ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक २९ वा ❑ भारतीय सौर दिनांक १५ फाल्गुन शके १९४७, शुक्रवार दि.०६ मार्च २०२६ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

पारंपारिक सणांना व्हर्च्युअल सेलिब्रेशन चे स्वरूप

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

पारंपारिक सण आता डिजिटल झाले असून भौतिक जवळीकतेची जागा सोशल मीडिया व्हिडिओ कॉल्स आणि ई-कॉमर्सने घेतली आहे. भेटवस्तू शुभेच्छा आणि अगदी पूजा विधी आता ऑनलाइन होत असल्याने सण साजरे करण्याची पद्धत अधिक सोयीस्कर आणि जागतिक झाली आहे. मात्र यामुळे प्रत्यक्ष सामाजिक संवाद कमी होत असल्याचेही दिसून येत आहे.

पारंपारिक पद्धतीने सण उत्सव साजरा करण्याची पद्धत हळूहळू लोक पावत आहे. सण-उत्सवांचं स्वरूप आता सोशल मीडिया स्टेटस आणि व्हर्च्युअल सेलिब्रेशन पुरतं मर्यादित होत चाललंय जमिनीवरचा तो उत्साह आणि आपलेपणा आता हळूहळू कमी होताना दिसतोय.

प्रत्यक्ष भेटण्याऐवजी आता व्हाट्सअप आणि इंस्टाग्रामवर शुभेच्छा देण्याला जास्त महत्त्व दिलं जातं आहे.

धावपळीच्या आयुष्यात लोक घराबाहेर पडून एकत्रित सण साजरा करण्यापेक्षा मोबाईलवरच सण साजरे करणं पसंत करत आहे.

खरेदीसाठी बाजारात फिरण्याऐवजी ॲमेझॉन किंवा फ्लिपकार्ट सारख्या प्लॅटफॉर्मवर घरबसल्या शॉपिंग करण्याकडे कल वाढला आहे.

या डिजिटल क्रांतीमुळे सण सोपे झाले असले, तरी त्यातील जिवंतपणा आणि सामाजिक संवाद मात्र हरवत चालला आहे.

सणांचे स्वरूप आता अधिक व्यावसायिक झाले असून डिजिटल स्क्रीनवर सण साजरे करण्याचे प्रमाण वाढले आहे.

दिवाळी दसरा राखी आणि होळी यांसारखे पारंपरिक सण आता डिजिटल झाले असून ई-राखीऑनलाइन भेटवस्तूआणि डिजिटल ग्रीटिंग्जचा वापर वाढला आहे. ऑनलाइन शॉपिंगमुळे भेटवस्तूंची देवाणघेवाण सुलभ झाली आहे तर तरुण पिढी डिजिटल पद्धतीने सण साजरे करण्यास प्राधान्य देत आहे.

डिजिटल पद्धतीने साजरे होणाऱ्या सणांना पारंपारिक स्वरूप मिळणे आव्हानात्मक आहे. कारण त्यात प्रत्यक्ष सहभाग आणि भावनिक जवळीक कमी असते. तरीही हे डिजिटल माध्यम दूर राहिलेल्या लोकांना जोडण्याचे आणि सांस्कृतिक वारसा डिजिटल स्वरूपात जतन करण्याचे काम उत्तम प्रकारे करू शकतात. डिजिटल सण हे हायब्रिड स्वरूपात म्हणजे प्रत्यक्ष आणि ऑनलाइन साधनांचा एकत्रित वापर करून परंपरा टिकवून ठेवू शकतात. पण त्यात भौतिक स्पर्श आणि प्रत्यक्ष विधींची उणीव भासते.

जरी डिजिटल युगामुळे सण साजरं करणे सोपे झाले असले तरी प्रत्यक्ष भेटीगाठी स्नेह आणि पारंपारिक विधींचे महत्त्व टिकवून ठेवणे गरजेचे आहे.

