

रंग वारीचे.....

तीर्थ केलीं कोटीवरी। नाही देखिली पंढरी ॥१॥

जळो त्याचें ज्यालेंपण। न दे खेचि समचरण ॥११॥

योग याग अनंत केले। नाही समचरण देखिले ॥२॥

तुका म्हणे विठ्ठलपायीं। अनंत तीर्थं घडिलीं पाहीं ॥ ३॥



Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

□ पुणे □ वर्ष १ ले □ अंक १२३ वा □ बुधवार दि.२५ जून २०२५ □ पाने ४ □ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

ट्रम्प यांचा उताविळपणा

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

गेल्या काही दिवसांपासून इस्रायल व इराण यांच्यात चालू असलेल्या युद्धामध्ये नंतर अमेरिकेनंही उडी घेतली. अमेरिकेनं इराणमधील आण्विक तळांवर हल्ला केल्यानंतर दोन दिवसांनी अचानक दोन्ही देशांमध्ये युद्धबंदी झाल्याची घोषणा डोनाल्ड ट्रम्प यांनी केली आहे. पण इराणकडून लागलीच अद्याप कोणतीही सहमती झालेली नसल्याची प्रतिक्रिया आली आहे. त्यामुळे युद्धासंदर्भात नेमकं काय ठरलंय, याबाबत संभ्रम निर्माण झाला आहे. भारत-पाकिस्तान संघर्षादरम्यानदेखील डोनाल्ड ट्रम्प यांनी दोन्ही देशांच्या आधीच शस्त्रसंधी झाल्याचं जाहीर केलं होतं.

इस्रायल आणि इराण यांच्यात शस्त्रसंधीबाबत देखील ट्रम्प यांनी शस्त्र संधी झाल्याचे जाहिरकरून टाकले. उभय देशां दरम्यान एकमत झाल्याचा दावा केला आहे. परंतु इराणकडून त्यांचा हा दावा फ ंटाळण्यात आला. इराणचे परराष्ट्र मंत्री अब्बास अराघची यांनी इराण आणि इस्रायलमध्ये शस्त्रसंधी झाल्याचा दावा फेटाळला. सध्या असा कोणताही करार झालेला नाही, असे अराघची यांनी म्हटले आहे. भारत पाकिस्तान दरम्यान आपणच शस्त्रसंधी घडवून आणली, असा दावा यापूर्वी डोनाल्ड ट्रम्प यांनी केला होता. भारतानेही ट्रम्प यांचा दावा फ ंटाळला होता.

इराणच्या वृत्तवाहिऩ्या तसंच वृत्तपत्रांनीही शस्त्रविराम झालेला नाही असं म्हटलं आहे. तेहरान टाइम्समध्ये एक लेख प्रकाशित करण्यात आला आहे. त्यामध्ये इराणने शस्त्र विरामावर सहमती झालेली नाही असं म्हटलं आहे. डोनाल्ड ट्रम्प खोटाऱे आहेत असाही उल्लेख त्यात करण्यात आला आहे. डोनाल्ड ट्रम्प काहीतरी वक्तव्य करून इराणमध्ये संभ्रम पसरवू पाहत आहेत. तर मेहेर या इराणच्या वृत्तसंस्थेने खोटाऱड्या ट्रम्पने केली इराण इस्रायलच्या शस्त्रविरामाची घोषणा अशी हेडलाइनच चालवली आहे. इस्रायलच्या सैन्याकडून हल्ले सुरु आहेत. अशात ट्रम्प शस्त्र विरामाच्या गोष्टी कशा काय करतात? असाही सवाल या वृत्त संस्थेने विचारला आहे.

डोनाल्ड ट्रम्प यांची घोषणा काय ?

मागील काही दिवसांपासून सुरू असलेले इराण आणि इस्रायलमधील युद्ध आता थांबणार आहे. अमेरिकेचे राष्ट्राध्यक्ष डोनाल्ड ट्रम्प यांनी इराण आणि इस्रायलमध्ये शस्त्रविराम झाल्याची घोषणा केली आहे. शस्त्रविरामाची घोषणा करताना डोनाल्ड ट्रम्प यांनी द्रुथ सोशलवरील पोस्टमध्ये म्हटले की, “सर्वांचे अभिनंदन! इस्रायल आणि इराण यांनी १२ तासांसाठी शस्त्रविरामास पूर्णपणे सहमती दर्शवली असून या काळात दोन्ही देश त्यांच्या अंतिम मोहिमा पूर्ण करतील. त्यानंतर हे युद्ध संपले आहे, असे अधिकृतपणे मानले जाईल.” दरम्यान इराणने ही घोषणा नाकारली आहे. तसंच शस्त्रविरामाबाबत डोनाल्ड ट्रम्प खोटं बोलत आहेत असंही म्हटलं आहे.

ट्रम्प यांच्या उतावीपणाचे कारण त्यांना प्रत्येक गोष्टीचे श्रेय घेण्याची सवय आहे.

डोनाल्ड ट्रम्प श्रेय घेण्याच्या बाबतीत खूप प्रसिद्ध आहेत. ते अनेकदा त्यांच्या कामांचे किंवा इतर लोकांच्या कामांचे श्रेय स्वतःला देतात, मग ते त्यांचे स्वतःचे काम असो किंवा नसो. अनेकदा त्यांच्या कार्यकाळात केलेल्या कामांचे किंवा त्यांच्या पूर्वीच्या कामांचे श्रेय घेताना दिसतात. त्यांच्या राजकीय भाषणांमध्ये किंवा मुलाखतींमध्ये, ते अनेकदा त्यांच्या निर्णयांचे किंवा योजनांचे यश स्वतःकडे घेतात. अनेकदा ते त्यांच्या पूर्वीच्या कामांचे किंवा इतर लोकांच्या कामांचे श्रेय घेतात, ज्यामुळे अनेकदा वाद निर्माण होतात.

उदाहरणार्थ, त्यांनी अनेकदा त्यांच्या कार्यकाळात झालेल्या आर्थिक सुधारणांचे श्रेय स्वतःला दिले आहे, जरी त्या सुधारणांमध्ये इतर लोकांचे योगदान देखील होते. तसेच, त्यांनी अनेकदा त्यांच्या पूर्वीच्या कामांचे, जसे की रिॲलिटी शो किंवा व्यवसायातील यश, स्वतःच्या राजकीय यशाशी जोडले आहे.

ज्योतिर्मय
साहित्याचे विद्यापीठ



आठवणीतले बालपण

मित्रांनो, प्रत्येकाच्या आयुष्यात बालपणीचे विशेष महत्त्व असते, रम्य ते बालपण, खरंच बालपणीसारखी मज्जा परत कधीच येत नाही आता ते दिवस आठवले तरी मन खूप प्रसन्न होतं, तर आपण सर्वजण परत एकदा त्या बालपणीच्या विश्वात जाऊया, त्या आठवणींना एकदा उजाळा देऊयात ज्योतिर्मयच्या माध्यमातून. मग लिहायला सुरुवात करा व पटकन पाठवा मला 7743918559 या ॠाट्सअप नंबरवर

- संजय व्यापारी, संपादक, ज्योतिर्मय साहित्याचे विद्यापीठ.

संपादक, ज्योतिर्मय साहित्याचे विद्यापीठ

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

आपल्या ओघवत्या वाणीने उपस्थितांचे काळजावर ठसा उमटविणारे ज्ञानवंत प्रा. मिलींद जोशी यांच्या हस्ते अंतर्नाद मासिकामुळे सर्वत्र ओळखल्या जाणाऱ्या, जून २०२५ रोजी वयाची १०० वर्षे पूर्ण करणाऱ्या प्रा. यास्मिन शेख यांचा पुण्यात सत्कार करण्यात आला. हा सत्कार समारंभ प्रथितयश लेखक भानु काळे, लेखक दिलीप फलटणकर, रूमा बावीकर यांनी आयोजित केला होता. प्रा. यास्मिन शेख या मूर्तिमंत मराठी भाषेवर प्रेम असलेल्या बुद्धीजीवी आहेत. मराठी भाषेवरील आणि समाजावरील प्रेम त्यांच्या नसानसात सामावलेले आहे. प्रतिभेच्या पंखावर बसून त्या विचारांच्या आकाशात एकसारख्या भरारी मारत असतात. मराठी भाषा हा आपला सर्वात मोठा सांस्कृतिक वारसा आहे, यावर श्रद्धा असलेल्या प्रा. यास्मिन शेख यांनी मराठी भाषा, साहित्य संस्कृती यांच्यावर आयुष्यभर निरतिशय प्रेम केले आहे. ज्योतीने तेजाची आरती व्हावी अशा या अलौकिक सोहळ्याचा साक्षीदार आपण असणे यापेक्षा दुसरे भाग्य ते काय असतं? हे भाग्य मला लाभले. हा समारंभ खऱ्या अर्थाने ऐतिहासिक असा होता. आपल्या डोळ्यासमोर, एका तपस्वी साहित्यिकाने वयाची शंभरी पूर्ण केली आहे. शंभर वर्षे म्हणजे केवळ आकड्या नव्हे, तर तो एक ज्ञानमय अनुभव असून अथांग प्रवासाचा साक्षीदार आहे. जेव्हा हा प्रवास साहित्याच्या माध्यमातून घडतो तेव्हां तो आपल्या सर्वांसाठी प्रेरणादायी ठरतो. प्रा. यास्मिन शेख या केवळ शंभर वर्षांच्या झाल्या नाहीत तर, त्यांच्या लेखणीतून उतरलेले प्रत्येक अक्षर तसेच प्राध्यापिका भाषेत समजावून सांगणाऱ्या साहित्याची निर्मिती करावी, अशी सूचना त्यावेळी राज्य मराठी विकास संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. सरोजिनी वैद्य यांनी मला केली. त्यातून मराठी लेखन मार्गदर्शिका हे पुस्तक आकाराला आले आणि ते लोकप्रिय झाले. विशेषतः मला भानु काळे यांनी अंतर्नाद मासिकाच्या निर्मिती प्रक्रियेमध्ये दिलेल्या संधीमुळे माझी ओळख सर्वदूर पोहचली.मी नऊ वर्षांची असताना आईचे निधन झाले. वडिलांनी दुसरे लग्न न करता आम्हा सात भावंडांचा सांभाळ केला. आई-वडिलांमुळे मला वाचनाची गोडी लागली. माझी ही गोडी वडिलांनी वाढवली तसेच आयुष्याच्या प्रत्येक क्षणी मला वडिलांनी आधार दिला. आदर्श पिता म्हणजे काय याचा अनुभव घेतला असल्याने आपल्या आयुष्यातील असलेली तळमळ, मानवी मूल्यांवरील निष्ठा प्रकट करते.

