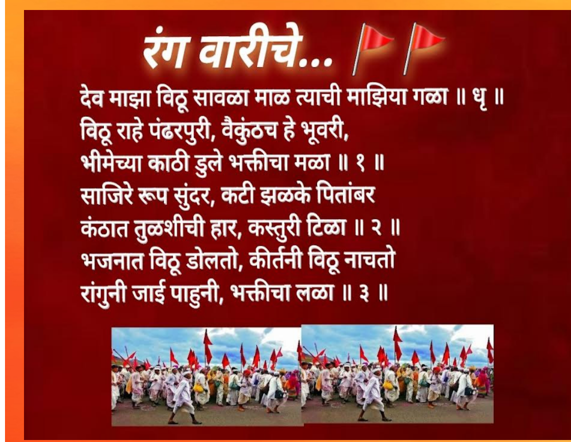


ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष १ ले ❑ अंक १२७ वा ❑ रविवार दि.२९ जून २०२५ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

चीनमध्ये दरवर्षी गाढवांची कत्तल का केली जाते?

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

जगात गाढवांची आयात करणारा चीन हा देश प्रथम क्रमांकावर आहे.चीनमध्ये गाढवांची मागणी प्रामुख्याने पारंपारिक चिनी औषधांमध्ये वापरल्या जाणाऱ्या एजियाओ या औषधाची आहे. एजियाओ हे गाढवाच्या कातड्यापासून बनवले जाते आणि ते चीनमध्ये एक लोकप्रिय टॉनिक आहे. या मागणीमुळे, चीन जगभरातून, विशेषतः पाकिस्तानमधून गाढवांची आयात करत आहे, जिथे गाढवांच्या कातड्या उच्च दर्जाच्या मानल्या जातात. चीनमधील पारंपारिक औषध एजियाओच्या उत्पादनासाठी दरवर्षी लाखो गाढवांची कत्तल केली जाते.

जवळजवळ दोन सहस्र वर्षांपासून, गाढवाच्या कातडीचा गोंद (कोला कोरी असिनी) हा चिनी औषध विक्रेत्यांचा भाग आहे. एजियाओ, किंवा ई-ग्लू ज्याला चिनी भाषेत या औषधाचा संदर्भ आहे, त्यात जिलेटिन असते जे गाढवाच्या कातडी पाण्यात उकळून काढले जाते. पारंपारिक चिनी औषधांनुसार, एजियाओ रक्त मजबूत करते, रक्तस्त्राव थांबवते आणि महत्वाच्या द्रवपदार्थांची गुणवत्ता सुधारते. याचा वापर थकलेल्या रुग्णांच्या जोम पुनर्संचयित करण्यासाठी केला जाऊ शकतो किंवा चैतन्य बळकट करण्यासाठी आणि आरोग्य सुधारण्यासाठी जीवन वाढवणारे टॉनिक म्हणून घेतले जाऊ शकते. अलिकडच्या बायोमेडिकल क्लिनिकल चाचण्या गाढवाच्या कातडीच्या जिलेटिनच्या हेमॅटोपोएटिक (रक्तपेशी उत्पादक) प्रभावाची पुष्टी करतात.

यामुळे जागतिक स्तरावर गाढवांची संख्या कमी झाली आहे. गाढवांची संख्या घटू लागल्यानं जागतिक पातळीवर गंभीर संकट निर्माण झालं आहे. चीनमधील हा उद्योग जवळपास ६.८ अब्ज डॉलरचा आहे. भारतीय रुपयांमध्ये हा आकडा ५८ हजार कोटी रुपये इतका होतो.

गाढवांच्या चामडीमधून निघणाऱ्या जिलेटिनपासून एजियाओची निर्मिती केली जाते. त्याचा वापर रक्त वाढवण्यासाठी, रोगप्रतिकारशक्ती वाढवण्यासाठी, थकवा कमी करण्यासाठी आणि काही आजारांमध्ये उपचारांमध्ये केला जातो. याशिवाय सौंदर्य प्रसाधनांमध्येदेखील एजियाओचा वापर होतो. चीनमध्ये पारंपारिक औषधांसाठी दरवर्षी जवळपास ६० लाख गाढवांची कत्तल केली जाते. ब्रिटनमधील एक चॅरिटी संस्था द डॉंकी सँक्चुअरीनं गुरुवारी याबद्दलची माहिती दिली. चीनमध्ये एजियाओ नावाचं एक उत्पादन तयार होतं. हे एक हेल्थ सप्लीमेंट होतं. ते तयार करण्यासाठी गाढवांच्या चामडीतून निघणाऱ्या कोलेजनचा वापर केला जातो. गेल्या वर्षभरात ५९ लाख गाढवांची कत्तल चीनने केली.चिनी संशोधन संस्था कियानझाननं दिलेल्या आकडेवारीनुसार, हा उद्योग ६.८ अब्ज डॉलरचा (जवळपास ५८ हजार कोटी) आहे. चीनमध्ये १९९२ मध्ये गाढवांची संख्या १.१ कोटी रुपये होती. २०२३ मध्ये हाच आकडा थेट १५ लाखांवर घसरला. त्यामुळे चीन आपली गरज भागवण्यासाठी आफ्रिकेकडे डोळे लावून बसला आहे. गाढवांची संख्या घटत असल्यानं आफ्रिकेनं गेल्याच वर्षी गाढवांच्या हत्येवर १५ वर्षांसाठी बंदी आणली. यामुळे गाढवांवर अवलंबून असलेल्या आफ्रिकेच्या ग्रामीण भागांवर विपरीत परिणाम होऊ लागला आहे.

पाकिस्तान व दक्षिण आफ्रिकेतून चीन गाढवांची मोठ्या प्रमाणावर आयात करतो. भारताकडून चीनला थेट आणि वैधपणे गाढवांची निर्यात होत नाही. पण चीनमध्ये एजियाओच्या वाढत्या मागणीमुळे भारतातून अवैध मार्गानं गाढवांची तस्करी होते. नेपाळमार्गे ही तस्करी केली जाते. त्यामुळे भारतातील गाढवांची संख्याही वेगानं कमी होत आहे. २०१२ मध्ये भारतात ३.२ लाख गाढवं होती. २०१९ मध्ये हाच आकडा १.२ लाखांवर आला. ही घट ६२ टक्के आहे.

लायन्स क्लब छत्रपती संभाजीनगर वाळूजची नूतन कार्यकारिणी जाहीर

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर – नुकतीच लायन्स क्लब छत्रपती संभाजीनगर वाळूजची डायरेक्टर व जनरल बॉडी मिटिंग उत्साहात पार पडली. या बैठकीत वर्ष २०२५-२६ करिता नूतन कार्यकारिणीची सर्वानुमते निवड करण्यात आली.

या निवडीत अध्यक्षपदी श्री. अशोक गुरनाळे, सचिवपदी श्री. दत्तात्रय देशपांडे आणि कोषाध्यक्षपदी श्री. दयाल डीडोरे यांची एकमताने निवड करण्यात आली. कार्यकारिणी निवडीच्या प्रक्रियेत मावळते अध्यक्ष श्री. ज्ञानेश्वर काळे, तसेच आर.एस. राकवाल, जितेंद्र महाजन, योगेश धोत्रे यांनी पुढाकार घेतला. संपूर्ण प्रक्रियेत पारदर्शकता आणि सहकार्य यांचा आदर्श ठेवण्यात आला.

यावेळी सुनील राका, दिनेश पाटील, संतोष काथार, प्रदीप देशपांडे, जयराज पाटील, अशोक जगधने, अशोक भालेकर, राजाराम जाधव, डॉ. धनंजय घुनावत, डॉ. पंडित पळसकर, डॉ. रणजीत गायकवाड, बाबासाहेब निकम, शशांक तोलवानी, अंकुश कावले, रणजीत चव्हाण, प्रशांत धोत्रे, गणेश बनकर यांसह अनेक लायन्स सदस्यांनी आणि लेडी लायन्स सदस्यांनी नविन कार्यकारिणीचे हार्दिक अभिनंदन केले.

नवीन कार्यकारिणीच्या नेतृत्वाखाली क्लबच्या सामाजिक उपक्रमांना नवी दिशा मिळेल, असा विश्वास या वेळी अनेक सदस्यांनी व्यक्त केला.

आरएसएसचे उद्दिष्ट हिंदू समाजाला स्नेहाच्या धाग्यात बांधणे आहे–मोहन भागवत

शताब्दी उत्सव २६ ऑगस्टपासून सुरू होणार

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

पुणे – संपूर्ण हिंदू समाजाला आपलेपणा आणि आपुलकीच्या धाग्यात बांधणे हे आरएसएसचे उद्दिष्ट आहे. यासोबतच, हिंदू समाजाने संपूर्ण जगाला या आपलेपणाच्या धाग्यात बांधण्याची जबाबदारीही घेतली आहे. पुण्यात आयुर्वेदाचार्य दिवंगत वैद्य पी. वाय. खाडीवाले यांच्या चरित्राच्या प्रकाशन कार्यक्रमात संघ प्रमुख भागवत बोलत होते.

भागवत यांच्या विधानातील प्रमुख मुद्दे...

मानवांकडे प्राण्यांच्या तुलनेत बुद्धिमत्ता आहे. जर त्यांनी त्यांच्या बुद्धिमत्तेचा योग्य वापर केला तर ते चांगले होऊ शकतात, परंतु जर त्यांनी त्याच बुद्धिमत्तेचा गैरवापर केला तर ते आणखी वाईट होऊ शकतात.
मानवांना वाईटापासून रोखणारी एकमेव गोष्ट म्हणजे आपलेपणा आणि आपुलकी.

परत देणे हा शब्द आज इंग्रजीत फॅशनेबल बनला आहे, परंतु ही भावना भारतात बऱ्याच काळापासून आहे. भागवत म्हणाले की, संघ शिकवतो की जर कोणी तुमच्याबद्दल आपलेपणा दाखवत असेल तर तुम्हीही तेच प्रेम आणि करुणा दाखवली पाहिजे.

संघ काय करतो? तो हिंदूंना एकत्र करतो. ही वाढती आत्मीयता आणखी मजबूत केली पाहिजे, कारण संपूर्ण जग त्यावर चालते. खरी एकता सर्वांना जोडणाऱ्या समान धाग्याला ओळखून येते.

२६ ऑगस्टपासून आरएसएस शताब्दी उत्सव सुरू होणार

आरएसएस शेकडो हिंदू परिषदा आणि सामुदायिक बैठकांसह आपले शताब्दी वर्ष साजरे करणार आहे. जे देशभरात आयोजित केले जाईल. २ ऑक्टोबर रोजी विजयादशमीच्या दिवशी अखिल भारतीय योजना आखण्यात आली आहे. २६ ऑगस्ट रोजी दिल्लीत मोहन भागवत यांच्या तीन दिवसांच्या व्याख्यानमालेने त्याची सुरुवात होईल. त्यानंतर, ही व्याख्याने मुंबई, बेंगळुरू आणि कोलकाता येथे आयोजित केली जातील.

आरएसएस प्रमुख म्हणाले – शक्तिशाली असण्याशिवाय पर्याय नाही: हिंदूंनी संघटित व्हावे, देशाच्या सैन्यालाही मजबूत बनवावे, जेणेकरून कोणीही त्याचा पराभव करू शकणार नाही

भारताकडे शक्तिशाली असण्याशिवाय पर्याय नाही. आपल्या सर्व सीमेवर वाईट शक्तींचा दुष्टपणा आपण पाहत आहोत. भागवत यांनी हिंदू समाजाला एकत्र येऊन भारतीय सैन्याला मजबूत बनवण्याचे आवाहन केले, जेणेकरून अनेक शक्ती एकत्र आल्या तरी त्या त्यांचा पराभव करू शकणार नाहीत. भागवत म्हणाले– कृषी, औद्योगिक आणि वैज्ञानिक क्रांती संपल्या आहेत. आता जगाला धार्मिक क्रांतीची गरज आहे आणि भारताला मार्ग दाखवावा लागेल.

अवघा सूर एक झाला....!

