



Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

□ पुणे □ वर्ष १ ले □ अंक २७७ वा □ शुक्रवार दि.०२ जानेवारी २०२६ □ पाने ४ □ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

अतिक्रमण एक गंभीर समस्या

— प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय ✍ साहित्य

अतिक्रमण ही एक गंभीर समस्या असून, यावर एकत्रित प्रयत्नांनीच नियंत्रण मिळवता येऊ शकते. मात्र यासाठी प्रयत्नांची गरज आहे. अंमलबजावणीची गरज आहे. आज प्रत्येक

शहराला अतिक्रमणाचा विळखा पडला आहे. वर्धा जिल्ह्याचे उदाहरण घेतले तर जिल्यातील प्रत्येक रस्त्यात व चौकात अतिक्रम असून या वाढत्या अतिक्रमणामुळे वाहतुकीची कोंडी होत आहे. प्रत्येक दुकानदार दुकानात माल कमी ठेवतात. रस्त्यावर जास्त ठेवतात. अनेक दुकानदारांनी आपल्या दुकानासमोरच मॉल उभे केले आहे. सराफ लाईन, पटेल चौक, वंजारी चौक, आर्वी नाका, बस स्टँड, बजाज चाळ प्रत्येक ठिकाणी व्यावसायिकांनी दुकाने थाटली आहेत. बजाज चौकात अधून मधून सिग्नल सुरू केले जातात.मात्र सिग्नलच्या चारही बाजूला हातबंदी वाले, ऑटो वाल्यांचे अतिक्रम असून या चौकातून ये जा करणे एक फार मोठे आव्हान ठरत आहे. नगर प्रशासनाने व शहर पोलिस विभागाने याकडे वेळीच लक्ष देणे आवश्यक आहे.

वर्धा शहरांप्रमाणेच कोणत्याही शहरातील प्रवेश करणारे प्रमुख रस्ते, शहरातील प्रमुख चौक अतिक्रमणांच्या विळख्यात सापडले आहेत. कोणीही यावे व रस्त्यावर टपरी, हातगाडी लावून बिनधास्त व्यवसाय करावा, असेच चित्र प्रत्येक रस्त्यावर, चौकात दिसत आहे. त्यामुळे रस्ते वाहतुकीसाठी कमी आणि व्यवसायासाठी जास्त वापरले जात आहेत. नगरपालिका महापालिकेच्या अतिक्रमण निर्मूलन विभागाकडून मात्र कोणतीच कारवाई होताना दिसत नाही. या विभागाचे अस्तित्व संपल्यासारखी स्थिती आहे. फेरीवाले आणि दुकानदार, टपरीधारक आणि काही नागरिकांनी शहरातील प्रमुख रस्त्यांवरील फुटपाथवर अतिक्रमण केले आहे. नवीन फुटपाथ तर सोडाच, आहे त्या फुटपाथची साधी देखभाल करणेही पालिकेला वेळ नाही.त्यामुळे कारवाई थंडच आहे. वाढत्या अतिक्रमणामुळे शहरातील वाहतूक व्यवस्था विस्कळीत होत असून ठिकठिकाणी वाहतूक कोंडी तर होतेच; शिवाय नागरिकांना चालायलाही जागा मिळत नाही.

कारण वाढती लोकसंख्या, भूमाफिया, प्रशासनातील भ्रष्टाचार आणि नियोजनबद्ध विकासाचा अभाव यांसारख्या कारणांमुळे सार्वजनिक जागा, पदपथ आणि शासकीय जमिनींवर बेकायदेशीरपणे बांधकामे, हातगाड्या आणि झोपड्या वाढतात, ज्यामुळे वाहतूक कोंडी, सुविधांची कमतरता आणि शहराच्या सौंदर्यात घट होते, ज्यामुळे नागरिकांना अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागते. अतिक्रमणामुळे वाहतूक कोंडी होते.अरुंद रस्ते आणि पदपथांवर अतिक्रमणामुळे वाहतुकीचा खोळंबा होतो. पाणीपुरवठा आणि आरोग्य समस्या निर्माण होतात. झोपड्यांच्या वाढीमुळे मूलभूत सुविधांवर ताण येतो. शहराचे स्वरूप बिघडते.

सुरक्षेचा प्रश्न निर्माण होतो सार्वजनिक जागांवर अनधिकृत बांधकामामुळे सुरक्षेची समस्या निर्माण होते. अतिक्रमणांची प्रमुख कारणे : वाढती लोकसंख्या: शहरांकडे स्थलांतर करणाऱ्यांची संख्या वाढल्याने निवाऱ्याची आणि जागेची मागणी वाढते. बेरोजगारी: हातावर पोट असलेल्या लोकांसाठी हातगाड्या किंवा छोटे व्यवसाय हे एक साधन बनते.

भ्रष्टाचार : प्रशासनातील काही घटकांच्या संगनमताने अतिक्रमणे वाढतात. लोकप्रतिनिधींची उदासीनता: समस्यांकडे दुर्लक्ष केल्याने अतिक्रमणे वाढत जातात. जमिनीच्या दरात वाढ: वाढत्या दरांमुळे लोक स्वस्त जागेच्या शोधात अतिक्रमणे करतात. नियोजनाचा अभाव: शहरांच्या नियोजनात त्रुटीमुळे मोकळ्या जागांवर अतिक्रमण होते.

काय करता येईल, ?

कठोर अंमलबजावणी: अतिक्रमण निर्मूलन पथकांद्वारे नियमित कारवाई करावी... थात्स्मात् कारवाई करू नये.

लोकप्रतिनिधींचा सहभाग: यावर तोडगा काढण्यासाठी लोकप्रतिनिधींनी पुढाकार घ्यायला पाहिजे.

स्वच्छ सर्वेक्षण: शहरात कुठे अतिक्रमण आहे, याचे सर्वेक्षण करून कारवाई करावी. नागरिकांचा सहभाग: नागरिकांनी याबाबत जागरूक राहून तक्रारी करायला पाहिजे.

साहित्यकुंभाचा दिमाखदार शुभारंभ

सातारच्या ऐतिहासिक भूमीत अक्षरांचा जागर ९९ व्या अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलनाचा प्रारंभ



ज्योतिर्मय ✍ साहित्य

साताऱ्यात होत असलेल्या ९९ व्या अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलनाच्या ग्रंथ दिंडीने महाराष्ट्र राज्याची संस्कृती परंपरा संत वाङ्मय आणि साहित्य यांच्या आठवणी निश्चितपणे जागवल्या. या ग्रंथदिंडीचे उद्घाटन ज्येष्ठ साहित्यिका डॉ. तारा भवाळकर, संमेलनाचे स्वागत अध्यक्ष सार्वजनिक बांधकाम मंत्री शिवेंद्रसिंहराजे भोसले, अखिल भारतीय महामंडळाचे अध्यक्ष मिलिंद जोशी, कार्यवाह सुनीताराजे पवार, कार्यध्यक्ष विनोद कुलकर्णी, जिल्हाधिकारी संतोष पाटील, पोलीस अधीक्षक तुषार दोशी, मसाप शाहपुरी शाखेचे अध्यक्ष नंदकुमार सावंत, मावळा फाउंडेशनचे अध्यक्ष शरद बेबले इत्यादी मान्यवर उपस्थित होते.श्रीफल वाढवून ग्रंथ दिंडीचे उद्घाटन करण्यात आले.