शंभर वर्षांचा प्रवास उलगडताना प्रा. यास्मिन शेख म्हणाल्या.... “धर्मनि ज्यू असूनही घरात मराठी भाषेतील मुबलक पुस्तके होती. त्यामुळे मराठी भाषेतील



साहित्य वाचनाची गोडी लागली. महाविद्यालयीन आयुष्यात श्री.म.माटे, के. ना. वाटवे यांच्यासारखे शिक्षक मिळाल्याने मराठी भाषा, व्याकरणाची गोडी वाढतच गेली. मराठीच्या परीक्षेमध्ये प्रथम क्रमांक कधी सोडला नाही. आपली आठवण सांगताना त्या म्हणाल्यासंयुक्त महाराष्ट्राच्या निर्मितीनंतर यशवंतराव चव्हाण यांनी मराठीच्या विकाससाठी विविध उपक्रम राबविले. व्याकरणाचे मान्य नियम सोप्या भाषेत समजावून सांगणाऱ्या साहित्याची निर्मिती करावी, अशी सूचना त्यावेळी राज्य मराठी विकास संस्थेच्या अध्यक्ष डॉ. सरोजिनी वैद्य यांनी मला केली. त्यातून मराठी लेखन मार्गदर्शिका हे पुस्तक आकाराला आले आणि ते लोकप्रिय झाले. विशेषतः मला भानु काळे यांनी अंतर्नाद मासिकाच्या निर्मिती प्रक्रियेमध्ये दिलेल्या संधीमुळे माझी ओळख सर्वदूर पोहचली.मी नऊ वर्षांची असताना आईचे निधन झाले. वडिलांनी दुसरे लग्न न करता आम्हा सात भावंडांचा सांभाळ केला. आई-वडिलांमुळे मला वाचनाची गोडी लागली. माझी ही गोडी वडिलांनी वाढवली तसेच आयुष्याच्या प्रत्येक क्षणी मला वडिलांनी आधार दिला. आदर्श पिता म्हणजे काय याचा अनुभव घेतला असल्याने आपल्या आयुष्यातील वडिलांचे स्थान खूप मोठे आहे“ असेही त्या म्हणाल्या.

प्रा. मिलींद जोशी आपल्या मनेगतात म्हणाले.... “प्रा.यास्मिन शेख या शतकमूर्ती केलेल्या मराठीचे वैभव आहेत.मराठीवर प्रेम करणारी साहित्य पंढरीची वारकरी मंडळी या

समार्भास उपस्थित आहेत.

मराठी व्याकरण कवितेसारखे ललितरम्य पध्दतीने समजाऊन सांगता येते याचा आदर्श वस्तुपाठ प्रा. यास्मिन शेख यांनी निर्माण केला आहे. भाषाभान समाजाला देण्याचे महत्त्वपूर्ण काम त्यांनी केले आहे. तेजस्विता, तपस्विता आणि तत्परता या तिन्हीचा संगम म्हणजे प्रा. यास्मिन शेख. लोकमान्य टिळक लहानपणापासूनच शेख यांना डॅडी या देशाच्या स्वातंत्र्यलढ्यात, समाजकारणात तसेच केसरी, मराठा या वृत्तपत्रांचे नियोजन करण्यात व्यग्र असतानाही त्यांनी त्याकाळात गोडबोले, साने यांनी मराठी लेखनपद्धती हे या लिहिलेल्या पुस्तकावर अग्रलेख लिहिला. तो काळही इतका गेगळा होता कि, या पुस्तकावर अग्रलेख लिहिण्याइतका मराठीसाठी, उत्कर्षाचा काळ होता अस म्हंटल पाहिजे. त्या अग्रलेखात ते म्हणतात... तुमचे आमच्यावर्ती राज्य आले म्हणून काय झाले ? आमच्या काना, मात्रा, वेलांटीवर तुम्ही राज्य करू शकत नाही. वैय्याकरण भाषेचे शास्ते खरे, परंतु त्यांचा अधिकारही मर्यादीत आहे. कोणतीही भाषा बोलणारे लोक हेच त्या भाषेचे खरे अधिकारी असतात. असे असले तरी, व्याकरण शास्त्र किंवा व्युत्पत्ती शास्त्र तुम्हाला झुगारून देता येणार नाही. मराठी भाषेच्या उत्कर्षाची आस बाळगून आणि व्याकरणाचा ध्यास घेऊन प्रा. यास्मिन शेख यांनी जे काम केले आहे ते पुढच्या अनेक पिढ्यांना उपयुक्त ठणार आहे.“

सात्विक समृद्धी आणि संपन्न आयुष्याचे वरदान लाभलेल्या आणि त्यात स्वकर्तुत्वाने मानवी जीवन सुंदर करणाऱ्या अशा असामान्यांची संख्या फार कमी असते. मराठी भाषा व्याकरणतज्ञ प्रा. यास्मिन शेख अशा अतिनिवडक असामान्यांच्या श्रेयनामावलीतील एक सदा प्रसन्न चेहरा. ज्यू कुटुंबात जन्माला आलेल्या आणि वडिलांच्या शासकीय नोकरीमुळे महाराष्ट्राच्या विविध भागांत वास्तव्य केलेल्या प्रा. यास्मिन शेख यांचे आयुष्य अनेकांगांनी विस्मयकारक आहे. पूर्वाश्रमीच्या जेरुशा जॉन रूबेन या मराठीच्या प्राध्यापिका, भाषाशास्त्र आणि मराठी व्याकरण तज्ञ. १९५० साली प्रा. वसंत कानेटकर यांच्या पुढाकारानं डॅडी शेख यांच्याशी त्यांचा परिचय व लग्न झाले आणि त्या यास्मिन अझीझ अहमद शेख झाल्या. त्यांच्या वडिलांचा प्रा. यास्मिन शेख यांनी मुस्लीम मुलाशी विवाह करण्यास विरोध होता. पण लग्न झाल्यानंतर एक महिन्याने वडिलांच्या घरी जाऊन

त्यांना प्रा. यास्मिन शेख यांनी कडकडून मिठी मारल्यावर त्यांचा त्यांच्यावरील राग गेला. वडिलांनी प्रा.यास्मिन शेख यांच्या दोन्ही मुलींचे प्रचंड लाड केले. डॅडी शेख आणि त्यांचे कुटुंब प्रागतिक विचारांचं होतं.