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

दूर साता समुद्र पार एक संगीत वेडं बेट होतं..! तिथं अहोरात्र संगीत चालायचं. यावर्षी त्या बेटावर एक अनोखा संगीत समारोह संपन्न होणार होता. जगभरातल्या सगळ्या संगीताला या समारोहाला आमंत्रित केलं होतं. आपल्या देशात सुद्धा आमंत्रण पोहोचलं होतं बर का...!! हे आमंत्रण पोहोचल्यापासून संगीत विश्वात जोरदार धांदल उडाली होती. संपूर्ण भारतात काश्मीर पासून कन्याकुमारी पर्यंत उत्साहाची एकच लाट उसळली होती. कुणी कुणी जायचं..? कसं जायचं..? थीम काय ठरवायची.? किती जण सहभागी होऊ शकतात..? एक ना दोन ... असंख्य शंका..!! सगळ्यांचे फोन सारखे खणखणयाला लागले..! मग सगळ्यांचा कॉमन फ्रेंड तबला बनला ॲडमिन...! त्याने सगळ्यांचा व्हाट्सअप चा ग्रुपच बनवला.. हिंदुस्तानी संगीत नावाचा...!! ग्रुपच्या सदस्यांची संख्या २५० च्या वर गेली. यात बडा खयाल पासून.. ठुमरी.. टप्पा.. अगदी लावणी, नाट्यगीता पर्यंतचे अनेक गायनाचे सदस्य... सतार, संतूर, सरोद, दिलरुबा डग्गा, ढोल, ढोलकी, मृदुंग,पखवाज, डफ,डफली, हलगी वगैरे वादनाचे सर्व सदस्य... भरतनाट्यम, कथ्थक, मोहिनीअट्टम ,ओडीसी पासून नृत्याचे सर्व सदस्य.. शिवाय भारताच्या कानकोपऱ्यातील लोकगीतं, लोक नृत्य, आदिवासी नृत्य,आदिवासी वाद्य... बापरे... बापरे.. बाप...!! ग्रुप बनवता बनवता तबला अगदी थकून गेला. प्रत्येकाच्या सूचना, शंका यांना तो न कंटाळतात न चिडता उत्तर देत होता. “ ड्रेस कोड कोणता ठेवायचा? “ या प्रश्नाला मात्र सगळ्यांनी कडाडून विरोध केला. “ आम्ही आमच्या आमच्या प्रांतातीलच वेशभूषा करणार आहोत “ सगळ्यांनी एकमुखाने सांगितलं. प्रत्येक राज्यातले गायन वादन नृत्य जोरदार तयारीला लागले. वेशभूषा उत्तम असावी यासाठी धडपड सुरू झाली. नृत्याने जुने पारंपारिक दागिने उजळायला दिले. जायची तारीख निश्चित झाली. भारत सरकारने खास विमान कार्यक्रमासाठी सज्ज करून दिले. सगळ्यांचे विसा, पासपोर्ट आले. विमान दिल्ली एअरपोर्ट वरून सुटणार होते. त्यामुळे सर्वांचे एकत्र येण्याची व्यवस्था राजधानीतल्या एका संगीत विश्वविद्यालयात केली होती.

आज सकाळपासूनच इथे स्वागताची जय्यत तयारी होती. उत्तर हिंदुस्तानी गायकी मधल्या, छोटा ख्याल, बडा ख्याल, धृपद, धमार अशा मातब्बर मंडळींचे दोन दोन तानपुरे सोबत घेऊन आगमन झाले. ठुमरी, दादरा, होरी, कजरी सगळे एकत्रच आले. घुंगरू सावरत कथक ही आले. ठुमरीचे आणि त्याचे जरा जास्तच जमायचे. अंगावर उंची पश्मिना शाल पांघरून हातात स्वरमंडल घेऊन नजाकतदार गजल आली. सर्वांना आदाब करून स्थानापन्न झाली. कपाळावर अबीर बुक्का लावून, हरिनामात तल्लीत झालेले अभंग आले. मांडीवर हाताने ताल धरत कर्नाटक संगीत आले. त्याच्यासोबतच उंची पट्टू सिल्कचा कच्छम पल्लू नेसलेले भरत नाट्यम आले. केसापासून पायापर्यंत चे सगळे दागिने नीट आलेत ना ? याची काळजी त्याच्या इकडे तिकडे पाहणाऱ्या टपोऱ्या डोळ्यात दिसत होती. मुख्य कार्यक्रमाच्या वेळी मोगरा अबोलीचे ताजे गजरे मिळतील का? असे चिंताग्रस्त भाव त्याच्या बोलक्या चेहऱ्यातून आणि हस्तमुद्रेतून दिसून येत होते. मृदुंग, घटम्, तालम् बासरी सगळे साथीदार नीट आलेत ना याची ते मान वेळावून खात्री करून घेत होते. केरळ मधून मेकअपचा भला मोठा पेटारा, वेगवेगळे मुकुट, आणि लाल काठाचा पांढरा प्रचंड झोळणा सदृश्य अंगरखा सांभाळत कथकली आले. तांडव नृत्य सारखे नृत्य करण्यासाठी भरपूर मेहनत घेतली होती त्यांनं..!

आंध्र मधून कुचीपुडी आले केरळ मधून गोड लडिवाळ मोहिनीअट्टम पांढऱ्या सोनेरी पोशाखात लाजत मुरकत अवतरले . मेखला चादर नेसून आसामहून बिहू आले. कमरेवरचे हात लयीत हलवत सर्वांना अभिवादन करत होते. इतक्यात बल्ले.. ब.. ल्ले.. ब... ल्ले.. अशी जोरदार आरोळी ऐकू आली. एकदम जोशपूर्ण माहोल तयार झाला. ढोलकच्या तालावर पाय थिरकवत पंजाबचा फुर्तीला, तगडा, रांगडा भांगडा आला. गळ्यात,हातात, डोक्यावर भरपूर दागिने घालून, कुंदनवर्क केलेला भलमोठा घागरा सावरत राजस्थान वरून घूमर आले. आल्या

लेखिका

✍ दीपाली चरेगावकर.
मो.९५५२९५४०६५

आल्याच गिरकी घेऊन.. पधारो म्हारे देस म्हणून सर्वांना आग्रहाचे आमंत्रण दिले. रंगीबेरंगी रंगात नटलेला, गोल गोल आरशाने चमकदार दिसणारा *गरबा* आता दांडिया घेऊन रंगीलो गुजरात वरून नाचत आला. नाकात टपोऱ्या मोत्याची नथ, केसांचा भला मोठा अंबाडा त्यावर निशिगंधांची वेणी, चापून चोपून नेसलेली नऊवार साडी, पायात भरपूर घुंगरू बांधून महाराष्ट्राची फक्कडबाज लावणी तिला आवाज देऊन कथक म्हणाले, आईये मोहतरमा.. यहा आईये.. यहा तशरीफ रखिये...!! कथकचा आग्रहाला मान देऊन लावणी ठुमकत ठुमकत त्याच्या जाऊ जाऊन बसली. लावणी सोबत आलेली ढोलकी चुकून अभंगाजवळ जाऊन बसली तेव्हा अभंग तिला हात जोडून म्हणाले, “ माऊली... आपली जागा लावणी जवळ..!! आमचे साथीदार मृदुंग आणि पखवाज... ते येतच असतील इतक्यात..!“ ढोलकी लाजली आणि लावणी जवळ जाऊन बसली. तिच्यासोबत तुणतुणंही आलं.. आणि कथक जवळच्या सारंगीशी गप्पा मारू लागलं. एवढ्यात लहान मुलांच्या खिदळण्याचा आवाज ऐकू आला. टाळ आणि चिपळी एकमेकांशी दंगामस्ती करत होते. मृदुंगांनी त्याचे कान पकडून त्यांना अभंगाजवळ आणून बसवले. तुरेबाज केशरी फेटा बांधून, हातात डफ घेऊन पोवाडा आला. भरजरी वस्त्र लेवून नाट्यसंगीत आले. आपल्या भल्या मोठ्या पायपेटीची व्यवस्था विमानात नीट होईल ना याची चिंता त्यांना सतावत होती. इतक्यात उंची शेरवानी घालून काश्मिरी संतूर हलकेच आले. त्याचे नजाकतदार पहाडी सूर ऐकून वातावरणात प्रसन्नतेचा शिडकावा झाला. धीर गंभीर पण सर्वांना मंत्रमुग्ध करणारी सतार आणि सरोद एकमेकांशी गुफ्तगु करत होते. आपले प्राचीन पण खानदानी रूप अजिबात न बदलता आलेली विचित्र वीणा पाहिल्यावर सर्वांना देवी सरस्वतीची आठवण झाली. खूप दिवसांनी भेटल्यामुळे सगळेजण एकमेकांशी अगदी मनापासून गप्पा मारत होते. पण प्रत्येकाला कोणाची तरी अनुपस्थिती तीव्रतेने जाणवत होती. गायन वादन नृत्य तिघांना एकदम जाणीव झाली की, अरे..आपला जीवलग मित्र तबला कुठे आहे? त्याच्याशिवाय आपण सगळेच अपूर्ण आहोत तो नाही तर मजाच नाही... जान नाही.. सगळ्यांचे हात फोन कडे गेले तेवढ्यात हार्मोनियम अर्थात संवादिनी जोरात ओरडली. हे तो पहा आपल्या सगळ्यांचा लाडका मित्र आला.. मानेवरचे केस उडवीत डग्ग्यासोबत अगदी तालात येत होता तबला...!! इतका वेळ शांत बसलेला ख्याल म्हणाला, ॲडमिन महोदय.. तुमच्याशिवाय आमचं काही खरं नाही... कुठे होतात इतका वेळ? “ तुम्ही सगळे विसरलात एकाला.. पण मी विसरलो नाही..! ॲडमिनला व्यवधान ठेवावं लागतं.. बघा माझ्यासोबत कोण आलंय ? तो भारतीय नाही पण आपल्यात इतका मिसळून गेलाय की तो भारतीयच वाटतो... पहा बरं...!!“ सगळे उत्सुकतेनं पाहू लागले.. तबल्याच्या मागून व्हायोलीन हळूच डोकावले..! त्याला बघून कर्नाटक संगीत जोरात ओरडले, “ अय्यो.. तुमी मागं कसं राहिला वो... तुमच्याबिगर आमचं चालतच नाही की.. तुमचीच साथ लागती बगा आमाला...!! सगळ्यांनी आनंदाने टाळ्या वाजवल्या..! अहो.. ह आपल्यासोबत यायलाच तयार नव्हते. व्हिसासाठी पण तयार नव्हते मी भारतीय नाहीं.. मी कसा येऊ तुमच्या बरोबर? असं म्हणत होते. पण मी त्यांच्या सगळ्या प्रोसेस पूर्ण करून घेतल्या..!! आत्ता सुद्धा संकोचत होते.. व्हयोलिनला जवळ घेत कर्नाटक संगीत म्हणाले, आमी भारतीय एखाद्याला आपलं म्हटलं की, वट्ट सोडतच नसतो. तुमी आमचेच आहात.. कायमच राहणार...! व्हायोलीनने बो उंचावून सगळ्यांना अभिवादन केले. तो पर्यंत विमानतळावर जाण्यासाठी मोठी गाडी आली.

सर्व मंडळी आपापले साहित्य घेऊन गाडीत स्थानापन्न झाली. सगळ्यांची मनं भरून आली होती. अंग चोरून बसलेल्या व्हायोलीन कडे पहात कर्नाटक संगीत गाऊ लागले, “मिले सूर मेरा तुम्हारा......“ आपल्या तारांवरून बो फिरवीत व्हायोलीन म्हणाले, “तो... सूर बने हमारा...!“ त्याच्या सुरात सूर मिसळून सगळेच गाऊ लागले.. “मिले सूर मेरा तुम्हारा... संगीताने भारून गेलेले विमान झपाट्याने संगीत बेटाकडे झेपावले...!!.

***

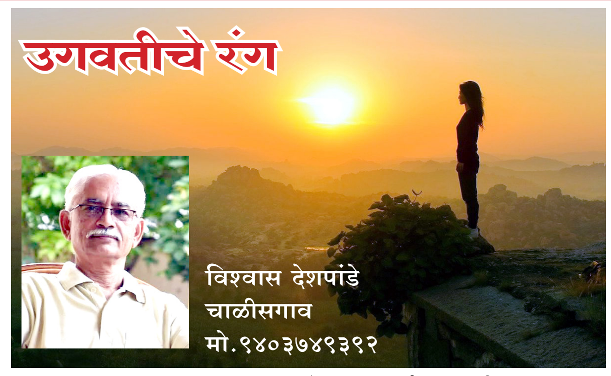
जात्यावरच्या ओव्या......

