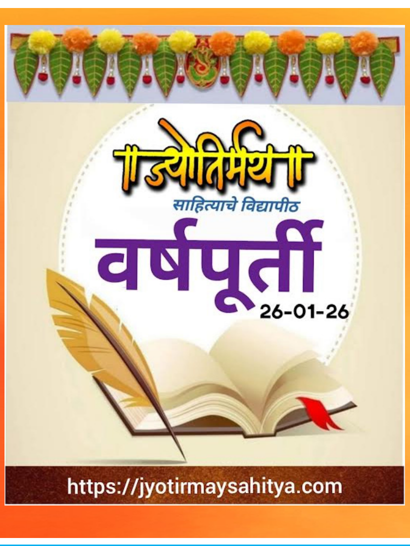


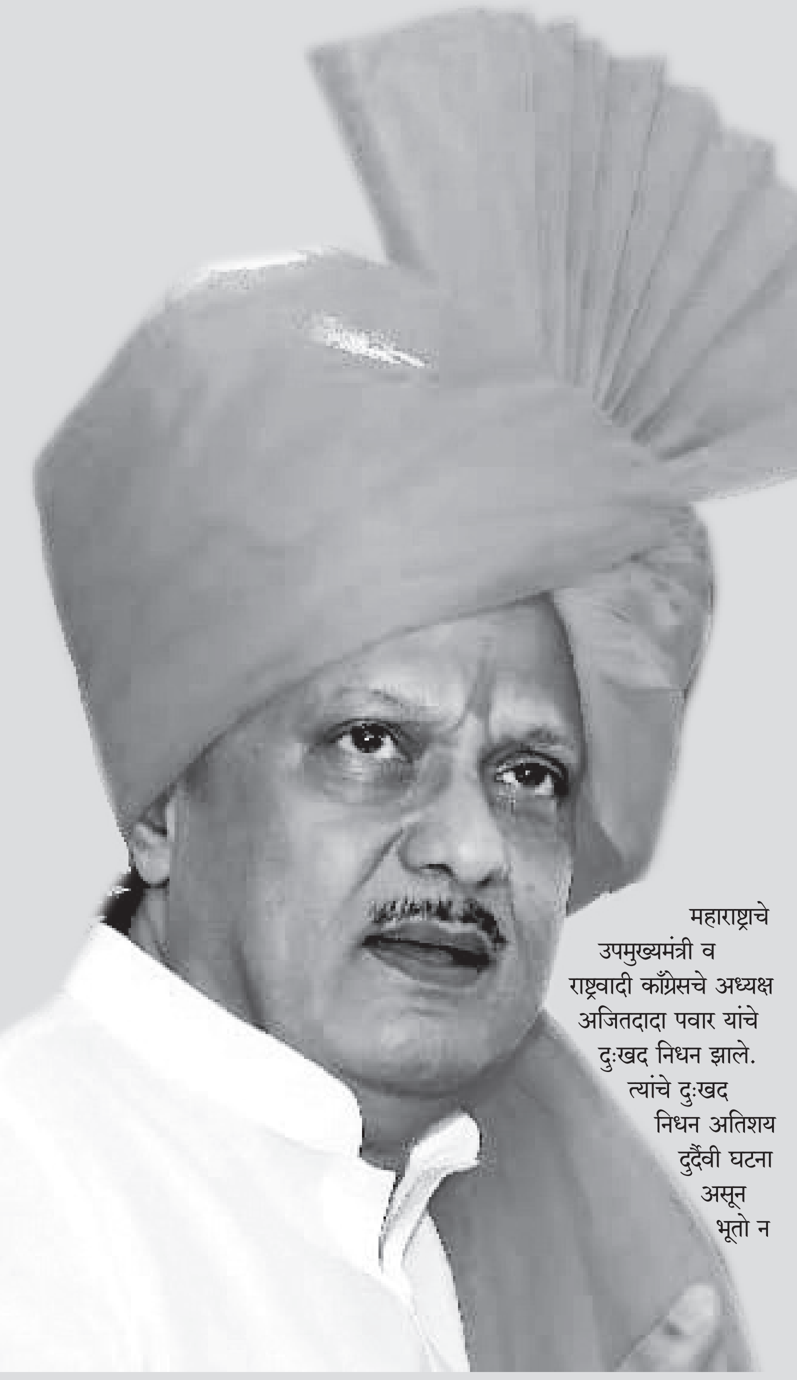
ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक ३ रा ❑ गुरूवार दि.२९ जानेवारी २०२६ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

महाराष्ट्राने प्रगल्भ राजकीय नेता गमावला



महाराष्ट्राचे उपमुख्यमंत्री व राष्ट्रवादी काँग्रेसचे अध्यक्ष अजितदादा पवार यांचे दुःखद निधन झाले. त्यांचे दुःखद निधन अतिशय दुर्दैवी घटना असून भूतो न

डॉ. सुधीर अग्रवाल, वर्धा

भविष्यते अशी ही घटना घडली. अजित दादांच्या दुःखद निधनाने महाराष्ट्राने एक उदात्त विचारांचा नेताच नव्हे तर प्रकल्प राजकीय नेता गमावला. बारामती इथं झालेल्या विमान अपघातात राष्ट्रवादीचे अध्यक्ष आणि राज्याचे उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांचे निधन झालं आहे. विमान लँड होत असताना झालेल्या या अपघातात उपमुख्यमंत्री अजित पवार यांच्यासह इतर तीन जणांचा मृत्यू झाल्याचे वृत्त आहे. याबाबत पीटीआय या वृत्तसंस्थेने माहिती दिली आहे. अजितदादांच्या अपघाती मृत्यूने महाराष्ट्र सुन्न झाला असून सर्वांनाच धक्का बसला आहे.. दिवसभरात त्यांच्या चार सभा होत्या. जिल्हा परिषद निवडणुकीसाठी त्यांची धावपळ सुरू होती. महानगरपालिका निवडणुकीतही त्यांनी मोठी धावपळ केली होती. उपमुख्यमंत्री अजित पवार हे सकाळी सुमारे ७ वाजता आपल्या सुरक्षा पथकासह आणि कर्मचाऱ्यांसोबत ८ आसनी चार्टर्ड विमानाने मुंबईहून रवाना झाले होते. हे विमान बारामतीकडे येत होते. या विमानात अजितदादा, त्यांचे दोन सहाय्यक, दोन पायलट आणि इतर दोघे होते. हे विमान कोसळल्यानंतर एकामागून एक स्फोट ऐकू आले आणि होत्याचे नव्हते झाले.

अजित दादा यांच्या दुःखद निधनाने महाराष्ट्राने एक उदात्त विचारांचा नेता गमावला.अजितदादा हे कामासाठी वाघ माणूस मानल्या जायचे. भल्या पहाटे उठून ते कामाला सुरुवात करायचे. सकाळीच एखाद्या बसस्थानकाला, उद्यानाला अथवा सार्वजनिक ठिकाणी भेट देऊन तिथली व्यवस्था ते पाहात आणि प्रशासनाला योग्य निर्देश देत. त्यामुळे प्रशासनात त्यांचा आदरयुक्त धाक होता. पण आज अचानक आलेल्या या वाईट बातमीने प्रशासनातील अनेक अधिकाऱ्यांना दुःख आवरता आले नाही.

अजित दादा म्हणजे स्पष्ट बोलणारा नेता, अजिद दादा म्हणजे उदात्त विचार करणारे,अजितदादा म्हणजे एक स्पष्टवक्तेपणा... , अजितदादा म्हणजे एक करारी नजर... 'अजितदादा' म्हणजे कडक शिस्त व स्वभाव.... आणि अजितदादा म्हणजेच कोणतेही हाती घेतलेले काम होणार असेल तर हो म्हणणारे आणि काम होणार नसेल तर नाही म्हणणारे, दादाच सर्वांच्या डोळ्यासमोर उभे राहतात. कोणतेही वक्तव्य करताना ते रोखठोक व परखड बोलणारा नेता म्हणून त्यांची ख्याती होती.

अजित पवार यांचं नाव निघताच, डोळ्यासमोर उभी राहते ते मीडियापासून अंतर राखून असणाऱ्या आणि बोलण्यापेक्षा कृतीत जास्त रस असणाऱ्या नेत्याची प्रतिमा. त्यामुळे अजित पवार जाहीर सभांमधील भाषणं सोडली तर सोशल मीडियावर प्रसारमाध्यमांशी फारसा संवाद साधताना दिसत नव्हते. इतकंच काय अजित पवार हे प्रसारमाध्यमांशी बोलताना मोजकंच बोलायचे. एखाद्या आरोपावर किंवा टीकेवर उत्तर देण्यासाठी प्रसारमाध्यमांशी बोलणे वेगळे. पण एरवी अजित पवार हे स्वत:हून आपल्या निर्णयांची किंवा कामांची जाहिरात करताना फारसे दिसत नव्हते.

दादाची कारकिर्द सुरू झाली ते सहकारी क्षेत्रातून. त्यातूनच ते राजकारणात आले. १९८२ मध्ये सहकारी साखर कारखान्याच्या संचालक मंडळावर निवडून आले, ही त्यांची राजकीय कारकीर्दीची सुरुवात होती.

१९९१: बारामती लोकसभा मतदारसंघातून खासदार म्हणून निवडून आले. पण नंतर जागा शरद पवार यांच्यासाठी सोडली.त्याच वर्षी पुणे जिल्हा मध्यवर्ती सहकारी बँकेचे अध्यक्ष झाले (१६ वर्षे पद भूषवले).

१९९० च्या दशकात: राज्य मंत्रिमंडळात कृषी, जलसंधारण, ऊर्जा, नियोजन अशा खात्यांचे राज्यमंत्री म्हणून काम केले.

२००४ पासून: राष्ट्रवादी काँग्रेस पार्टी (एनसीपी) चे प्रमुख नेते म्हणून उदयास आले.उपमुख्यमंत्री पद: अजित पवार यांनी महाराष्ट्राचे उपमुख्यमंत्री म्हणून अनेकदा (किमान ५-६ वेळा) शपथ घेतली आहे. हा एक विक्रम मानला जातो.२०१०-२०१४: प्रथमकाळ उपमुख्यमंत्री (काँग्रेस-एनसीपी सरकार).

२०१९: फक्त ८० तास उपमुख्यमंत्री (शिवसेना-एनसीपी-काँग्रेस) दादा वेगवेगळ्या खात्याचे मंत्री होते. जलसंसाधन, सिंचन, ग्रामीण विकास, वित्त आणि नियोजन खात्यांवर काम केले.

ते ''दादा'' म्हणून ओळख होतीआणि जनता दरबारद्वारे लोकांच्या समस्या सोडवण्यासाठी प्रसिद्ध होते. विकासकामांसाठी १६-१७ तास काम करणारे नेते म्हणून त्यांची ओळख होती.महाराष्ट्रातील सहकारी क्षेत्र, ग्रामीण अर्थव्यवस्था आणि पाणी व्यवस्थापनात त्यांचा मोठा प्रभाव राहिला.

राज्याच्या राजकारणातील एक प्रगल्भ राजकीय नेता म्हणून त्यांची ख्याती होती मात्र सिंचन घोटाळा ( ) प्रकरणात नाव जोडले गेले, ज्यात विजय पंधारे यांनी आरोप केले होते.