सातारा – ऐतिहासिक सातारा नगरीत आज साहित्य आणि विचारांच्या अभूतपूर्व संगमातून ९९ व्या अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलनाचा शुभारंभ झाला. ‘स्वास्थ्य विस्तारक छत्रपती थोरले शाहू महाराज साहित्यनगरी’ (शाहू क्रीडा संकुल) येथे ध्वजारोहणाच्या मंगल सोहळ्याने या साहित्यकुंभाचा दिमाखदार शुभारंभ झाला. सातारा जिल्ह्याचे वैभव आणि साहित्याची परंपरा यांचा अनोखा संगम आज या ठिकाणी पाहायला मिळाला. महाराष्ट्र साहित्य परिषदे, पुणे, शाखा-शाहपुरी (सातार) आणि मावळा फौंडेशन, सातारा आयोजित अखिल भारतीय मराठी साहित्य मंडळाच्या वतीने सातारा येथे १ ते ४ जानेवारी अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलन येथे सातारा येथे आयोजन करण्यात आले आहे.

मान्यवरांची मांदियाळी आणि ध्वजारोहण

अखिल भारतीय मराठी साहित्य महामंडळाचे प्रा. मिलिंद जोशी यांच्या हस्ते संमेलनाचे ध्वजारोहण करण्यात आले. यावेळी संमेलनाचे स्वागताध्यक्ष तथा सार्वजनिक बांधकाम मंत्री श्रीमंत

छत्रपती शिवेंद्रसिंहराजे भोसले आणि संमेलनाध्यक्ष विश्वास पाटील यांची प्रमुख उपस्थिती होती.

या ऐतिहासिक प्रसंगी ९८ व्या साहित्य संमेलनाच्या अध्यक्षा डॉ. तारा भवाळकर, संमेलनाचे कार्याध्यक्ष विनोद कुलकर्णी, कार्यवाहक सुनीताराजे पवार, जिल्हाधिकारी संतोष पाटील, पोलीस अधीक्षक तुषार दोशी, ज्येष्ठ उद्योजक भालचंद्र जोशी, संदीप शहा, रवींद्र बेडकीहाळ यांसह अनेक साहित्यिक, मान्यवर, अखिल भारतीय साहित्य महामंडळाचे पदाधिकारी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

विविध ‘कट्ट्यांचा’ उत्साह

संमेलनाचे मुख्य आकर्षण असलेल्या ग्रंथ प्रदर्शनाचे उद्घाटन ९८ व्या संमेलनाच्या अध्यक्षा डॉ. तारा भवाळकर यांच्या हस्ते संपन्न झाले. हजारो पुस्तकांनी सजलेली ही ग्रंथनगरी वाचकांसाठी ज्ञानाचा खजिना ठरत आहे. साहित्याच्या विविध अंगांना स्पर्श करणाऱ्या विविध कट्ट्यांचे उद्घाटनही यावेळी करण्यात आले. कवी कट्ट्याचे उद्योजक भालचंद्र जोशी यांच्या हस्ते व रवींद्र बेडकीहाळ

यांच्या उपस्थितीत तर गझल कट्ट्याचे उद्घाटन संमेलनाचे स्वागत अध्यक्ष श्री. भोसले यांच्या हस्ते झाले. प्रकाशन कट्ट्याचे उद्घाटन संमेलनाध्यक्ष विश्वास पाटील यांच्या हस्ते झाले.

सातारकर पाहुणचारासाठी सज –

स्वागताध्यक्ष श्रीमंत छत्रपती शिवेंद्रसिंहराजे भोसले म्हणाले, सातारकरांच्या वतीने सर्वांचे स्वागत केले. ते म्हणाले, ‘साहित्यातील दिग्गज व्यक्तिमत्त्वांच्या स्वागतासाठी सातारकर सज आहेत. स्वागताची कोणतीही उणीव भासू नये, यासाठी प्रशासन आणि आम्ही सर्वजण मनोभावे प्रयत्न करत आहोत. हे संमेलन सातारच्या शिरपेचात मानाचा तुरा रोवणारे ठरेल.

साहित्य संमेलनासाठी सातारकरांमध्ये मोठा उत्साह-विश्वास पाटील

यावेळी संमेलनाचे अध्यक्ष श्री. पाटील म्हणाले, या साहित्य संमेलनासाठी सातारकरांमध्ये मोठा उत्साह आहे. महाराष्ट्राच्या कानाकोपऱ्यातून साहित्य आणि रसिक मंडळी आलेली आहेत. त्यांचा उत्साह पाहून आम्हाला अधिक जोमाने काम

साताऱ्यात ग्रंथदिंडीने जागवल्या पारंपारिक आठवणी

राजवाडा येथून ग्रंथ दिंडीची सुरुवात झाली. या ग्रंथ दिंडीला स्वतः शिवेंद्रसिंहराजे भोसले मिलिंद जोशी यांनी खांद्या दिला. सातारा शहरातून या ग्रंथदिंडी राजपथ ते पोचई नाका तेथून पोलीस कवायत मैदान मार्गे श्रीमंत छत्रपती थोरले शाहू महाराज साहित्य नगरी कडे मार्गस्थ झाली. तत्पूर्वी स्वागताध्यक्ष शिवेंद्रसिंहराजे भोसले, संमेलन अध्यक्ष विश्वास पाटील, अखिल भारतीय मराठी महामंडळाचे अध्यक्ष मिलिंद जोशी यांची चांदीच्या रथातून मिरवणूक काढण्यात आली. या ग्रंथदिंडीमध्ये ५५ शाळांचे विद्यार्थी सहभागी झाले होते. पर्यावरण, साताऱ्यातील पर्यटन, संत साहित्य, क्रांतीज्योती सावित्रीबाई फुले व थोर समाज सुधारक महात्मा फुले यांची शिक्षण चळवळ,संत ज्ञानेश्वर, मुक्ताबाई यांनी केलेला संतपरंपरेचा प्रसार अशा विविध विषयांवर विद्यार्थ्यांनी आकर्षक चित्र सादर केले.

करण्याची प्रेरणा मिळते. साहित्यशारदेच्या या उत्सवात सातारा आणि आजुबाजूच्या जिल्ह्यांमधील, संपूर्ण महाराष्ट्रातील साहित्यीक, रसिक मोठ्या प्रमाणावर सहभागी होतील, असा विश्वास त्यांनी व्यक्त केला. संमेलनाचे कार्याध्यक्ष श्री. कुलकर्णी म्हणाले, आज अत्यंत उत्साहात ध्वजारोहणासह विविध कार्यक्रमांनी संमेलनाचा शुभारंभ झाला आहे. आतापर्यंतच्या सर्व साहित्य संमेलनांमध्ये हे साहित्य संमेलन

अधिक उठावदार ठरेल. सार्वजनिक बांधकाम मंत्री श्री. भोसले यांनी स्वागतामध्ये कुठेही कमी पडणार नाही असा शब्द दिला होता. त्याप्रमाणे महामंडळानेही हे मान्य केले आहे. अत्यंत दर्जेदार आणि उच्च प्रतिये अशी व्यवस्था या ठिकाणी करण्यात आली आहे. यामध्ये प्रशासनाने खूप सहकार्य केले आहे. या ठिकाणी देशातून व जगाच्या काना कोपऱ्यातून आलेल्या साहित्य रसिकांचे स्वागत करतो.