झाली लेकुरवाळी
जाईना पोरंपण
बाईच्या माझ्या
आरशामधी दातवनं ॥१४६॥

वाटानं चाललं
बाळ माझं गोरं पाणं
हाती सोन्याची छत्री
वर सूर्यनारायण ॥१४७॥

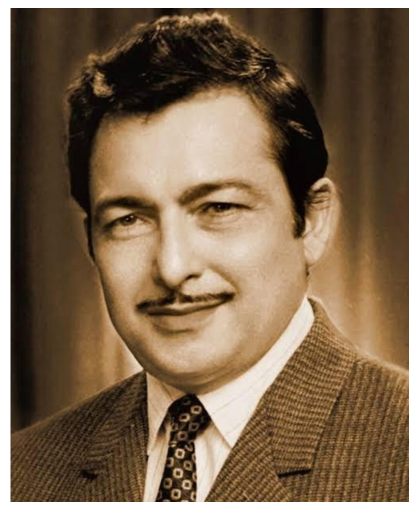
संदर्भ - शांताई इंगळे
संकलन - सौ. मनोरमा बोराडे
सहशिक्षिका, छत्रपती संभाजीनगर

संगीतकार मदन मोहन आणि लतादीदी



ज्योतिर्मय साहित्य

लतादीदी आणि मदन मोहन यांचे भावाबहिणीचे नाते मदन मोहन यांच्या मृत्यूनंतरही कायम राहिले. वीर झारा हा यश चोपडांचा चित्रपट २००४ मध्ये आला. मदन मोहन यांचे निधन १४ जुलै १९७५ ला झाले. वीर झारा चित्रपटात एकूण अकरा गाणी आहेत. त्यातील आठ गाण्यांना लतादीदींचा आवाज आहे. या गाण्यांना संगीत आहे मदन मोहन यांचे ! आश्चर्य वाटलं ना... ! तुम्ही म्हणाल की हे कसं शक्य आहे ? मदन मोहन गेल्यानंतर चक्क तीस वर्षांनी त्यांचं संगीत ? होय, पण हे खरं आहे. मदन मोहन यांनी त्यांना सुचलेल्या शेकडो धून टेपरेकॉर्डवर रेकॉर्ड करून ठेवल्या होत्या. त्यांचा मुलगा संजीव कोहली याची इच्छा होती की आपल्या वडिलांनी अशा एखाद्या चित्रपटाला संगीत द्यावे की ज्यात सुपरस्टार अमिताभ बच्चन आणि हेमा मालिनी हे महान कलाकार असतील. पण मदन मोहन असताना त्याची ही इच्छा काही पूर्ण होऊ शकली नाही. यश चोपडा जेव्हा नवीन चित्रपट निर्मिती करत आहेत हे त्याला समजले, तेव्हा तो आपल्या पित्याच्या रेकॉर्ड केलेल्या काही धून, रचना घेऊन त्यांच्याकडे गेला. त्यांना त्या ऐकवल्या. त्यांनाही त्या पसंत पडल्या. त्यातील काही रचनांचा वापर त्यांनी या चित्रपटात केला. या चित्रपटातील गाण्यांसाठी मदन मोहन यांना मरणोत्तर फिल्मफेअर पुरस्कार मिळाला. मदनभैय्याना पुरस्कार मिळावा अशी दिदींची इच्छा होती. ती अशा प्रकारे पूर्ण झाली. या चित्रपटात दीदींच्या आवाजातील गाणी अशी आहेत तेरे लिये.., दो पल .., तेरे कुर्बान जावा , तुम पास आ रहे हो.., ऐसा देस हैं मेरा.., हम तो भाई जैसे है.., जाने क्यों .., ये हम आ गये ..



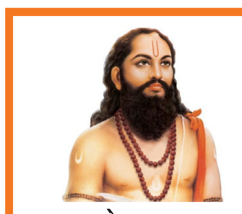
तसं तर मदन मोहन आणि लतादीदींची सगळीच गीते गाजलेली आहेत. पण काही गीते नमुन्यादाखल या ठिकाणी देऊन थांबतो.

बैरन नींद न आये.. (चाचा झिंदाबाद)
सपने में सजन से दो बातें (गेट वे ऑफ इंडिया)
उनको ये शिकायत हैं (अदालत)
हम प्यार में जलने वालों को (जेलर)
मेरी आँखोंसे कोई नींद .. (पूजा के फुल)
आपकी नजरोनें समझा (अनपढ)
वो भुली दास्तां (संजोग)
जरा सी आहट होती हैं (हकीकत)
वो चूप रहे तो.. (जहाँआरा)

त्यांची काही युगल गीतं पण नमुन्यादाखल -

प्रीतम दरस दिखाओ (चाचा झिंदाबाद) मन्ना डे यांच्यासोबत
तेरी चमकती आँखों के आगे (छोटे बाबू) तलत महमूद
ऐ सनम आज ये कसम खाये (जहाँआरा) तलत महमूद
तेरी आँखो के सिवा (चिराग) मो. रफी
दिल ढुंढता हैं (मौसम) भूपेंद्र
दो घडी वो पास बैठे (गेट वे ऑफ इंडिया) मो. रफी

(क्रमशः)



दासबोध स्तवन

उज्वला धर्माधिकारी,
पुणे, मो. ७५८८२ ३५६४६

दास्यभक्ति

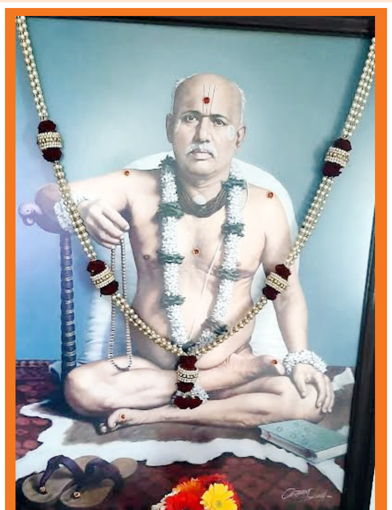
ज्योतिर्मय साहित्य

देवाचे वैभव कसे वाढेल या विषयी विचार व्हायला हवा. देवालये बांधावीत,जुन्या देवालयांचे पुनर्वसन करावे. जीर्णोद्धार करावा. देवाची पालखी छबिना, रथ, घोडे, पालख्या, सिंहासन, चौरंग, मेघडंबरी, छत्र, चामरे, अब्दागिरी, सोन्याच्या वस्तु, आसने, यांची नव निर्मिती करून जतन व संवर्धन करावे. देवाच्या नैवेद्य साठी मिळालेल्या जमिनी, फळबागा, अंबराय, अनेक प्रकारचे तबेले, फुलबागा या सर्वाचे जतन व संवर्धन करावे. स्वयंपाकाचीसाधने,कोठ्या कचेरी स्वयंपाक कोठारे, पांतस्थासाठी बांधलेली विश्राम घरे, पुष्करण्या (देवांची स्नानाची जागा) अद्ययावत ठेवावीत. देवाचे वैभव शब्दांनी सांगावे. ते एवढे आहे की दास्यभक्ति ही निरंतर असावी. त्यात कंजूसपणा करू नये.

''मी देवासाठी आहे'' हा भाव ठेऊन ज्या ज्या क्रियेने देवाबद्दल, धर्माबद्दल लोकांच्या मनात व स्वतःच्या मनातही देवाबद्दल पवित्र आचरण ठेवावे. देवाच्या ठिकाणी असलेली सर्व कामे करावीत. त्यात लहानमोठे असा भेदभाव असु नये. देवाचे सेवाकार्य पायधुण्यासाठी, आचमनासाठी, स्नानासाठी पाणी ठेवावे. गंधाक्षता, कपडे, दागिने अत्तर, आसने, फुले धुपदीप नैवद्य, देवांना झोपण्यासाठी शेजघर, सुगंधीत पदार्थ, नाना फ लांची सुगंधीत तेले, फळे ही वहावीत. रसाळवाणीने देवाच भजनपूजन करावे. देवाला भजणाऱ्या सर्वाचा आदर सत्कार करावा टिंगलटवाळी करू नये. अशाप्रकारे देवाचे व सद्गुरूचे वैभव वाढवावे. आपण त्याच्या चरणाचे दास व्हावे.

हे ही जमत नसेल तर मानसपूजा तरी करत जावी.
सर्वोतोपरी सेवा करून सद्गुरूचे दास्य व्हावे.
दास्यभक्ति समास सातवा समाप्त.
जय जय रघुवीर समर्थ
श्री राम जय राम जय जय राम

स्वार्थ आवरल्याने परस्परप्रेम वाढते



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

परस्परात प्रेम वाढविण्यासाठी काही गोष्टी आवश्यक आहेत. एक, बारीकसारीक गोष्टींकडे दुर्लक्ष करून प्रत्येकाच्या स्वभावाला थोडी थोडी सवलत ठेवावी; म्हणजे द्वेष वाटणार नाही. दुसरी, सर्वांना प्रेमाची अशी जी एखादी जागा असेल त्याकडे दृष्टी ठेवावी. तिसरी, कोणतीही सूचना सांगायची झाली, तर त्या व्यक्तीविषयक न बोलता, नम्रतेने आणि गोड शब्दांत सांगावी. चौथी, अत्यंत महत्त्वाची गोष्ट, जीमध्ये या सर्वांचा बऱ्याच प्रमाणात अंतर्भाव होतो अशी बाब, म्हणजे स्वार्थाला आळा घालणे, म्हणजे, मी स्वत: जितका माझ्याकरिता आहे असे वाटते, त्याच्याहीपेक्षा जास्त मी दुसऱ्याकरिता आहे असे वाटणे ही होय. आणि ही जाणीव ठेवून त्याप्रमाणे वागणे हेच प्रेम वाढवायला मदत करते. ज्या माणसाला स्वार्थ साधायचा नाही त्याला कमी पडणे शक्यच नाही. जिथे नि:स्वार्थीपणा आहे तिथे भगवंताला पुरवठा केलाच पाहिजे.

आता स्वार्थाचा विचार करताना असे सहज वाटते की, मी कुठे स्वार्थी आहे ? मी कुठे कुणाजवळ काय मागतो ? पण एवढ्याने 'स्वार्थदृष्टी नाही' असे म्हणता येणार नाही. अहंकाराइतकाच स्वार्थ जबरदस्त आहे. त्याच्या मुळ्या इतक्या खोल आणि सूक्ष्म असतात की, त्यांचा पत्ताच लागत नाही. स्वार्थ तीन प्रकारचा असू शकतो; कायिक, वाचिक आणि मानसिक. देहाला दुसऱ्यानिमित्त कष्ट न होतील इतक्या काळजीने वागणे, हा कायिक स्वार्थ म्हणतात. माझ्या बोलण्याला सर्वांनी मान डोलवावी, मी कोणाला काही कमीजास्त बोललो तरी ते त्याने निमूटपणे सहन करावे, अशा तऱ्हेच्या वृत्तीला वाचिक स्वार्थ म्हणता येईल. आणि माझ्या मताप्रमाणे सर्वांनी वागावे, माझे विचार बरोबर आहेत अशी जाणीव इतरांनी ठेवावी, अशा तऱ्हेची आपली इच्छा, त्याला मानसिक स्वार्थ म्हणता येईल. आता, मी माझ्याकरिता जितका असेन त्याहून जास्त मी दुसऱ्याकरिता आहे, असा विचार केला तर असे दिसून येईल की, मी जेवढी मला स्वत:ला सवड ठेवतो, तेवढीच किंवा त्याच्याहून थोडी जास्त सवड दुसऱ्याला ठेवणे जरूर आहे. म्हणजेच, जे दुसऱ्याने आपल्या बाबतीत करणे आपल्याला बरे वाटत नाही, ते आपण दुसऱ्याच्या बाबतीत न करणे; आणि त्याच्याच उलट, जे दुसऱ्याने आपल्याला केले तर बरे वाटते तेच आपण दुसऱ्याच्या बाबतीत करावे. हेच सर्वाचे सार आहे आणि हाच धर्म आहे. आपण जगावर प्रेम केल्याशिवाय परत प्रेम मिळणार नाही. आपण पुष्कळांच्यावर प्रेम केले तर आपण एकटेच त्यांचे करतो, पण प्रसंगाला ते सर्व आपल्याला मदत करतात. जो पुष्कळांचा झाला तोच भगवंताचा झाला असे समजावे.

जो नि:स्वार्थ बुद्धीने प्रेम करतो त्याला आनंद खास मिळतो.

डिप्रेशन दूर करण्यासाठी उपाय

ज्योतिर्मय साहित्य

१) डिप्रेशन म्हणजे वेड नव्हे. याबद्दल संकोच, कमीपणा बाळगू नये. आपल्याला डिप्रेशन (नैराश्य) आले आहे, हे स्वतः मान्य करणे महत्वाचे आहे. त्यानंतरच उपायांचा विचार करता येईल.

२) डिप्रेशनमध्ये कुटुंबाचा व मित्रमंडळींचा मानसिक आधार खूप मोलाचा आहे. त्यांच्याशी मोकळेपणाने बोलावे.

३) डिप्रेशन पासून दूर राहण्यासाठी स्वत:ला सतत गुंतवून घ्यावे. स्वतःला आवडणारे काम करावीत. काहीच करायला नको वाटत असेल तरीही काहीतरी करावे.

४) सकारात्मक विचार करावा. नकारात्मक विचारांपासून जाणीवपूर्वक दूर रहावे. चॅनेल वरील नकारात्मक बातम्या पाहू नयेत.

५) आहारात बदाम, जवस, ग्रीन-टी, नारळ, टमाटर, पालक यांचा समावेश करावा. अश्वगंधा पाक दुधासोबत घ्यावा. दूधामध्ये दोन चमचे मध मिसळून दिवसातून दोन वेळा घ्यावे.

६) डी-विटामिनयुक्त पदार्थ खावेत. याचा सॅशे मिळतो, त्याचा वापर आठवड्यातून एकदा, असा चार आठवडे करावा. ब्राह्मी, हिंग, शंखपुष्पी यांचे समसमान चूर्ण करून रोज घ्यावे.

७) चमेलीची फुले नैराश्य कमी करतात. या फुलांचा गंध मेंदू मधील उष्णता कमी करतो. हा प्रयोग करून पहावा.

८) रोज किमान अर्धा तास मेडीटेशन करावे. यामुळे मन शांत होते, अस्वस्थता कमी होते. ओंकार, प्राणायाम करावा. यामुळे डिप्रेशनची लक्षणे कमी होतात.

९) रोज पंधरा ते वीस मिनिटे ज्ञान मुद्रा करावी. दोन्ही हात गुडघ्यावर ठेवून, अंगठा आणि तर्जनीची टोके एकमेकाला लावावी, इतर तीन बोटे सरळ ठेवावी. या मुद्रेमुळे मन शांत होते, डिप्रेशन कमी होण्यास मदत होते.