> महाराष्ट्राचे संघर्षशील लोकनेते, उपमुख्यमंत्री अजितदादा पवार यांचा अपघाती मृत्यू अत्यंत धक्कादायक आहे. राज्याच्या राजकीय आणि सामाजिक क्षेत्राची ही मोठी हानी आहे. विकासाची दुरदृष्टी असलेला एक रोखठोक लोकनेता आपण गमावला आहे. पवार कुटुंबीयांसह सर्व कार्यकर्त्यांना या मोठ्या दुःखातून सावरण्यासाठी बळ मिळो. राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाच्या वतीने राज्याचे उपमुख्यमंत्री अजितदादा पवार यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली. ओम शांती!
>
> **– श्री. नानासाहेब जाधव,**
> प्रांत संघचालक, राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ
>
> महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री श्री अजित पवार जी का आज अचानक विमान दुर्घटना में निधन होना अत्यंत दुर्भाग्यपूर्ण एवं दुखद है। उनका सार्वजनिक जीवन काफी लंबा एवं प्रभावी रहा है। राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ उन्हें हृदयपूर्वक श्रद्धांजलि अर्पित करता है तथा ईश्वर से प्रार्थना करता है कि उनकी आत्मा को शांति प्रदान करें। ॐ शांति।
>
> **– दत्तात्रेय होसबाले**
> सरकार्यवाह
> राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ

मात्र, हे आरोप सिद्ध झाले नाहीत.- २०१३ मध्ये दुष्काळावर टीका करताना वादग्रस्त वक्तव्य केले होते, ज्याची नंतर माफी मागितली.२०१९ मध्ये एनसीपी-शिवसेना-काँग्रेस आघाडी तोडण्याचा प्रयत्न केला होता.नुकत्याचे घडामोडी (२०२५-२०२६ पर्यंत)२०२४ लोकसभा निवडणुकीपूर्वी एनसीपी फोडून महायुतीत (-) सामील झाले.२०२४-२०२५ मध्ये उपमुख्यमंत्री आणि वित्तमंत्री म्हणून काम केले.

स्थानिक स्वराज्य संस्थांच्या निवडणुकांमध्ये (२०२५) त्यांच्या एनसीपीने पुणे भागात चांगली कामगिरी केली, पण काही ठिकाणी ने मागे टाकले. बीएमसी आणि इतर महानगरपालिका निवडणुकीसाठी (२०२६) तयारी सुरू आहे. दुर्दैवाने २८ जानेवारी २०२६ रोजी अजित पवार यांचे बारामती येथे विमान अपघातात निधन झाले आहे. त्यामुळे त्यांची राजकीय कारकीर्द अचानक संपुष्टात आली. महाराष्ट्राच्या राजकारणातील एक प्रमुख व्यक्तिमत्त्व असे त्यांचे योगदान राहिले.

चांगली माणसे...

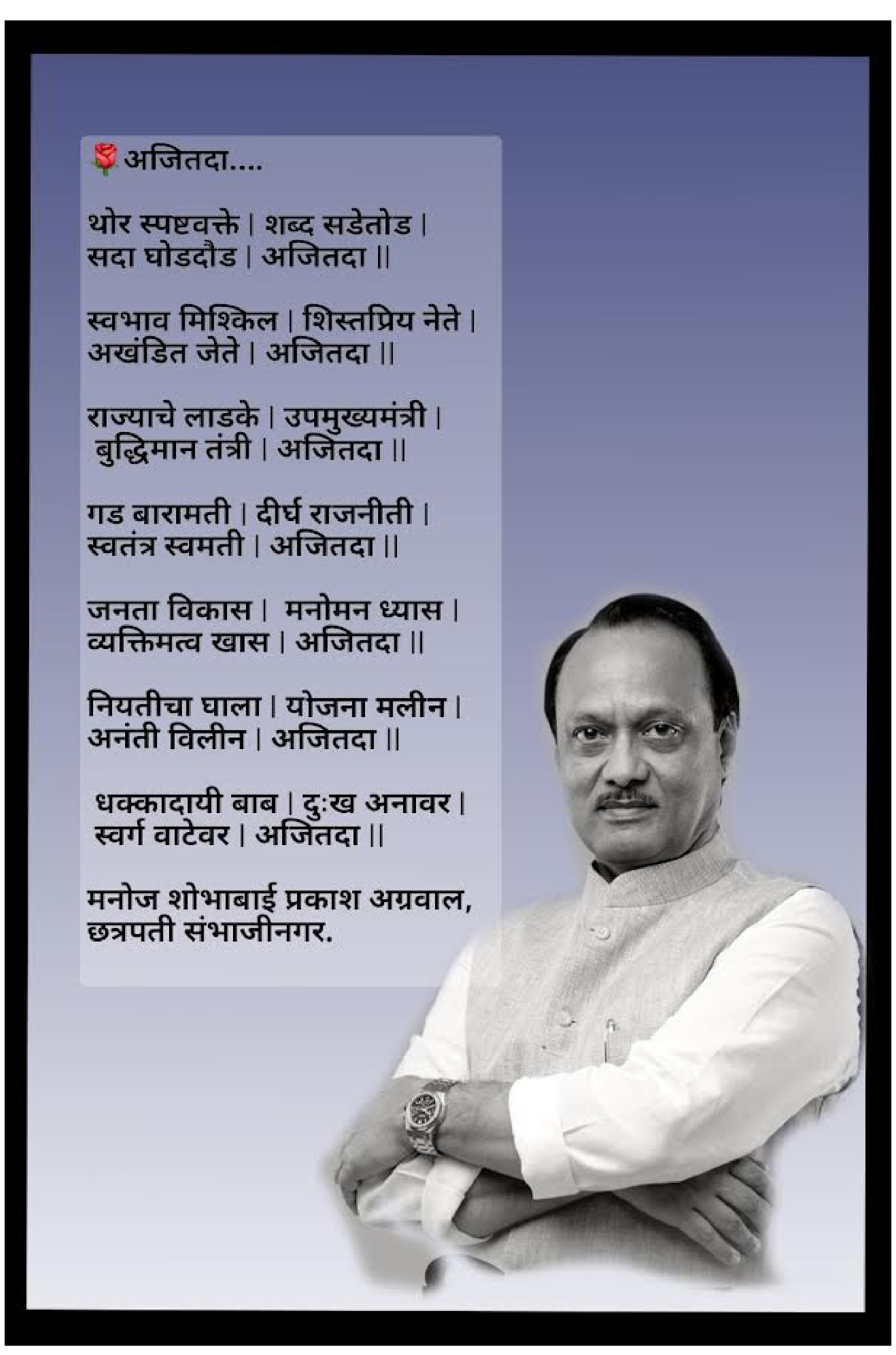
पैसा हे भौतिक सुखाच्या साधन आहे, आणि स्वभावाने कमावलेली माणसे हे भावनिक आधारस्तंभ, समाधान आहे, कारण पैसा मोजता येतो, आणि भावनांना सीमाच नसते, ती अमर्याद आणि शाश्वत असते.

मोजता येणाऱ्या प्रत्येक गोष्टीला अंत असतो, मोजता न येणारी गोष्ट कधीच संपत नसते, म्हणून पैसा जरुरी पुरता कमवा, आणि चांगली माणसे गरजेपेक्षा जास्त गोळा करा. त्यातही जी माणसे फक्त तुमच्या स्वभावाचा गैरफायदा करुन घेऊन तुम्हाला उध्वस्त करु पाहतात, त्यांच्यापासून चार हात लांब रहा. माणसे पारखायला शिका, नाहीतर आंब्याच्या बाठ्यासारखी ती तुम्हाला शोषून घेतील म्हणून विध्वंसक लोकांपासून कायम अंतर ठेवा. आपला आणि परका हे ओळखण्याचे भान ठेवा, जे तुम्हाला तुमच्या संसारापासून तोडू पाहतात, त्यांच्यावर कधीही भरोसा ठेवू नका. हे वास्तव आहे. तुमचा जोडीदार, मुले हे तुमचे स्वतःचे शाश्वत वास्तव आहे. विचार करा अंतर्मनात पहा, ज्यांच्यासाठी तुम्ही इतका वेळ देता, त्यातील किती व्यक्ती तुमच्या संसारासाठी जीव ओवाळतात. हेच तर सत्य आहे, वेळ गेल्यावर पश्चातापालाही पश्चाताप करावा लागतो.

स्वप्न गंधा सतीश आंबेतकर
मुंबई. विरार.

निसटलेले क्षण कधीच परत येत नाहीत. पश्चातापालाही अर्थ उरत नाही, जी माणसे निस्वार्थ भावनेने आपल्यावर कोणतीही अपेक्षा न ठेवता प्रेम करतात, त्यांना जपा. जे तुमचे स्वतःचे हक्काचे आहे ते आयुष्यभर जपा. प्रत्येक व्यक्तीला हेच सांगणे आहे, आपल्या निस्पृह स्वभावाने माणसे गोळा करा, ती जपा. तीच तुमच्यावर नितांत माया करतील, कोणतीही अपेक्षा न ठेवता.

***



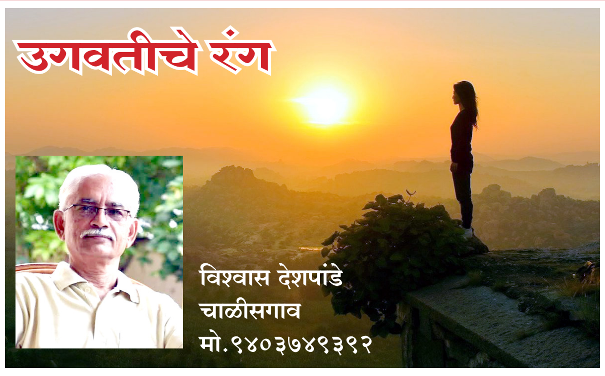
जात्यावरच्या ओव्या......

सर्प जिभ विखारी
इच्छु नांगी जह्यरी
मानसा तुझी वाचा
तलवार दोन धारी ||४७०||

गोड बोलल्यान
कठतो संसार
बोल कठोर, कडू
करी सज्जन बेजार ||४७१||

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

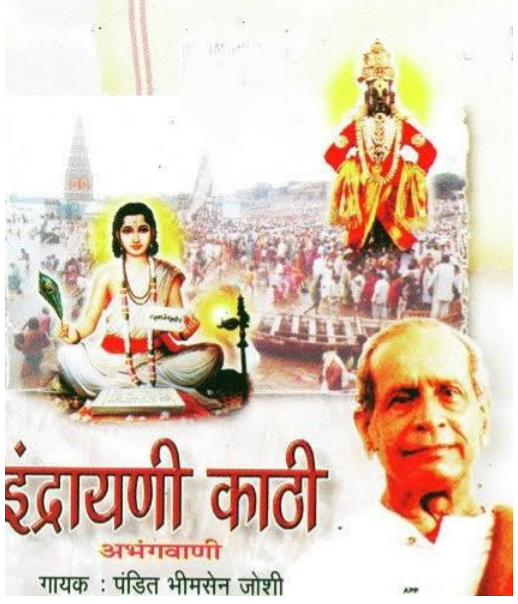
इंद्रायणी काठी....