भारतामध्ये लोकशाही जीवनाचा मार्ग बनणे आवश्यक-डॉ. वि.ल धारूरकर

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे (कोथरूड) : प्राचीन भारतीय परंपरा आणि आदर्शांचा विचार करता आधुनिक काळात सुद्धा भारतामध्ये लोकशाही हा जीवनाचा मार्ग बनणे आवश्यक आहे असे विचार माजी कुलगुरू आणि प्रसिद्ध विचारवंत डॉक्टर विल धारूरकर यांनी व्यक्त केले ते एमआयटी वर्ल्ड पीस युनिव्हर्सिटी कोथरूड येथे भारतीय छात्र संसदेच्या अधिवेशनात बोलत होते

याप्रसंगी अध्यक्षस्थानी प्राध्यापक विनोद गायकवाड हे होते. प्रारंभी डॉक्टर धारूरकर यांचे प्राचार्य डॉक्टर कुलकर्णी मॅडम यांनी पुष्पगुच्छ देऊन स्वागत केले त्यानंतर छत्रसंस्थेच्या लोकशाही घंटीचा निनाद करण्यात आला. विद्यार्थी चैतन्य देशपांडे याने डॉक्टर धारूरकर यांचा परिचय करून दिला. आपल्या भाषणात डॉक्टर धारूरकर पुढे म्हणाले प्राचीन काळात भारतामध्ये १६ महाजनपदे होती तसेच दक्षिण भारतात चार जनपदे होती या जनपदांच्या कारभार लोकशाही पद्धतीने चालत असे सभा आणि समिती हे दोन सभागृह राज्यकर्त्याला सल्ला देण्याचे काम करत असत सर्व निर्णय लोकशाही मार्गाने होत असत,

भारतीय परंपरेचा उल्लेख करून डॉक्टर धारूरकर पुढे म्हणाले की चोलक साम्राज्याच्या काळात सापडलेल्या गोगाई शिलालेखावरून अगदी स्थानिक स्वराज्य संस्थांमध्ये म्हणजे ग्राम व नगर स्तरावर सुद्धा त्यावेळी निवडणूक होत असत आणि बहुमताने प्रतिनिधींची निवड केली जात असे. सर्व निर्णय ग्रामसभेमध्ये होत असत आणि त्यांची अंमलबजावणी होत असे, सारा कर वसुली शेतकऱ्यांचे प्रश्न तसेच शिक्षण आरोग्य जमिनीच्या सुधारणा याबाबतचे निर्णय लोकशाही पद्धतीने होत असे.

आपल्या भाषणात डॉक्टर धारूरकर यांनी सांगितले की डेमोक्रसी हा शब्द डेमोस आणि क्रेटास या शब्दापासून बनला आहे याचा अर्थ सामान्य लोक आणि सत्ता असा होतो जेथे सामान्य लोकांची सत्ता असते त्याला लोकशाही असे म्हणतात. प्राचीन ग्रीक नगर राज्यांमध्ये अथेन्स व स्पारठा येथील लोकशाही कार्यप्रणालीची ही त्यांनी माहिती दिली इंग्लंडमध्ये १६८८ च्या रक्तहीन राज्यक्रांतीनंतर राजाचे अधिकार मर्यादित झाले आणि संसदेला अधिकार प्राप्त झाले. तसेच ही परंपरा कशी विकसित झाली हे सांगताना डॉक्टर धारूरकर पुढे म्हणाले १२१५ मध्ये राजा जॉन यांनी मेघना चार्ट या सनदीवर सही केली तेव्हापासून राजाचे अधिकार संसदेकडे जाण्याची प्रक्रिया सुरू झाली, १६८८ च्या रक्तहीन क्रांतीने इंग्लंडमध्ये लोकशाही प्रणालीला प्रारंभ केला. त्यानंतर १७७६ मध्ये अमेरिकन राज्यक्रांतीने जन्मलेला प्रत्येक माणूस मुक्त आणि समान आहे हे सिद्ध केले. १७८९ च्या फ्रेंच राज्यक्रांतीने स्वातंत्र्य समता बंधुता आणि सामाजिक न्याय ही मूल्ये जगाला दिली. यानंतर जगामध्ये १८१८ यावर्षी क्रांतीने तसेच १८३०, १८४८ च्या क्रांतीने पुढे अनेक बदल घडवून आणले १९०५ साली झालेल्या रशियातील बोलशीविक क्रांतीने अन्यायकारक झारशाही उलथून टाकली, आणि जनतेचे राज्य प्रस्थापित झाले. १९४७ मध्ये भारतामध्ये झालेल्या लोकशाही क्रांतीने लोकशाही प्रजासत्ताकाची स्थापना झाली.