‘विशाखा काव्य पुरस्कार २०२५’ साठी कवितासंग्रह पाठविण्याचे आवाहन

ज्योतिर्मय ✍ साहित्य

नाशिक – यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठाच्या कुसुमाग्रज अध्यासनामार्फत नवोदित कवींकडून सन २०२५ च्या विशाखा काव्य पुरस्कारासाठी प्रस्ताव मागविण्यात येत आहेत. यानुसार इच्छुक कवींनी सन २०२५ मध्ये प्रकाशित झालेला आपला

पहिला मराठी काव्यसंग्रह येत्या ३१ जानेवारी २०२६ पर्यंत विद्यापीठात ‘प्रमुख कुसुमाग्रज अध्यासन’ या पत्त्यावर केवळ टपालाद्वारे पाठवावा, असे आवाहन कुसुमाग्रज अध्यासनातर्फे करण्यात आले आहे.

यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठात कविश्रेष्ठ कुसुमाग्रज यांच्या

नावाने स्थापित अध्यासनामार्फत, त्यांच्या सुप्रसिद्ध ‘विशाखा’ या काव्यसंग्रहाच्या नावाने नवोदित कवींच्या मराठी भाषेतील प्रथम काव्यसंग्रहास दरवर्षी पुरस्कार दिला जातो. यंदा विद्यापीठाचे मा. कुलगुरू प्रा. संजीव सोनवणे यांच्या मार्गदर्शनाखाली या पुरस्काराची

नियमावली निश्चित करण्यात आली आहे. यानुसार १ जानेवारी २०२५ ते ३१ डिसेंबर २०२५ या कालावधीत प्रकाशित झालेल्या काव्यसंग्रहांमधून अनुक्रमे प्रथम, द्वितीय व तृतीय क्रमांकाचे पुरस्कार प्रदान करण्यात येणार आहेत.

या पुरस्कारासाठी अर्ज करण्यासाठी कोणतेही प्रवेश शुल्क आकारले जाणार नाही. सादर करण्यात येणारा काव्यसंग्रह केवळ मराठी भाषेतील असावा व त्यावर प्रकाशन वर्ष ठळकपणे मुद्रित केलेले असणे आवश्यक आहे. तसेच, संबंधित काव्यसंग्रहाची यापूर्वी कोणतीही ई-आवृत्ती प्रकाशित झालेली नसावी. पुरस्कारासाठी कवी स्वतः किंवा संबंधित प्रकाशक अर्ज पाठवू शकतात. अर्जासोबत काव्यसंग्रहाच्या पाच प्रती, कवीची पासपोर्ट आकाराची दोन छायाचित्रे, सविस्तर परिचयपत्र तसेच हा काव्यसंग्रह कवीचा प्रथमच प्रकाशित झालेला असल्याबाबतचे प्रतिज्ञापत्र सादर करणे बंधनकारक आहे. प्रतिज्ञापत्र संलग्न नसल्यास संबंधित काव्यसंग्रह पुरस्कारासाठी विचारात घेतला जाणार नाही. प्रतिज्ञापत्राचा नमुना विद्यापीठाच्या

अधिकृत संकेतस्थळावर उपलब्ध आहे. परिचयपत्रामध्ये कवीचा संपूर्ण पत्ता, ई-मेल आयडी व भ्रमणध्वनी क्रमांक नमूद केलेला असावा. काव्यसंग्रह केवळ टपालाद्वारेच पाठवावेत. खाजगी कुरीयर सेवेद्वारे पाठविलेले काव्यसंग्रह स्वीकारले जाणार नाहीत. पाकीटावर ‘विशाखा काव्य पुरस्कारासाठी’ असा स्पष्ट उल्लेख करणे आवश्यक आहे. या पुरस्कारासंबंधी विद्यापीठ व निवड समितीचा निर्णय अंतिम राहील. या पुरस्कारासाठी पात्र व इच्छुक कवींनी आपला काव्यसंग्रह ३१ जानेवारी २०२६ पर्यंत प्रमुख, कुसुमाग्रज अध्यासन, ज्ञान सोत केंद्र इमारत, पहिला मजला, यशवंतराव चव्हाण महाराष्ट्र मुक्त विद्यापीठ, गोवर्धन, नाशिक ४२२२२२ या पत्त्यावर केवळ टपालाद्वारे पाठवावा. अधिक माहिती व सविस्तर नियमावलीसाठी विद्यापीठाच्या अधिकृत संकेतस्थळास भेट द्यावी, असे आवाहन विद्यापीठाचे कुलसचिव डॉ. गोविंद कतलाकुटे व कुसुमाग्रज अध्यासनाचे प्रमुख डॉ. दिलीप धोंडगे यांनी केले आहे.



@sanjaydaramwar +91 98694 20337



जात्यावरच्या ओव्या.....

मायेच्या परीस मावशी लावी जीव पाहून जिऱ्हाळा फुईला आलं हिव ॥ ४२७ ॥

जीवाला नाही बर काय खाता आत्याबाई? लेक बोलव भेटाया तेच औषीध हाई ॥४२८॥

©® सौ. मनोरमा बोराडे छत्रपती संभाजी नगर मो. 70207 33758



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

सर्वस्वीं व्हावें रामास अर्पण । हाच उपाय सांगती साधुजन ॥ रामास अर्पण व्हावें कोण्या रीती। त्याचा मार्ग सज्जन सांगती ॥ प्रथम राखावें भगवंताचें अधिष्ठान । तेथें प्रयत्नांचा उगम ॥ अखंड राखावें अनुसंधान । येणें कर्म होईल सहज रामार्पण ॥ उपास्यदेवतेची करावी आठवण । मनानें जावें त्यास शरण ॥ सदुरुूसी

गवंताला होता अर्पण । तेथें सुख दुःखाचे नाही कारण ॥

झाला जो अनन्य । त्यास दुजें करणें नाही अन्य ॥ सद्गुति, सद्गुण, दृगुणादि विकार । हें सर्व करावें रामार्पण । त्यानेंच रामाचें होऊन राहणें जाण ॥ राजापोटीं पुत्र जन्मा आला । राजपद हातीं चालत आलें त्याला । तैसें आपण व्हावें रामार्पण । विषयाचा न लागे तेथें लाग जाण ॥ मनानें भगवंतास जावें शरण । व्यवहारांत दक्षता ठेवावी आपण ॥ अनन्य व्हावें रामास शरण । तुझेविण नाहीं मानणें कांहीं अन्य ॥ ठेवावा सदा मनीं ध्यास । दया येईल रामायास॥ जेव्हां मनासकट देह केला अर्पण । मग मरणाच्या भयाचें काय कारण ? ॥ परमार्थाचें मुख्य साधन । शक्यतों न चुकूं द्यावें अनुसंधान । मुर्खीं करावें नामस्मरण । हृदयीं भगवंताचें ध्यान । याविण नाहीं दुजा उपाय जाण ॥ सर्व कांहीं करीत जावें । परि व्यवहारीं न गुंतावें॥ ऐसें राहावें प्रपंचांत । जसा पाहुणा वागे जगांत ॥ बाह्य सृष्टि विषयाकार । तेथें मन न गुंतूं द्यावें जाण ॥ देह लावावा प्रपंचीं । मन लावावें रामचरणीं ॥ लोभ्याचें चित्त पैशावरी । परि व्यवहार जैसा करी । तैसें मन ठेवावें रामावरी । प्रपंचांत असावी हुशारी । चित्त एकाग्र न