१०) मोकळ्या हवेत फिरायला जावे. प्रकृती व वयानुसार हलका व्यायाम करावा. दीर्घश्वसन करावे. एरोबिक्स करावे. याचा रक्ताभिसरण प्रक्रियेवर चांगला परिणाम होतो. छातीवर येणारे दडपण, धडधड कमी होते. एनडोर्फीन सारखी मन आनंदी ठेवणारी केमिकल शरीरात स्त्रवतात.

११) लांब फिरायला, ट्रीपला जावे, विनोदी सिनेमे पहावेत. गाणी, संगीत ऐकावे. लहान मुलांशी खेळावे. घरी पाळीव प्राणी असेल तर त्यांच्याशी खेळावे. एकटे बसावे असे वाटले तरी एकटे बसू नये. मित्रांबरोबर वेळ घालवावा.

१२) निसर्गाशी एकरूप होण्याचा प्रयत्न वेगवेगळ्या छंदात वेळ घालवावा जसे कि, आकाशातील रंग पहावे. बागेत काम करावे, जे आवडेल ते करावे. विशेषतः पूर्वी आवडत असणाऱ्या गोष्टी अगदी ठरवून कराव्यात. यामुळे ते मजेदार दिवस पुन्हा येऊ शकतात.

१३) समुपदेशक, कौन्सिलर यांचा सल्ला घ्यावा. त्याप्रमाणे वागण्यात बदल करावा.

**

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

॥ संत महात्म्य ॥

लेखक - मधुकर बोरीकर
9403061886

संत जनाबाई यांचा अभंग

ज्योतिर्मय साहित्य

मध्वाचार्य त्यावर म्हणाले की,मी इतकी गायत्रीची उपासना करूनही माता भगवती मला प्रसन्न झाली नाही. आणि तू मात्र क्षणात प्रसन्न झालास, असे का?

तेव्हा ते भूत म्हणाले तुमच्या पूर्वजन्मीची जी पापांची डोंगरे होती ती, या आजवर केलेल्या गायत्रीच्या पुरश्चरनाने भस्म झाली. आता तुमचे थोडेच पाप शिल्लक राहिले आहे, पण तुम्ही गायत्रीची साधना आधीच सोडून दिलीत. आता तुम्ही पुन्हा ती साधना सुरू करा, उर्वरीत पाप संपले की माता तुमच्यावर प्रसन्न होईल. मध्वाचार्यांनी भुताचे आभार मानले व परत घरी येऊन गायत्रीचे पुरुश्चरण पुन्हा सुरू केले. आणखी एक दोन पुरश्चरणे झाली आणि एके दिवशी गायत्री माता त्यांच्यासमोर खरोखरच प्रकट झाली. गायत्री माता त्यांना म्हणाली बाळा तुझी काय इच्छा आहे ती माग, मी पूर्ण करते.

त्यावर मध्वाचार्य म्हणाले, माते ज्यावेळेस माझ्या मनात, मी राजा व्हावे ही प्रबळ इच्छा होती,त्यावेळेस तू आली नाहीस. आता माझ्या मनात मला वैयक्तिक काहीही मागण्याची इच्छाच उरली नाही. आणि आता तू आलीस. आता मला काहीही नको.

त्यावर जगदंबा म्हणाली बाळा तुझे हित या प्रपंचातील वस्तू मागण्यात नव्हतेच. तुझ्या मनातील रजोगुण आणि तमोगुण संपायला इतका वेळ लागला. आता तू सत्वगुणात परिपूर्ण झालास. आता तु जे मागशील ते तुझ्या आत्मोन्नती साठी मागशील आणि तेच तुझ्या हिताचे असेल.

प्रापंचिक इच्छा असणे हे आपणास कर्म बंधनात पुन्हा ढकलणारे असते. ज्यावेळेस आपणात शुद्ध सत्व गुण प्रगट होतो त्यावेळेस ,भगवंताची भक्ती,आत्मसाक्षात्कार, मोक्ष, या श्रेष्ठतम मागण्यास माणूस मागतो. केवळ याच मागण्या मागणे इश्ट असते.

हा मानव देह साधना करून हा भवसागर तरुन जाण्यासाठी प्रभुने आपणास दिलेला आहे. जन्म मृत्यूचा फेरा चुकवायचा असेल तर प्रापंचिक बाबींची मागणी करणे, किंवा मनात इच्छा करणे हे कर्म बंधन आणखी वाढवणारे ठरते, व ज्या उद्दिष्टाने भगवंताने आपणास हा नरदेह दिला त्या उद्दिष्टाच्या विपरीत आपली इच्छा वा मागणी असते.म्हणुन अशा इच्छा असु नयेत.

प्रस्तुत अभंगात संत जनाबाई म्हणतात, आपण मनात जी जी इच्छा धरली ती ती इच्छा भगवंताने पूर्ण केली. असे सांगून अप्रत्यक्षपणे त्या आपण मनात धरलेल्या इच्छा जसे विदेही अवस्था येणे, प्रगाढ शांतीचा अनुभव येणे. षड विकार आणि विशेषतः क्रोध हा मुळापासून नष्ट होणे, आणि विवेकाचा जन्म होणे या संपूर्णपणे आध्यात्मिक अशाच इच्छा त्यांच्या मनात होत्या असे सांगतात. आपण संत श्री मध्वाचार्य यांच्या कथेतून हे पाहिले की अंगात शुद्ध सत्व अवतरल्या खेरीज (सत्व, रज, तम हे गुण संपल्या खेरीज) अशा दिव्य आध्यात्मिक मागण्या मागण्याची इच्छाच उत्पन्न होत नाही. आणि अशा अवस्थेत मनुष्य एकही प्रापंचिक इच्छा मनातही आणित नाही. संत जनाबाईंनी केवळ आध्यात्मिक इच्छा मनात आणल्या यावरूनच हे स्पष्ट होते की त्या शुद्ध सत्वमय गुणांनी युक्त झाल्या होत्या. त्यांच्यातील सत्व रज आणि तम हे भाव पूर्णपणे संपलेले होते. म्हणजेच त्या गुणातीत झाल्या होत्या. जनाबाईंच्या इच्छा या कोणी पूर्ण केल्या तर त्या अनंताने पूर्ण केल्या असे जनाबाई म्हणतात प्रत्यक्षात जनाबाई ह्या मुखाने पांडुरंगाचे, विठ्ठलाचे अहोरात्र नाम घेत असल्या तरी इच्छा व्यक्त करताना मात्र त्यांनी पांडुरंगाने इच्छा पूर्ण केल्या असे लिहिलेले नाही त्या ऐवजी त्यांनी विचारपूर्वक अनंताने असे लिहिलेले आहे पांडुरंग, विठ्ठल, श्रीकृष्ण, प्रभू राम हे सगूण रूपातून अवतरलेले परमात्म्याचे स्वरूप आहे. पण संत जनाबाई यांची साधना सगुणाच्या पलीकडे म्हणजेच निर्गुण निराकार परमात्म्याची सुरू होती आणि त्यामुळेच त्यांनी निर्गुण निराकार परमात्मा याने ही मनीची आस पुरविली म्हणून अनंताने हा शब्दप्रयोग चपकल पणे केला आहे. त्यांच्या या शब्दप्रयोगातूनच त्या साधन मार्गातील श्रेष्ठ अशी निर्गुण परमात्म्याची उपासना करीत होत्या हे सुद्धा आपणास कळते.

(क्रमशः)

॥ निरूपण ॥

ह.भ.प. चंद्रहास शास्त्री सोनपेठकर

ज्योतिर्मय साहित्य

जगदम्ब नमस्तुभ्यं विशालाक्षि नमो नमः।
चारुरूपे नमस्तुभ्यं विश्वरूपे नमो नमः॥ ९ ॥

जगदंबिके, तुला नमस्कार असो. विशालाक्षी, तुला नमस्कार असो. चारुरूपे, तुला नमस्कार असो. विश्वरूपे तुला नमस्कार असो.

जगदम्ब नमस्तुभ्यमजये विजये नमः।
अयोध्ये च नमस्तुभ्यं सिद्धिदात्रि नमो नमः ॥ १०॥

जगदंबिके, तुला नमस्कार असो. विजये तुला नमस्कार असो. जिच्या समवेत युद्ध करण्याची कुणाची शक्ती नाही, (कारण तू स्वत:च शक्तीरूपिणी आहेस.) अशा तुला नमस्कार असो. सिद्धी देणारे तुला नमस्कार असो.

जगदम्ब नमस्तुभ्यं जगदुत्पत्तिहेतवे।
मोहकर्त्रि नमस्तुभ्यं मोहविनाशकारिणि ॥ ११ ॥

याजगताच्या उत्पत्तीचे कारण अशा तुला हे जगदंबिके, तुला नमस्कार असो. मोह करणारे आणि मोहाचा विनाश करणारे तुला नमस्कार असो.

॥ श्री राम कथा ॥

वक्ते : आदरणीय श्री चैतन्य महाराज देगलूरकर

ज्योतिर्मय साहित्य

दशरथ म्हणे आधी रामास विचारा.रामास बोलाविले.राम आले ते दशरथा समोर खाली आसन घेऊन बसले.मला का बोलाविले म्हणून म्हणुन त्यांनी नम्रतेने विचारले? वशिष्ठ म्हणाले तुला राज्याभिषेक करण्याचे ठरले आहे.राम म्हणे अजून मी त्या योग्यतेचा झालो नाही. माझ्या चित्त वृत्ती मध्ये आशा ही राक्षसिन येऊन बसली आहे, ती लोकांमुळे आली पण यामुळे माझे चित्त शांत नाही म्हणून मी आता योग्य नव्हे.मग वसिष्ठानी चित्त शांत करण्याचा उपदेश केला.व श्री राम पित्याची ही आज्ञा पालन करण्यास तयार झाले.मग ठरले रामास राज्याभिषेक उदयीक सकाळी करायचा. कौसल्या, सुमित्रा यांना ही आनंद वार्ता कळली.रामावर राज्य भिषेक होणार हे दशरथाने कैकयीस सांगितले नव्हते. पण त्याचे मनी ती रामावर कमी प्रेम करते असे नव्हते.तिचे रामावर भरता पेक्षा काकण भर अधिकच प्रेम होते, यात शंका नव्हती पण त्यांना कैकयीस सरप्राईस द्यायचे होते.शिवाय भरत अयोध्येत नव्हता.तो इथे नसताना हा घाट का घातला ? असे वाटू शकते. आणि हाच विकल्प कैकयीचे ठाई आला.स्त्रीचे मनी पती विषयी लगेच विकल्प निर्माण होतो कारण तिचे पतीवर अधिक प्रेम असते.

कथा ऐकता ऐकता धावते संकलन
मधुकर बोरीकर, 9403061886

जे गुह्य वडील वासुदेव यांचे जवळ प्रभू बोलले नाही,आई जवळ नाही,बळरामाजवळ ही बोलले नाहीत ते गुह्य प्रभू अर्जुनाजवळ बोलले. माणसाला पोटातले कोणा पाशी सांगावे यांच्या विशीष्ट जागा असतात. रामा नाही भरत तिथे अनुपस्थितीत असताना राज्याभिषेक करून कसा घ्यावा असे वाटलेच असेल आज्ञा पालन करायची म्हणून तो तयार झाला पण निदान मनातील ही अडचण त्याने लक्ष्मण किंवा पत्नीजवळ तरी बोलायला हवी होती (क्रमशः)

अटकेपार घेऊन जाणारी भाषा...

फुलमाला....

रणशिंगवेल/संक्रांत वेल

संक्रांत वेल हिचे नाव कारण संक्रांतीच्या वेळेला या वेलीची फुले भरपूर प्रमाणात फुलतात, नारंगी सुंदर रंग मोहवितो, गुच्छाच्या रूपात अनेक ठिकाणी खुलतात. एक रोप लावले तरी लाखोंच्या संख्येने फुलून भिंत भरते कुंपणाची, निसर्गाच्या सौंदर्याची ही सुंदर लयलूट बघता तृप्ती होते मनाची.

सौ.माधुरी म.इनामदार, मिरज.

ज्योतिर्मय साहित्य

बोलू मराठीत कौतुके म्हणून नको गे हिंदी इंग्रजीचे दुस्वास इतुके...

शालेय शैक्षणिक वर्ष २०२५-२६ मध्ये महाराष्ट्र शासनाने राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण-२०२० शालेय स्तरावर लागू केले. या शैक्षणिक धोरणानुसार अतिशय महत्वाचे सकारात्मक बदल शालेय शैक्षणिक स्तरावर करण्यात आले आहेत. २०२१ पासून या राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण लागू करण्याविषयी विविध प्रकारचे प्रशिक्षण शिक्षकांना देण्यात आले होते. तसेच हळूहळू काही विषयांमध्ये महत्वाचे बदल करत करत संपूर्ण महाराष्ट्रात हा बदल स्वीकारण्याची मानसिकता शिक्षक, विद्यार्थी व पालक यांच्यात घडून आणली आहे. राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण-२०२० भारतातील अनेक राज्यांमध्ये गेले चार वर्षांपासून विविध शैक्षणिक स्तरांवर लागू करून शालेय शैक्षणिक गुणवत्ता सुधारण्याचे प्रयत्न चालू आहेत. गेली पाच वर्षांपासून शासकीय आणि शाळा स्तरावर याबाबत जनजागृती हर प्रकारे करण्यात येत आहे.