आधुनिक लोकशाही पुढे दहशतवाद ही एक मोठी समस्या आहे असे सांगून त्यांनी लोकशाही मूल्यांच्या रक्षणासाठी युवक वर्गामध्ये जागृती होण्याची आवश्यकता असल्याचे प्रतिपादन केले. शेवटी श्री जाधव यांनी आभार मानले याप्रसंगी झालेल्या चर्चेत विद्यार्थ्यांनी अनेक प्रश्न विचारले आणि सर्व पैलूंनी चर्चा करण्यात आली. श्री विनोद गायकवाड यांच्या अध्यक्षीय समारोपानंतर व्याख्यानाची सांगता झाली. या व्याख्यानास अभियांत्रिकी विद्याशाखेतील सर्व विद्यार्थी बहुसंख्येने उपस्थित होते.

भेलके महाविद्यालयात पालक मेळावा उत्साहात

ज्योतिर्मय साहित्य

सासवड : शंकरराव भेलके महाविद्यालयात पालक मेळावा उत्साहपूर्ण वातावरणात पार पडला. या मेळाव्यास विद्यार्थ्यांचे पालक मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. कार्यक्रमाच्या प्रारंभी उपस्थित पालकांचे स्वागत करून कार्यक्रमास सुरुवात करण्यात आली.

यावेळी प्राचार्य डॉ तुषार शितोळे यांनी विद्यार्थीपालक संबंध कसे असावेत, तसेच पालकांनी विद्यार्थ्यांशी संवाद साधताना आणि त्यांच्या शिक्षणात मार्गदर्शन करताना कोणती भूमिका घ्यावी याबाबत मार्मिक शब्दांत मार्गदर्शन केले. विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी पालक व महाविद्यालय यांच्यातील समन्वय अत्यंत आवश्यक असल्याचे त्यांनी स्पष्ट केले.

पालकांनी देखील यावेळी आपली मनोगते व्यक्त केली.

यावेळी विविध शैक्षणिक व विद्यार्थी हिताच्या योजनांबाबत सविस्तर माहिती देण्यात आली. शिष्यवृत्ती योजना, कमवा-शिका योजना, राष्ट्रीय सेवा योजना, प्लेसमेंट सेल, विद्यार्थी सुरक्षा तसेच महाविद्यालयातर्फे आयोजित विविध उपक्रम यासंदर्भात डॉ रोहिदास ढाकणे, डॉ. सचिन घाडगे आणि प्रा. जीवन गायकवाड यांनी पालकांना माहिती दिली.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रा संदीप लांडगे यांनी केले, तर आभार प्रदर्शन प्रा जाधवर दयानंद यांनी केले. कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ जगदीश शेवते यांनी केले. या कार्यक्रमाला महाविद्यालयातील प्राध्यापक, शिक्षकेतर कर्मचारी तसेच विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते. पालकांनीही विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक प्रगतीसाठी महाविद्यालयाच्या उपक्रमांचे कौतुक करत सहकार्य करण्याची तयारी दर्शवली. कार्यक्रमाचे यशस्वी आयोजन महाविद्यालयातील सर्व प्राध्यापक व कार्यालयीन कर्मचारी यांनी केले.

सांगे वडिलांची कीर्ती तो एक मूर्ख.....