डॅडी शेख यांच्या वडिल भगिनी झुबेदाबाई या ग्रँट मेडिकल कॉलेजच्या पहिल्या मुस्लिम महिला विद्यार्थिनी. लहानपणापासूनच शेख यांना डॅडी या नावानं संबोधले जाई. प्रा. यास्मिन शेख आणि डॅडी शेख यांचं सहजीवन हे अत्यंत प्रगल्भ, सुसंस्कृत, प्रागतिक पुरोगामी विचारांनी भरलेलं होतं. त्यांची मोठी मुलगी डॉ.शमा या रूबी हॉल रुग्णालयात अ‍ॅनेस्थे्टिस्ट होत्या त्या आता निवृत्त झाल्या आहेत, तर तिचे यजमान अभय भागवत नामांकित चार्टर्ड अकाउंटंट होते,ते आता हयात नाहीत.धाकटी रुकसाना महर्षी कर्वे स्त्री शिक्षण संस्थेतून उपसंचालक म्हणून निवृत्त झाल्या आहेत. त्यांचे यजमान मध्यपूर्वेत डॉक्टर म्हणून कार्यरत होते,ते निवृत्त असुन आता ते पुण्यातच राहतात.प्रा. यास्मिन शेख यांच्या कुटुंबात ज्यू, मुस्लीम, सिंधी, ब्राम्हण असा सुंदर मिलाफ आहे. स्वतः त्या कुठलाच धर्म, जात मानत नाहीत. जातीधर्माच्या व्घेषामुळे माणसं एकमेकांपासून तोडली जातात हा त्यांचा मूल्यात्मक विचार आहे. डॅडी शेख यांच्या मृत्यूनंतरची घटना भानू काळे आणि दिलीप फलटणकर यांनी संपादित केलेल्या

‘यास्मिन शेख मूर्तिमंत मराठीप्रेम’ या ग्रंथात त्यांनी सांगितली आहे. त्या म्हणाल्या, “‘मृत्यूनंतर आपले दफन न करता दहन करावं अशी डॅडी शेख यांची इच्छा होती. ती त्यांनी तोंडी सांगून ठेवली होती. परंतु वैकुंठात गेलो, तर आडनाव ऐकल्यावर ते नाही म्हणाले. लोक आंदोलन करतील म्हणाले. माझ्या मुलीन ते लावूनच धरलं. शेवटी त्यांना दहन करावं लागलं. शाहीर अमर शेख, हमीद दलवाई यांचेही दहन केलेलं आहे.”‘ प्रा. यास्मिन शेख यांचं शालेय शिक्षण पंढरपूर इथं, तर महाविद्यालयीन शिक्षण पुण्याच्या स.प. महाविद्यालयातून झालं. मराठी भाषा व साहित्य हा त्यांचा अभ्यासाचा मुख्य विषय. बी.ए.बी.टी. त्या प्रथम वर्गात उत्तीर्ण झाल्या. एम.ए.ची पदवी मिळाल्यावर त्यांनी औरंगाबाद इथं महाविद्यालयात दोन वर्षे अध्यापन केलं. नंतर तब्बल पंचवीस वर्षे त्यांनी मुंबईला शीव इथं एस.आय. इ. एस. महाविद्यालयात मराठीचं अध्यापन केलं. त्यावेळी श्री.पु. भागवत तिथं विभागप्रमुख होते, तर विंदा कान्दीकर इंग्रजी शिकवीत होते. निवृत्तीपूर्वी सहा वर्षे त्या मराठी विभागप्रमुख होत्या. निवृत्तीनंतर दहा वर्षे आय.ए.एस. च्या विद्यार्थ्यांना त्यांनी व्याकरण, भाषाशास्त्र शिकवले.

मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी व्हीट्‌वर... ज्येष्ठ लेखिका आणि व्याकरणतज्ञ प्रा. यास्मिन शेख यांनी आज वयाची शंभरी गाठली. मी त्यांना वाढदिवसाच्या अतिशय मन:पूर्वक शुभेच्छा देतो! मराठी आणि भाषेतील व्याकरण यासाठी त्यांनी यापुढेही समाजाला मार्गदर्शन करीत राहावे आणि ईश्वराने त्यांना दीर्घ आणि निरोगी आयुष्य प्रदान करावे, अशा शुभकामना व्यक्त केल्या. सत्कार समारंभाच्या सुरवातीला डॉ. दत्तप्रसाद दाभोळकर यांचा संदेश वाचून दाखविण्यात आला. त्यात ते म्हणतात... महात्मा गांधी म्हणाले होते मानवी आयुष्य १२५ वर्षांचे असते आणि मी १२५ वर्षे जगणार आहे. त्यांची हत्या झाली नसती तर त्यांचे हे स्वप्न पूर्ण झाले असते. आपल्या सर्वांच्या मार्गदर्शक पाणीनीचा वसा जपणाऱ्या, जोपासणाऱ्या आणि महाराष्ट्राला समजावून देणाऱ्या प्रा. यास्मिन शेख शतक पूर्ण करून १०१ व्या वर्षात प्रवेश करत आहेत. त्या महात्मा गांधीजींना मानतात, सर्वधर्मसमभाव मानतात आणि गांधीजींचे हे स्वप्न पूर्ण करणार म्हणून त्यांनी आज पुढील दमदार वाटचाल सुरू केली आहे. त्यांना खूप खूप शुभेच्छा !

हेरिटेज कॉलेक्टिव्ह अंतर्गत डॉ.चंद्रहास

शास्त्री यांचे उद्बोधक प्रवचन संपन्न

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

पुणे – बृहन महाराष्ट्र कॉलेज ऑफ कॉमर्स (बीएमसीसी), पुणे यांच्या हेरिटेज कॉलेक्टिव्ह उपक्रमाअंतर्गत एक विशेष प्रवचनाचा कार्यक्रम दिनांक १९ जून २०२५ रोजी सायंकाळी ७.३० वाजता ऑनलाईन पद्धतीने उत्साही वातावरणात संपन्न झाला. या प्रवचनाचे सूत्र होते “तेणे मुक्ती चारी साधियेल्या”, आणि या विषयावर अभ्यासपूर्ण व प्रभावी मार्गदर्शन सुप्रसिद्ध आध्यात्मिक वक्ते डॉ. चंद्रहास शास्त्री यांनी केले.

उपस्थित प्राचार्य, प्राध्यापक, विद्यार्थी व हेरिटेज कॉलेक्टिव्ह चे सदस्य या सर्वांनी एकत्र येऊन हा आध्यात्मिक क्षण अनुभवला. डॉ. शास्त्री यांनी श्री ज्ञानेश्वर माउलींच्या ‘देवाचिये द्वारी उभा क्षणभरी’ या अभंगातून चार मुक्तींचा सखोल विचार उपस्थितांपुढे ठेवला. समीपता, सलोकता, सरूपता, आणि सायुज्यता या मुक्तींचे विवेचन त्यांनी सहज आणि समर्थ भाषेत केले. त्यांनी मुक्तींचे संदर्भ समर्थ रामदासस्वामींच्या ‘दासबोध’ ग्रंथातून दिले. जीवनाच्या प्रवासात मोहांच्या वेलीत अडकून आपले अंतिम ध्येय विसरणाऱ्या एका रूपकात्मक कथेमुळे, उपस्थितांच्या मनावर खोल प्रभाव



पडला.

प्रवचनात डॉ. शास्त्री यांनी तात्त्विक विचार, संस्कृत वाङ्मयातील दाखले व प्रासंगिक कथा यांचा समन्वय साधत, नवयुवकांनाही समजेल अशा शैलीत विचार मांडले. विद्यार्थ्यांनीही त्यांच्या विचारांना उत्स्फूर्त प्रतिसाद दिला. अनेकांनी कार्यक्रमानंतर आपले अभिप्राय दिले.

कार्यक्रमाचे आयोजन हेरिटेज कॉलेक्टिव्ह या महाविद्यालयीन उपक्रमांतर्गत करण्यात आले. प्रा. डॉ. अनघा काळे यांच्या मार्गदर्शनाखाली हा उपक्रम प्रतिवर्षी वारी हा उपक्रम राबवला जातो.

भुसावळच्या सानवी सोनवणेने आंतरराष्ट्रीय स्केटिंग स्पर्धेत पटकावले दोन सुवर्ण व तीन रौप्य पदक

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

नवी दिल्ली – भुसावळची सानवी आनंद सोनवणे हिने थायलंडमध्ये पार पडलेल्या सातव्या आंतरराष्ट्रीय रोलर रिले स्केटिंग स्पर्धेत भारताचे नाव उज्ज्वल केले आहे. १८ ते २० जून २०२५ या कालावधीत रोलर रिले फेडरेशन ऑफ इंडिया यांच्यावतीने थायलंडमध्ये झालेल्या या स्पर्धेत भारतासह सहा देशांचे खेळाडू सहभागी झाले होते.

सानवी ही पोदार इंटरनॅशनल स्कूल, भुसावळ येथील इयत्ता ६ वी मधील विद्यार्थिनी असून ती आंबेडकर नगर, भुसावळ येथे राहते. तिने आपल्या वयोगटातील प्रतिस्पर्धी थायलंडच्या खेळाडूंना मागे टाकत २ सुवर्ण आणि ३ रौप्य पदके पटकावली आहेत. तिच्या या कामगिरीचा भुसावळसह संपूर्ण महाराष्ट्राला अभिमान असून सानवीच्या यशामागे तिचे कठोर परिश्रम तर आहेच, पण तिचे प्रशिक्षक पीयूष दाभाडे, दीपक सोनार सर यांचेही मोलाचे मार्गदर्शन आणि तिची आई ज्योती सोनवणे व वडील डॉ. आनंद सोनवणे यांचे सातत्याने दिलेले प्रोत्साहनही कारणीभूत ठरले. सानवीच्या पालकांनी तिला खेळात करिअर करण्यासाठी सर्वतोपरी साथ दिली आहे.