आरोग्य संजीवनी

बाजरीचं सूप

ज्योतिर्मय साहित्य

थंडीच्या काळात शरीर केवळ बाहेरून गरम करून चालत नाही, तर शरीराला आतूनही उब मिळणं आवश्यक असतं. यासाठी बाजरीचं सूप हा उत्तम पर्याय आहे. बाजरीच्या सुपातील फायबरमुळे लवकर भूक लागत नाही. बाजरीचं सूप पिऊन शरीरात ऊर्जा निर्माण होते. लोह ,फॉस्फरस हे महत्त्वाचे घटक बाजरीच्या सूप मधून मिळतात. यामुळे शरीरातील रक्त वाढतं. थंडी पडायला लागली की कपाटातले स्वेटर बाहेर निघतात. शेकोटीवर शेकाणं सुरू होतं. शरीर गरम ठेवण्यासाठी ऊबदार पर्याय शोधायची खटपट आपली सुरू असते. पण थंडीच्या काळात शरीर केवळ बाहेरून गरम करून चालत नाही, तर शरीराला आतूनही उब मिळणं आवश्यक असतं. म्हणूनच थंडीत उबदार, गरम प्रकृतीचे पदार्थ खाण्यावर भर दिला जातो. थंडीत बाजरीचं सूप प्यावं, कारण बाजरीचं सूप पचनास मदत करतं, शिवाय यात न विरघळू शकणारे फायबर असतात. हे फायबर पोटात जाऊन प्रोबायोटिक सारखे काम करतात. तसेच बाजरीच्या सुपातील या फायबरमुळे लवकर भूक लागत नाही. बाजरीच्या सुपातील न विरघळू शकणारे फायबर आणि हळूहळू पचणारे स्टार्च यामुळे हे सूप पिल्यानं रक्तातील

साखर लगेच वाढत नाही. त्यामुळे वजन कमी करण्या सोबतच मधुमेहाच्या आजारातही हे सूप उपयुक्त ठरतं. बाजरीत गुंतागुंतीचं कार्बोदके असतात, त्यामुळे ते हळूहळू पचतात. यामुळे बाजरीचं सूप पितो तेव्हा पोट भरल्याची जाणीव लवकर होते आणि पोटीही दीर्घकाळ भरलेलं राहतं. हे सूप पिऊन शरीरात ऊर्जा निर्माण होते. बाजरीच्या सूप मधून शरीरास आवश्यक असा ओमेगा-३ हे फॅटी ॲसिड मिळतं. हृदय निरोगी आणि सुरक्षित राहाण्यासाठी हा घटक खूप महत्त्वाचा असतो. लोह, फॉस्फरस हे महत्त्वाचे घटक बाजरीच्या सूप मधून मिळतात. यामुळे शरीरातील रक्त वाढतं. शरीरात ऑक्सिजनची कमतरता निर्माण होऊन कार्बन डायऑक्साइड वाढून

सोपं आणि झटपट होणारं आहे. बाजरीचं सूप करण्यासाठी २ चमचे बाजरीचं पीठ, अर्धा कप दही, १ कांदा बारीक चिरलेला, १ चमचा आल्याची पेस्ट, ४ लसूण पाकळ्यांची पेस्ट, कढीपत्ता, १ बारीक चिरलेली हिरवी मिरची, चिमूटभर मिरपूड, १ चिमूटभर हिंग, चवीनुसार मीठ, थोडी हळद, १चमचा जिरे, एक ते दिड चमचा तूप किंवा बटर आणि २ वाट्या पाणी एवढं जिव्नस घ्यावं.

सर्वात आधी कढईत थोडं तूप किंवा बटर (शक्यतो साजूक तूपच घ्यावं) घालून बाजरीचं पीठ खमंग भाजून घ्यावं. मग ते एका भांड्यात काढावं. एका भांड्यात दही घेऊन त्यात पाणी घालून ते फेटून घ्यावं. बाजरीचं पीठ गार झाल्यावर दह्यात मिसळून घ्यावं. गुठळी राहू नये इतपत ते नीट मिसळावं. कढईत पुन्हा थोडं तूप घालून जिरे, कढीपत्ता, हळद, हिंग घालावं. ते चांगलं परतून घ्यावं. मिरचीचे तुकडे घालावेत. नंतर कांदा परतून घ्यावा. कांदा परतला गेला की आल्याची, लसणाची पेस्ट घालून ती परतून घ्यावी. नंतर दही बाजरीक मिश्रण त्यात घालावं. मंद आचेवर त्याला चांगल्या दोन तीन उकळ्या फुटू द्याव्यात. चवीनुसार मीठ घालून सूप चांगलं हलवावं. पुन्हा दोन तीन उकळ्या काढून गॅस बंद करावा. हे सूप गरम गरम प्यावं.

स्वप्न नवे पाहू...

ज्योतिर्मय साहित्य

प्रत्येक नवीन वर्ष घेऊन येते नव्या आशा आणि नवी स्वप्ने ! क्षितिजाच्या उंबरठ्यावर सूर्यकिरणांच्या रूपाने स्वप्नांचे सोनेरी दूत उभे असतात. तुमच्या हाकेला ओ द्यायला ते तयारच असतात. फक्त तुम्ही किती मनापासून त्यांना हाक मारता त्यावर त्यांचे येणे अवलंबून असते. तुम्ही आनंदाने बोलवाल तर आनंदाने येतील आणि सोबत घेऊन येतील सुख, समृद्धी आणि आनंद सुद्धा ! अशा वेळी पुन्हा कुसुमाग्रजांच्या कवितेतील ओळी आठवत राहतात...

कशास आई भिजविशी डोळे उजळ तुझे भाल रात्रीच्या गर्भात उद्याचा असे उषःकाल रात्र आहे तर पहाट होणारच !अंधाराला भेदून सूर्यकिरणे येणारच ! हे सोनेरी कवडसे तुमच्या माझ्या दारात, खिडक्यांवर आणि घरात येणार. त्यांना मनातही प्रवेश करू द्या. आतला अंधार संपून जाईल. जाणारे वर्ष आणि येणारे वर्ष यात तुलना करा. मी कुठे आहे ? ये कहाँ आ गये हम, युहीं साथ चलते चलते...? पण तुलना दुसऱ्याशी करायची नाही. ती करायची ती आपल्या स्वतःशीच ! ताडून पाहायचं स्वतःला, जोखून पाहायचं स्वतःला आणि ठरवायचं मनाशी की खरोखरच भूतकाळापेक्षा वर्तमानातला मी अधिक समृद्ध झालो आहे का ? भावनांनी, विचारांनी...? केवळ पैशांनी नव्हे. नसेल तर मला त्यासाठी आणखी काय करायला हवं ? माझं कुठे चुकत आहे का ? हीच ती वेळ



होगा... (क्रमशः)

उगवतीचे रंग

विश्वास देशपांडे चाळीसगाव मो.९४०३७४९३९२

आत्मपरीक्षणाची ! म्हणून तर जरा विसावू या वळणावर...! जीवनाची गती खूप वाढली आहे. त्याबरोबर आपण वेगाने फरफटत जात आहोत. आपल्याला स्वतःसाठी देखील वेळ नाही. कुटुंबासाठी वेळ नाही. आयुष्याचा आनंद घ्यायचाच आपण विसरून जातो आहोत. जीवनातील छोट्या छोट्या आनंदाच्या क्षणांना पारखे होत आहोत. खरोखर इतकी ऊर फुटेस्तोवर धावपळ करण्याची गरज आहे का याचाही विचार करूया आणि क्षणभर थांबूया. काल मी स्वप्न पाहिली होती पण ती पूर्ण नाही झालीत. काही हरकत नाही पण प्रयत्न तर केलेत ना त्यासाठी ! म्हणून निराश व्हायचं नाही, घेतला वसा टाकायचा नाही. पुन्हा मोठी स्वप्नं बघायचीआणि त्यासाठी त्या वाटेवर चालत राहायचं, अविरत...! तुझको चलना

॥ अध्यात्म ॥

मधुकर बोरीकर, पुणे

अविद्या

ज्योतिर्मय साहित्य

ज्ञान विज्ञान व अज्ञान याचा धावता आढावा घेतल्यानंतर आता या लेखाच्या मूळ विषयाकडे म्हणजे विद्या व अविद्या याकडे आपण आता वळू.