ज्योतिर्मय साहित्य

समर्थांची वाङ्मयीन मूर्ती म्हणजे ग्रंथराज दासबोध. त्यात वर्णन केलेले जीवनाचे तत्त्वज्ञान हे वाचणे इतके कठीण नाही जितके त्यातील एका तरी श्लोकाचा अर्थ वाचून समजून आचरणात आणणे कठीण आहे. अनुभव व प्रचीती वरच अद्वैत वेदांत व दासबोधाचा भर आहे. ज्ञान घेणे सोपे आहे पण ते अनुभवणे सगळ्यात कठीण बाब आहे. त्यामुळे नुसते वाचन करून समजून घेण्यापेक्षा ते आचरणात आणण्याचा संकल्प शिष्याने केल्यास तो सच्छिष्य ठरेल.

आध्यात्मिक जागृती: शिष्यत्वाकडून गुरुत्वाकडे

आध्यात्मिक प्रवासात गुरूंचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे, परंतु गुरूंची प्राप्ती केवळ बाह्य शोधाने होत नाही, तर ती आंतरिक पात्रतेमुळे होते. या विषयाचे मुख्य मुद्दे खालीलप्रमाणे आहेत:

१. शिष्यत्वाची अनिवार्यता : गुरूंच्या शोधात भटकण्यापूर्वी स्वतःमध्ये शिष्यत्व जागृत करणे अत्यंत आवश्यक आहे. जोपर्यंत पात्र तयार होत नाही, तोपर्यंत ज्ञानाचा वर्षाव तिथे टिकू शकत नाही. शिष्यत्व म्हणजेपूर्ण समर्पण, जिज्ञासा आणि अहंकाराचे विसर्जन.

२. आकर्षणाचा सिद्धांत : समान गोष्टच समान गोष्टीला आकर्षित करते, हा सृष्टीचा नियम आहे. जेव्हा एखाद्या व्यक्तीमध्ये खरे शिष्यत्व प्रकट होऊ लागते, तेव्हा त्याची आंतरिक ऊर्जा स्वतःहून गुरु तत्वाला स्वतःकडे आकर्षित करू लागते.

सूत्र: जेव्हा शिष्य तयार होतो, तेव्हा गुरु स्वतःहून प्रकट होतात.

३. ओळखण्याची शक्ती : खऱ्या गुरूंची ओळख कशी पटवायची? या प्रश्नाबाबत लोक अनेकदा संभ्रमात असतात. याचे उत्तर तुमच्या आतच दडलेले आहे.

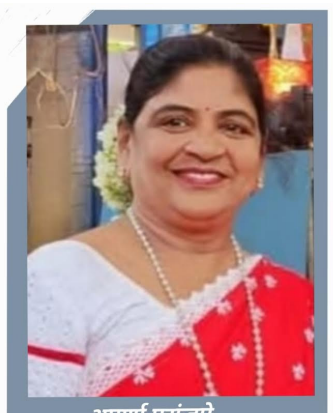
शिष्यत्वच गुरुत्वाला ओळखते : ज्याप्रमाणे रत्नाची पारख केवळ जव्हेरीच करू शकतो, अगदी तसेच ज्याच्यामध्ये शिष्याचा भाव जागृत झाला आहे, त्याची चेतना इतकी सूक्ष्म होते की ती गुरूंची दिव्यता आणि त्यांच्यातील गुरु तत्व त्वरित ओळखून घेते.

बाह्य डामडौल केवळ डोळ्यांना भुलवू शकतो, परंतु गुरु तत्वाची ओळख केवळ जागृत शिष्य तत्वच करू शकते.

सार : शिष्यत्व हे कोणतेही पद नसून ती एक आंतरिक योग्यता आहे. जर आपण स्वतःला एका खऱ्या शिष्याच्या रूपात घडवले, तर गुरु तत्वाशी मिलन निश्चित आहे.

थोडक्यात सांगायचे तर, गुरूंना शोधावे लागत नाही, तर स्वतःला असे बनवावे लागते की गुरु तत्वाने आपल्याला शोधून काढावे लागते.