ज्योतिर्मय साहित्य

लहानपणी मला एक अभंग फार आवडायचा. त्यावेळी आजच्यासारखी गाणे ऐकण्यासाठी साधने नव्हती. कधी काळी रेडिओवर हा अभंग लागला की मी जीवाचे कान करून ऐकत असे. त्यावेळी त्या अभंगातला अर्थ फारसा कळत नसे. पण अभंगातील गोडवा आणि तळमळ मनाला स्पर्शून जात असे. तो अभंग होता जगद्गुरू संत तुकाराम महाराजांचा–

चंदनाचे हात पाय ही चंदन,
परिसा नाही हीन कोणी अंग
दीपालाही पाठी पोटी अंधकार,
सर्वांगे साकर अवघी गोड.
तुका म्हणे तैसा सज्जनापासून,
पाहता अवगुण मिळेचिना.



सुमन कल्याणपूर यांनी आपल्या विलक्षण गोड आवाजात हा अभंग अजरामर केला आहे. आजही हा अभंग लागला की मी त्यात हरवून जातो. मग समोरचा माणूस माझ्याशी कितीही महत्वाचे बोलत असला तरी माझे त्याकडे लक्ष नसते. मग कधी कधी, '' अहो, मी काय म्हणतो ? कुठे हरवलात ?'' यासारखी वाक्ये ऐकण्याची मी तयारी ठेवतो. असो.

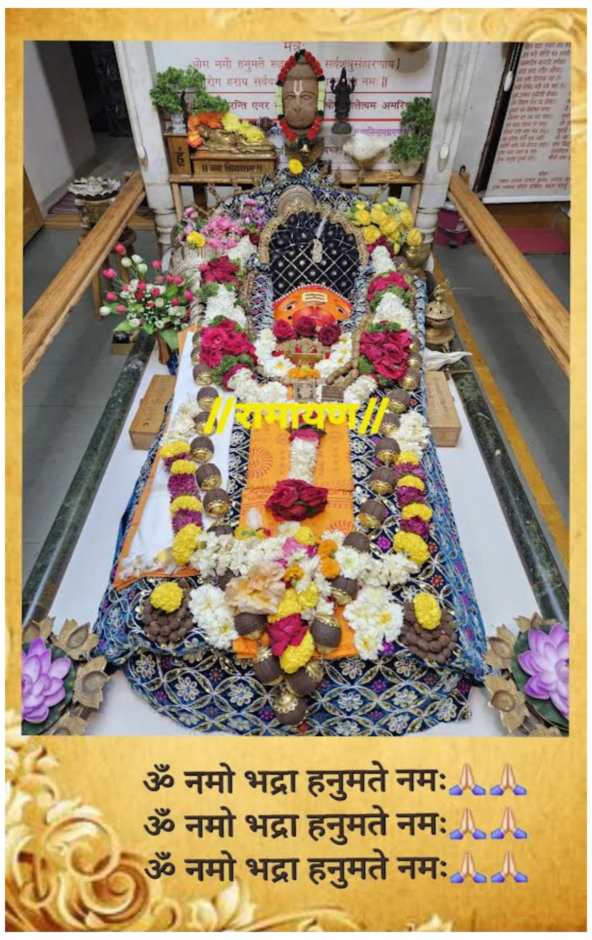
इंद्रायणीचा काठच सुपीक ! जिथे तिच्या काठावर शेती, मळे बागबगीचे फुलले; तिथेच, त्याच काठावर विठ्ठल भक्तीचेही मळे फुलले. एक मळा फुलवला ज्ञानोबा माउलींनी आणि दुसरा तुकोबांनी. या मळ्यामध्ये विठ्ठल भक्तीचे अमाप पीक आले. आणि अवघ्या महाराष्ट्रातील जनता येथून विठ्ठल भक्तीचे बीज नेऊ लागली तरी ते कमी न होता उलट वाढतच गेले. इंद्रायणीच्या काठीच भागवत धर्माचा पाया रचला गेला. एकाने पाया रचला आणि दुसऱ्याने कळस.

ज्ञानदेवे रचिला पाया,
तुका झालासे कळस.

दोघाही संतांच्या शिकवणुकीत विलक्षण साम्य. दोघानाही समाजातील दांभिकतेची चीड. दोघानाही सर्वसामान्यांच्या उद्धाराची तळमळ. भागवत धर्माच्या रत्नजडीत मुकुटात हे दोन अमुल्य हिरे जडवलेले आहेत. समाजातले वाईट, अमंगल नष्ट व्हावे हीच आस या दोघांच्या मनी. असे करताना समाजातील वाईट, दुष्ट व्यक्ती नष्ट होऊ नये तर त्यांची दुष्ट वृत्ती नष्ट व्हावी म्हणून दोघेही प्रयत्नशील. ज्ञानोबा आपल्या पसायदानात म्हणतात–

जे खळांचीची व्यंकटी सांडो,
तया सत्कर्मी रती वाढो
भूता परस्परे पडो, मैत्र
जीवांचे.

आणि तुकोबाराय म्हणतात,
मेणाहुनी मऊ आम्ही विष्णुदास,
कठीण वज्रास भेदू ऐसे.
भले तरी देऊ कासेची लंगोटी,
नाठाळाचे माथी हाणू काठी. **(क्रमशः)**



उज्वला धर्माधिकारी,
पुणे, मो. ७५८८२ ३५६४६

बध्दमुक्तनिरूपण

ज्योतिर्मय साहित्य

(दशक ७ समास ६)

नमस्कार

ज्याच्या संगतीत आपण राहू तसेच आपले विचार होणार आता एक साधं ऊदा देते मित्रांनो आपण देवळात जातो मन एकदम प्रसन्न असते. सकाळी सकाळी ऊठून तुम्ही सारसबागेतील गणपती पुढे नतमस्तक व्हा किंवा कोणत्याही देवाच्या पायरीशी आपला माथा टेकवा आपण खुपच आनंदी आहोत असं आपलं मन सांगत असते. मी तर म्हणेन जगातील सर्वोतम् व्यक्ती मीच आहे असा गर्व परमात्म्याच्या दर्शनाने होतो आता मला चिंता, काळजी कोणत्याही व्यावहारिक अडचणी नाहीत असं वाटतं एवढं एकरूप होऊन जातो आपण नुसत्या त्याच्या दर्शनाने. भागवत, रामायण, महाभारत, गीतेचे अध्याय घ्या किंवा कोणतेही संत साहित्य घ्या आपले मन ब्रम्हाकार रूपाला लागलेले असते. पण मित्रांनो खरी गंमत पुढेच आहे. त्यानंतर म्हणजे आपण नित्याचे व्यवहार करायला लागल्यावर निरूपणाकडे आपले पूर्ण दुर्लक्ष होते. खरं तर आपण प्रापंचिक माणसं आहोतपोटाची खळगी भरण्यासाठी कुटुंबातील सदस्य सांभाळण्यासाठी आपल्याला अर्थार्जनासाठी बाहेर पडावेच लागते. बरं व्यवहार सोडून चालत नाही. त्याचा परिणाम असा होतो की परमार्थ करतो म्हणून प्रपंचाकडे दुर्लक्ष होते व प्रपंचातून मन निघाले नसल्याने परमार्थ धड हाती लागत नाही. परमार्थ साधना करणाऱ्या सर्व साधकांना ह्याच अडचणीतून जावे लागते. याला काय करावे?

साधना आणि परमेश्वर यांच्या निकटच्या ओढीने सद्गुरूच्या विचारांचा पगडा एवढा मनावर बसलेला असतो की स्वस्वरूपाची खरी ओढ लागते. पण प्रपंचाचे प्रेम सुटलेले नसल्याने व्यवहार करू लागले की मन त्यामध्ये पटकन रमून जाते. म्हणजेच आपण जेव्हा परमात्म्याच्या अगदी जवळ जातो तर त्याच्याशी एकरूप होतो. व संसार करत असताना त्याच्या बरोबर पण एकरूप होतो. **(क्रमशः)**

संतांना कसे ओळखावे?

श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

धान्यामध्ये काही खडे असे असतात की, धान्यापासून ते वेगळे निवडता येत नाहीत. तांदळांत पांढरे खडे असतात, ते निवडू गेले तरी निवडले जात नाहीत. त्याप्रमाणे साधू लोक हे आपल्यात असतात, त्यांना पाहू गेले तर ते आपल्यासारखेच संसारात वावरत असलेले दिसतात; पण खरे पाहता ते आपल्यापेक्षा वेगळे असतात.

पुस्तकांतून साधूची लक्षणे पुष्कळ दिलेली असतात. पण त्याप्रमाणे आपण पाहू गेलो तर साधू ओळखता येईलच असे नाही. साधूचे एकच अचूक लक्षण सांगता येईल, ते हे की, जो सर्व ठिकाणी देवाला पाहू शकतो तो साधू. पण एवढ्यावरून आपल्याला तो ओळखता येईल का ? नाही; तर जेव्हा आपण साधू व्हावे, तेव्हाच आपल्याला साधूला ओळखता येईल.

जगात आपण कुणाचीच निंदा करू नये. आपण जेव्हा दुसऱ्याचे दोष पाहतो, म्हणजेच ते जेव्हा त्याच्याजवळ आहेत असे दिसतात, त्या वेळेस तेच दोष आपल्याजवळ सूक्ष्म रूपाने असतात असे समजावे; आणि आपण लगेच देवाला शरण जाऊन, 'हे माझे दुर्गुण काढून टाक', म्हणून त्याची करुणा भाकावी, आपण जेव्हा 'जगात न्याय उरला नाही' असे म्हणतो, त्या वेळेस आपल्याजवळ तो दोष आहे समजावे. म्हणून आपण कुणाचे दोष पाहू नयेत. आपण आपल्या स्वतःला आधी सुधारावे. चित्तशुद्धी केल्याशिवाय आपल्या मनात सर्व ठिकाणी भगवद्भाव उत्पन्न होणार नाही. म्हणून जेव्हा जेव्हा आपल्याला दुसऱ्याचे दोष दिसतात, तेव्हा आपलेच चित्त अशुद्ध आहे असे समजून आपण परमात्म्याची करुणा भाकून त्याला शरण जावे, आणि 'माझे चित्त शुद्ध कर' अशी त्याला विनंती करावी. असे केले म्हणजे आपले चित्त शुद्ध होत जाते, आणि मग भगवंताची प्राप्ती व्हायला वेळ लागत नाही.

जे मिश्रण आहे ते पचायला कठीण असते; उदाहरणार्थ, भाजणी. मिश्रण नसलेले एकच शुद्ध अन्न पचायला सोपे असते. हे जसे खरे, त्याचप्रमाणे आपले अंतःकरण अगदी शुद्ध असावे, म्हणजे ते सर्वांमध्ये लवकर मिसळते. पण आपल्या अंतःकरणामध्ये स्वार्थाचे मिश्रण असल्यामुळे ते सर्वांमध्ये समरस होऊ शकत नाही. शुद्ध अंतःकरणाच्या माणसाचे चालणे हळू, आणि बोलणे मृदू असते. तो सर्वांना प्रिय होतो. जगातले आपले समाधान किंवा असमाधान, ज्या वृत्तीने आपण जगाकडे पाहतो त्यावर अवलंबून असते. 'माझ्याकरिता मी नसून, मी लोकांकरिता आहे. माझ्याकरिता जग नसून मी जगाकरिता आहे,' ही वृत्ती आपण ठेवावी.