देशातील अनेक राज्यांमध्ये राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण २०२० आधीच लागू झाले आहे. महाराष्ट्रात हे धोरण लागू करण्यास थोडा उशीरच झाला. 'देर से ही सही पर देर आये दुरुस्त आये' असे म्हणतात. असेही म्हणतात. उशिरा का होईना पण सगळ्यांच्या भल्याचे शहाणपण येणे आवश्यक असते. शिक्षण देतांना दूरदृष्टी असावी आणि वर्तमान काळासोबत येणाऱ्या भविष्याचा विचार करून विद्यार्थ्यांचा गुणवत्ता व बौद्धिक विकास झाला पाहिजे. एकाबाजूने गेली २०-२५ वर्षे शैक्षणिक गुणवत्ता कशी घसरत चाललेली आहे. या चर्चा सातत्याने घडून येत आहे आणि दुसऱ्या बाजूने चांगले बदल स्वीकारण्यास अक्षमता दर्शविणे हेही होत आहे.

राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण-२०२० नुसार एकात्मता, क्रियाशीलता, संवादक्षमता, कलात्मकता, शास्त्रीय दृष्टीकोन ठेवून विद्यार्थ्यांचा भावनिक, मानसिक, शारीरिक, बौद्धिक विकास होईल अशा प्रकारचे उपक्रम अभ्यास क्रमात अंतर्भूत केलेले आहेत. त्यासाठी निश्चितपणे शिकविण्याची, अभ्यास करण्याची व गुण संपादन करण्याची पद्धत बदललेली आहे. त्यासाठी शिक्षक, विद्यार्थी व पालक या सगळ्यांनीच नवीन कार्यपद्धती स्वीकारणे आवश्यक आहे. जसे शिक्षकांनी या शैक्षणिक धोरणाचा अभ्यास करून त्यामागील उद्दिष्टे व परिणाम जाणून घेतले पाहिजे त्याच प्रमाणे पालकांनी सुद्धा यात लक्ष घालून ही प्रक्रिया आपल्या पाल्याच्या विकासासाठी कशी फायद्याची आहे. हे जाणून घेतले पाहिजे.

राष्ट्रीय शैक्षणिक धोरण-२०२० नुसार बहुभाषीय शिक्षण सुचवले आहे. त्यात प्राथमिक ज्ञान माध्यम मातृभाषा असेल तर मुलभूत संकल्पना सहज समजतात त्यामुळे प्रथम माध्यम मातृभाषा असावी असे सुचविले आहे. त्याबरोबरच आपला देश बहुभाषीक असल्यामुळे आणि शिक्षणाबरोबरच पुढचा विचार करुन भविष्यातील करीयरचा परिघ वाढता

आणि मोठा असावा या दृष्टिकोनातून किमान तीन भाषा ज्यात राष्ट्रीय भाषा, अंतरराष्ट्रीय भाषा, प्राचीन भाषा किंवा परदेशी भाषा शिकवावी (ऑप्शनल) असे सुचवले आहे.

मागच्या महिन्यात हिंदी पहिलीपासून शिकवावी या विषयाचा शासनाचा जी आर लागू झाला. त्याबद्दल मला आनंदच झाला. कारण हिंदी ही मराठीची बहीणच ! पण मराठी समाजात या निर्णयावर उमटलेले तरंग बघुयात. गेले काही आठवडे नावाजलेल्या मराठी व्यक्तींनी हिंदी पहिलीपासून शिकविण्याच्या या निर्णयास जो विरोध केला यावरून महाराष्ट्रात हिंदी भाषा किंवा इंग्रजी भाषा व त्यांचे शिक्षण याविषयी किती उदासीनता आहे हे लक्षात आले. अतिशय नावाजलेले स्वतास अभ्यासक किंवा तज्ञ म्हणविणारे सुद्धा केवळ एकच भाषा आणि तीही केवळ मातृभाषाच शिकविणे किती आवश्यक आहे असे विचार मांडत आहेत. मी गेली २६ वर्षे महाविद्यालयीन व त्याच बरोबर शालेय शिक्षण क्षेत्रात कार्यरत असल्यामुळे मला जे अनुभव आलेले आहेत. त्यानुसार मी इथे मुद्दे मांडत आहेत.

१- भारत हा बहुभाषिक देश आहे. त्यामुळे प्रत्येक शाळेमध्ये विविध मातृभाषा असलेले विद्यार्थी शिक्षण घेतात. तसेच वयाच्या ५-६ व्या वर्षापासून मुलांचा भाषिक विकास अशा पद्धतीने होतो कि विद्यार्थी किमान २ ते ३ भाषा अगदी सहज शिकतात, ज्याचा त्यांना ताण (स्ट्रेस) येत नाही. कारण एकाच इमारतीत मारवाडी, मराठी, हिंदी, कन्नड, गुजराती, पंजाबी बोलणारे शेजारी असतात. मुल स्वतःच्या घरात एक भाषा बोलत असलं तरी मित्रांसोबत वेगळी भाषाही अनुभवत असतं. आपल्याकडे प्रांत बदलला की भाषेतील शब्दसंच, भाषेचे वळण, भाषेची चाल, भाषेचा लहेजा बदलतो. भारतीय वंशाच्या जनुकांमध्येच बहु भाषा शिकण्याची सकारात्मकता नैसर्गिक आहे.

२- शिक्षणाच्या दृष्टिकोनातून शहरात मातृभाषा ही संकल्पना आता आकुंचित झाली आहे. आपण मराठी भाषेसाठी राज्यभाषा हा शब्द वापरावा असे मला वाटते. जर घरातही आणि सगळीकडेच ती भाषा बोलली, वाचली व ऐकली जात असेल तर तीस राज्यभाषा म्हणावे.

विजयालक्ष्मी मणेरीकर
मो. ९८२२६८३७९९
संचालक, ग्लोबल व्हिजन स्कूल, अंबड, नाशिक

राज्यभाषेतून प्राथमिक शिक्षण सोपे होते. मराठी माध्यम शाळेत मराठी भाषाच प्रथम भाषा आहे. इंग्लिश माध्यम शाळांत प्रथम भाषा इंग्लिश आहे. कोणत्या माध्यमाची शाळा निवडावी हे पालकांच्या इच्छेवर अवलंबून आहे.

३- इंग्रजी माध्यमांच्या शाळांमध्ये प्राथमिक स्तरावर शिक्षक विज्ञान, भूगोल, गणित असे विषय शिकवितात तेंव्हा त्यांना किमान दोन ते तीन भाषांमध्ये (इंग्लिश, हिंदी, मराठी) विषय समजून सांगावा लागतो. सर्रास सहज वापरली जाणारी ही पद्धत झाली आहे.

४- हिंदी भाषा पहिली पासून महाराष्ट्रात शिकवली जाऊ नये असा टोकाचा विचार करणारी एक लाट सध्या बघायला मिळत आहे. प्राथमिक शिक्षण हा माणसाच्या आयुष्यातील सर्वात महत्वाचा टप्पा आहे आणि भविष्यातील सर्व प्रकारच्या नोकरी, व्यवसाय, करियर संधींचा तोच पाया आहे. प्राथमिक शिक्षणाचे वय म्हणजे साधारण ६ ते १० वर्ष ज्यामध्ये अतिशय उच्चतम बौद्धिक विकास क्षमता असते. या वयात सहज शिक्षण पद्धतीने आनंदनिर्मितीतून आणि प्रेमळसहवासातून विद्यार्थ्यांना सोप्पी वाटणारी आणि त्यासोबत पाठ्यपुस्तकात असलेल्या भाषेतूनच विद्यार्थ्यांची शैक्षणिक गुणवत्ता वाढवता येते.

भाषा शिक्षण क्षमता विकास या वयात अतिशय आवश्यक ठरतो. आणि तो वेगाने होत असतो.

मराठी व्यतिरिक्त हिंदी किंवा इंग्लिश भाषा शिकवू नये हा केवळ महाराष्ट्रीय अस्मितेचा विषय म्हणून याकडे बघू नये. विद्यार्थ्यांच्या भवितव्याचा विचार करून हे विषय त्यांना शिकविले गेले पाहिजे. काही उदाहरणे आपण बघूया...

या वयात छोटी मुले घरोघरी जे कार्टून चॅनल्स बघतात त्यातील हिंदी भाषा अतिशय वाईट आहे. ती भाषा योग्य नाही. हे कळण्यासाठी योग्य भाषा कोणती हे शिकवलेच पाहिजे.

मुलांचे सवंगडी बहुभाषीक असतात. त्यामुळे बोलीभाषा सहज शिकली जाते.

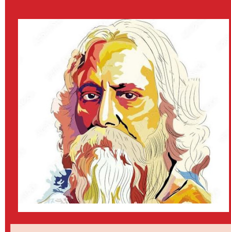
संस्कृत भाषा वर्षानुवर्षे काही ठराविक वर्गातील कुटुंबात घरीच शिकविली जात होती. त्यामध्ये श्लोक पाठांतर किंवा संस्कृत ग्रंथांचे पारायण वगैरे उपक्रमांतून सहज संस्कृत भाषा शिकली जात होती. याचा फायदा उच्चार सुधारणे, उच्चतम दर्जेदार शब्दसंग्रह वाढणे, मौलिक ज्ञान मिळणे वगैरे आहे. मग ज्यांनी संस्कृत भाषा सहजच अशा घरगुती किंवा जमातीतील उपक्रमांतर्गत शिकून त्यात नैपुण्य मिळविले, त्यात त्यांचे नुकसान काय झाले ? उलट फायदेच झाले. मग हिंदी किंवा इंग्लिश भाषा शिकण्याचे फायदे विद्यार्थ्यांना का नाही मिळू शकणार ? उलट नुकसान नव्हे तर फायदेच होणार.

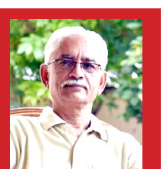
उच्च शिक्षित सुप्रसिद्ध विदुषी असलेल्या गणिताच्या प्राध्यापक बाईंनी पाच वर्षांपूर्वी एक मुद्दा चर्चेत आणला होता की मराठी भाषेतील विशेषत: अंक गणितातील जोड शब्द मुलांना शिकवू नये कारण उच्चारायला व लिहायला ते अवघड जातात. त्यामुळे विद्यार्थ्यांची गणितातील रुची कमी होते. ज्यात त्यांनी उदाहरणे दिली होती. सत्तावीस, त्रेहात्तर, सत्यांशी, नव्याण्णव, अठ्ठ्यात्तर असे अनेक अंक गणितातील शब्द काढून टाकावेत असे त्यांचे म्हणणे होते. त्याऐवजी दोनावर सात, सातावर तीन, आठावर सात, नवावर नऊ, सातावर आठ असे शब्द वापरावे असे त्यांनी सुचविले होते. यामागे त्यांचा हेतू हा होता की भाषा सोप्पी करून विषय शिकवावा. मला हा मुद्दाच अतिशय चुकीचा वाटतो. भाषा कोणतीही असो. त्यात जोड शब्द महत्वाचे असतात आणि ते शिकविलेच पाहिजे हे मला वैयक्तिक वाटते. आपली भाषा जोडशब्दयुक्त आहे. ती तशीच शिकवावी लागते. मुलभूत शिक्षणासाठी लघुपथ (शॉर्टकट) नसतो.

वयाने लहान विद्यार्थी भाषा सर्व प्रथम घरांतून शिकतात. घरातील कुटुंबिय शुद्ध भाषा बोलतात का ? बरयाच कुटुंबात शुद्ध किंवा योग्य भाषा बोलली जात नाही म्हणून ते योग्य भाषा शिक्षणासाठी शाळेवर अवलंबून असतात. आजच्या काळात दोन्ही पालक नोकरी व्यवसायात व्यस्त असल्यामुळे विद्यार्थी अडीच तीन वर्षांपासूनच घराच्या बाहेर पडतात. असे विद्यार्थी मिळेल त्या सहवासातून अनौपचारिक रित्या भाषा शिकतात. त्यामुळे औपचारिक शिक्षण सुरु होते तेंव्हा उच्चस्तरीय भाषेचे मुलभूत शिक्षण सुरुवातीपासून देणे आवश्यक आहे. मी स्वतः कन्नड मातृभाषा असणाऱ्या कुटुंबात वाढले. सात ते आठ वर्षांची असेपर्यंत मला कन्नड व्यतिरिक्त एकही दुसरी भाषा बोलता येत नव्हती. परंतु नोकरी निमित्त गाव बदलल्यामुळे माझ्या वडीलांनी मला मराठी माध्यम शाळेत घातले. आणि कदाचित सहा महिने ते एक वर्षात मी बऱ्यापैकी मराठी बोलू, लिहू लागले. कारण घरा व्यतिरिक्त (घरात आई कन्नड बोलत असे व वडील मराठी) त्या गावात, शाळेत, शेजारी व पाठ्यक्रमिक पुस्तकात सगळीकडे मराठीचाच सहवास होता.

कोणतीही भाषा शिकल्याने विद्यार्थ्यांचे नुकसान होत नाही. तसेच भाषा शिक्षण तणाव निर्माण करत नाही उलट ते आनंदीदायीच असते आणि भारतीय वंशाच्या जनुकामध्येच बहुभाषीक शिक्षणाची ओढ आहे हे जाणून घेऊन मराठी सोबत हिंदी, इंग्लिश, संस्कृत अशा भाषा शिकवू नये हा मुद्दा चुकीचा आहे.