मागील वर्षी सानवीने राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरही चमकदार कामगिरी करत १ सुवर्ण व २ रौप्य पदके मिळवली होती. तिच्या या उल्लेखनीय यशासाठी क्रीडामंत्री दत्तात्रय भरणे, केंद्रीय सामाजिक न्याय राज्यमंत्री रामदास



आठवले, तसेच केंद्रीय सहकार व नागरी विमान वाहतूक राज्यमंत्री मुरलीधर मोहोळ यांनी तिला प्रशस्तिपत्र देऊन गौरविले.

सानवीच्या या यशामुळे देशातील इतर युवक-युवतींनाही प्रेरणा मिळत असून, तिच्या पुढील वाटचालीसाठी सर्व स्तरातून शुभेच्छांचा वर्षाव होत आहे.



जात्यावरच्या ओव्या.....

शेताच्या बांधानं कोण घेती मिळवणं ? दादाची बहिण आत्याबाई गवळण ||१३८||

दंड माझ्या भुजा माझ्या बाह्या लोखंडाच्या मायनं दिल्या घुट्या जायफळ यखंडाच्या ||१३९||

संदर्भ - शांताई इंगळे

संकलन - सौ. मनोरमा बोराडे

सहशिक्षिका, छत्रपती संभाजीनगर

(सहन) शीलं परमं भूषणम् सहनशीलतेतून तेज निर्माण करणारे जीवनमूल्य

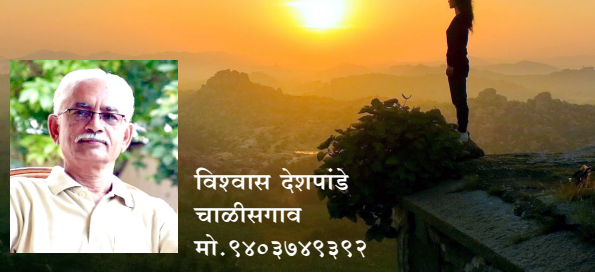
ज्योतिर्मय साहित्य

ही तर भूतकाळातील उदाहरणं झाली पण अलीकडच्या काळात अनेक समाजसुधारकांना, देशभक्तांना प्रचंड छळाला सामोरे जावं लागलं आहे. स्वातंत्र्यासाठी म. गांधींनी प्रत्यक्ष न लढता झ्रजांच्या धोरणांना विरोध करून त्यांचा छळ सहन केला. सत्याग्रहाचे त्यांचे अस्त्र म्हणजे सर्वोच्च सहनशीलतेचे उदाहरण. स्वातंत्र्यवीर सावरकर, भगतसिंग, राजगुरू, वासुदेव बळवंत फडके यांच्यासारखे महान देशभक्त झ्रजांच्या छळाला धैर्याने सामोरे गेले. साने गुरुजींनी समाजाचा छळ, उपेक्षा, अपमान सहन केला पण श्यामची आई सारखा करुणेची वर्षा करणारा अमृतप्रंथ जगाला दिला. म. फुले आणि सावित्रीबाई फुले यांना तर समाजाच्या केवढ्या रोषाला सामोरे जावे लागले. डॉ बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या वाट्याला सुद्धा प्रचंड उपेक्षा आणि अपमान आला. पण ते विष त्यांनी धैर्याने पचवले.

महर्षी कर्वे यांच्यासारख्या विधवांच्या पुनर्वसनासाठी कार्य करणाऱ्या समाजसुधारकाला समाजाने केवढा त्रास दिला. पण त्यांनी आपले कार्य सुरूच ठेवले. अशी खूप उदाहरणे आहेत. लोकनिंदेचे, टीकेचे जहर या सगळ्यांनी पचवले पण समाजाला अमृतच दिले. म्हणूनच ही माणसे आभाळाएवढी उंच झाली, महान झाली.

सर्वे गुणाः कांचनमाश्रयंते. ज्याच्याकडे पैसा त्याच्याकडेच सगळे

उगवतीचे रंग



गुण आहेत असे आज मानले जाते. पैसा हेच शील झाले आहे. असे असले तरीही शील आजच्याही काळासाठी अपरिहार्य आहे. आजच्या

वेगवान, स्पर्धात्मक आणि असहिष्णू वातावरणात आपल्याला श्रीरामांची मर्यादा, गांधीजींचा संयम, अहिल्याबाईंचा धीर, ज्ञानेश्वरांची विनयशीलता आणि तुकारामांची श्रद्धा पुन्हा शिकण्याची गरज आहे. शील हे बाह्य वर्तन नाही ते अंतःकरणातील प्रकाश , तेज आहे. शीलं परमं भूषणम् म्हणजे जिथे व्यक्तिमत्त्व सौंदर्याचं मोजमाप फक्त ज्ञान, संपत्ती, किंवा सामर्थ्यानि नव्हे तर त्याच्या संयम, सहनशीलता आणि शुद्ध

आचरणाने केलं जातं.

शेवटी एक छोटी प्रार्थना:

“ हे जीवन! दे संयम असा,

संकटांतही न डगमगता

शील राखू, सहन करू,

॥ संत महात्म्य ॥ लेखक - मधुकर बोरीकर 9403061886

संत ज्ञानेश्वर महाराज यांचा अभंग

ज्योतिर्मय साहित्य

आपल्या भोवती काहीही नाही. केवळ निर्वात पोकळी आहे.

खूप अंधकार दाटलेला आहे. या पोकळीचा आदी अंत कुठेच लागत नाही.हे केवळ जाणवते. पण देह भावांना पूर्णपणे संपलेली असते. मन हे जवळपास मेल्यात जमा असते. विचार नसतातच फक्त या निर्वात पोकळीचा अनुभव घेणारा कोणीतरी आहे. त्यास अनुभव येत आहेत असे भासते. ही समाधीची प्रगाढ अवस्था आहे. यात साधक बऱ्याच वेळेस बाहेर कसे पडावे हे त्याला कळत नाही. या समाधीत अखंड अमर्याद महानंद मिळत असतो.

सर्वत्र अंधकार दाटला आहे. निर्वात पोकळी आहे, आणि काहीही नाही हा निर्गुण निराकार परमात्म्याचा प्रत्यक्ष अनुभव असतो.अनाहत नादाच्या साथीने सद्गुरू शिष्यास यातून बाह्य जगतात परत आणतात व लोक कल्याणाची कामे करण्यासाठी त्यास उपदेश करतात.

तुज सगुण म्हणू की निर्गुण रे
सगुण निर्गुण एक गोविंद रे
हा सगुणा पासून निर्गुणा पर्यंत आणि निर्गुणात येताच महा शून्याचा महानुभव माऊलींनी घेतला व त्यांचा आत्मा हाच परमात्मा आहे यांचे विषयी त्यांचा निश्चय झाला. ही अवस्था त्यांच्या असा साधनेने परिपुष्ट झाली व त्यांच्या उपादेय हृदयात रखुमाईचा पती तो परमात्मा स्थिर झाला. हा परमात्मा अनेकांना केवळ मुर्तीतच

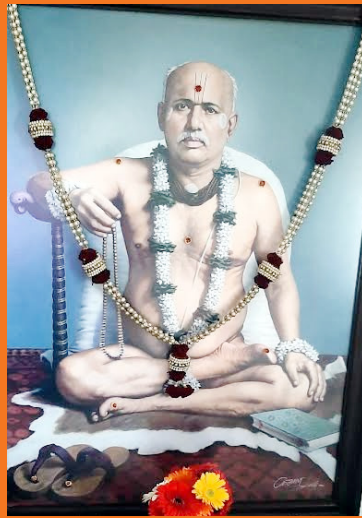
आहे असे वाटते ही उफराटी कळा म्हणजे चुकीची बाजू आहे असे माऊली म्हणतात.

असे अनुभव जेव्हा मनात शब्दच नाहीत अशा अवस्थेत मांडले आहेत. हे कोणत्या शब्दात मांडता येतील हे किती कठीण काम आहे ?तरीही माऊलींचे सामर्थ्य इतके की त्यांनी चपखल शब्दात हे दिव्य अनुभव मांडलेले आहेत.

या ज्ञानियांच्या राजास गुरू, महाराजांस विनम्रपणे अभिवादन करून हा लेख इथे संपवितो.

ज्ञानेश्वर माऊली ज्ञानराज माऊली तुकाराम औट हात चर्म देह बांदवडी त्रिगुणाची घडी गुगवे रया १ सोकरीता धाया काय करील माया श्री गुरुच्या थाया वीरूळा जाणे २ सोहंकारा सोहंकारा हरी पोकारा वायांचं मायेचा वारा भरू नका ३ सस द्वीप पृथ्वी नवखंड देव स्वर्ग भोगभाव राणीव व्यर्थ ४ ज्ञानदेवी सार हरिपंथ पार एक तत्व उच्चार तीही लोकी ५ कठीण शब्द : १ बांदवडी = भावबंध, बंध २ रया = तेज, शोभा, किर्ती, प्रतिष्ठा ३ गुगवे = न पकडणे, न कळणे, न समजणे ४ सोकरिता = तडाख्यात सापडणे. ५ टोकाळा = मद्तीसाठी धावा करणे ६ धारा = संवेदनशील माणुस, धावा करणे. ज्ञानेश्वर महाराजांचा हा किंचित कठीण असा वाटणारा एक अभंग आहे. ज्याचा उलगडा आज आपण करण्याचा प्रयत्न करणार आहोत.