विद्या:- जो या परमात्म्यात सर्वांना, आणि सर्वांत परमात्म्याला पाहतो. त्याला सर्वां विषयी प्रेम वाटते.

भगवद्गीतेने ही विद्वान ब्राह्मणा पासून हत्ती, घोडा, कुत्रा, मांजर, चांडाळ या सर्वांत ईश्वर पाहणाऱ्यालाच समदर्शी म्हटले आहे. त्यामुळेच एकत्वाचा अनुभव येतो. यामुळे शोक व मोह नष्ट होतात, आणि तो मनुष्य आनंदाने परिपूर्ण होतो.

एकात्मतेचा रस्ता हा आनंदाचा असतो. अशी विद्या जी या एकात्मतेकडे नेते त्याविषयी ईशा वास्य उपनिषदात काय लिहिले आहे हेही पाहू.

अंध तमः प्रविशंति विद्यामुपासते/ ततो भूत इव ते तयोय विद्यायां रताः//

परमेश्वर प्राप्ती हेतूने केलेला शास्त्र अभ्यास व निष्काम कर्म म्हणजे विद्या.

जे लोक अविद्येची उपासना करतात, त्यांचा शेवटी अज्ञान स्वरूप घोर अंधकारात प्रवेश होतो. जे नुसत्या शास्त्राचे पठण करून मीथ्याभिमानाने मत्त होऊन “आमच्यासाठी काही कर्तव्य उरलेले नाही” अशा अविर्भावात कर्तव्य कर्म न करता शास्त्र विपरीत कर्मात रत होतात. तेही घोर नरकाला प्राप्त होतात.

विद्यां चाविद्याच यस्त द्वेदो भयै सह/ अविद्यया मृत्यूं तिर्त्वा विद्यांमृतमश्नुते//

जो मनुष्य ज्ञानतत्त्व व अज्ञान कर्म या दोन्हींना यथार्थपणे जाणतो, तो कर्तव्यकर्माचे अनुष्ठानने मृत्यूला पार करून ज्ञानाच्या अनुष्ठानाने अमृताची म्हणजे परमेश्वराची प्राप्ती करतो.

जो ज्ञाता सर्व जग स्वतःमध्ये पाहतो, तसेच सर्व जगात आपल्याला पाहतो, तो कशाचाच तिरस्कार करीत नाही. तेव्हा त्याला शोक व मोह कसा असणार? केवळ कर्म (अविद्या) किंवा केवळ ज्ञान(विद्या)यांच्याद्वारे सर्वोच्च श्रेयस प्राप्त होऊ शकत नाही त्यासाठी दोन्हीचा समुच्चय असणे आवश्यक आहे.

वरील श्लोकाच्या भावार्थावरून ज्ञान म्हणजेच विद्या किंवा ब्रह्मविद्या होय हे लक्षात येते.

अविद्या:- भोगाच्या प्राप्तीसाठी साधन रूप कर्मांचे अनुष्ठान म्हणजेअविद्या होय वेद उपनिषदा प्रमाणे, अविद्या म्हणजे केवळ माहीत नसणे, असे नसून ऋसत्याचे विपरीत ज्ञान म्हणजे अविद्या आहे अविद्येचा रस्ता हा विघटनाचा असतो. यात दुःख, अंधकार, मोह शोक हे भरलेले असतात.

वेदांतानुसार अविद्या ही मायेचाच एक भाग आहे जी जीवाला सत्य विसरायला लावते आणि असत्याशी आसक्त ठेवते.

अविद्येचे पांच प्रकार

१ अध्यारोप (वस्तूवर चूक अर्थ लावणे) उदा.- अंधारात दोरीला साप समजणे.

जिथे जे नाहीच, ते आपण आहे., असे मानतो.

उदाहरणार्थ मी देह आहे. मी दुःखी आहे. मी मरतो. इत्यादी

२ आवरण:- (सत्यावर पडलेले अज्ञानाचे आवरण)

उदाहरणार्थ असे ढग सूर्य झाकतात. पण सूर्य अस्तित्वात असतो. तसेच अज्ञान मन बुद्धीवर पडल्याने आत्म्याचे तेज दिसत नाही. हे अविद्येचे आवरण रूप आहे.

(क्रमशः)



ॐ नमो भद्रा हनुमते नमः



दासबोध स्तवन



उज्ज्वला धर्माधिकारी, पुणे, मो. ७५८८२ ३५६४६

ब्रम्हनिरूपण

ज्योतिर्मय साहित्य

दशक ७ समास २
नमस्कार
संत कोणास म्हणावे,
तत्त्वचिंतन, तत्त्वज्ञान हे शब्द एकसारखे वाटतात. पण प्रत्यक्षात ते तसे नाहीत. त्या दोन्ही शब्दांत फरक आहे तो कसा ते पहा.

तत्त्वचिंतक बुध्दीच्या जोरावर बाजू प्रमाण मानतो. तो अत्यंत हुशार असतो. शुध्द विचाराने सद्बस्तुंचें स्वरूप एकदा निश्चित झाले म्हणजे तो तिथेच थांबतो. तत्त्वचिंतन करण्याची त्याची भूमिका व त्या भूमिकेवर तो ठाम असतो.

त्याच्या बरोबर उलट तत्त्वज्ञानी प्रतिभेच्या जोरावर उभा रहातो. तकनी विचार करून सद्बवस्तुंचे स्वरूप निश्चित झाल्यावर तेथेच न थांबता त्याच्यातील बारकावे शोधू लागतो

स्वस्वरूपाच्या अनुसंधानाचा सतत अभ्यास करत रहातो. सतत अभ्यास चिंतन व बारकावे शोधत गेल्यानंतर त्याला सद्बवस्तुंचा साक्षात अनुभव येतो. अशा प्रकारे स्वरूपसाक्षात्कार झालेल्यांना संत म्हणतात. संतांची प्रतिभा सतत जागी असते. संतांनी लिहिलेल्या ग्रंथसंपदेस “अध्यात्मग्रंथ म्हणतात. तर सदस्वतूला ब्रम्ह म्हणतात . संत सांगतात की ब्रम्ह सर्व मानवी कल्पनांच्या पलीकडे आहे. स्थळ, काळ, निमित्त यांच्या कक्षेत वावरणाऱ्या द्रुष्य विश्वाचे ज्ञान करून देणारी बुध्दीसुद्धा मर्यादित आहे. विश्वाचा बंध ओलांडून अनंतपणे विलसणारे ब्रम्ह चिमुकल्या मानवी बुध्दीच्या ज्ञानाचा विषय कसा काय होणार. म्हणून ब्रम्ह दर्शन होण्यास बुध्दीच्या पलिकडे असलेली प्रतिभा नावाची ज्ञानशक्तिचा उदय मानवी बुध्दी मध्ये झाला पाहिजे. सद्गुरू च्या आशिर्वादाने प्रतिभा जागी होते.