असा हा शिष्यत्व भाव निर्माण झाला की श्लोकाचा नवा अर्थ उलगडू लागतो. व आवडीने हे काम घडल्याने स्वतः त सुधारणा करणेही सोपे जाते.



अपर्णा परांजपे,
पुणे मो. 95030 45495

मूर्ख लक्षणांचा एक पूर्ण समास आहे तो देण्यामागे शिष्यांनी ते वाचून स्वतःत बदल करावेत व त्यांचे कल्याण व्हावे हाच एकमेव उद्देश समर्थांचा आहे.

आपली आपण करी स्तुती ।
स्वदेशी भोगी विपत्ती ।
सांगे वडिलांची कीर्ती ।
तो येक मूर्ख ।।

इतका तोंडाळ कि अखंड स्वतःचीच स्तुती करणे. कौतुकाची अपेक्षा करणे व त्यानुसार सतत वक्तव्य करणे योग्य नाही.

त्याचप्रमाणे आपली परिस्थिती अत्यंत हलाखीची तरीहि आमचे वडील म्हणजे काय ...

आजोबा पणजोबा तर .... अशा बढाया सुरूच !

तो एक मूर्खच म्हणावा नाही तर काय! याने त्यांची नावे काढून एकप्रकारे अपमानच त्यांचा होतो.

संसारातही किती दिवस इतरांच्या नावाने आपण आपले कर्म करू शकणार? स्वतःचे अस्तित्व स्वतः निर्माण करणे व मग ज्या संस्कारातून ते घडले त्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करणे शहाणा व विवेकी मनुष्याचे लक्षण आहे.

व्यक्तीने स्वतः कष्ट करावेत अगदी मनापासून कार्य करावे. स्वतःचा आतून होकार घ्यावा व निरपेक्ष भावनेने आपले कर्तव्य सातत्याने करावे. हे करत असताना त्या कर्मांचा साक्षीदार आपण स्वतः व सद्गुरू असावेत व परिणाम काळावर सोडून द्यावेत. सकारात्मक परिणाम आले तर सद्गुरूंना अर्पण करून मग सद्गुरूंचे नाव घ्यावे की हे असे कार्य करणारा कोण आहे असा प्रश्न इतरांना पडावा मग त्याचा उलगडा सद्गुरूचे नाम घेऊन कृतज्ञतापूर्वक करावा. (म्हणजे त्यांचे नाव आधी सांगून पळवाट धरु नये)

मनासारखा परिणाम मिळाला नाही तर योग्य सुधारणा व बदल हृदयस्थ सद्गुरूंच्या साक्षीने करावा. आधी स्वतःहून वाच्यता करणे मूर्खपणा आहे असे समर्थ म्हणतात.

वाचलेल्या ओवीचा अल्पमतीने मंथन करण्याचा विचार शब्दबद्ध केला ही ही सद्गुरू कृपाच आहे यात शंका नाही.

भगवंत हृदयस्थ आहे.

जात्यावरच्या ओव्या.....

