झाला पाहिजे. घर,घराभोवतीचा परिसर,शाळा कॉलेज बरोबर सरकारने मराठी ची चाललेली अवहेलना थांबवून तिला प्रोत्साहन दिले पाहिजे हे कुणा एकट्या दुकट्याचे काम नाही यासाठी जात,धर्म,पंथ सगळं विसरून सर्वांनी एकत्र येऊन मराठी साठी आस्था दाखवली पाहिजे. मी आशा करते तो दिवस दूर नाही. मराठीज्ञानभाषा होईल अशी श्री गणेशाला व शारदा मातेला वंदन करून मागणं मागते. परमात्मा आपली ईच्छा पूर्ण करेल अशी आशा करते.

जय महाराष्ट्र