(क्रमशः)



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

शेताची मशागत झाली, बी उत्तम पेरले, पाऊस चांगला पडला, आणि रोपही जोराने वर आले, तरी काम झाले असे नाही. कारण जसजशी एकेक पायरी पुढे जाईल तसतशी जास्त काळजी घेण्याची गरज असते. शेत वाढले तरी त्याचा नाश दोन कारणांनी होऊ शकतो; एक म्हणजे गुरेढोरे शेतात घुसून नाश करतील, किंवा दुसरे म्हणजे कीड पडून किंवा

साधनात अत्यंत सावधगिरी पाहिजे

टोळधाडीसारखा काही उपद्रव होऊन शेत साफ नाहीसे होईल. यापैकी पहिले कारण थोडे स्थूल आहे, तर दुसरे थोडे सूक्ष्म आहे. शेतात गुरेढोरे शिरली तर वरवर दृष्टी टाकूनही सहज समजते, आणि त्यांना हाकलताही येते. पण कीड पडली तर जवळ जाऊन बारकाईने पाहावे लागेल. शेताला कुंण घालून ढोरे आत शिरणार नाहीत असा बंदोबस्त करता येतो, आणि राख, शेण, औषधे वगैरे टाकून, कीड न लागेल अशी तजवीज करता येते. हे सर्व करताना शेतकऱ्याला सतत जागृत राहावे लागते. म्हणजेच, एक्सराखे शेतावर लक्ष ठेवावे लागते, हाच नियम परमार्थातही लागू पडतो. साधकाने अत्यंत काळजीने वागणे जरूर आहे. शेताचे रक्षण व्हावे म्हणून जसे कुंण, तसा संसार हा परमार्थाला कुंण म्हणून असावा. कुंणगालाच जर खतपाणी मिळाले तर कुंणच शेत खाऊन टाकते. तसे न होईल इतक्या बेताने संसाराला खतपाणी घालावे. शेताला कीड लागली की काय हे जसे बारकाईने पाहावे लागते, त्याप्रमाणे आपली वृत्ती कुठे गुंतते की काय याकडे बारकाईने लक्ष असावे. अशा सावधगिरीने वागले तर पीक हातात येईपर्यंतचे काम झाले. पण ‘पीक हातात आले, आता काय

काळजीचे कारण ?’ असे म्हणून भाणणार नाही. पीक हातात आले तरी त्याची झोडणी झाली पाहिजे. पुढे, दाणे दास्तानांत जपून ठेवले पाहिजेत; नाहीतर उंदीर, घुशी धान्य फस्त करतील. नंतर पुढे, जरूर लागेल तेव्हा ते कांडले पाहिजे. कांडतानासुद्धा दाणा फुटणार नाही इतक्या बेताने ते कांडले पाहिजे. अशा तऱ्हेने, आरंभापासून शेवटपर्यंत अगदी जागरूकतेने वागले पाहिजे, तरच साधकाची शेवटपर्यंत तग लागेल. नाहीतर मध्येच निष्काळजीपणामुळे, आणि सर्व काही हाती आले अशा भ्रमाने वागले, तर प्रगती थांबेल. अशी उदाहरणे फार आढळतात. म्हणून अतिशय सावधगिरीने वागावे. जो साधक प्रपंचामध्ये असेल त्याला प्रपंची लोकांच्या संगतीत राहावे लागणार; पण त्याने फार सांभाळून राहायला पाहिजे. आपली वृत्ती केव्हा बदलेल याचा नेम नसतो. खरोखर, परमार्थ ही कठीण शिकार आहे. शिकार अशी मारली पाहिजे, की आपल्या मीपणाला मारून आपण जिवंत राहिले पाहिजे, आणि आपल्याला नको तेवढेच गळून पडले पाहिजे. सावधानता ठेवून नाम घ्यावे. नामाची सतत धार धरावी. म्हणजे ते वृत्तीपर्यंत पोहोचते.



रात्री झोपण्यापूर्वी खा फक्त दोन विलायची

ज्योतिर्मय साहित्य

सकाळी पाहा याचे क्माल विलायची एक सुगंधीत मसाला आहे. गोड पदार्थांची चव वाढवण्यासाठी विलायचीचा वापर केला जातो. विलायचीचा वापर माउथ फ्रेशनरच्या रुपात देखील केला जाऊ शकतो. यामध्ये आयरन आणि रायबोफ्लेविन, व्हिटॅमिन सी आणि नियासिन देखील असते. हे रेड ब्लड सेल्स निर्माण करण्यासाठी महत्त्वपूर्ण भूमिका निभावते. विलायची खाण्याचे अनेक फायदे आहेत. आज आपण पाहुया विलायची खाल्ल्याने होणा-या काही फायद्यांविषयी... १ पचनक्रिया सुळीत करते. जेवणानंतर अनेक लोक विलायचीचा वापर माउथ फ्रेशनरच्या रुपात करतात. कारण, विलायची नैसर्गिकरित्या गॅसला नष्ट करण्याचे काम करते.

विलायची पचनशक्ती वाढवण्यात, पोटाची सूज कमी करण्यात आणि छातीतील जळजळ संपवण्याचे काम करते. आयुर्वेदिक ग्रंथांप्रमाणे विलायची पचनक्रियेत मदत करते. जर तुम्हाला अपचनाची समस्या आहे तर रात्री दोन विलायची, अद्रकचा छोटा तुकडा, थोडीशी लवंग आणि धने बारीक करा. हे पावडर गरम पाण्यासोबत घ्या. पोटासंबंधीत सर्व समस्या दूर होतील.

२ श्वासाची दुर्गंधी दूर होते विलायचीमध्ये अ‍ॅटी-बॅक्टेरियल गुण

असतात. यासोबतच विलायचीची तिखट चव आणि सुगंध, श्वासांची दुर्गंधी दूर करते. ही डायजेस्टिव्ह सिस्टीमला मजबूत करते. रोज जेवण केल्यानंतर एक विलायची खा किंवा रोज सकाळी विलायचीचा चहा प्या. ३ अ‍ॅसिडिटीपासुन आराम विलायचीमध्ये उपलब्ध असलेले तेल अ‍ॅसिडिटीला नष्ट करते. विलायची चावल्यानंतर त्यामधून अनेक प्रकारचे तेल बाहेर पडतात. जे तुमच्या लाळ ग्रंथींना उत्तेजित करतात. यामुळे तुमचे पोट चांगल्या प्रकारे कार्य करते. विलायची खाल्लावर त्यामधील तेल गरबा देते. यामुळेच विलायची चावल्यावर होणारी अ‍ॅसिडिटीची जळजळ दूर होते. ४ फुफूसांसंबंधीत आजारांचा नैसर्गिक इलाज विलायची दमा, खोकला, सर्दी आणि फुफूसांसंबंधीत आजारांपासुन आराम देते.

आयुर्वेदात इलायचीला एक गरम मसाला मानले जाते. ही शरीराला आतुन गरम ठेवते. विलायचीचे सेवन केल्याने कफ बाहेर पडतो.

सर्दी, खोकला किंवा छातीत कफ असेल तर विलायचीचे सेवन केल्याने या समस्या दूर होतात. जर तुम्हाला सर्दी झाली तर वाफ घेताना गरम पाण्याच्या भांड्यात थोडेसे विलायची तेल टाका. ५ एनीमियापासून वाचवते एक ग्लास गरम दूधामध्ये एक-दोन चिमूट विलायची पावडर टाका. तुम्ही तुमच्या आवडीनुसार साखर देखील टाकू शकता. एनीमियाचे लक्षण आणि अशक्तपणापासुन आराम मिळवण्यासाठी हे रात्री प्या. ६ कॅसरपासून बचावते विलायची मॅंगनीजचे एक प्रमुख स्रोत आहे. मॅंगनीज एंजाइमच्या सावमध्ये महत्त्वाची भूमिका निभावते. हे फ्री रॅडिकल्सला नष्ट करते. याव्यतिरिक्त विलायचीमध्ये शरीरातुन विषारीतत्व बाहेर काढण्याचे गुण असतात. ही कॅसरपासुन वाचवण्याचे देखील काम करते.