म्हणून परमार्थात सद्गुरूंच्या आशिर्वाद फार मोलाचा आहे. तो मिळवण्यासाठी आपण दरवर्षी व्यासपूजा करतो. दरवर्षी न चुकता गुरूपौर्णिमा साजरी करतो.सद्गुरूच्या वचनावर आपलं आयुष्य वचनबद्ध ठेवावं सगळ्या मार्ग सद्गुरू दाखवतील यात शंकाच नाही.

ब्रम्ह हे गुणरहित, आकाररहित, संगरहित, विकाररहित व मर्यादारहित आहे. ते सर्वांना व्यापून अनेकामध्ये एकपणाने आहे. ते शाश्वत आहे. आपण बोलीभाषेत म्हणतो की तो काय ब्रम्हज्ञानी आहे ? किंवा ते काय ब्रम्हवाक्य आहे का? असे शब्द आपण जरी व्यवहार सदैव वापरत असतो आणि ते ब्रम्हज्ञान समजून घेणे म्हणजेच हा “ब्रम्हनिरूपण “समास आहे. (क्रमशः)



लघु बोधकथा

मुंगी व कोशातला किडा

एकदा एक मुंगी आपले खाद्य शोधत फिरत असता कोशातून नुकताच एक किडा बाहेर पडलेला तिला दिसला. कोशातून बाहेर पडलेले त्याचे पाय तो हळूहळू हालवीत होता. ते पाहून मुंगी म्हणाली, ‘अरेरे, काय ही तुझी स्थिती ? मला वाटेल तिकडे फिरता येतं. पण तुला या कोशात बंदीवान होऊन दिवस काढावे लागतात. तेव्हा तुझ्या व माझ्या स्थितीत फारच अंतर आहे असं म्हटले पाहिजे.’ यावर किडा काहीच बोलला नाही. पुढे काही दिवसांनी ती मुंगी पुनः तेथे गेली असता त्या किड्याचे फक्त कवच मात्र तेथे पडले असून तो किडा कोठेतरी निघून गेला आहे असे तिला दिसते. ती इकडे तिकडे फिरत आहे तोच एक सुंदर पतंग आपल्या पंखांनी तिला वारा घालत असताना तिला दिसला. तो तिला म्हणाला, ‘अग, त्या दिवशी बंदिवान म्हणून तू माझी कीव करीत होतीस, माझ्यापेक्षा तुझी स्वतःची स्थिती बरी असं म्हणत होतीस, तोच कोशातला किडा मी आहे हे लक्षात घे. आपल्याला वाटेल तिकडे फिरता येतं अशी बढाई मारायची असेल तर खुशाल मार. तोपर्यंत मी सहज थोडा आकाशात फिरून येतो.’ इतके बोलून त्याने एक भरारी मारली व उंच आकाशात गेला.

तात्पर्यः

संकटात असलेला माणूस पुनः कधीही वर डोके काढणार नाही अशा समजुतीने त्याचा उपहास करून त्याच्याजवळ स्वतःच्या वैभवाबद्दल बढाई मारणे हा मूर्खपणा होय.

मोगरा फुलला

ज्योतिर्मय  **साहित्य**
आजकाल सहसा कुणी रेडिओ लावत नाही.काल माझं सहज लक्ष गेलं ते अडगळीत ठेवलेल्या रेडिओकडे. जणू तो मला खुणावत होता. आणि म्हणत होता, का रे? दहावीला असताना क्रिकेटची कॉमेन्ट्री ऐकण्यासाठी आईच्या मागे लागून, बाबांचा थोडा मार खाऊन, मला बाहेरून विकत आणले आणि आता मला या घरात येऊन जवळ जवळ ४३ वर्ष झाले, तेंव्हा भारताने क्रिकेटचा पहिला वर्ल्ड कप जिंकल्याचा, प्रत्यक्ष ऐकण्याचा आनंद तुला मी दिला होता आणि आता मात्र मला तू अडगळीत फेकून दिलें.

किती स्वार्थी रे तुम्ही माणसं तुम्ही ?

हे ऐकून माझं मन हेलावून गेलं. मी त्या ट्रान्झिटरला एका कपड्याने स्वच्छ पुसले, जुने काळे खराब झालेले सेल काढले, त्यात नवीन टाकले आणि रेडिओ लावण्याचा प्रयत्न केला तेंव्हा त्यांचा घसा बसल्या सारखा आवाज येत होता.

मला त्यातले फारसे कळत नाही पण विनाकारण त्याची कव्हरची क्लिप सरकवून ओपन करून बघितले तर एक छोटी वायर एका पॉइंट वरून निघाली होती. दुसरी वायर तेथे एका पॉइंटला चिटकली होती. मग मी ही ती निघालेली वायर, त्या मोकळ्या असलेल्या पॉइंटला चिटकवून टाकली आणि त्याचे कव्हर लावून टाकले आणि रेडिओ लावला आणि गंमत म्हणजे तो सुरू झाला, आणि अचानक एक सुंदर मराठी गाणं लागलं, ते म्हणजे

मोगरा फुलला.. मोगरा फुलला



फुले वेचीता... बहरू कळीयासी

आली
इवलेसे रोप लावीयले द्वारीं
त्याचा वेलू.. गेला गगनावेरी
मनाचिये गुंती... गुंफीयला शेला
बाप रख्नुमा देवीवरी.. विठटले अर्पीला

मोगरा फुलला मोगरा फुलला
फुले वेचीता बहरू कळीयासी
आली “

आणि मला प्रसन्न करून गेलं.
कारण माझं हे आवडतं गाणं आहे.

या जुन्या, म्हाताऱ्या रेडिओने. मला हे गाणं ऐकवण्याचा आनंद दिला. असंच आयुष्यात असतं, काही जुनी लोक, जुनी माणसं. आपल्याला भेटली की माणूस खूप आनंदी होतो खरं तर मोगऱ्याचं झाडाच्या थोडंस जरी जवळून जरी गेलं तरी त्याचा गंध मनाला, प्रसन्न करून जातो. थोड्या वेळ का होईना ते क्षण खूप आनंदीत करतात. आणि हलकेच त्याची फुले आपण वेचतो. अश्याच काही व्यक्तीही असतात. या व्यक्ति स्वतः सकारात्मक आणि प्रसन्न

प्रामाणिकपणा आणि विनयता असेल म्हणजेच एकंदरीत सात्विकता असेल तर त्याची काही क्षण जरी सोबत मिळाली तरी ती मनाला आनंद देते. तो क्षण जगणं प्रसन्न करतं. आयुष्यात अशी माणसं कधी भेटली तर त्यांच्यावर प्रेम करावं

प्रेमाला वयाचं बंधन ना कुठल्या अपेक्षांचं ओझं. आपलं प्रेम स्वीकारणं किंवा नाकारणं हा नशिबाचा भाग असतो. खऱ्या प्रेमात त्यानं काहीच फरक पडत नाही. एखाद्यावर असं निरागस,

असतात आणि त्यांच्या सहवासात थोडा वेळ येणाऱ्याला ही नेहमीचा प्रसन्न करत असतात. आणि हे अगदी सहज होऊन जातं. आणि मग आपली मैत्री वाढते.