सर्व चराचर भगवद्रूप जो पाहतो तो साधू.

***

अभंग २८

अर्थ:-

नभासारख्या निळ्या रंगाचा व यमुनेतील निळ्या पाण्यासारखा दिसणारा त्याला बघायला जगाचे डोळे आतुर आहेत. मनही तेथे धाव घेते. भलती हाव मनाला पडते तरी त्या लावण्यसिंधुचे लावण्य शिव ओलांडून समुद्रासारखी धडकत असते. असा तो सुलभ परत्मामा भीमेतटी उभा असून त्याचे देखणेपण मनात भरून उरते अशी त्याची अनुपम्य थोरवी आहे. यमुनेतील भोवऱ्यांनी त्याला वेढले असावे असे वाटते. व त्याच्या गळ्यातील पुष्पाच्या माळांवर भक्त मधुकरासारखे गुंजारव करतात. तो म्हणजे सर्व सिध्दींचा मेळा आहे. त्याने कपाळावर विभूती रेखिली आहे मुकुटावर रत्नांची प्रभा आहे व मस्तकावर शिवलिंग आहे. क्षीरसागरातील निवांतपणाचे सुख त्याच्या चेहऱ्यावर दिसत आहे व ते मुख दोन्ही बाजूस राही रखमाबाई बघत आहेत. सर्व देवांची व तारांगणाची प्रभा छातीवर घेतली आहे. संसार माझ्या कमरेइतकाच आहे असे तो कमरेवर हात ठेवून त्याची खूण जगाला दाखवत आहे. समचरणावर उभा असणारा तो पंढरीचा राणा जनमानसाला आवडतो पण भक्तीशिवाय तो दुर्लभ आहे. हा क्षोमाचा गाभा व ब्रह्मविद्येचा प्रियकर असून भक्ताच्या निकटतेसाठी उभा आहे. तो भक्ताऐक्यासाठी भीमातटी उभा राहून स्वतःची ओळख दाखवतो. हा नाही हा नाही असे सांगणाऱ्या श्रुतीवाचून दमलेल्या भक्तांना तो शृंगाराच्या शोभेने तो हात वर करून जगाला मोहित करतो. चंद्र सूर्याचे व ग्रहगणांचे त्याच्या गळ्यातील मेखळेच्या मध्यभागाच्या मण्यात आहे व तो सर्व ताऱ्यांमध्ये सूर्यासारखा शोभतो. कितीही वेष पालटून तो आम्हाला फसवायला गेला तरी ती विठ्ठलमूर्ती आमच्या हृद्यात आहे. हे विठ्ठला तू माझ्याशी का अबोला धरला आहेस म्हणून माझा जीव जाऊ पहात आहे असे माऊली सांगतात.

बदाम खाण्याचे फायदे

ज्योतिर्मय साहित्य

१. भिजवलेले बदाम सकाळी खाल्ले तर त्यात औषधी गुणधर्म जास्त असतात. कोरड्या बदामांपेक्षा पाण्यात भिजवून खाल्लेले बदाम हे जास्त पौष्टिक असतात.

२. बदामांच्या सेवनाने सर्दी आणि पडसे कमी होते. रात्री झोपतांना भिजवलेले बदाम आणि गरम दूध घेतले तर सर्दी कमी होते.

३. बदामाने काही काळ भूक भागवली जाते.

४. डाएटिंग करणारी लोक अधिक प्रमाणात बदाम खातात. डाएटिंग करणारे भूक लागल्यास इतर पदार्थांपेक्षा १२ बदाम खातात. हे बारा बदाम एका ब्रेकफास्टचे काम करते.

५. बदामामुळे पोषक द्रव्ये मिळतात आणि कॅलरीजही वाढत नाहीत.

६. मधुमेह झालेल्या व्यक्तींनी बदाम खाल्ल्यास त्यांची शुगर लेवल नियंत्रणात राहते.

७. संशोधनादरम्यान स्पष्ट झालं की, दररोज मुठभर बदाम खाल्ल्यास हृद्याचे आजार कमी होतात. बदाम खाल्ल्यानं हृदयाच्या रक्तवाहिन्यांचा रक्तप्रवाह नीट होतो.

८. बदामामध्ये तांब्याचे प्रमाण जास्त असते. जे रक्त शुध्दीकरण करण्यास उपयुक्त ठरते.

९. बदामामुळे कोरडी त्वचा असणाऱ्यांना त्वचेचा स्निग्धपणा वाढवण्यास मदत होते.

१०. बदामाच्या सेवनाने केस गळण्याचे प्रमाणही कमी होते.

''काकवी'' – गुळापेक्षाही अधिक पौष्टीक !!

आपल्या सर्वांना गूळ खाण्याचे अनेक फायदे माहिती आहेत. साखरेला पर्याय म्हणून गुळ खाण्याचा सल्ला डॉक्टर देतात. पण, गुळापेक्षाही अधिक पौष्टीक अशी काकवी बऱ्याच लोकांना ऐकूनही माहिती नसेल.

उसाच्या रसापासून गूळ बनवण्याची प्रक्रिया तीन टप्प्यातून जाते. पहिले म्हणजे ऊसाचा रस दुसरे म्हणजे काकवी आणि शेवटी गूळ तयार होतो. सोप्या शब्दात सांगायचे तर ऊसाचा रस गरम केल्यावर गुळ बनण्यापूर्वी एक द्रव तयार होतो. ज्याला काकवी म्हणतात. म्हणजेच गूळ बनण्यापूर्वी खाण्यायोग्य उसाच्या रसापासून बनवलेले द्रव म्हणजे काकवी होय.

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

काकवी केवळ गुऱ्हाळ घरातच मिळते. ती वर्षभर पॅक करून साठवता येते. त्यामूळे अनेक लोक तिचे नियमीत सेवन करू शकतात. पण, अनेक लोकांना काकवीचे फायदे माहिती नसल्याने बहुगुणी काकवी लोक वापरत नाहीत. त्यामुळेच आज त्याचे फायदे जाणून घेऊयात.

साखरेला बेस्ट पर्याय :

गोड खाणे कोणाला आवडत नाही. पण, काही लोकांसाठी साखर ही विष असते. त्यामुळे नैसर्गिकरीत्या गोडवा मिळवण्यासाठी काकवी हा एक बेस्ट पर्याय आहे. आयुर्वेदात काकवीचे फायदे आणि गुणधर्माशी संबंधित अनेक गोष्टी सांगितल्या आहेत.

शरीर मजबूत बणवते :

काकवी पचायला हलकी असते. जी शरीराला सहज पचवता येते. त्यामुळे शरीर मजबूत होते. जे जास्त शारीरिक श्रम करतात त्यांच्यासाठी काकवी फायदेशीर आहे. काकवी हाडे मजबूत करण्यातही मदत करते.

रक्त शुद्ध करते :

रक्ताशी संबंधित दोषांमध्ये हिमोग्लोबिनचे प्रमाण वाढवण्यास खूप मदत करते. याशिवाय रक्त शुद्ध करण्यास देखील मदत करते. शरीराचा थकवा दूर करून ऍनर्जी वाढवते.

धनाचा विनियोग

एकदा एक कोल्हा जमिनीत बीळ खणत असताना खूपच खोल खणत गेला. खूप खोल गेल्यावर त्याला तिथे एक धनाचा हंडा दिसला व त्यावर एक वृद्ध नाग त्या धनाचे रक्षण करत होता. कोल्ह्याने नागाला विचारले,"हे नागदेवता, तुम्ही इथे काय करता आहात." नाग म्हणाला," माझ्या पूर्वजांनी पुरून ठेवलेल्या धनाचे मी रक्षण करत आहे." मग कोल्हा पुन्हा म्हणाला," पण इथं इतकं मोठं धन असताना तुम्ही कधी त्याचा उपभोग घेतला आहे किंवा नाही. उपभोग सोडा थोडंफार धन दानापोटी तरी खर्च केलंत काय" नाग म्हणाला," कसं शक्य आहे, हे धन कमी होऊ नये म्हणून तर मी स्वत: या धनाचे रात्रंदिवस डोळ्यात तेल घालून रक्षण करत आहे. त्याचा उपभोग घेणे किंवा दुस-याला दान देणे ह्यापेक्षा या धनाचे रक्षण करण्यातच मला जास्त आनंद आहे." हे ऐकून कोल्हा नागाला म्हणाला," मग नागदेवा, तुमच्या असल्या या श्रीमंतीपेक्षा मी गरीब आहे तोच बरा. ज्या धनाचा उपभोग घेतला जात नाही व ज्यातून दान केले जात नाही अशा धनाचा काय उपयोग"

तात्पर्य - ज्या धनाचा योग्य विनियोग न होता केवळ संचय केला जातो त्या धनाचा मनुष्यमात्राला काहीच फायदा नाही.

चिंगी आणि जादूचे फुलपाखरु: मनोरंजनाची फुले !

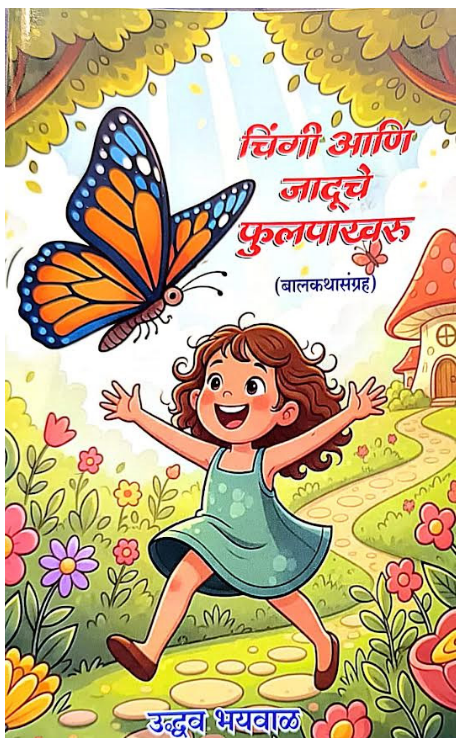
ज्योतिर्मय साहित्य

उद्धव भयवाळ हे साहित्य क्षेत्रात सर्वदूर पोहोचलेले नाव! साहित्याच्या प्रांगणात सातत्याने विहार करणे हा उद्धव भयवाळ यांनी जोपासलेला छंद! विनोदी कथा हा त्यांचा आवडता लेखन प्रकार असला तरीही ते बालकथा, बालकवितांसह थेट लावणी या लेखन प्रकारांमध्येसुद्धा रमतात. नुकताच त्यांचा चिंगी आणि जादूचे फुलपाखरु हा आकर्षक मुखपृष्ठ असलेला बालकथासंग्रह प्रकाशित झाला. सोहम क्रिएशन ॲन्ड पब्लिकेशन पुणे या संस्थेच्या माध्यमातून प्रकाशक सुरेंद्र गोगटे यांनी अत्यंत देखण्या स्वरूपात हा संग्रह प्रकाशित केला आहे. अनिका आणि अवनी या पहिल्याच कथेत एक सुंदर समाजोपयोगी संदेश देण्यात लेखक भयवाळ कमालीचे यशस्वी झाले आहेत. एकाच वर्गात शिकणाऱ्या या दोन मुलींचे भिन्न स्वभाव.अनिका जितकी बोलकी, तितकीच अवनी अबोल! स्वभावात असे अंतर असल्यामुळे दोघ एका वर्गात असूनही जवळच्या मैत्रिणी नसतात. अनिकाच्या भाषेत अवनी कंटाळवाणी अशीच मुलगी! शालेय विज्ञान प्रदर्शनाच्या निमित्ताने दोघींचा एकाच गटात प्रवेश होतो. तेव्हा अनिकाच्या मनात कोणते विचार उत्पन्न झाले, त्या दोघी जवळ आल्या का, दोघींनी मिळून प्रदर्शनात कोणती कामगिरी केली, त्यांनी कोणता बहुमूल्य संदेश दिला अशी एक सुंदर कथा लेखक भयवाळ यांनी सादर केली आहे.