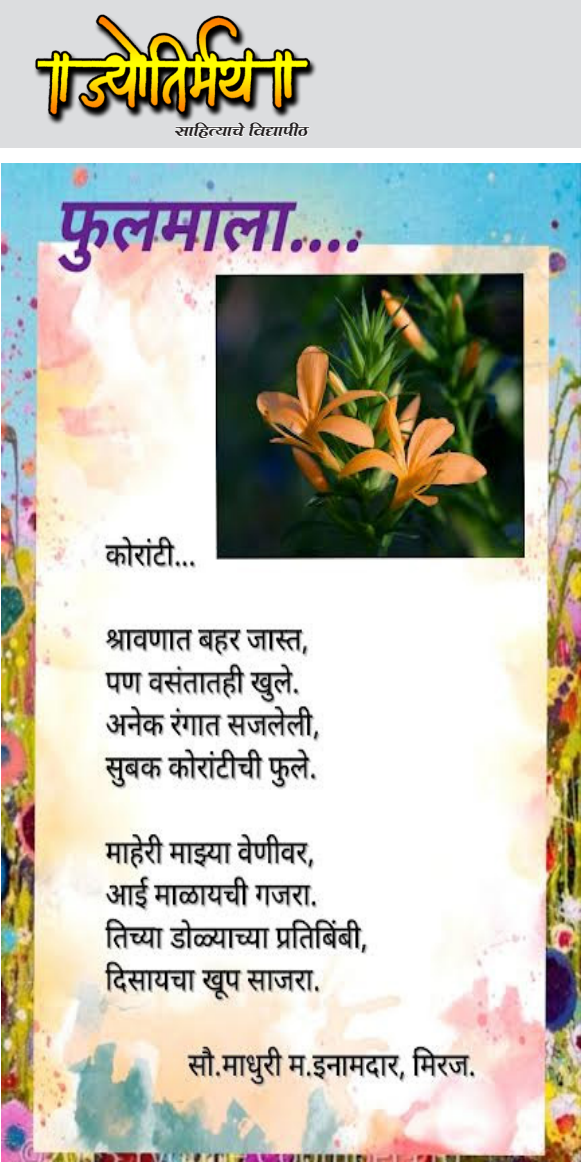
७ हृदयाची गती नियमित करते. विलायची पोर्टेशियम, कॅल्शियमसारख्या खनिजांनी परिपूर्ण असते. यामुळे ही शरीरातील इलेस्ट्रोलिसिस प्रक्रियेत महत्त्वाची भूमिका निभावते. विलायची हृदयाची गती नियमित करण्यात मदत करते. सोबतच विलायची ब्लडप्रेसरला नियंत्रित करते. यामुळे जर तुम्ही आपल्या हार्टला नेहमी हेलदी ठेवू इच्छिता तर नियमित विलायचीचे सेवन करा किंवा विलायचीची चहा पिण्यास सुरुवात करा.

संकलन -

डॉ. प्रमोद ढेरें (निसर्ग उपचार तज्ञ) पिंपरी-चिंचवड, पुणे.

आरोग्यविषयक व्याख्याते व लेखक

संपर्क - ९२ ७१ ६६९ ६६९



रवींद्रनाथ टागोर : वारसा आणि कार्य

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

आपल्या आयुष्याच्या उत्तरार्धात चित्रकलेकडे वळलेल्या रवींद्रनाथांना त्याची एवढी गोडी लागली होती की ते एकदा म्हणाले“ माझी पहाट फुलांनी डवरली होती, माझे मावळते दिवस रंगांनी बहरून निघोत.”

चित्रकलेच्या जरी अनेक पद्धती असल्या तरी रवींद्रनाथांनी कुठल्याही शैलीचे अनुकरण केले नाही. त्यांची शैली ही त्यांची स्वतःची होती. त्यात वास्तवतेला, नाविन्याला आणि सौंदर्याला महत्त्व होते. चित्रकार म्हणून साधारणपणे १७/१८ वर्षांची त्यांची कारकीर्द होती. एवढ्या कालावधीत त्यांनी दोन हजारांवर चित्रे काढली. विश्वभारतीने रवींद्रनाथांची चित्रे छापून त्यांचे दोन खंड चित्रालिपी या नावाने प्रकाशित केले. आपल्या बऱ्याच चित्रांवर रवींद्रनाथांनी निवेदनपर अशी काही इंग्रजी वाक्ये लिहिली आहेत. त्यामुळे या चित्रांमधील खुबी समजण्यासाठी मदत तर होतेच पण त्या चित्रात त्यांना काय सांगायचे आहे हेही लक्षात येते. त्यांच्या पेंटिंग्हाच्या खास पद्धतीवरही प्रकाश पडतो.

त्यांच्या या चित्रांमधील काही चित्रांबद्दल या ठिकाणी जाणून घेण्याचा प्रयत्न आपल्याला करता येईल. एका चित्रात त्यांनी एका प्रचंड अजगरावर एक मनुष्य बसलेला दाखवला आहे. या चित्रातून त्यांचा एक आवडता विचार व्यक्त होतो. या चित्रातून मानवी मनाची उत्क्रांती त्यांना दाखवायची आहे. हा प्रचंड अजगर म्हणजे इतिहासपूर्वकालीन प्रचंड शारीरिक वाढ. पण जसजसा मानवाचा विकास किंवा बौद्धिक उत्क्रांती होत गेली तसतसा तो या प्रचंड अजगरावर स्वार झाला आहे.

आणखी एका चित्रात रस्त्याच्या कडेला एक दगड आहे. त्यातील कडेच्या भेगेतून दोन फुले फुलली आहेत आणि जणू असे सुचवत आहेत की हे राकट दगड पृथ्वीचा सूर आणि फुलणारे जीवन दडपून टाकू शकत नाही. त्यातून त्यांना असेही सुचवायचे आहे की मानव आधुनिकीकरणामुळे निसर्गापासून दूर जात आहे. त्याने निसर्गाकडे परत यावे अशी त्यांची इच्छा आहे. त्यांच्या रक्तकरबी या नाटकात हीच प्रतीकात्मक मध्यवर्ती कल्पना आहे.

रवींद्रनाथांची चित्रे कलेच्या नावाखाली चाललेल्या सर्व प्रकारच्या गोंधळापासून कोसो दूर होती. आपल्या स्वतंत्र प्रतिभा शैलीने या चित्रात रंग आणि रेषांच्या माध्यमातून काव्य आणि उच्च मुल्यात्मक विचार ते व्यक्त करतात. त्यांनी रंगरखांचा कल्पकतेने आणि काटकसरीने वापर केला. माणसाचा चेहरा रेखाटताना डोळे, ओठ, नाक इत्यादी काढण्याची गरज त्यांना वाटत नसे तर केवळ लंबाकृतीद्वारे चेहऱ्याची आकृती ते सुचित करत आणि उरलेले सारे पाणण्याच्या कल्पनेवर सोडून देत. त्यामुळेच नंदलाल बोस यांच्यासारख्या प्रसिद्ध चित्रकाराला रवींद्रनाथांच्या चित्रात आणि रेखाटनात वास्तवता नसूनही ती वास्तव वाटली.

स्त्री म्हणजे रवींद्रनाथांच्या दृष्टीने एक गूढ रहस्य होते. त्यांनी स्त्रियांची जी चित्रे काढली त्यात अश्लीलता किंवा कामुकता कुठेही आढळून येत नाही. त्यांच्या चित्रातील स्त्रियांमध्ये लज्जा, शालीनता आणि कारण्य या स्त्री मुलभ वैशिष्ट्यांचे दर्शन आपल्याला घडते. त्यांनी केलेले फुलांचे अथवा निसर्गाचे चित्रण म्हणजे जणू त्यांनी अनुभवलेला निसर्ग ! त्यांच्या चित्रातील फुले, पाने आपल्याला निसर्गात आढळणार नाहीत कारण निसर्ग चित्रित करताना एकूणच वातावरण निर्मिती करणे हा त्यांचा प्रमुख हेतू असे. ही चित्रे त्यांनी शांतिनिकेतनच्या परिसरातील टवटवीत निसर्गाकडून प्रेरणा घेऊन साकारली आहेत.

आपल्या चित्रांबद्दल बोलताना रवींद्रनाथ एका ठिकाणी म्हणतात,“ मला माझ्या चित्रांचा जर्थ लोक नेहमीच विचारतात. मी गप्प राहतो. तशी माझी चित्रेही गप्प राहतात. यातले सारे अभिव्यक्तीसाठी आहे, स्पष्टीकरणासाठी नाही. आणि ह्या चित्राच्या अभिव्यक्तीत विचार करण्याजोगं आणि शब्दांनी वर्णन करण्यासारखं सुप्त, गुप्त असं काहीच नसतं आणि त्या चित्रात खरोखरच काही दृश्य सत्य असेल तरच ती टिकतात नाहीतर नापसंत ठरवून विस्मृतीत गडप होतात. मग जरी त्यात शास्त्रीय अगर नैतिक तथ्य असलं तरीही...”

जगभरात अनेक ठिकाणी रवींद्रनाथांच्या चित्रांची प्रदर्शने भरली आणि अनेक पाश्चात्य चित्रकारांनी त्यांच्या चित्रांची प्रशंसा केली. बर्लिनमध्ये जेव्हा त्यांच्या चित्रांचे प्रदर्शन भरले तेव्हा एका वर्तमानपत्राने असे लिहिले की टागोरांनी अत्यंत विस्मयकारक असा रंगांचा चोखंदळपणा दाखवला. त्यांची रंगचित्रे संपूर्ण लय आणि माधुर्याने भरलेली आहेत.