काही माणसं चेहऱ्याच्या सौंदर्यावर भाळतात पण एखाद्याच्या सौंदर्यावर भाळण हा काही क्षणांचाच खेळ असतो. चेहऱ्याची सुंदरता असणं हे नशीब पण मनाची सुंदरता असणं म्हणजे सात्विकता.

कुणाचं सौंदर्य बघण्यापेक्षा नेहमी समोरच्याच्या मनाच्या गाभाऱ्याचा आढावा घ्यावा आणि तेथे शोधूनही माणूसपण सापडत नसेल तर त्याचं सुंदर “दिसणंही मग नकोसं होतं. शरीराची सुंदरता वयाबरोबर कमी होत जाते तर मनाची सुंदरता आयुष्यभर टिकून राहाते. शरीराला वय असतं. मनाला ते कधीच नसतं. मन चिरतरुण असत. शेवटी काय? आपण व्यक्तीच्या स्वभावाच्या प्रेमात असतो. शरीर तर निमित्त मात्र असतं. माणसाच्या स्वभावात गोडवा मितभाषीकता, शालीनता,

वृद्धाश्रमात असतात, हे अत्यंत खेदाने म्हणावे लागते आहे. त्याचं एकमेकांवरील प्रेम, कुटुंबाबद्दलची माया, आपुलकी, जिव्हाळा इतकं ओतप्रोत असतं की त्याला सीमा नसते. मागे एक बातमी वाचली होती. एक, अंदाजे ८० वर्ष वयापेक्षाही जास्त वय असलेल्या आजीला ऑक्सिजन चालू होता. थोड्या वेळाने आजोबा आले. डोळ्यांत पाणी होतं. बेड जवळ आले. डॉक्टर म्हणाले आपण शेवटचा प्रयत्न करू या. त्यांनी आजोबाच्या हातात आजीचा दिला. चार तास आजोबा तसेच बसले आणि चमत्कार जाणवू लागला. आणि ऑक्सीजनची गरज नाहीये असं जाणवू लागलं. म्हणजेच डॉक्टर च्या औषधाना भौवनिकतेने मदत केली आणि आजीने डोळे उघडले, आजोबांच्या हातातला हात त्यांनी हलकेच स्वतःहून पकडला आणि आजोबांच्या डोळ्यातून पडणाऱ्या अश्रूंच्या थेंबाने, ते दोन्ही एकमेकात गुंफलेले हात सुगंधित झाले.



गिरीश खं. वसेकर (देशपांडे)
नांदेड सिटी,सिंहगड रोड
पुणे ९४२२६५९४००

निर्मळ, प्रेम करायला मिळणं किंवा तसं ते लाभण ही ईश्वराकडून मिळालेली सुंदर भेट असते. अशीच घरातील ज्येष्ठ, वृद्ध मंडळी म्हणजे आजोबा आजी असतात. यांच्या प्रेमाची, मायेची तुलना कुठेच होत नसते, तरीही काही ठिकाणी ही मंडळी त्या रेडिओसारखी एखाद्या अडगळीच्या खोलीत किंवा

आनंदनिधान

ज्योतिर्मय  **साहित्य**
आनंदनिधान या शब्दाचा अर्थ अतिशय सुंदर आणि आध्यात्मिक आहे. हा शब्द प्रामुख्याने दोन शब्दांनी बनलेला आहे. आनंद आणि निधान. याचा सविस्तर अर्थ –
शब्दशः अर्थ आनंद, सुख, हर्ष किंवा प्रसन्नता. निधान म्हणजे साठा, ठेवा, खजिना किंवा आश्रयस्थान. त्यामुळे, आनंदनिधान म्हणजे आनंदाचा खजिना किंवा ज्याच्याकडे आनंदाचा मोठा साठा आहे असा. व्यावहारिक आणि आध्यात्मिक अर्थ मराठी भाषेत आणि संतांच्या साहित्यात हा शब्द विशेषतः ईश्वर किंवा सद्गुरूसाठी वापरला जातो. ईश्वराचे स्वरूप: ज्याच्याकडून फक्त आनंदच मिळतो आणि जो स्वतः आनंदाचे माहेरघर आहे, असा तो आनंदनिधान (उदा. प्रभू रामचंद्र किंवा श्रीकृष्ण). पूर्णत्व: असा साठा जो कधीही संपत नाही. अक्षय आनंदाचा स्रोत.

वाक्यात उपयोग करताना हा शब्द सहसा भक्तीगीतांमध्ये किंवा काव्यात एखाद्या व्यक्तीच्या अत्यंत प्रसन्न आणि मंगल स्वरूपाचे वर्णन करण्यासाठी वापरला जातो. प्रत्येक व्यक्तीचे



आनंदनिधान वेगळे असते.

आज मला हा शब्द वाचला किंवा ऐकला की आठवते, माझी आजी! आजोबा आम्ही पाहिलेच नाहीत. आणि लहानपणी पासून आजी जशी बघितली आहे. तशीच ती शेवट पर्यंत होती. तिच्या अनंत आठवणी, सल्ले, प्रेम सगळे आठवते. पण तीचे एक विशेष कायम आठवते ते म्हणजे तीने शोधलेला तिचा आनंद!

तिची सकाळ व्हायची ती श्रीकृष्णाच्या नावानेच! जणू तो कृष्ण तिच्या जवळच आहे. डोळे उघडताना म्हणणार, “चला कृष्णा, किती वेळ झोपायचे? उठा आता.” उठल्यावर स्वतःचे मुखमार्जन झाले की लगेच त्या कृष्णाच्या मूर्तीच्या तोंडावर पाण्याचा हात फिरवणार. छोट्या स्मालाने पुसणार. चहा घेताना तो कप प्रथम कृष्ण मुर्ती समोर ठेवणार नंतर स्वतः

घेणार. पुन्हा पाण्याचे बोट त्या मूर्तीच्या ओठांवर फिरवणार. प्रत्येक वेळी कृष्ण तिच्या बरोबर असल्या प्रमाणे त्याच्याशी बोलणार. अंधोळीला जाताना, “चला किती वेळ पारोसे रहायचे? स्नानाला चल कृष्णा “ म्हणणार. हे सर्व करताना तिच्यासाठी कृष्ण लहान मुला प्रमाणे असायचा. स्वयंपाक करताना, “चला कृष्णामाई आज हे बनवू या. चल भाजी निवडायला बरं “ असे म्हणणार. त्यावेळी कृष्ण तिच्यासाठी तिची सखी असायचा. जेवताना, काम करताना, वाचन करताना प्रत्येक वेळी कृष्णाला साद घालून आपल्या सोबत ठेवणार. जिथे एकटी जायची तिथे काहीही केले की लगेच कृष्णार्पण म्हणणार. आम्ही लहान असताना तिला चिडवत असू. “आजी कचरा टाकताना कृष्णार्पण म्हणू नको. नाहीतर तो कचरा कृष्णाच्या डोक्यावर येईल.” पण ती रागवायची नाही. ती म्हणायची, “जगाची सफाई तर तोच करतो. मनाची, कचऱ्याची, बुद्धीची सफाई

करून चांगले विचार तोच तर देतो. तुम्ही एवढे खेळता, बोलता, इतकी हुशारी चांगली बुद्धी तोच तर देतो. “ तिला कुठे एकटी जाऊ नको असे कोणी म्हणाले, की तीचे उत्तर ठरलेले असायचे. “मी कुठे एकटी आहे, तो आहे ना माझा रक्षक सखा माझ्या बरोबर!” अगदी रात्री झोपताना सुद्धा त्या कृष्णाला साद घातल्या शिवाय झोपणार नाही. त्याला विविध दागिने घालणे, विविध कपडे घालणे, सण असेल तेव्हा जरीचे कपडे घालणे, थंडी पडली की, लोकरीचे कपडे घालणे, झोपतांना पांघरूण घालणे. हे सगळे चालू असायचे. लहानपणी याचा अर्थ कळायचा नाही. आणि गंमत वाटायची. पण जसे समजू लागले तसे तीचे वागणे, बोलणे पटू लागले. तीने विविध रूपातील कृष्णाला आपल्या आयुष्याचा रक्षणकर्ता, सोबती या रूपात बघितले होते. त्याची भक्ती केली होती. आपली सुखदुःखे त्याच्या बरोबर वाटली होती. तीचे ✽आनंदनिधान✽ तीने या कृष्णात शोधले होते.