शालेय जीवनात सहल अनन्यसाधारण महत्त्व असलेला आणि विद्यार्थ्यांना आवडणारा प्रकार! आमच्या शाळेची सहल या कथेतील बाल नायकाने त्याच्या शाळेच्या सहलीचे वर्णन खूप आनंदाने केले आहे. सहल म्हटलं की, मौजमस्ती, खाणेपिणे, खेळणे, पुस्तकात पाहिलेल्या नि वाचलेल्या नैसर्गिक देखाव्यांची प्रत्यक्ष पाहणी, छायाचित्रण सोबत शिक्षकांचे मार्गदर्शन, शिस्त, प्रत्येकाला व्यक्त होण्याची संधी इत्यादी बाबी असतात. लेखक भयवाळ यांनी वर्णिलेली सहलही याच प्रकारातील अर्थात बालकांना आवडणारी, मनसोक्त बागडायला लावणारी आहे. कथेचे वाचन म्हणजे प्रत्यक्ष सहल घडविणारे असे!

अद्भुत दिवाळी कथेचे शीर्षकच मुळात दिवाळी सणाची महती सांगणारे आहे. चार-पाच दिवस मुक्कामाला असणारी, प्रचंड आनंद देणाऱ्या दिवाळीत फटाक्यांची आतषबाजी असते, दिव्यांचा झगमगाट असतो, कपड्यांची खरेदी असते, रांगोळ्यांची मनमोहक सजावट असते, अनेकानेक पदार्थांची मेजवानी असते. या कथेतील बाल नायकांनी दिवाळी मेळावा हा एका नावीन्यपूर्ण, अनुकरणीय उपक्रमाचे आयोजन केले होते. ही कथा वेगळ्या धाटणीची असून बालकांना प्रेरणा देणारी आहे.

शाळा आवडत नाही यापेक्षा शाळा खूप आवडते असं म्हणणाऱ्या विद्यार्थ्यांची संख्या निश्चितच प्रचंड प्रमाणात आहे. त्यामुळे मग शाळा का आवडते हे विद्यार्थ्यांचे उत्तर लेखकाने गोपाळला शाळा खूप आवडते या कथेत दिले आहे. कथेतील गोपाळ नावाच्या विद्यार्थ्याला त्याची शाळा खूप आवडते. चला तर मग



गोपाळच्या शाळेला आपणही भेट देऊन पाहूया की, गोपाळची शाळा कशी आहे, त्याच्या शाळेत अभ्यासासोबत खेळासाठी, विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी कोणते प्रयोग केले जातात...!

बालमित्रांनो लेखक उद्धव आजोबांनी चतुर कृष्णा या कथेतून एक मस्त बोध दिला आहे. कृष्णा नावाचा एक मुलाच्या शाळेत चोरी होते. कृष्णाच्या सतर्कतेमुळे तो चोर पकडला जातो. तो चोर कसा पकडला जातो, कृष्णासोबत त्याची झटापट होते की काय, चोराने शाळेतून चोरून नेलेले सामान मिळते का, कृष्णाच्या चौकस दृष्टीमुळे कृष्णाबद्दल शाळेचे मुख्याध्यापक, शिक्षक यांचे काय मत होते हे तुम्हाला मी सांगितले तर मग तुम्ही आजोबांनी परिश्रमाने लिहिलेली कथा वाचणार नाहीत तेव्हा ही कथा वाचा, पुस्तकातील इतर कथाही वाचा.

पुस्तकाच्या शीर्षकपदी जाऊन बसण्याचा मान मिळालेली चिंगी आणि जादूचे फुलपाखरु ही कथा खूप वेगळी आहे. फुलपाखरू न आवडणारे बालक न शोधूनही सापडणार नाही. फुलपाखराच्या मदतीने लेखकाने चिंगी नावाच्या एका गोड, उत्साही आणि खोडकर मुलीला घरातील कामे करायला प्रेरित केले. चिंगीनेही फुलपाखराने सांगितलेली कामे उत्साहाने केली. त्यामुळे फुलपाखरानेही चिंगीला एक छान भेट, मस्त भेट दिली ते वाचताना खूप मज्जा येते.

झाडू अंकलची गोष्ट हे शीर्षक वाचताक्षणी मी आश्चर्यचकित झालो. चटकन मनात प्रश्न आला, झाडू अंकल हे कुणाचे नाव तर नाही ना? पण असे नाव का ठेवले असावे? कचरा गोळा करणाऱ्या झाडूला तर लेखक अंकल म्हणत नसतील? अशी प्रश्नपत्रिका घेऊन मी कथा वाचायला सुरुवात केली आणि मला एकूणएक प्रश्नांची उत्तरे मिळाली. आणि हो, खूप छान संदेश नि मार्गदर्शनही मिळाले.

बालमित्रांनो, परिवर्तन कथा वाचताना एखाद्या बालकाला असंही वाटेल की, अरे या कथेतील आदित्य हा मुलगा माझ्यासारखाच आहे कारण मी जसा खोडकर, मस्तीखोर नि छोट्या छोट्या कारणांवरून सोबतच्या मुलांशी भांडण करणारा आहे. आदित्य त्याच्या शेजारी राहणाऱ्या विवेक नावाच्या मित्राच्या वाढदिवसाला जातो. तिथे असं काय घडते की, तो स्वतःचा स्वभाव बदलण्याचा निर्धार करतो. हे जाणून घेण्यासाठी परिवर्तन कथा भयवाळ आबांच्या शब्दांत वाचण्यात जी मजा आहे ना, ती मी लिहिण्यात कुठून येणार?

पिंकी आणि तिच्या बाई ही कथा शाळेतील शिक्षकांचे मार्गदर्शन, त्यांचे विद्यार्थ्यांकडे कसे बारीक लक्ष असते नि असावे हे दर्शविणारी आहे. कथानायिका पिंकी ही पहिल्या वर्गात शिकणारी मुलगी. तिला शाळेत जायला आवडते, गाणी म्हणायला आवडते, तसेच चित्रं काढणे हा तिचा आवडता छंद असतो. तिला एक गोष्ट मुळीच आवडत नाही ती म्हणजे वाचन! तिच्या बाईंच्या लक्षात ती गोष्ट येते. बाई ठरवतात की, पिंकीला वाचनाची गोडी लागली पाहिजे. बाईंनी पिंकीला विश्वासात घेऊन एक निर्णय घेतला. तो अंमलातही आणला. त्याचा काही फायदा झाला का, पिंकीला वाचनाची गोडी निर्माण झाली का हे सारे लेखक भयवाळ यांनी अत्यंत उत्कटतेने लिहिले आहे.

चौथ्या वर्गात शिकणाऱ्या मयुरी नावाची कथा हृदयस्पर्शी आहे. मुली लहानपणापासूनच समजूतदार असतात. मयुरी तिच्या आईला मदत करताना शाळेच्या अभ्यासातही सर्वांपुढे असते. आईला मयुरीचे भारी कौतुक असते. एकदा तिची

परीक्षण

नागेश सू. शेवाळकर

आई आजारी पडली असताना मयुरी घरातील सारी कामे करते. तिच्या बाबांच्या लक्षात ती गोष्ट येते. तेव्हा बाबा तिचे कोणत्या शब्दांत कौतुक करतात? मयुरीच्या स्वभावाची, तिच्या शाळेतील हुशारीची, आईला मदत करण्याची बाब शाळेच्या मुख्याध्यापकांच्या कानावर जाते तेव्हा मुख्याध्यापक तिचे कसे कौतुक करतात हे वाचनीय आहे. महत्त्वाचे म्हणजे मयुरीचा स्वभाव इतर मुलींसाठी अनुकरणीय नि आदर्श आहे.

माझ्या शाळेत साजरा झालेला प्रजासत्ताक दिन ही कथा देशप्रेमाने ओतप्रोत अशीच आहे. सव्वीस जानेवारी म्हटलं की, सर्वांना आनंदाचे भरते येते, प्रचंड उत्साह नि स्फूर्ती शरीरात संचारते. शाळेतील ध्वजारोहण, प्रभातफेरी, विविध घोषणा, स्वातंत्र्य गीते इत्यादींमुळे वातावरण प्रसन्न होते. या कथेतील बाल नायकाला प्रजासत्ताक दिनी भारत माझा देश आहे या विषयावर भाषण करायचे असते. त्याला थोडी भीतीही वाटत असते.तेव्हा मुख्याध्यापक त्याला समजावून सांगतात, धीर देतात. तो भाषण करतो का? तेव्हा त्याची अवस्था काय असते, शाळेतील शिक्षक काय म्हणतात, घरी आल्यावर आई काय म्हणते ह्या साऱ्या प्रश्नांची उत्तरे म्हणजे माझ्या शाळेत साजरा झालेला प्रजासत्ताक दिन ही कथा!

मोबाईल माझा मित्र शीर्षकाप्रमाणे मोबाईल आज आबालवृद्धांचा मित्र झाला आहे. आर्यन नावाच्या मुलाचीही अशीच अवस्था होती. तो मोबाईलला एखाद्या मित्राप्रमाणे मोनी असे म्हणत असे. परंतु स्वतःचे मोबाईल वेड आर्यनच्या लक्षात येते. दरम्यान त्याच्या शाळेत तंत्रज्ञानाचे चांगले आणि वाईट परिणाम! या विषयावर प्रकल्प होता. आर्यनने त्या प्रकल्पात भाग घेतला. त्यानिमित्ताने त्याने लिहिले, मोबाईल आपला मित्र आहे, जर आपण त्याचा योग्य वापर केला, तर तो आपल्याला ज्ञान, माहिती आणि आनंद देतो. पण जर आपण त्याचा गैरवापर केला, तर तो आपल्याला आपल्या मित्रांपासून, कुटुंबापासून आणि स्वतःपासून दूर नेतो.

अशा विचारांमुळे त्याचे मोबाईलवर असलेले प्रेम कमी झाले का? तो मोबाईलला किती वेळ वापरू लागला? त्याचे शिक्षक त्याला काय म्हणाले हे वाचताना नकळत वाचकाच्या मनात आपणही खरेच माझी मोबाईलच्या चक्रव्यूहातून सुटका होईल का, असा विचार येतो. हे लेखकाचे मोठे यश आहे.