मायबापान पोसल
केल लहानच मोठ
एका भाकरीत चार
लेकराच भरलं पोट ॥ ५२८॥

मायबाप शिरावर
लई सावली घनदाट
जीव शीणला दमला
सावलीला बसु वाटं ॥५२९॥

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक – भाग ४

ज्योतिर्मय साहित्य

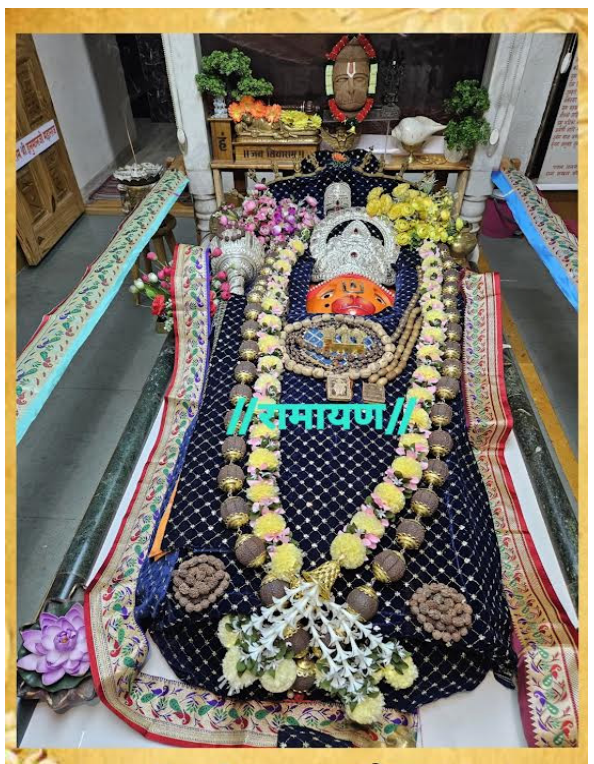
मना वासना दुष्ट कामा नये रे ।
मना सर्वथा पापबुद्धि नको रे ।
मना धर्मता नीती सोडू नको हो ।
मना अंतरी सार विचार राहो ।।४।।

अर्थ : हे मना, दुष्ट वासना, अहितकारक इच्छा मनात येऊ देऊ नकोस. पापबुद्धीला स्थान देऊ नकोस. धर्म आणि नीती कधीही सोडू नकोस. अंतर्यामी जे खरे, श्रेष्ठ आणि शाश्वत आहे त्याचाच विचार नांदू दे.

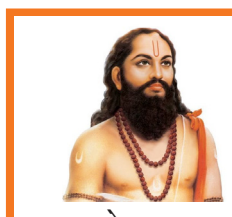
मनाच्या श्लोकांची एक साखळी आहे. मागील श्लोकात समर्थांनी सांगितले''सदाचार हा थोर सांडू नये तो.''या श्लोकात ते त्या सदाचाराची अंतर्गत पायाभरणी स्पष्ट करतात. सदाचार बाह्य वर्तनातून दिसतो खरा; पण त्याची सुरुवात मनातून होते. आधीच्या श्लोकात समर्थ म्हणतात, ''गमू पंथ अनंत या राघवाचा.'' एक वेळ भ्रष्टाचार, अनितीने वागणे हे लौकिक व्यवहारात खपून जाईलही पण राघवाच्या पंथावर चालायचे तर मनामध्ये वाईट विचार आणि अनितीची वागणूक कशी बरं चालेल ?

मन अत्यंत चंचल आहे. तेच आपले मित्र आणि तेच आपले शत्रू. म्हणूनच आपण म्हणतो ''मन चिंती ते वैरी न चिंती.'' कधी कधी मनात येणारे विचार इतके तीव्र, भयंकर आणि नकारात्मक असतात की आपण स्वतःच दचकतो. पण असे विचार येणे ही मानवी प्रवृत्ती आहे; त्या विचारांना आपण पोषक खाद्य पुरवायचे की ते सोडून चांगले विचार जाणीवपूर्वक जोपासायचे हे आपल्या हातात आहे.

वाईट विचार मनात येण्यासाठी विशेष प्रयत्न करावे लागत नाहीत. ते सहज येतात. दूरदर्शनवरील धारावाहिक, हिंसाचार आणि भडक प्रणयदृश्ये असलेले चित्रपट, समाजमाध्यमे अशा विचारांना हातभारच लावतात. परंतु चांगले, उन्नत, हितकारक विचार जाणीवपूर्वक जोपासावे लागतात. हीच साधना आहे. पूर्वी मोठी माणसे सांगत,''चांगले बोला. आपल्या भोवती देवतांचा वास असतो त्या देवता तथास्तु म्हणत असतात.'' दुसऱ्या शब्दात सांगायचे झाले तर शब्दांनाही शक्ती असते. आपले विचार, शब्द आणि कृती यांचा परस्पर संबंध असतो. आपण जे वारंवार चिंततो, तेच आपण बोलतो; आणि जे बोलतो, ते आचरणात उतरते. म्हणूनच सद्विचारांचा जागर करणे ही सदाचाराची पहिली पायरी आहे. **(क्रमशः)**