विभावरी कुलकर्णी
८०८७८९०९९७

ज्योतिर्मया

Mutual Fund Online
Sahi hai.....
म्युचुअल फंड ऑनलाईन
विनोद शिराळकर 9325383999

म्युचुअल फंड म्हणजे काय?

म्युचुअल फंड हे एक असे उत्तम गुंतवणूक साधन आहे जे अनेक गुंतवणूकदारांकडून पैसे गोळा करते आणि ते शेअर्स, बॉन्ड्स आणि मनी-मार्केट इन्स्ट्रुमेंट्स सारख्या विविध मालमत्तेच्या पोर्टफोलिओमध्ये गुंतवते. ही इनव्हेस्टमेंट व्यावसायिक फंड मॅनेजरद्वारे व्यवस्थापित केली जाते. फिक्स्ड डिपॉझिट (FD) च्या तुलनेत, म्युचुअल फंड सामान्यतः दीर्घकालीन संपत्ती निर्मितीसाठी अधिक फायदेशीर असतात कारण ते थोडी जोखमी घेऊन, उच्च परतावा क्षमता आणि चांगली कर कार्यक्षमता देतात. गुंतवणूकदारांना युनिट्स मिळतात; नफा किंवा तोटा या युनिट्सच्या NAV (नेट अ‍ॅसेट व्हॅल्यू) द्वारे प्रतिबिंबित होतो. ■ फिक्स्ड डिपॉझिट म्हणजे काय? फिक्स्ड डिपॉझिट हे असे उत्पादन आहे जिथे तुम्ही पूर्व-मान्य व्याजदरावर निश्चित कालावधीसाठी बँक/NBFC मध्ये एकरकमी रक्कम जमा करता, ज्यामुळे मॅच्युरिटीला हमी परतावा मिळतो. एफडीची जोखीम कमी मानली जाते, कारण व्याजदर निश्चित असतो, भांडवल सामान्यतः संरक्षित असते आणि बँकांमध्ये ठेवी एका विशिष्ट मर्यादेपर्यंत विमाकृत (इन्शुरन्स केलेल्या) असतात. (भारतातील प्रत्येक बँकेत प्रति ठेवीदार ₹५ लाख). म्युचुअल फंड एफडीपेक्षा चांगले रिटर्न देतात. उच्च परतावा क्षमता: इक्विटी आणि काही हायब्रिड म्युचुअल फंडांनी ऐतिहासिकदृष्ट्या असे परतावे दिले आहेत जे महागाईचा परिणाम कमी करू शकतात आणि दीर्घकाळात ते सहसा एफडी दरांपेक्षा जास्त असतात. (एफडी परतावा 5-7% च्या बँडमध्ये असतो) क्रमशः



आम्ही तुमचे पुस्तक प्रकाशित करू !

प्रत्येक लेखकाचं एकच स्वप्न असते ते म्हणजे माझ्या कवितांचे, लेखांचे, कथांचे, कादंबरीचे पुस्तकात रूपांतर व्हावे व ते जास्तीतजास्त वाचकांपर्यंत पोहोचावे, मग हे स्वप्न आम्ही पूर्ण करू. उत्कृष्ट छपाई, साजेसे मुखपृष्ठ अगदी कमी वेळेत व अगदी बिनचूक. मग वाट कसली बघता तुमचे स्वप्न पूर्ण करा ज्योतिर्मय प्रकाशन सोबत. लगेच कामाला लागा व आम्हाला खाली दिलेल्या नंबरवर संपर्क करा. ज्योतिर्मय प्रकाशन

■ पुणे ■ छ. सभाजीनगर

संपर्क : 7743 81 8559

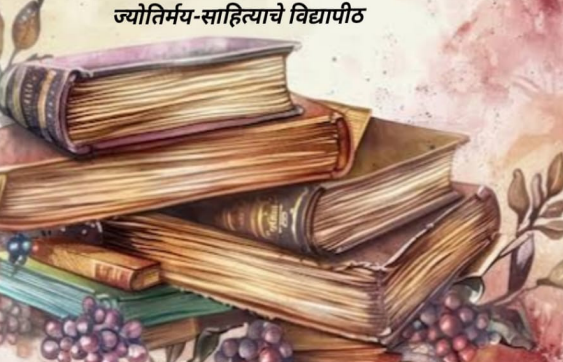


साहित्यिक मित्रांनो, आता लिहा विनंथास्त कारण आता तुमच्या साहित्याला प्रकाशित करण्यासाठी आले आहे एक भव्य व्यासपीठ

ज्योतिर्मया

साहित्याचे विद्यापीठ

"ज्योतिर्मय" साहित्याचे विद्यापीठ. साहित्यावरील प्रत्येक घटना, कथा, कविता, लेख, परीक्षण, पुरस्कार, संमेलन प्रत्येकाची नोंद आम्ही घेणार, मग विचार कसला करता! हो जाओ शुरु.... या व्यासपीठावर तुमचे सर्वांचे स्वागत आहे. - संजय व्यापारी, संपादक 7743918559 ज्योतिर्मय-साहित्याचे विद्यापीठ



ऑनलाईन औषधोपचार



आता सर्वसही झाले आहे ऑनलाईन मग आजारपणात पण घरवरूनच औषधोपचार घ्या. कुठेही जाण्याची गरज नाही. वेळ व पैसा वाचता 100 % खात्रीशीर. दुखाप, पुरवठेवर, शारीरिक कष्टात, कव्याच गोष्टी कोणताही सांगण्यास कायच वाटते अशा वेळेत फक्त कोव्हर सुट्टी सुवाचा आजार सांगू शकतात व त्यावर आधुनिक पद्धतीने हमाखात उपचार केला जाईल. रोस्टाने औषध पाठविल्या जातील, प्रसिद्ध आधुनिकपार्ष डॉ. शेख ए एच, 37 वर्षांचा अनुभूत, 200 पेक्षा अधिक पुरस्कार प्राप्त, 2 दश्यांपेक्षा अधिक विविध लैंगिक समस्यासह रुग्णांवर खात्रीशी उपचार, आतापर्यंत ५ ऑनररी डॉक्टरेटच्या पदव्या देऊन विविध संस्थांनी त्यांना सन्मानित केलेले आहे. त्यांच्या या कार्याची नोंद लंडन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, ओप्रासिक बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, एशियन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, टुन-टु-डन एशिया रेकॉर्ड्स 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