बर्मिंघॅम शहरातील सिटी आर्ट गॅलरीत रवींद्रनाथांच्या चित्रांचे प्रदर्शन भरले होते. ते पाहिल्यानंतर जोसेफ साऊथ हॉल या नावाचा कलासमीक्षक थक झाला. रवींद्रनाथांच्या चित्रांबद्दल त्याने प्रशंसेदागार काढले आहेत. त्याने त्यांच्या चित्रातील आध्यात्मिक गुणांचीही नोंद घेतली. तो म्हणतो, टागोरांची जी चित्रे मी पाहिली, त्यात प्रतिभासंपन्न कलाविष्कार आहे. त्यात रंग आणि रेखातील पौर्वात्य शैली दिसते. आकृती आणि लय यातली त्यांची जाण आम्हाला पर्शियन अथवा भारतीय वस्त्राप्रमाणे वा हस्तशिल्पाप्रमाणे सुंदर वाटते. त्यांचे रंगज्ञान तर अतिशय अपूर्व आहे. **(क्रमशः)**

साहित्य-संस्कृति

आनंद आणि सुख अलिप्त होण्यातलं

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

काळ कधीच कुणासाठी थांबत नाही. बघता बघता लहान मुलं मोठी होत जातात, शिकतात तारुण्यात पदार्पण करतात, नौकरी किंवा व्यवसायात रमु लागताच, आई बाबा मागे लागतात, अरे आता तुझ्या लग्नाचं बघू. हे चूक आहे असे नाही पण काळ बदलत चालला आहे आजकाल मुलं मोकळी वागतात,स्पष्ट बोलतात आणि सांगतात, आताच लग्न करायचं की नाही? अपवाद वगळता काही मुले मला आवडलेली मुलगी करणार हे स्पष्ट सांगतात. आणि आयुष्याच्या प्रश्न असतो म्हणून आई, बाबा ते स्थळ कसे आहे? तिकडचे लोक कसे आहेत? त्यांचं घराणं कसं आहे? या गोष्टींचा उहापोह करतात.

कधी कधी आईला, कधी बाबाला तर कधी उभयतांना कुठे हे मान्य असतं तर कुठे कुठे हे मुळीच हे मान्य नसतं. हे चूक आहे असे मुळीच नाही पण आजकालच्या मुलांना बाहेरचं जग, सतत आजूबाजूला घडणाऱ्या घटना वाचन, मोबाईल, इंस्टाग्राम, फेसबुक, व्हॉट्सअॅप या आणि अश्या इतर सोशल मीडियामुळे वेगवेगळ्या बातम्या लगेच वाचायला मिळतात, व्हिडिओ पाहायला मिळतात. त्यातील खरं खोटे पण ही सहज कळतं, इतकी हुशार आहे ही पिढी.

आपल्या घरचे वातावरण, प्रत्येकाचे स्वभाव – विभाव, आसपासचे वातावरण, नौकरी किंवा व्यवसायातील अनुभव त्यामुळे

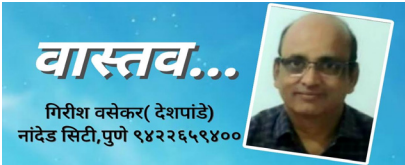
आजकालच्या जीवघेण्या स्पर्धेतून पुढे सरकलेल्या या पिढीला आपल्यासाठी कोण योग्य? कोण अयोग्य? याचा अंदाज लागतो आहे.

(अपवादात्मक प्रेमासाठी वाटेल ते? असे करणारी मंडळी कदाचित थोडी वेगळी असू शकेल.) पण तरीही आई बाबाचा एखाद्या गोष्टीसाठी हट्ट कायम असला की तेथे हळूहळू घरात धुसफूस सुरू होते आणि काही ठिकाणी त्याचे वादळ ही उठते. हे आता कुठे तरी कमी व्हायला हवे. त्यांना त्यांच्या जीवनाचा साथीदार निवडण्याचे बंधनं नको आहेत. एकदा की त्यांचं लग्न पार पडले की

हळूहळू आई बाबांना यातून अलिप्त

व्हायला जमलेपाहिजे.

अलिप्त या शब्दाची व्याप्ती खुप मोठी आहे. वय वाढत गेले की हळूहळू घरातील जबाबदारी जशी कमी होत जाते, तसे निर्णय लादण्याची प्रवृत्ती ही कमी होत गेली पाहिजे. आयुष्यात सोडणं जमलं पाहिजे. केवळ वस्तू, व्यक्ती, किंवा मी पणा नव्हे तर नकारात्मक आठवणी, भीती, दुःख विसरता आली पाहिजेत. मी, माझ हे शब्द हळूहळू मनातून, बोलण्यातून लुप्त करून आनंदाने व्यक्त होता आलं पाहिजे. फुलं जशी एकदा देवाच्या चरणी अर्पण झाली की त्यांची सुंदरता कमी



काव्य, किंवा गाणे किंवा जवळ असलेल्या इतर कला जपताना, स्वतःला आणि इतरांनाही फक्त आनंद आणि आनंदच मिळेल यासाठीही प्रयत्न करताना हळूहळू नामात ही गुंगता आलं पाहिजे. कारण नाम ही खुप सुंदर साधना आहे. यात मनोभावे रमले की मग सुख म्हणजे काय असतं? याची प्रचिती आल्याशिवाय राहणार नाही आणि मी, माझं आणि मी पण कधी सुटले? हे ही कळणार नाही, हे नक्की.

विश्व हिंदु परिषद तालुका मातृशक्तीच्या वतीने योग दिन साजरा

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

कुरखेडा - आंतरराष्ट्रीय योग दिनाच्या निमित्ताने विश्वहिंदू परिषद तालुका मातृशक्ती शाखेच्यावतीने वृंदावन कॉलनी कुरखेडा येथे विश्वहिंदू परिषद मातृशक्तीच्या तालुका अध्यक्षा साहित्यिक, सामाजिक कार्यकर्त्या संगीता ठलाल यांच्या पुढाकाराने वृंदावन कॉलनी येतील करंजीच्या झाडाखाली सामूहिक योग करण्यात आला.

सोबतच दैनंदिन योग केल्याने अनेक फायदे होतात तसेच आरोग्य सुदृढ राहते प्रत्येकांनी दररोज योग केले पाहिजे आरोग्य हीच खरी धनसंपदा आहे. असे संगीता



ठलाल त्यांनी मोलाचे मार्गदर्शन केले. त्या प्रसंगी उपस्थित असलेल्या विद्या पुस्तोडे, वैशाली कुमरे, लता गहाणे, प्राजक्ता सोलंकी, लता जांभूळे,

रूपाली पदे, सुनिता सोयाम, गिरीजा मिरी, यामिणी मलगाम, पूर्णा ठलाल, खुशबू तुलावी, हिना मरसकोल्हे, स्वाती डाकळे, संगीता ठलाल,

बालगोपाल विभांशु डाकळे, मयंक मलगाम हे प्रामुख्याने उपस्थित होते. सर्वांनी एकमेकांना योग दिनाच्या शुभेच्छा दिल्या.

हजारी कविता-आख्यान डॉट कॉम

ज्योतिर्मय  **साहित्य**

मंडळीहो, नमस्कार.

सदैव सैनिका पुढेच जायचे, न मागुती तुवा कधी फिरायचे... तुम्ही म्हणाल, अहो आख्यानवाले, आज एकदम वीरस कसा काय संचारला बुवा तुमच्या अंगात? तर त्याचं असं आहे मंडळीहो, आजूबाजूला कुणी युद्धाची भाषा बोलू लागलं की, अंगात वीरस उत्पन्न होणं हे व्यवच्छेदक लक्षण आहे आपलं. उदाहरणार्थ, मी अमुकतमुक योद्धा, किंवा सलानीफलाणी लढाई, किंवा टमकीटमकी बाजी मारली, इ. इ. मराठी अस्मिता दुखावली तर मग काय... गेलोच कामातून. समोरच्याचं काही खरं नसतं. तर हा वीरस असा आपल्या रोमारोमांत. का विचारा?

अहो आपल्या मराठी भाषेची प्रकृतीच आहे अशी घट्टमुट्ट... आता हे तिचं बाळपणीचं रुपडं... मागंही एका आख्यानात सांगितलं होतं, तरी एकदा रिपीट... दढमडह सामलंगे सहिरे अहिमाण कलहसीले य । दिण्णले गहिल्ले उस्तविरे तथ्य मरहट्टे ॥ घट्टमुट, काळासावळा, सहनशील, अभिमानी कलहशील (भांडखोर) व दिण्णले, गहिल्ले असं बोलणारा तो मरहट्टा होय. (कुवलयमाला इ. स. ७७८) बोला पुंडलीऽऽ क वरदे हाऽऽरी विठ्ठल । आता हे मराठी नामक बाळ हजार वर्षांपूर्वीच असं घट्टं होतं तर आता निगरगट्टं झालं का? नाही हो महाराजा... अजिबात नाही.