ॐ नमो भद्रा हनुमते नमः🙏🙏🙏
ॐ नमो भद्रा हनुमते नमः🙏🙏🙏
ॐ नमो भद्रा हनुमते नमः🙏🙏🙏



दासबोध स्तवन

उज्वला धर्माधिकारी,
पुणे, मो. ७५८८२ ३५६४६

श्रवणनिरूपण

ज्योतिर्मय साहित्य

आपण संसारी माणसं आहोत. त्यामुळे संसाराच्या रहाटगाडग्यात कितीही फिरलो तरी समाधान होत नाही. मन खूप चंचल असते. ते सतत संशयाच्या फेऱ्यात अडकलेले असते.

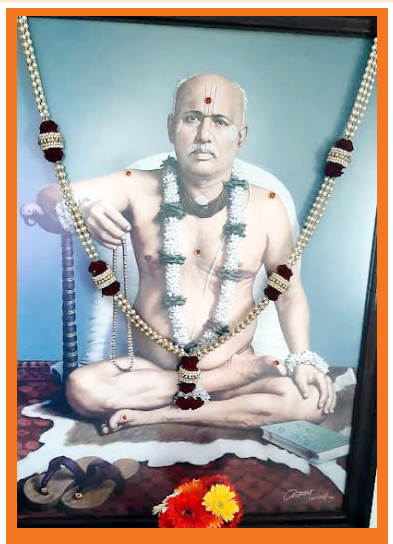
ही संशयाची बाधा कमी करण्यासाठी पून्हा पून्हा संतवाक्याचा आधार घ्यावा.संताच्या श्रवणातून आपल्यात आरपार बदल होतो. यासाठी महान व्यक्तींच्या संपर्कात आल्याने आपल्याला काही तरी त्यांच्यातील स्पंदन मिळतील हा लोभ जरूर ठेवावा.

सोने नाणे, घरदार, वेगवेगळ्या प्रकारची संपत्ती गोळा करत बसण्यापेक्षा ही संत सहवासाची श्रवणभक्ति केव्हाही आपल्याला सन्मानाने जगण्याचा उत्साह द्विगुणित करण्यासाठी प्रेरित करेल. यावर विश्वास ठेवावा

संत जे बोलतात ते एकून त्याचा अर्थ बरोबर लक्षात आला तर मन समाधानी रहाते.मनातील मळभ दूर होते. मनाच्या चंचलपणाला आवर बसतो. चांगले काय? वाईट काय?याचा ताळमेळ मनाला समजतो.

स्वस्वरूपाविषयींचा संदेह (मनाची अस्थिरता) हा जन्माचे मूळ असते. उत्तमोत्तम श्रवणाने तो निर्मूळ होतो. मन निःसंदेह बनले की आपपरभाव मनात रहात नाही. सगळं जग स्वच्छ, सुंदर दिसायला लागते. याला समाधान असे म्हणतात.

(क्रमशः)



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

नाम कुठवर घ्यावे ?

ज्योतिर्मय साहित्य

नाम कुठवर घ्यावे ? आपला श्वासोच्छ्वास चालू आहे, किंवा स्वत:ची स्मृती आहे, तिथपर्यंत नाम घ्यावे. आपण श्वासोच्छ्वास जसा मरेपर्यंत घेतो, तसेच नामाचे आहे. बरोबर भाषेत बोलायचे झाले तर असे म्हणता येईल की, श्वासोच्छ्वास थांबला म्हणजे मरण येते, त्याचप्रमाणे नामाशिवाय जगणे हे मेल्यासारखेच आहे, असे वाटले पाहिजे.