राजू आणि दूधवाले काका ही कथाही परोपकार मूल्य विकसित करणारी आहे. राजू नावाचा मुलगा एका खेड्यात राहत होता. त्याच्या घराजवळ एक रामूकाका राहत होते. त्यांच्या घरी भरपूर गाई, म्हशी होत्या. रामू काका दररोज सकाळी घरोघरी दूध वाटप करीत. राजूला दूधवाले काकाच्या कामाचे आश्चर्य वाटत असे. एकेदिवशी दूधवाले काका आजारी पडले. राजूने काकाकडून त्यांच्याऐवजी स्वतः दूध वाटप करण्याची परवानगी घेतली. राजूने दूध बरोबर वाटप केले का? रामूकाका नंतर काय म्हणाले? हे सारे कथेमध्ये अवश्य वाचायला हवे...

चिंगी आणि जादूचे फुलपाखरु या कथासंग्रहातील सर्वच कथा वाचनीय आहेत. मुलांच्या अनुभव विश्वातील आहेत, त्यामुळे कथेबद्दल आपलेपणाची जाणीव निर्माण होते. बालकांचं अवधान कथेकडे राहावे म्हणून लेखक भयवाळ यांनी सर्व कथांची रचना लघुकथा अशीच केली आहे. लेखक उद्धव भयवाळ बालकांना नि पालकांना प्रत्येक कथेमध्ये एक छान संदेश देतात.

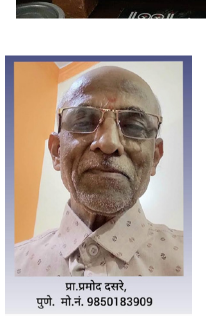
चिंगी आणि जादूचे फुलपाखरू:
बालकथासंग्रह
लेखक : उद्धव भयवाळ
प्रकाशक: सुरेंद्र गोगटे
सोहम क्रिएशन ॲन्ड पब्लिकेशन पुणे
९४२२०१९४५०
पृष्ठ संख्या : ६०
मूल्य : ₹ १००/-
आस्वाद: नागेश शेवाळकर,
पुणे ९४२३१३९०७१

सुंदर देवपाट

ज्योतिर्मय साहित्य

आपल्या हिंदू संस्कृती मधे देव्हा-याला फार महत्व आहे. प्रत्येकाला असे वाटते की त्यासाठी घरात स्वतंत्र जागा असावी व त्यात एक सुंदर देवपाट असावा. देवपाट छोटा असो वा मोठा, लाकडाचा असो वा संगमरवरी दगडाचा असो, परंतु असावा असे वाटतेच, जेणेकरुन त्यावर देवांची व्यवस्थित मांडणी करता येईल. जसे आपल्या आठवणीतील एखादी गोष्ट असो वा प्रसंग असो, तो आपण जसा हृदयाच्या एका कोप-यात साठवून ठेवतो, तसेच आपल्या आवडीची एखादी वस्तु आपण आठवण म्हणुन जपत असतो. अशीच माझ्या आठवणीतील जपलेली वस्तु म्हणजे आमच्या देव्हा-यातील सुंदर देवपाट होय.त्याची पार्श्वभूमी जरा वेगळीच आहे.

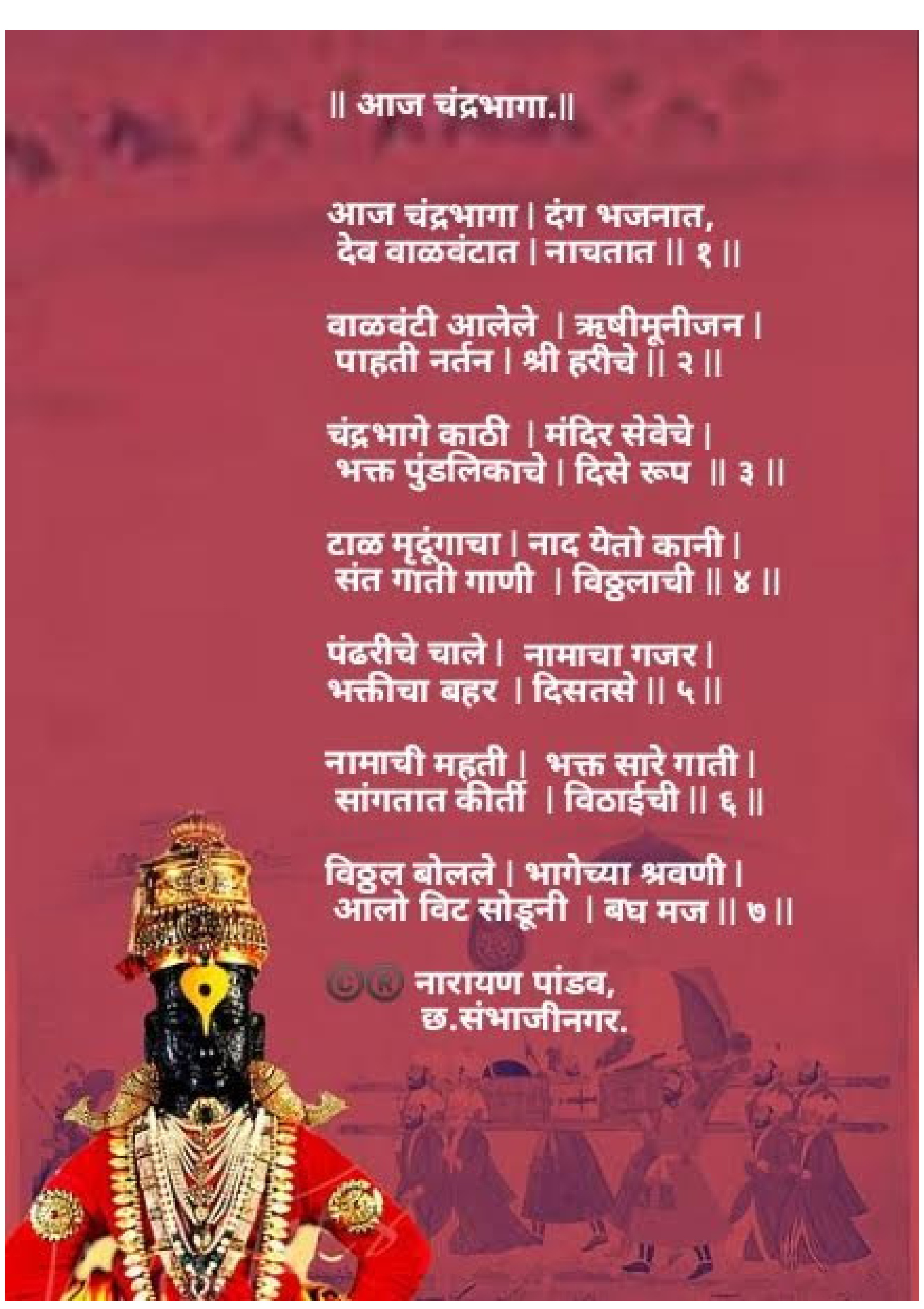
सन १९६० साली आमच्या गावाकडील घर बांधण्यात आले.घराचे बांधकाम मातीमध्येच आहे.सिमेंटचा लवलेशही नाही व छतही लाकडी आहे.या घराचे वैशिष्ट्य म्हणजे घरातील संपुर्ण खिडक्या, दरवाजे, लाकडी काम हे एका राजस्थानी कारागीराने सतत चार-सहा महिने थांबून केले होते. वडील हे देवभक्त होते. त्यामुळे त्यांनी त्या कारागीराला एक देवपाट तयार करुन देण्यास सांगितले. त्यानेही अगदी मनापासून आपले पुर्ण कसब पणास लाऊन सागवान लाकडाचा सुंदर, सुरेख असा देवपाट तयार करून दिला.आई वडील असे पर्यंत देवपाट गावाकडेच होता, नंतर काही दिवस आमच्या वडील बंधु कडे व गेल्या पंधरा वर्षापासून आज तागायत तो आमच्या कडील देव्हा-यात स्थिरावला आहे. देव्हा-यात एक नजर टाकली की हा देवपाट आपले लक्ष वेधून घेतो व कुणाच्याही तोंडातून पाहता क्षणी शब्द बाहेर पडतात की केंव्हा, कुठे व कुणी तयार केला हा देवपाट! त्या काळात ज्या कलाकाराने ही कलाकृती घडवली त्याला सलाम करतो.

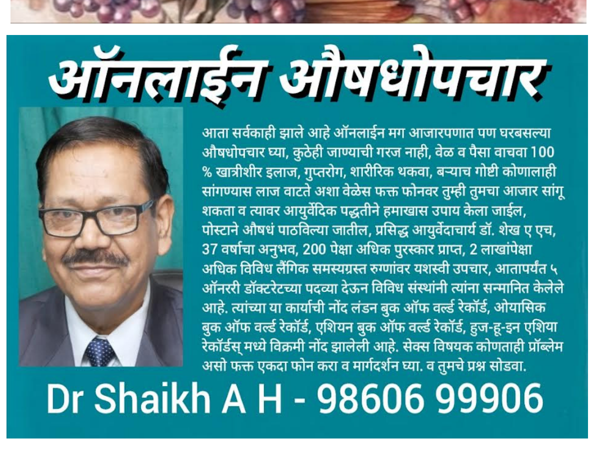


प्रा.प्रमोद दसरे,
पुणे. मो.नं. 9850183909

हा देवपाट बनवून आज ६५वर्षे झाली तरी तो आजही सुस्थितीत आहे. दरवर्षी आम्ही त्याला रंगरंगोटी करतो जेणे करुन दिवसेंदिवस त्याच्या सौंदर्यात भरच पडत आहे. असा हा जीवापाड जपलेला देवपाट आम्हाला सतत आमच्या आई वडिलांची व त्या कुशल कारागीराची आठवण करुन देतो.

केवळ सजीव व्यक्तींच्याच प्रेमात पडावे असे काही नाही तर निर्जीव वस्तुंचा मोह देखील आपण टाळू शकत नाही.





चांगला माणूस म्हणून ओळख रहावी

ज्योतिर्मय साहित्य

डॉक्टर अनिल अवचट यांची वेध, माणसं, स्वतःविषयी, कार्यमग्न, सुनंदाला आठवताना, ही आणि अजून काही

पुस्तके मी वाचली आहेत. डॉक्टर अनिल अवचट यांचं मराठी साहित्यात मोलाचे योगदान होते. त्यांच्या पत्नी डॉक्टर सुनंदा अवचट आणि पु ल देशपांडे यांच्या सहकार्याने त्यांनी व्यसनमुक्ती केंद्र ''मुक्तांगण'' याची स्थापना केली. अनिल अवचट यांचा जन्म पुणे जिल्ह्यातील ओतूरचा.बी.जे. मेडिकल कॉलेज मधून ते एम बी.बी.एस. झाले होते. महाविद्यालयात असताना त्यांनी अनेक चळवळींमध्ये भाग घेतला होता.