उलट असं झालं मंडळीहो की, पृथ्वीच्या पोटातला तप्त लाव्हा, जो कधीकाळी इथे महाराष्ट्र देशी पसरला, त्याचा कातळ होत तो घट्ट होत गेला,पण काय आश्चर्य घडलं बघा... या कातळाला फुटले पाझर आणि काव्याचे रणजुणले निझरं. दिण्णले, गहिल्ले ... दिले-घेतले असा रोखठोक व्यवहार करणारी मराठी जेव्हा ज्ञानेश्वरीतल्या एकेका ओवीच्या कुपीतून उलगडू लागली, तेव्हा ओहोहो... काय बोलावं मंडळीहो,

आम्ही तो पामर तिजपुढती । वर्णाया ती



डॉ. निर्मोही फडके

रूपमती । तेजोमेधांची वसती । तिच्या ठायी ॥ बोला पुंडलीऽऽक वरदे हाऽऽरी विठ्ठल । तेव्हा मंडळीहो, आपले आद्य भाषा-शिक्षक श्री संत ज्ञानेश्वर. लखलखीत नक्षत्रांची देणी आपल्याकरता अशी ती माउलींची ज्ञानेश्वरी. तिच्यामध्येही भाषेचं घट्टमुट्ट असणं असं बेमालूम मिसळलंय, जसं घट्टं बर्फाच्या तुकड्यानं पाण्यामध्ये विरघळून जावं. पाण्याचं रूप तेच. तसंच. प्रवाही. मंडळीहो, जेहेते कालाचे ठायी, योगविद्येला चांगले दिवस आले आहेत. अखिल विश्वात प्राणायाम नि योगासनं ह्यांच्या ऑनलाईन दुंदुभी अगदी दुरंत गाजतायत. योगविद्येचं महत्त्व पटू लागलंय महाराजा. प्राणवायू नि त्याची पातळी रोज रोज तपासायची वेळ येऊन ठेपलीच बघा आपल्या पिढीच्या नशिबी. ते स्वर्नामक ठिकाण असलंच तर तिथले अनेक प्राचीन भारतीय योग्यांचे आत्मे, वरून खाली आपल्याकडे बघत म्हणत

असतील... तरी आम्ही सांगत होतो... बघा आलीच ना ती वेळ. तर ते असो मंडळीहो... तर ही योगविद्या... आता ही विद्या, शरीराला काटक आणि निरोगी ठेवण्याकरता पूरक ठरणारी. शेतीतल्या, खेड्यातल्या कष्टांची आणि कुस्ती, कबड्डी, खो खो असे दमसास असणा-या खेळांची सवय असलेल्या शेतकरी-कामकरी पक्षाला... म्हणजे लोकसमुदायाला तिचं महत्त्व काय सांगणार? कामांच्या रहाटाडग्यात ती तमाम जनता ही अनेक प्रकारची योगासनं करतंच असते. पण उरलेल्या जनतेचं काय? तेव्हा अशा तमाम आळशी, अर्धआळशी, बुद्धिजीवी पण आळशी आणि कामसू जनतेकरताही उपयोगी होईल असं योगशास्त्र, माउलींनी आपल्या ग्रंथात असं काही समजवलंय की, अक्षरशः असं वाटतं आपल्या देहाचा एक्स रे फोटोच आपण शब्दांच्या रूपात वाचत आहोत.

आता हेच पहा ना... योगासन करण्याकरता आसन कोणत्या जागी, कशा प्रकारच्या वातावरणात असावं इथपासूनच माउली सांगायला सुरुवात करतात. त्यांनी जे काही शांत, काव्यमय वातावरण वगैरे सांगितलंय ते काही सध्याच्या परिस्थितीत आपल्यासारख्या महानगरीय पामराला उपलब्ध होणं तसं थोडं कठीणच. झालंच तर त्यापरते उत्तम ते नाही. म्हणजे माउली सांगतात, शांत जलाशयाकाठी, वा-याची सौम्य झुळूक, प्रपंचात रममाण झालेल्या लोकांची ये-जा नसावी, जलाशयाजवळ राहणारे हंस, दोन-चार चक्रवाक पक्षी, एखादा कोकिल, अधूनमधून काही मोर इत्यादी. इतकं पुरे.

(क्रमशः)

बुधवार दि.२५ जून २०२५

३



लग्न म्हणजे एक संस्कार...



ज्योतिर्मय  **साहित्य**

द्वेष आणि मत्सरात प्रचंड ताकद असते... ती राष्ट्रच्या राष्ट्र उध्वस्त करतात, करू शकतात... रामायण, महाभारत काळापासून सिद्ध करून दाखवले आहे... द्वेष आणि मत्सर मनात कायम ठेवून... आनंदात जगणे... खूप कठीण असते... असे कधी कधी वाटते... तेव्हा लहानपणी सर्वांशी प्रेमाने वागावे... असं काहीतरी ज्यांनी शिकवले... त्यांना मस्त शिष्या घाव्या... मन:शांती साठी त्याचीच गरज असते... यात आपली प्रगती काहीच नाही... आता आता कुठे आपण कुटुंब कुटुंबात, जाती, धर्मात करायला सुरुवात केली... तेही घाबरत घाबरत... जग कोठे चाललेय? आणि आपण... गेल्या काही वर्षात... जगात खूपच प्रगती झाली... पूर्वी खूप चुका होत होत्या... पण आता कोणीच चुकत नाही... प्रत्येकजण बरोबरच असते... आणि हेच मान्य होत नाही... त्यामुळे उणीचच वादविवाद करत बसतात... पण अशा काळात... एखादी घटना घडते... कोण बरोबर? हा प्रश्न पडत असावा... काही जणांना तरी पडला असावा... तिचे लग्न होऊन... साधारण १५/१६ वर्षे... उच्च शिक्षित... पवित्र बंधन... लग्न म्हणजे एक संस्कार... पण हे मुलींसाठी... हे मात्र पटले नाही... पण संस्कार म्हणून एका मर्यादित... पण मर्यादा ओलांडायी लागलीच... मुलगी शाळेत जाऊ लागली... तीने व्यवसाय सुरू केला स्वतंत्र... एक नवीन साथीदार किंवा बॉयफ्रेंड मिळाला... घरात समजले... नवऱ्याच्या गलफ्रेंडने सांगितले... खरं तर सगळेच बरोबर होते... पण जात आली, धर्म आला... संस्कार आला... आणि कोण बरोबर? वादविवाद... तशी ती शांत..पण घराण्याची इज्जत वगैरे ऐकून... एक निर्णय घेऊन टाकला... नवऱ्याने आणि त्याच्या घरच्यांनी... अतिशय सुसंस्कृत शिष्यांची आरती... रोज संध्याकाळी सुरू केली... तीने घर सोडले... ती मुलगी आमच्या घराण्याची वारस... तिला आमच्या स्वाधीन कर... विनाशकाळे... तीने सूड घेण्याचे ठरवले... मुलीवर आपल्याच बॉयफ्रेंडला सांगून... बलात्कार करायला लावला... एकदोन वर्षे असेच आणि अनेकांना सांगितले... नवऱ्याला फोन केला... तुमची इज्जत घेऊन जा... तो फोन करतो... मी येतो, मुलीला घेऊन जाणार... ती त्याच्या बॉयफ्रेंडला सांगते... तिच्या मुलीबरोबर... नको त्या अवस्थेत... काही कळायच्या आत... काही बोलायच्या आत... रक्ताच्या बिछान्यावर... शेवटच्या श्वास... म्हणत होता... कोणाचेच काही चुकले नाही... ना बायकोचे ना नवऱ्याचे... पण त्या मुलीचे आयुष्य मात्र जिवंतपणीच संपवून टाकले... सगळ्यांचे बरोबर असूनही...



ऑनलाईन औषधोपचार

आता सर्वकाही झाले आहे ऑनलाईन मग आजारांपणात पण परबसल्या औषधोपचार घ्या, कुठेही जाण्याची गरज नाही, वेळ व पैसा वाचवा 100 % खात्रीशीर इलाज, गुंतेरोग, शारीरिक थकवा, बऱ्याच गोष्टी कोणालाही सांगण्यास लाज वाटते अशा वेळेस फक्त फोनवर तुम्ही तुमचा आजार सांगू शकता व त्यावर आधुनिक पद्धतीने हम्याखाल उपाय केला जाईल, जोराने औषधे वापरल्या जातील, गरिब व गरजूंदायांसाठी बी. शिवा ए एच. 37 वर्षांचा अनुभव, 200 पेक्षा अधिक पुरस्कार मिळव, 2 जागतिक अधिक विविध शैिक समर्यावत रागांवर पयारी उपचार, आतापर्यंत ५ ऑनसरी डॉक्टरच्या पदव्या देऊन विविध संस्थांनी त्यांना सम्मानित केलेले आहे, त्यांचा या कार्याची नोंद लंडन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, ओपासिक बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, एशियन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, हुज-हु-हुन एशिया रेकॉर्डस मध्ये विक्रमी नोंद झालेली आहे. सेक्स विषयक कोणताही प्रॉब्लेम असो फक्त एकदा फोन करा व मार्गदर्शन घ्या, व तुमचे प्रश्न सोडवा.

Dr Shaikh A H - 98606 99906