५- शालेय शिक्षणानंतर पुढची पायरी येते ती महाविद्यालयीन शिक्षणाची. विद्यापीठीय पदविका किंवा पदवी असे स्तर येतात. या स्तरावर सगळे शिक्षण मातृभाषेतूनच दिले जाते का? तर नाही. मी पंधरा वर्ष इंजिनीअरिंगच्या विद्यार्थ्यांना कम्युनिकेशन स्किल्स, लिटररी इंग्लिश आणि प्रॅक्टिकल इंग्लिश असे विषय शिकविले आहेत. त्यामुळे इंग्रजी भाषेचे ज्ञान नसेल तर विद्यार्थ्यांचे शिक्षण कसे खंडित होते किंवा शिक्षणात अपयश कसे येते हे मी अनेक वर्षे पाहिलेले आहे. इंजिनीअरिंग, मेडिकल, फार्मसी, लॉ, मास कम्युनिकेशन, लिबरल आर्ट्स, ग्राफिक्स डिझाईन, जर्नालिझम असे अनेक विद्यापीठीय कोर्सेस इंग्रजी माध्यमातून उपलब्ध आहेत. महाराष्ट्रातील जास्तीतजास्त विद्यार्थी अशा प्रकारचे शिक्षण घेतात कारण या शिक्षणानंतर त्यांना नोकरी व व्यवसायाच्या अधिकाअधिक संधी उपलब्ध असतात. महाराष्ट्रात केवळ मराठी भाषेच्या आधारावर अशा प्रकारच्या नोकरी व व्यवसायाच्या किती संधी युवकांसाठी उपलब्ध आहेत ? याचा विचार व्हायला हवा. काम करताना सहकाऱ्यांशी बोली भाषा वापरणं आणि कामाचे रिपोर्ट्स तयार करताना इंग्लिश भाषा वापरावी लागणं हे सत्य परिस्थिती समजून घेणे आवश्यक आहे. तात्पर्य असे की मराठीत शिक्षण हवेच पण त्याबरोबरीने हिंदी, इंग्लिश भाषाही प्राथमिक शिक्षणात शिकवल्या जाव्यात.





विश्वास देशपांडे,
चाळीसगाव
मो. ९४०३७४९९३२

रवींद्रनाथ टागोर : वारसा आणि कार्य

ज्योतिर्मय साहित्य

भारतीय संस्कृतीचे प्रतिनिधी रवींद्रनाथ

गीतांजलीचे इंग्रजीत भाषांतर झाले आणि इंग्रजी आवृत्ती प्रसिद्ध झाली. इंग्लंडमधील ख्यातनाम साहित्यिकांच्या वर्तुळात त्यांच्या कवितांचे वाचन होऊ लागले आणि रवींद्रनाथांना थोर साहित्यिक म्हणून जागतिक मान्यता प्राप्त होऊ लागली. त्यानंतर लगेचच त्यांच्या गीतांजली या काव्यसंग्रहाला नोबेल पुरस्कार मिळाला आणि जागतिक कीर्तीचे साहित्यिक म्हणून त्यांच्यावर जणू शिक्कामोर्तब झाले. ब्रिटिश सरकारने देखील त्यांचा गौरव करून त्यांना सर ही पदवी दिली. तर कलकत्ता विद्यापीठाने त्यांना सन्माननीय डॉक्टरेट पदवी बहाल केली.

रवींद्रनाथ भारतीय संस्कृतीचे आणि परंपरांचे अभिमानी होते. कोणीतरी देशाच्या भौगोलिक सीमा ओलांडून भारतीयांची ही दिव्य संस्कृती आणि परंपरेची ओळख जगाला करून द्यावी असे त्यांना वाटत होते. पण रवींद्रनाथ स्वतःच स्वक्षमतेचा विकास आणि आपले साहित्य समृद्ध करून स्वतःला यासाठीच जणू सिद्ध करत होते.

त्या काळातील थोर राजकीय नेते लोकमान्य टिळक यांचा रवींद्रनाथ यांच्या भारतीय संस्कृतीची ओळख जगाला व्हावी या भूमिकेला पाठिंबा होता. रवींद्रनाथच भारताचे आध्यात्मिक आणि सांस्कृतिक अग्रदूत बनून भारतीय स्वातंत्र्य चळवळीला अप्रत्यक्षपणे मदत करू शकतील याची त्यांना खात्री होती. त्यामुळे रवींद्रनाथांना केवळ पाठिंबा देऊनच लोकमान्य थांबले नाहीत तर त्यांनी एका व्यक्तीमार्फत पन्नास हजारांची रक्कम त्यांना पाठवली आणि राजकीय घडामोडीत न पडता भारताच्या वतीने परदेशात भारतीय संस्कृतीचे अग्रदूत म्हणून कार्य करावे असा संदेश पाठवला.

यामध्ये आपल्याला लोकमान्य टिळकांची दूरदृष्टी आणि रवींद्रनाथांवरील असलेला विश्वास दिसून येतो. रवींद्रनाथांचे संवेदनशील मन, तीव्र बुद्धी, भारतीय संस्कृतीचे ज्ञान आणि विचारांचे उपजत सामर्थ्य यावर लोकमान्य टिळकांचा विश्वास होता. रवींद्रनाथ यांना युरोपात एक महान कवी म्हणून गौरव प्राप्त झाला होताच. त्यामुळे तेच आता भारताचे प्रतिनिधी म्हणून उत्तम कार्य करू शकतील याची त्यांना खात्री होती. सुदैवाने रवींद्रनाथांना प्रवासाची आवड होतीच. त्यामुळे लोकमान्य टिळकांनी व्यक्त केलेल्या बऱ्याच अपेक्षांची पूर्ती रवींद्रनाथांकडून झाली. त्यांनी व्यक्त केलेला विश्वास रवींद्रनाथांनी सार्थ ठरवला.

रवींद्रनाथांना व्याख्यानासाठी जगभरातील ठिकठिकाणची निमंत्रणे येत. बऱ्याच प्रसंगी ते आपल्या सोबत आपले मित्र आणि चाहते यांनाही सोबत घेऊन जात असत. आपल्याला आलेल्या अनुभवाच्या नोंदी रवींद्रनाथ करून ठेवत असत किंवा पत्रातून त्या इतरांपर्यंत पोहोचवत. १९१४ ते १९३२ या कालावधीत रवींद्रनाथांनी अनेक पौर्वात्य आणि पाश्चिमात्य देशांना भेटी दिल्या. या भेटीदरम्यान त्यांना अनेक वेगवेगळ्या अनुभव आले. अनेक महनीय व्यक्तींच्या गाठीभेटी झाल्या. त्यापैकी बऱ्याच व्यक्तींनी त्यांना त्यांच्या पुढील कार्यात मदतही केली. अनेक ठिकाणी त्यांच्या व्याख्यानांचे आयोजन करण्यात आले होते. अनेक ठिकाणी त्यांच्या चित्रांची प्रदर्शने भरली. प्रत्येक ठिकाणी पाहिलेल्या आणि त्यांना भारतासाठी चांगल्या वाटलेल्या गोष्टींची दखल त्यांनी घेतली. त्यातील बऱ्याच गोष्टी शांतिनिकेतन आणि श्रीनिकेतनच्या माध्यमातून भारतीयांपर्यंत पोहोचवण्याचा प्रयत्न केला.

जपानमध्ये तीन महिने त्यांचे वास्तव्य होते तेथील त्यांच्या वास्तव्यात जपान मधील ग्रामीण भागातील लोकजीवन त्यांनी जवळून पाहिले. जपानमधील निसर्गसौंदर्य त्यांना खूप आवडले. जपान म्हणजे पर्वतांच्या रांगा, झुळझुळणारे झरे, विस्तीर्ण किनाऱ्यावर आदळणाऱ्या समुद्राच्या लाटा आणि संरक्षण करण्यासाठी उभा ठाकलेला आणि बर्फाची टोपी परिधान केलेला फुजियामा पर्वत ! त्यांना असे आढळले की जपानी लोकांजवळ मोठ्या प्रमाणावर सौंदर्यदृष्टी आहे आणि तेथील अगदी गरीबातील गरीब माणूस ज्याला दोन वेळेचे पुरेसे अन्न सुद्धा मिळत नाही असा माणूस सुद्धा एका पेनीची फुले विकत घेतो. त्याच्या दृष्टीची आणि सौंदर्याची भूक त्याच्या पोटाच्या भुकेपेक्षा काकणभर देखील कमी नाही. जपानमध्ये अनेक ठिकाणी सादर करण्यात आलेले नृत्य पाहून रवींद्रनाथ भारावून गेले. त्यांच्या नृत्यात त्यांना विनय आढळला. कारण ते (जपानी लोक) फक्त सौंदर्यदृष्टीने त्याकडे बघत होते.

(क्रमशः)

सुख म्हणजे काय असतं !

ज्योतिर्मय साहित्य

आयुष्य फार गंमतशीर असतं. निसर्गाचं चक्र, वय आणि परिवर्तन कधीच थांबत नाही. काळ पुढे सरकतो आणि माणूस नवीन नवीन गोष्टी मधे व्यस्त असतो. अश्यात जर जुन्या आनंददायी आठवणींना उजाळा मिळाला तर मन आणखी प्रसन्न होतं. अश्यात अशीच एक घटना घडली. जवळ जवळ १९९२ पासून आमची भेट झाली नाही, असे नांदेडचे श्री वामनराव गाजरे व सौ गाजरे वहिनी आमच्या घरी आले. फेब्रुवारी १९९२ ला मी नांदेड टेलिफोनमधे नौकरीला होतो. माझे लग्न होऊन जेमतेम दोन तीन महिने झाले होते.

नांदेड येथे छोटा वन बीएचके फ्लॅट पावडेवाडी नाक्याजवळ तिरुपती अपार्टमेंट येथे घेतला होता. हा फ्लॅट मिळून देण्यात माझ्या मिसेसची आत्या उजूआत्या दिलीपराव पुराणिक यांनी खुप मदत केली होती. त्या खालच्या फ्लॅट मधे राहायच्या आम्ही वरच्या. आणि मग माझ्यासाठी फ्लॅट नवीन, बायको नवीन, नवीन नातेवाईक, नवीन शेजारी अशी सारी गंमत होती.

आमच्या समोरील फ्लॅटमध्ये महावितरण मधे अभियंता असलेले श्री वामन गाजरे राहत असत. आमची ओळख झाली आणि पाच सहा दिवसातच छान गट्टी जमली. माझी पत्नी रचना (राणी) आणि गाजरे वहिनी किचनमधे अधून मधून नवीन नवीन पदार्थ करण्यात धुरंधर, त्यामुळे माझी आणि वामनरावची खाण्याची मजा व्हायची.

त्यावेळी मला जेमतेम पगार होता. घर छोटे. पाण्याची अडचण, आम्ही पायऱ्यांनी खालून पाणी वर आणायचो पण आनंदाने. आणि आम्ही एकमेकाला मदत करत असू. माझा भाच्चा दिनेश

उर्फ उदय मांडे हा बारावी होऊन नुकताच तेथे एसजीजीएस इंजिनिअरिंग कॉलेजला लागला होता. आम्ही तिघे माझ्या फ्लॅट मधे व समोर वामनराव गाजरे, वहिनी त्यांचा छोटा मुलगा विकी आणि छोटी गोड परी छकुली होती. त्यांच्या शेजारी अर्धापूर येथील देशमुख कुटुंब होते.ते काका, काकू, आणि त्यांची दोन मुले अभिजित आणि पराग होते. रोज सकाळ संध्याकाळ गप्पा सोबत कधी अंगत पंगत अशी ही गंमत असे. बघता बघता दीड वर्ष पुढे सरकले आणि आम्ही परभणीला बदलून आलो. नंतर माझी ज्येष्ठ कन्या पूजाचा जन्म झाला व पुढे साडे चार वर्षांनी लहान कन्या श्रेयाचा जन्म झाला. काळ पुढे सरकत गेला माझ्या नांदेड, परभणी, औरंगाबाद आणि पुणे अश्या बदल्या होत गेल्या आणि ऐच्छिक सेवानिवृत्ती नंतर पुण्यात स्थायिक झालो. बघता बघता गाजरे यांचा विकी, छकुली हे ही अभियंते झाले. विकी अमेरिकेत स्थायिक झाला. माझ्या दोन्ही कन्या ही अभियंता झाल्या.

आणि काल अचानक श्री वामनराव गाजरे आणि सौ वहिनी आमच्या घरी आले. हो अगदी ३० ते ३२ वर्षांनी ही भेट झाली. अतिशय आनंददायी होती. माझी ज्येष्ठ कन्या सौ पूजा माझ्या घराच्या अगदी जवळ राहते. तिला मी घरी बोलावून घेतले.

पूजाला आणि माझा १५ महिन्याचा नातू यास गाजरे दांपत्याने एकदम पाहिले. माझी कनिष्ठ कन्या श्रेयाही ऑफिस मधून घरी आली. तिलाही त्यांनी प्रथमच पाहिले. हा सारा आनंद खुप वेगळा होता. त्यांचाही नातू (मुलीचा मुलगा)सोबत आला होता. तो आता पाचवीला आहे.