केवळ साहित्य विश्वताच नाही तर समाजातही त्यांची आपली एक वेगळी ओळख निर्माण केली होती.. ''मुक्तांगण'' या व्यसनमुक्ती केंद्राची सुरुवात त्यांनी केली. व्यसनींना व्यसनमुक्त करुन पूर्वायुष्यात आणण्याचं काम त्यांनी केलं. मुक्तांगण या संस्थेनं अनेकांची आयुष्य उध्वस्त होण्यापासून वाचविली.. अनिल अवचट हे एक डॉक्टर होतेच मात्र त्यांनी समाज परिवर्तनाचाही सेवेचा वसा उचलला होता. समाजासाठी आपलं आयुष्य खर्ची घालवल.

पत्रकार म्हणून त्यांनी अनेक विषयांवर आपली मतं मांडली, त्यांच्या लेखणीतून, पुस्तकाद्वारे त्यांचे विचार आपल्यापर्यंत पोहोचले. रिपोर्ताज ह्या दिर्घ लेख प्रकाराला त्यांनी सुरुवात केली.

पत्रकार म्हणून समाजाशी अनिल अवचट यांची जवळीक निर्माण झाली ती सामाजिक प्रश्नांचे मांडणीतून. पत्रकार असले तरी त्यांनी पत्रकारितेतील व्यावसायिकतेला नेहमीच नकार दिला. त्यांनी आपल्या पत्रकारितेने समाजातील दुर्बल घटकांना मदत होईल असे कायम प्रयत्न केले.त्यांना वाचा फोडली. गरिबी, अन्याय आणि भ्रष्टाचाराचे बळी असलेल्या असहाय्य जनतेच्या हितासाठी त्यांनी कार्य केलं. अनिल अवचट यांनी मजूर, दलित, भटक्या जमाती, वेश्या यांच्या प्रश्नांविषयी अनेक पुस्तकं लिहिली.बाबा आढाव यांच्या चळवळीशी त्यांचे जवळचे संबंध होते.

शिल्पकला, चित्रकला, बासरी वादन, फोटोग्राफी, आणि मुख्य म्हणजे ओरिगामीतून विविध आकार साकारणं हा त्यांचा आवडता छंद होता. केवळ स्वत:चा विचार न करता दुसऱ्यांसाठी सतत काही ना काही करत राहणारा परोपकारी असा त्यांचा स्वभाव होता.

अनिल अवचट हे केवळ एक साहित्यिक नसून त्यांच्या अनेक प्रकारे ओळखी आहेत, त्यांचं बहुआयामी व्यक्तिमत्त्व त्यांनी केलेल्या विविध प्रकारच्या कामां मधून दिसून येतं.

१९६९ साली त्यांचं पहिलं पुस्तक पूर्णिया हे प्रसिद्ध झालं, तेव्हापासून त्यांनी अनेक सामाजिक प्रश्नांवर लिखाण केलं. आतापर्यंत त्यांची पंचविसचे जवळपास पुस्तकं प्रकाशित झाली आहेत. त्याआधी वेध नावाचे पुस्तक साधना साप्ताहिकात त्यांनी लिहिलेले लेख एकत्रित करण्यात आले होते.

डॉ. अनिल अवचट यांचं लिखाण प्रभावी आहेच, मात्र त्यांचं समाजकार्यही तितकंच उल्लेखनीय आहे. अनिल अवचट हे पुण्यातील मुक्तांगण व्यसनमुक्ती केंद्राचे संचालक होते.. मित्राच्या मुलाला महाविद्यालयीन शिक्षण घेत असताना तो व्यसनाधीन झाला आणि त्याच्यावर उपचार करताना त्यांनी, पत्नी डॉ. सुनंदा अवचट यांच्या सहकार्याने व्यसनमुक्तीची एक अनोखी पद्धत शोधली. जगभरातील अनेक व्यसनमुक्ती केंद्रांमध्ये त्यांची ही वापरली जाते. मुक्तांगण परिवारातर्फे दरवर्षी डॉ. अनिता अवचट स्मृती संघर्ष सन्मान पुरस्कार दिला जातो.

कार्यमग्न, छंदाविषयी, जगण्यातले काही, व्यक्तिचित्रे, धागे आडवे उभे, माणसं, पूर्णिया, प्रश्न आणि प्रश्न, रिपोर्टिंगचे दिवस, वेध, सुनंदाला आठवतांना, स्वतःविषयी, अशी जवळपास पंचवीस एक पुस्तके लिहिलीत.

व्यसनमुक्तीच्या कार्यासाठी त्यांना राष्ट्रपतीचे हस्ते २०१३ साली राष्ट्रीय पुरस्कार देऊन गौरवण्यात आले होते. तसेच अमेरिकेतील महाराष्ट्र फाउंडेशन चा जीवन गौरव पुरस्कार त्यांना मिळाला होता. न्यायमुर्ती रामशास्त्री प्रभुणे प्रतिष्ठान. सातारा, तर्फे दिला जाणारा सामाजिक न्याय पुरस्कारही त्यांना मिळाला होता.

केवळ भारतातच नाही तर आंतरराष्ट्रीय स्तरावर त्यांच्या कामाचं कौतुक केलं गेलं.

पुढे महाराष्ट्र राज्य वाङ्मय पुरस्कार, फर्ग्युसन गौरव पुरस्कार अशा अनेक पुरस्कारांनी त्यांना गौरवण्यात आलं.

सामाजिक प्रश्न, अडचणीं सोडवण्यासाठी चे कामा सोबतच बालसाहित्यावरही डॉ. अनिल अवचट यांनी मोठ्या प्रमाणात लिखाण केलं. ''सृष्टीत.. गोष्टीत'' या त्यांच्या पुस्तकाला साहित्य अकादमीतर्फे उत्कृष्ट बालसाहित्याचा पुरस्कार देण्यात आला. इतकंच नाही तर अनिल अवचट यांची पुस्तकं सलग तीन वर्षे महाराष्ट्र शासनाने ''सर्वोत्कृष्ट पुस्तके'' म्हणून जाहीर केलीहोती.

आपल्या बालपणाबद्दल सांगताना ते एक खंत व्यक्त करतात, ती म्हणजे आमच्या बालपणी ग्रंथालयं नव्हती. काही वाचायचं झालं तर ते साहित्य सहजरित्या उपलब्ध होत नव्हतं. आता तर वाचनाची साधनं असूनदेखील मुलांना वाचनात रस नाही. सतत मोबाईलमध्ये गुंतलेली असतात,, गेम समोर बसून असतात.

आज प्रत्येक माणूस पैशाच्या मागे धावत आहे त्यांना कळत नाही तो का धावत आहे. आणि या धावपळीत त्यांना त्यांच्या कुटुंबासाठी वेळ देता येत नाही, आणि मग त्याला ताण येतो आणि मग तो ताण दूर करणारे काय काय करावे या विचारात आणि शोधत असतो. मग त्यासाठी वाचन करावे, व्यायाम करावा, का फिरायला जावे, अशा गोष्टी करू पाहतात,अनेक जण नैराश्यामुळे व्यसनाधीन होतात. पण मला असे वाटते की ताण दूर करण्यासाठी ताण का येतो ? याचा विचारच करायला हवा. असे ते म्हणत. माझं आहे ते मला नक्की मिळणारच, हाच विचार करून मी जगतो. माणसाकडे निर्मितीचे तत्व आहे .आणि इतके सुंदर तत्व निसर्गाने आपल्याला दिली असताना आपण त्याचा सकारात्मक पद्धतीने विचार करून ताणमुक्त राहायला हवे हे महत्वाचे आहे.हाच विचार त्यांनी मांडला होता.२७ जानेवारी२०२२ रोजी पुणे येथे त्यांचे निधन झाले.

एका मुलाखतीत डॉक्टर अनिल अवचट यांना विचारले की लेखक, डॉक्टर, पत्रकार, सामाजिक कार्यकर्ते,कलाकार, अशा अनेक ओळखी असताना त्यापैकी कोणती ओळख तुम्हाला जास्त भावते असं तुम्हाला वाटतं ? त्यावेळी त्यांनी उत्तर दिले की... येणाऱ्या पिढीने मला एक चांगला माणूस म्हणून ओळखाव''....

अजून आयुष्यात काय मिळवायचे असते.

'टिकली' च्या निमित्ताने

ज्योतिर्मय साहित्य

सध्या प्रकर्षाने जाणवत आहे की लिहिणे व वाचणे यापेक्षा पाहणे अधिकाधिक लोकांना आवडू लागले आहे. हा बदल केवळ सवयींचा नसून, काळाच्या तांत्रिक प्रवाहाचा स्वाभाविक परिणाम आहे. त्यामुळे कथा, कविता, नाटक यांसारख्या साहित्यिक कलाकृती व्हिज्युअल स्वरूपात सादर करणे ही आज काळाची गरज बनली आहे...

आपल्याकडे अनेक अप्रतिम कविता, कथा आणि नाट्यलेखन उपलब्ध आहे. मात्र सादरीकरणाच्या माध्यमांमध्ये होत असलेल्या तांत्रिक बदलांमुळे या साहित्याला नव्या पद्धतीने प्रेक्षकांपर्यंत पोहोचवण्याची आवश्यकता निर्माण झाली आहे...

याच उद्देशाने 'शब्द शिल्प मीडिया' या माध्यमातून एक प्रयोग सुरू करण्यात येत आहे. या उपक्रमांतर्गत कथा, कविता, नाटके व इतर साहित्यिक कलाकृतींचे व्हिज्युअल सादरीकरण करण्यासाठी आवश्यक तंत्रज्ञान आणि कलाकारांची एक सुसंगत टीम तयार करण्यात आली आहे. या प्रवासात आपणही सहभागी होऊ शकता...

या माध्यमातून कविता, कथा, नाट्यरूपके, दृश्य सादरीकरणे आणि विविध कला प्रकार व्हिज्युअल स्वरूपात मांडण्याचा प्रयत्न केला जाईल. शब्दांचा आत्मा जपत, त्यांना नव्या दृश्यभाषेत सादर करण्याचा हा एक प्रामाणिक आणि संवेदनशील उपक्रम आहे...

या प्रवासात आपला सहभाग, पाठिंबा आणि प्रोत्साहन नक्कीच आम्हाला नवे बळ देईल. या उपक्रमाची सुरुवात 'टिकली' या कथेपासून करण्यात येत आहे...

तंत्रज्ञानामुळे एकीकडे प्रगती घडत असली, तरी दुसरीकडे भारतीय संस्कृतीने जपलेल्या परंपरा, भावभावना आणि संवेदनशीलता टिकवून ठेवण्यासाठी जाणीवपूर्वक प्रयत्न करणे आज अधिक गरजेचे झाले आहे. अनेक कलाकार विविध माध्यमांतून ही जबाबदारी निभावत आहेत. त्या प्रयत्नांचा एक छोटासा भाग म्हणजे हा उपक्रम...