माझ्या डोक्यावरील केस पूर्ण लुप्त झालेले आणि वामनराव माझ्या पेक्षा वयाने ८-९ वर्षांनी मोठे असूनही त्यांच्या डोक्यावरचे केस फक्त पांढरे शुभ्र झालेले. आजकाल मी लिहीत असतो लिहिणे आणि कविता याचा छंद मी आणि रचनाने जपला आहे तर वामनराव व वहिनींनी गाण्याचा छंद जपला आहे. या दरम्यान रचनाने तिचा हातखंडा असलेले कांदे पोहे केले. अतिशय टेस्टी असल्याने आम्ही सर्वांनी पोटभर खाल्ले. आणि चहापाणी झाल्यावर गाण्याची, कवितांची मैफिल भरली.

सौ गाजरे वहिनींनी,

केंव्हा तरी पहाटे उलटून रात्र गेली...

हे गाणं अतिशय छान पद्धतीने पेश केले.

वामनराव यांनी ही गाणे छान म्हंटले.

आमच्या श्रेयाने ही तेलगू गाणे छान म्हंटले.

मग माझी व रचनाची एक एक कविता होऊन ही मैफिल संपली.

पण रचनाने केलेल्या कांद्या पोह्यांची चव अजूनही जिभेवर रेंगाळते आहे. माझी बायको म्हणून स्तुती करत नाही बरं का?

खरंच सांगतोय. नाही तर तुम्ही उगीच वेगळा अर्थ काढाल, एक मात्र खरं श्री गाजरे सारखे जुनी स्नेही शेजारी पुन्हा भेटली की सुख म्हणजे काय असतं याची जाणीव नक्की होतें.

जुनी नाती मैत्री किती पक्की असते आणि जुनी लोक किती जिव्हाळ्याची आहेत याचीच ही प्रचिती.

ऑनलाईन औषधोपचार

आता सर्वकाही झाले आहे ऑनलाईन मग आजारपणात पण घरबसल्या औषधोपचार घ्या, कुठेही जाण्याची गरज नाही, वेळ व पैसा वाचवा 100 % खात्रीशीर इलाज, गुप्तरोग, शारीरिक थकवा, बऱ्याच गोष्टी कोणालाही सांगण्यास लाज वाटते अशा वेळेस फक्त फोनवर तुम्ही तुमचा आजार सांगू शकता व त्यावर आयुर्वेदिक पद्धतीने हमाखास उपाय केला जाईल, पोस्टाने औषधं पाठविल्या जातील, प्रसिद्ध आयुर्वेदाचार्य डॉ. शेख ए एच, 37 वर्षाचा अनुभव, 200 पेक्षा अधिक पुरस्कार प्राप्त, 2 लाखांपेक्षा अधिक विविध लैंगिक समस्यग्रस्त रुग्णांवर यशस्वी उपचार, आतापर्यंत ५ ऑनररी डॉक्टरेटच्या पदव्या देऊन विविध संस्थांनी त्यांना सन्मानित केलेले आहे. त्यांच्या या कार्याची नोंद लंडन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, ओयासिक बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, एशियन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, हुज-हू-इन एशिया रेकॉर्डस् 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

दवाखाना

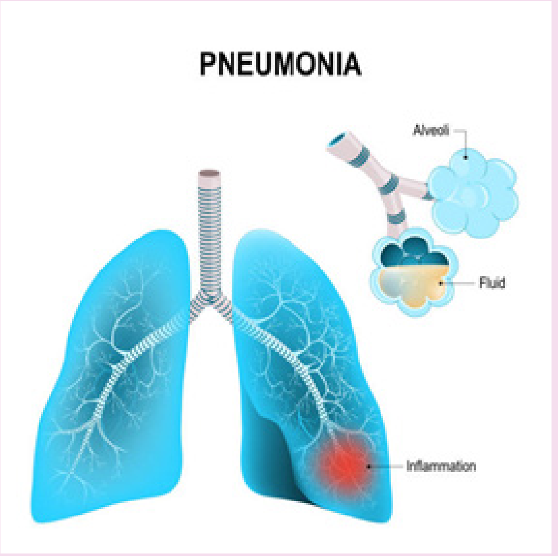
न्यूमोनिया

ज्योतिर्मय साहित्य

नमस्कार मैत्रांनो!

मागील आठवड्याच्या ब्रेकनंतर परत वळू या आपल्या पूर्वीच्या विषयाकडे. न्यूमोनिया या सांसर्गिक आजारात फुफ्फुसांच्या आत ऑक्सिजन (प्राणवायू) आणि कार्बन डाय ऑक्साइड (कर्ब द्वी प्राणीद) या दोन वायूंच्या देवाणघेवाणीचे अति महत्वाचे कार्य सुरळीतपणे अखंड पार पाडणाऱ्या श्वसनसंस्थेच्या अतिशय बारीक नलिका (ब्रॉन्कियोल्स) न्यूमोकोकससारख्या जीवाणूच्या संसर्गामुळे अकार्यक्षम होत जातात. याचा परिणाम असा होतो की फुफ्फुसांत द्रव साठू लागतो. ह्या द्रवामुळे अल्वेओलाय ची कार्यक्षमता कमी होते. त्यातच कफसारखा द्रव बऱ्याच काळ जमून राहिल्यावर तो घट्ट होतो, यामुळे या श्वासनलिकांचा 'कोंडमारा' होऊन रोग्याला श्वास घेणे जिकिरीचे होते. श्वासाची गती अनैसर्गिक रित्या वाढते. या आजारात एक किंवा दोन्ही फुफ्फुसांना संसर्ग होऊ शकतो. दोन्ही फुफ्फुसांना संसर्ग झाल्यास अशा रोगास 'डबल न्यूमोनिया' असे संबोधल्या जाते. दोन्ही फुफ्फुसामध्ये संसर्ग होण्याची शक्यता अधिक असते.

मंडळी, विश्रांतीच्या वेळी निरोगी प्रौढ व्यक्तीचा सामान्य श्वसन दर साधारणपणे प्रति मिनिट १२ ते २० असतो. श्वासोच्छ्वासाची ही सामान्यतः अव्याहतपणे चाललेली प्रणाली आपल्याला जाणवत देखील नाही. मात्र या न्यूमोनियात जेव्हां हीच गती असामान्यरित्या वाढते, तेव्हां आपल्याला धाप लागते आणि या श्वासोच्छ्वासाची महती कळायला लागते. म्हणजे बघा ना, रोजच्या रोज निमूटपणे असंख्य जबाबदाऱ्या सहजरित्या पार



पाडणाऱ्या गृहिणीच्या कार्यकुशलतेची घरच्या लोकांना इतकी सवय असते की ते तिला गृहीतच धरतात. मात्र ती चार दिवसांसाठी गावी गेली किंवा आजारी पडली की घरच्या मंडळींना तीच कामे कशीबशी उरकतांना ब्रह्मांड आठवते. न्यूमोनियाच्या रुग्णाला धाप लागते याचाच अर्थ त्याच्या शरीराला आवश्यक असलेला प्राणवायू मिळत नाही. रक्तात ऑक्सिजन मिसळण्याच्या प्रक्रियेमध्ये अडथळा निर्माण होतो आणि शरीरातील ऑक्सिजनचं प्रमाण कमी होतं. दुसरीकडे कार्बन डाय ऑक्साइड हा हानिकारक वायू शरीरात साठायला लागतो. ऑक्सिजनच्या कमतरतेमुळे पेशींचे कार्य नीटपणे होत नाही. योग्य उपचार केले नाहीत तर ऑक्सिजनच्या कमतरतेमुळे व्यक्तीचा मृत्यू ओढवतो.

न्यूमोनियाची लक्षणे

सौम्य ते मध्यम तीव्रतेच्या न्यूमोनियात सामान्यतः ताप येणे, थंडी वाजणे, खोकला येणे, श्वास जलद होणे, श्वास घेताना धाप लागणे, छातीत आणि पोटात दुखणे, उलट्या होणे, अशक्तपणा इत्यादी लक्षणे आढळतात. ही लक्षणे अचानकपणे किंवा हळूहळू दिसू शकतात. हे संसर्गाच्या तीव्रतेवर अवलंबून असते.

गंभीर न्यूमोनियाने ग्रस्त रुग्णामधील लक्षणे बघितली तर तीव्र ताप येणे, अंगात हुडहुडी भरणे, छातीत दुखणे, अपुरा श्वास, सारखी धाप लागणे, खोकल्यातून हिरवा, पिवळा किंवा तपकिरी कफ येणे अशी असतात. या सोबतच कांहीं रुग्णांत हृदयाच्या ठोक्यांचं प्रमाण वाढणं, खूप घाम येणे, मळमळ, उलट्या आणि अतिसार ही लक्षणे दिसून येतात. ज्या लहान मुलांमध्ये प्राणवायूची अत्यंत कमतरता निर्माण होते त्यांची नखे किंवा ओठ निळे पडतात. या अति तीव्र न्यूमोनियाचे शीघ्रातिशीघ्र उपचार करण्यात यावेत.

लेखिका
डॉक्टर मीना श्रीवास्तव

वॉकींग न्यूमोनिया

मायकोप्लाझ्मा न्यूमोनीसारख्या जिवाणूंमुळे न्यूमोनिया झाल्यास लहान मुलांमध्ये सामान्यत: साधी आणि सौम्य लक्षणे दिसू लागतात. यात बाळाला जास्त आजारी असल्यासारखे वाटत नाही. परंतु खोकला, हलकासा ताप, डोकेदुखी, थकवा यांसारखी लक्षणे दिसू लागतात. आपल्याला माहित आहे की लहान मुलांना बिछान्यात पडून राहणे अजिबात आवडत नाही. त्यात असा सौम्य आजार असेल तर त्यांची मस्ती सुरूच असते. यालाच 'वॉकिंग (सौम्य) न्यूमोनिया' असे म्हणतात. मात्र अशा प्रकारची लक्षणे दिसल्यासही ती दुर्लक्षित करू नयेत, कारण लहान मुलांत याची तीव्रता भराभर वाढू शकते. म्हणूनच शक्य तितक्या लवकर डॉक्टरांशी संपर्क साधावा आणि योग्य उपचार घ्यावा.

फुफ्फुसविकारतज्ज्ञांच्या मतानुसार प्रत्येक प्रकारचा न्यूमोनिया जीवघेणा नसतो. पण, त्याच्या तीव्रतेचे निदान योग्य वेळी होणे आवश्यक आहे. निदान झाल्यावर संबंधित उपचार सुरू होणं अत्यंत महत्त्वाचं आहे.

न्यूमोनियाचे निदान–

निदान करण्यात रोग्याच्या आजाराचा इतिहास (लहान मूल असेल तर त्याची आई ही माहिती उत्तम रित्या सांगू शकते) आणि त्याच्या संपूर्ण शरीराची तपासणी, स्टेथोस्कोपद्वारे फुफ्फुसांच्या जागी विशिष्ट घरघर ऐकू येणे, हृदयाचे ठोके, श्वासोच्छवासाची गती इत्यादी गोष्टी अतिशय महत्वाच्या असतात.

पुढील भागात न्यूमोनियासंबंधी तपासण्या आणि उपचार यांची चर्चा करू!

यम्मी ढोकळा स्टार्टर

ज्योतिर्मय साहित्य

स्टार्टर हा सर्वांचाच अत्यंत आवडीचा भाग आहे. पूर्वी लग्न कार्य असले की डायरेक्ट भात,वरण,भाजी,पोळी, चटणी, कोशिंबीर, मसालेभात, मठ्ठा, एखादी पातळ भाजी, भजी, जेवणातच स्वीट असे श्रीखंड,बासुंदी, जिलेबी असे पदार्थ असायचे. पण आता जेवणाचे स्वरूप विशेषतः पार्टी मध्ये बदललेले दिसते.वेगवेगळी सूप, तऱ्हेतऱ्हेचे स्टार्टर्स यांनी पार्टीची सुरुवात होते. त्यानंतर मग मेनकोर्स म्हणजे जेवण आणि शेवटी स्वीट ,डिझार्ट असे खूप बदलले आहे. स्टार्टर मध्ये हलके फुलके स्नॅक्स असतात. जसे मंचुरिअन, हराभरा कबाब, व्हेज६५, व्हेज क्रिस्पी असे असंख्य आणि टेस्टी, चटपटीत स्टार्टर्स बनवून खाल्ले जातात. आजही आपण एक सोपे, छान स्टार्टर बनवूया.

साहित्य :

दीड वाटी बेसन,पाव चमचा सायट्रिक ॲसिड किंवा दीड चमचा लिंबाचा रस, २ चमचे साखर, १ चमचा खाण्याचा सोडा किंवा इनो १ पाऊच, चिमुटभर हळद पावडर, पाव चमचा तेल, चवीनुसार मीठ. ग्लासला लावण्यासाठी थोडेसे वेगळे तेल.

चटणीसाठी :

१ वाटी कोथिंबीर, २..३ हिरव्या मिरच्या, जिरे, आल्याचा छोटासा तुकडा, पाव वाटी नारळ, ५..६ लसूण पाकळ्या, चवीनुसार मिठ आणि किंचीत साखर, १ चमचा शेव. सजावटीसाठी लाल टोमॅटो केचप. ढोकळा बनवण्यासाठी कागदी

छोटे छोटे ग्लासेस, लाकडी चमचे आणि मोदकपात्र किंवा वाफवण्यासाठी मोठी पसरट कढई, रिंग.