लिंक...
https://youtu.be/xs1kKs00gtI?si=qR3LCIkFcSHIge-H

मनपा कें.प्रा.व मा. शाळा एन-७ शाळेत सिकल सेल ऍनिमिया संदर्भात मार्गदर्शन कार्यशाळा

ज्योतिर्मय साहित्य

छ. संभाजीनगर : महानगरपालिका केंद्रीय प्राथमिक व माध्यमिक विद्यालय एन-७ सिडको छत्रपती संभाजीनगर शाळेत सिकलसेल ऍनिमिया संदर्भात मार्गदर्शन कार्यशाळा शाळेचे मा. मुख्याध्यापक श्री. शेख अहमद पटेल सर यांच्या मार्गदर्शनानुसार आयोजित करण्यात आली होती. वैद्यकीय अधिकारी आदरणीय डॉक्टर मेघा जोगदंड मॅडम यांनी विद्यार्थ्यांना संतुलित आहाराबाबत मार्गदर्शन केले. तसेच सिकलसेल ॲनिमिया संदर्भात आणि क्षयरोगासंदर्भात त्यांनी विद्यार्थ्यांना विस्तृतपणे मार्गदर्शन केले. घाटीच्या आदरणीय अधीक्षक श्रीमती सुचिता जोशी यांनी देखील विद्यार्थ्यांना सविस्तरपणे आरोग्य विषयक मार्गदर्शन केले.आशा वर्कर मा. श्रीमती स्वाती हिवराळे मॅडम देखील वैद्यकीय पथकासोबत होत्या. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन श्रीमती वैशाली देशमुख मॅडम यांनी केले. कार्यशाळा यशस्वीपणे पार पाडण्यासाठी श्री. मनोज अग्रवाल, श्री.दीपक पडोळ, श्री.वेंकट जाधव, श्रीमती मंजुश्री राठोड, श्रीमती शुभांगी चव्हाण, श्री. संदीप कलंबे, श्री. प्रितीश सराटे, श्रीमती पल्लवी भांडारकर यांनी सक्रियपणे सहभाग घेतला.

आदरणीय-जेष्ठ-श्रेष्ठ व्यक्तीमत्वांची भेट

ज्योतिर्मय साहित्य

नमस्कार मित्र हो-

स्नेह परिवारातील भेटी-गाठी म्हणजे मनाला नवी ऊर्जा, नवा उत्साह देणाऱ्या असतात. जेष्ठ व्यक्तींची कौतुक -शाबासकी मन भारावून टाकणारी असते.

काल (२७-०१-२०२६) वारजे-पुण्यातील आदित्य गार्डन सिटीत झालेल्या भेटीत मी अनुभवला.

या भेटीच्या वेळी माझ्यासोबत धाकटे बंधू श्री.नंदकुमार (भाऊकाका) होते, हेही आदित्य गार्डन सिटीत असल्याने दिवाणसाहेबांना नियमितपणे भेटणारे.

एसबीएच (स्टेट बँक ऑफ हैद्राबाद) परिवारातील एक कर्तबगार अधिकारी (निवृत्त) म्हणून ओळख असलेले, श्री जयंत दिवाण साहेबांची अधिक ओळख कला-साहित्य क्षेत्रात अधिक आहे.

त्यांच्या नोकरीच्या १९६०,७०,८० च्या या दशकात बँकेतील व्यक्ती क्वचितच बँके-बाहेरच्या क्षेत्रात वावरत असायच्या.

अशा काळात जयंत दिवाण हे उत्तम नाट्य-कलावंत म्हणून रंगभूमीवर अष्टपैलू कामगिरी बजावत होते, साहित्यातही काव्य-लेखन जोमाने करीत.

सौ.वृंदा दिवाण या नामवंत कथा-लेखिका, कादंबरीकार आहेत. ८०-९० च्या दशकात'' मराठवाड्यातील साहित्याला ओळख मिळवून देणाऱ्या त्या एक महत्वाच्या साहित्यिका आहेत.

बँकेचे ऋणानुबंध, साहित्य-लेखनाची समान आवड'' यामुळे समक्ष भेटीची ओढ कायम असते. त्यामुळे काल या उभयतांची झालेली भेट नव्या-वर्षाचा छान आरंभ झाला.

''मला कवीचा चष्मा लागला'' हा संग्रह उभयतांना देतांना खुप आनंद झाला. दिवाणसाहेबांनी त्यांचे दोन काव्यसंग्रह देत, लेखन-शुभेच्छा-आशीर्वाद दिले. सौ.वृंदा दिवाण यांचे कथा-कादंबरी स्वरूपातले लेखन नियमितपणे चालू असते'' हे नव्या पिढीसाठी आदर्शवत उदाहरण आहे.

अशा उर्जादायक भेटीतून, संवादातून आत्मिक समाधान मिळते.

कविवर्य जयंत दिवाण साहेब, लेखिका सौ. वृंदा दिवाण, उभयतांना नमस्कार

लेखन-स्नेही
-अरुण वि.देशपांडे-पुणे
९८५०१७७३४२

प्रजासत्ताक दिनी बालवाचक सत्कार कार्यक्रम उत्साहात संपन्न

ज्योतिर्मय साहित्य

दि. २६ जानेवारी जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा चोंडी येथे प्रजासत्ताक दिनानिमित्त शाळेत सजावट, रांगोळी आरास करण्यात आली. नंतर प्रभात फेरी ग्रामपंचायत समोर ध्वजारोहण करण्यात आले. तेथे ध्वजारोहण, राष्ट्रगीत झाल्यानंतर सोसायटीचा झेंडावंदन साजरे करण्यात आले. त्यानंतर सर्व ग्रामस्थ विद्यार्थी आयोजित बालवाचक सत्कार कार्यक्रम भरभराटीने पार पडला. या कार्यक्रमाचे आयोजन जिल्हा परिषद प्राथमिक शाळा चोंडीने केले होते.

कार्यक्रमाची सुरुवात राष्ट्रीय ध्वज उभारणी आणि राष्ट्रगीत गायनाने झाली. यानंतर, प्रजासत्ताक दिनाचे महत्त्व, स्वातंत्र्य संग्रामातील शूरवीरांची कथा आणि देशभक्तीचा संदेश यावर प्रेरणादायी भाषणे झाली.

कार्यक्रमातील ठळक भाग म्हणजे बालवाचकांचा सत्कार. शाळेतील आणि परिसरातील बालवाचकांना त्यांच्या वाचन, कविता पठण, गाणी गायन, आणि कला प्रदर्शनाबद्दल सन्मानित करण्यात आले. प्रमुख पाहुणे यांनी मुलांना पुरस्कार देऊन प्रोत्साहन दिले.

बालवाचकांनी रंगमंचावर उत्तम सादरीकरण केले, ज्यामुळे उपस्थित लोकांनी त्यांचे कौतुक केले. यामुळे मुलांमध्ये वाचनाची आवड, सृजनशीलता आणि आत्मविश्वास वाढण्यास मोठा हातभार लागला. कार्यक्रमाचे आयोजक म्हणाले, ''बालवाचकांचे सत्कार करण्यामागे मुख्य उद्देश म्हणजे त्यांना प्रोत्साहन देणे, त्यांच्या प्रतिभेला उजाळा देणे आणि समाजामध्ये कला व संस्कृतीला अधिक मान मिळवून देणे.'' संपूर्ण कार्यक्रम उत्साही आणि आनंददायी वातावरणात पार पडला. बालवाचकांच्या आनंदी चेहऱ्यांनी आणि उपस्थितांच्या अभिमानाने कार्यक्रमाची शोभा वाढली. शाळेतील ध्वजारोहण शाळेचे मुख्याध्यापक श्री. नारायण रुद्रे सर यांच्या हस्ते झाले. कार्यक्रमाला गावातील सरपंच सौ. राजश्री नामदेव मुंडे, उपसरपंच गोरख मुंडे, चेअरमन दामोदर मुंडे, गोविंद काका मुंडे, सुरेश नाना मुंडे, नामदेव मुंडे, सूर्यकांत मुंडे, चंद्रसेन

मुंडे, पांडुरंग मुंडे, माजी सैनिक रावसाहेब मुंडे, श्यामराव मुंडे, पोपट हजारे, शिवाजी हजारे, अंगणवाडी शिक्षिका मंगलताई मुंडे, पद्मिनी मुंडे, इंद्रायणी मुंडे, आशाताई विजय फड, इंदुताई मुंडे, ज्ञानेश्वरी सोनवणे आदी ग्रामस्थ उपस्थित होते. शाळेतील शिक्षक श्री. अर्जुन मुंडे, श्री. रामेश्वर मुंडे, श्रीमती जयश्री गुट्टे, श्री. घोळवे सर हे देखील उपस्थित होते. यशवंतराव विद्यालय चोंडी येथील शिक्षक देखील विद्यार्थ्यांसहित उपस्थित होते.

कार्यक्रमाचे सूत्र संचालन श्री. अर्जुन मुंडे यांनी केले. या दिवशी दोन्ही शाळेतील विद्यार्थ्यांनी अनेक कला गुणांचे सादरीकरण सुरेख केले. देशभक्तीपर गीतांनी राष्ट्रप्रेम राष्ट्रभक्ती ही सामाजिक मूल्ये रुजली. विद्यार्थ्यांनी केलेल्या भाषणामुळे गावकरी मंडळी अतिशय खुश झाली. कार्यक्रमाची शोभा लेझीम सादरीकरण, टिपऱ्या सादरीकरण आणि सादरीकरणाने वाढली. विविध कला गुणांमुळे प्रेक्षकांची मने चिमुकल्यांनी क्षणात जिंकून घेतली.

या कार्यक्रमाचे सर्वात जास्त आकर्षणाचे केंद्र बनला बालवाचकांचा सत्कार सोहळा बक्षीस वितरणाचा कार्यक्रम. इयत्ता चौथीतील विद्यार्थ्यांनी अक्षर आनंद वाचन स्पर्धेत पुढील प्रमाणे क्रमांक पटकावले.

प्रथम क्रमांक - अंकिता बाबासाहेब चाटे, द्वितीय क्रमांक-

मनिषा शहादेव नाईकवाडे, तृतीय क्रमांक- अस्मिता बालासाहेब मुंडे, उत्तेजनार्थ - ऋतुजा बाबू तंबुड यांनी बक्षीस स्वरूपात ट्रॉफी जिंकली. इयत्ता तिसरीतील विद्यार्थ्यांनी पुढीलप्रमाणे बक्षीस मिळवले.

प्रथम क्रमांक - सायली सतीश सोनवणे, द्वितीय क्रमांक-

अनिकेत सूर्यकांत मुंडे, तृतीय क्रमांक- संस्कृती सुधाकर मुंडे, उत्तेजनार्थ - प्रतीक कुंडलिक केंद्रे या बालवाचकानी सातत्याने वाचन करुन ट्रॉफी जिंकली. कार्यक्रमाचे आभार प्रदर्शन सिद्धेश्वर मुंडे यांनी केले. अशा प्रकारे बाल वाचकाना बक्षिसाद्वारे सातत्याने वाचन करण्यासाठी प्रोत्साहन मिळाले.

वाचनाच्या ज्योती, घरोघरी लावू
बुद्धीच्या धारेच, गुणगान गाऊ
वाचन सातत्य, देई यश मार्ग
मिळेल धरेला, सुसंस्कृत स्वर्ग

***

हे जरनल संपादक व प्रकाशक संजय व्यापारी यांनी विंग बी३, फ्लॅट नं.७०१, व्हिसलिंग पाम्स हौ.सो., मानकर चौक, कस्पटे वस्ती, वाकड, पिंपरी-चिंचवड, महाराष्ट्र ४११०५७ 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. 7743818559