कृती :

प्रथम एका बाऊल मध्ये साखर, घालून साधारण अर्धा चमचा मिठ, हळद पावडर घालून त्यात १ बाऊल पाणी घालून व्यवस्थित मिक्स करावे. मग त्यात सावकाशपणे ढवळत ढवळत बेसन छान गुठळ्या होऊ नं देता मिक्स करून घ्यावे. आता त्यात पाव चमचा तेल घालावे. आणि पुन्हा हलवावे. नंतर आपण चटणी बनवून घेऊ. त्यासाठी मिक्सरच्या भांड्यात चटणीचे सर्व साहित्य घालून नारळ,मिरची,कोथिंबीर, आले,लसूण, शेव, मिठ,साखर,जिरे सर्व घालून त्यात एक बर्फाचा खडा फोडून घालावा व मिक्सर फिरवून छान बारीक हिरवीगार चटणी बनवावी. आता मोदकपात्रात किंवा कढई मध्ये पाणी घालून मध्ये स्टीलची रिंग किंवा मोठी वाटी ठेवून त्यावर डिश ठेवावी व गॅसवर ठेवावी. आता ग्लासना आतून तेल लावून घ्यावे. त्यानंतर बॅटर मध्ये सोडा किंवा इनो घालून एकाच दिशेने गोलाकार भरपूर फेटावे म्हणजे ते फुगून येते आणि एकदम हलके बनते. रंग किंचीत पांढरट होऊन लेमन यलो दिसतो. आत हे बॅटर ग्लासेस मध्ये घालून ते मोदकपात्रातील डिशमध्ये ठेवावेत. वरून झाकण ठेवून साधारण ७..८ मिनिटे दणकून वाफ काढावी. म्हणजे आपला ढोकळा हलका फुलका , मस्त फुललेला बनेल. मग झाकण काढून सगळ्या ग्लास मध्ये मध्यभागी लाकडी चमचे खुपसावेत. ग्लास बाहेर काढून घ्यावेत व कोमट झाल्यावर गोल फिरवून चमचा हळुवार, अलगद्पणे घट्ट धरून ग्लास दोन्ही हातांच्या तळव्यावर अलगद चोळून ढोकळा चस्मच्यासहित बाहेर काढावा. आता ही आपली ढोकळा कुल्फी तयात झाली. मग त्याचा पुढचा अर्धा भाग हिरव्यागार चटणीमध्ये बुडवावा. म्हणजे अर्धा हिरवा आणि अर्धा पिवळा दिसेल. आता अजून सुरेख दिसण्यासाठी आपण या दोन्ही भागांच्या मधोमध लाल टोमॅटो केचप एका छोट्या चमच्याने किंवा पाऊच असतील तर एक टोक कापून त्याची मस्त धार निघते, असे सुरेख सजवून सर्व्हिंग डिश मध्ये काढून सर्व्ह करावेत

वैशिष्ठ्य :

काहीवेळा स्टार्टर खूप हेवी,तेलकट असतात, स्पायसी असतात. त्यामुळे त्रास होऊ शकतो. आणि पोट लगेंच भरून जेवण्यासाठी भूकच राहात नाही त्यामुळे पुढील पदार्थांचा छान आस्वाद घेता येत नाही. हे स्टार्टर हलके असुन तेलकट , स्पायसी नाही उलट चटपटीत आणि टेस्टी आहे. कुल्फीसारखे बनवल्यामुळे हात खराब होत नाहीत. हिरवा,लाल,पिवळा अशी आकर्षक रंगसंगती असल्यामुळे लक्षवेधक होते. आवडत असेल तर बनवून झाल्यानंतर थोडासा पाण्याचा शिपका मारून फोडणी घातली तरी चालेल. त्यामुळे कोरडेपणा जातो आणि बराचवेळ झाकला नाही तरीही कोरडा पडून तोठरे बसत नाहीत. नक्की ट्राय करून पहावी अशीच सुरेख डिश आहे.

सुरेखा खरे यांना भाई वैद्य स्मृती पुरस्कार

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे– लोकशाही समाजवादासाठी भाई वैद्य यांनी संपूर्ण आयुष्य खर्ची घातले. भाईंसारखा व्रतस्थ आणि तपस्वी राजकारणी माणूस दिसणे आजच्या काळात जवळपास अशक्य आहे. लोकशाही समाजवाद हा भाईंचा श्वास होता, असे मत ज्येष्ठ लेखक आणि माजी संमेलनाध्यक्ष डॉ. श्रीपाल सबनीस यांनी व्यक्त केले.

मनोहर कोलते मैत्र संघ पुणेतर्फे ज्येष्ठ समाजवादी नेते भाई वैदय यांच्या जयंतीनिमित्त लोकनेते भाई वैद्य स्मृती पुरस्कार आज लोकनेते भाई वैद्य यांच्या शिक्षण हक्क चळवळीतील क्रियाशील कार्यकर्त्या सुरेखा खरे यांना प्रदान करण्यात आला. त्यावेळी कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानावरून डॉ. श्रीपाल सबनीस बोलत होते.

यावेळी व्यासपीठावर प्रमुख पाहुणे भाई वैद्य फौंडेशन आणि आरोग्य सेनेचे संस्थापक–अध्यक्ष डॉ. अभिजीत वैद्य, ललिता श्रीपाल सबनीस, मनोहर कोलते मैत्र संघाचे प्रमुख मनोहर कोलते, प्रा. डॉ. गीतांजली वैद्य आदी मान्यवर उपस्थित होते.

डॉ. सबनीस म्हणाले की, अन्यायाविरोधात भाई वैद्य यांनी सातत्याने लढा दिला आणि सर्वसामान्य माणसाबरोबरची बांधिलकी त्यांनी शेवटपर्यंत जपली. समाजवाद्यांचे मार्क्सवाद हे अधिष्ठान होते. समाजवाद्यांचा आणि कम्युनिस्टांचा मार्क्सवाद वेगवेगळा होता. त्यावेळेचा वैचारिक संघर्षाचा काळ हा अस्वस्थ करणारा होता. या सगळ्या वैचारिक अस्वस्थतेच्या काळात भाई वैद्यांनी समाजवादाचा विचार रूजवला. आंतरराष्ट्रीय स्तरावरील समाजवादी भूमिकेपेक्षा राष्ट्रीय पातळीवरील समाजवादी विचार भाईंनी स्वीकारला. भाई म्हणजे संविधान आणि समाजवादाचा जागर आहेत. अणीबाणीच्या काळात भाईंनी १९ महिने तुरूंगवास भोगला. काही समाजवादी नेत्यांशी त्यांचे वैचारिक मतभेद होते, मात्र त्यांच्यातील मैत्रभाव शेवटपर्यंत टिकला. त्यागामुळे जीवनाला अर्थ प्राप्त होतो आणि तो अर्थ भाईंच्या जीवनाला लाभला होता. आजही पुण्याच्या झोपडपट्ट्यांमध्ये फिरल्यास भाईंना ओळखणारी आणि भाईंच्या विचारांना जागणारी पिढी दिसून येते. झोपडीशिवाय समाजवादाला अर्थ नाही.

पंढरीची वारी

****

विठ्ठल विठ्ठल   मुखी नाम घेऊ
पंढरीला जाऊ   वारी संगे

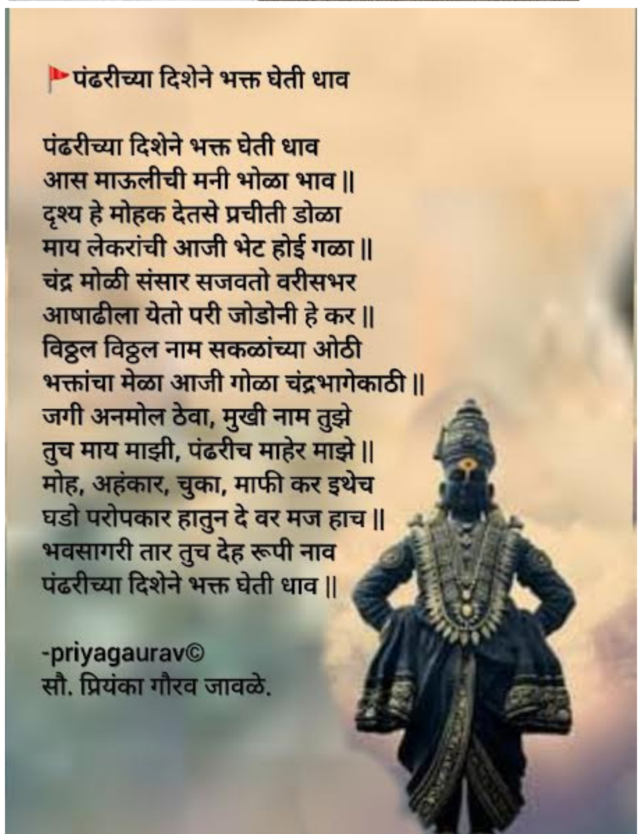
विटेवरी उभा   कटेवरी हात
विठू मंदिरात   पंढरीला

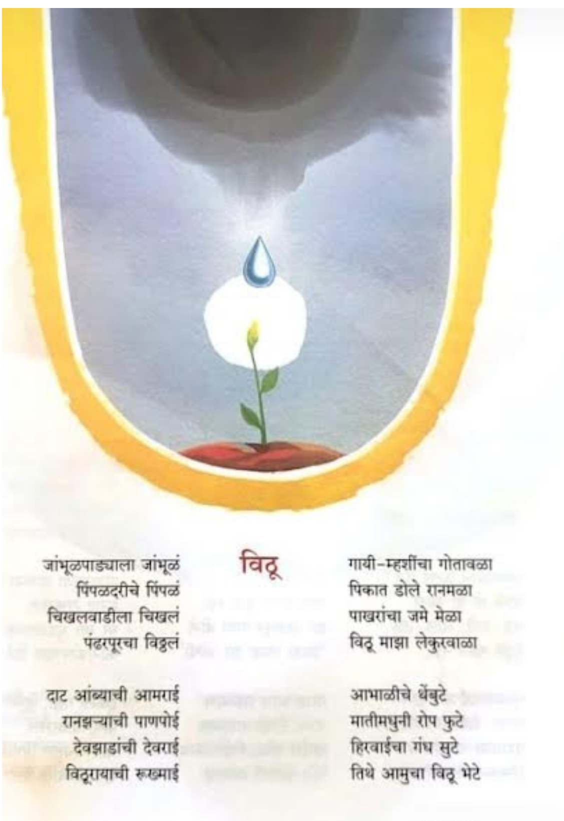
सुंदर हे रूप   आनंद स्वरुप
पसरतो धूप   सुगंधित

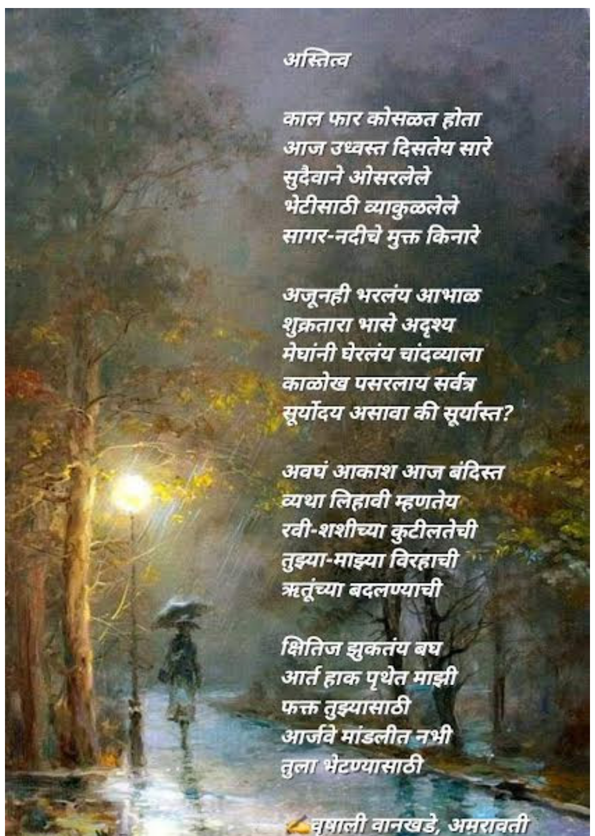
डोळे भरूनिया   रूप हे पहावे
सोबत असावे   ध्यानी मनी

विविध रुपात   विठू वावरतो
भक्ता सावरतो   संकटात.

✍©®✍
गिरीश वसेकर (देशपांडे)
9422659400







हे जरनल संपादक व प्रकाशक संजय व्यापारी यांनी १०१, सी विंग, सिल्व्हर स्पेस सोसायटी, विशाल नगर, पिंपळे निलख, पुणे–४११००१ (महाराष्ट्र) येथून प्रकाशित केले. (पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची आहे.
या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या प्रत्येक बातमी, लेख व जाहिरातींशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. सर्व वाद पुणे न्यायालयाच्या कक्षेत) E-mail-jyotirmaysahitya@gmail.com, Mob. 7743918559