अक्षरश: जीव जाईपर्यंत, म्हणजे मीपणाने मरेपर्यंत नाम घेत सुटावे. शेवटी 'मी' जातो आणि नाम शिल्लकच उरते. नाम घेऊन कधी पुरे होऊ शकत नाही. मुक्ती मिळाली की सर्व पुरे झाले असे म्हणतात, पण मुक्तीनंतरही जर काही कर्तव्य उरत असेल तर ते नामस्मरणच.

माणसाला गुंगीचे औषध दिले म्हणजे त्याला गुंगी आली की नाही हे पाहण्यासाठी अंक मोजायला सांगतात. अंक मोजता मोजता तो थांबला की, तो देहभानावर नाही असे ठरते. तसे, नाम घेता घेता 'मी नाम घेतो' हेही स्मरण जेव्हा राहात नाही, तेव्हाच त्या नामात रंगून गेलेल्या माणसाचे पर्यवसान 'एकान्तात' होते. एकान्त म्हणजे नाम घेणारा मी एक, ह्या एकाचाही अंत होणे, म्हणजेच देहबुद्धीचा विसर पडणे, देहबुद्धीच्या पलीकडे जाणे. नाम घेता घेता अशी स्थिती प्राप्त झाली, म्हणजे त्याचे चित्त भगवंताकडे आहे की नाही असा प्रश्न करायला वावच कुठे राहतो? निद्रानाशाचा रोग झाला तर झोप लागेपर्यंत झोपेचे औषध आपण घेतो, तसे आपल्याला स्वाभाविक समाधान मिळेपर्यंत आपण नाम घेतले पाहिजे. नाम उपाधिरहित असल्याने आपणही उपाधिरहित झाल्याशिवाय नामाचे प्रेम आपल्याला येणार नाही. नामाने आनंदमय अशा भगवंताचे सान्निध्य लाभून त्याची कृपा व्हायला वेळ लागत नाही; किंबहुना, ज्याच्यावर भगवंताची कृपा होते त्याच्याच मुखात नाम येते.

नामजपाची संख्या नोंद करून ठेवावी का ? अमुक एक संख्येपर्यंत जप करण्याचा संकल्प केला असेल, किंवा रोजचा काही कमीत कमी जप करण्याचे ठरविले असेल, तर जपसंख्येची नोंद करून ठेवणे जरूर आहे. जपाची सवय होण्याच्या दृष्टीने, आणि नेमाने काहीतरी किमान जप झाल्याशिवाय दिवस जाऊ नये या दृष्टीनेही, जपसंख्येची नोंद करावी. मात्र असे करताना एका बाबतीत खबरदारी घ्यावी; ती म्हणजे, आपली आजची नामसंख्या पुरी झाली, आता उद्यापर्यंत आपला आणि नामाचा काही संबंध नाही, अशा तऱ्हेची वृत्ती होण्याचा संभव असतो, त्याला जपावे; आणि नेमाची संख्या पुरी झाली तरी होईल तेवढे आणखी नाम घेण्याची सवय ठेवावी.

साध्या माणसाने विशेष खोलात न शिरता, सांगितल्याप्रमाणे नाम घ्यावे. त्याचे कल्याण झाल्याशिवाय राहणार नाही.

श्री क्षेत्र नैमिष्यारण्य भागवत कथा व हरिनाम सप्ताह

भागवत कथाकार :
आदरणीय श्री चैतन्य महाराज देगलूरकर
कथेचे श्रवण करताना धावते संकलन
मधुकर बोरीकर 9403061886

दिवस दुसरा

पुढे.....
चरित्र संबंधाने 3 प्रकारे घटना सांगितल्या आहेत. भूत, भविष्य व वर्तमानाची जाणीव हे यातून कळते. वर्तमानात असे चांगले कर्म करा की भविष्य सुखद होईल. आयुष्य असे घालावे, असा आचार असावा की अंतत: तो भगवत चरणी लीन व्हावा.
कलियुगात लोक कसे वागतील? हे या साठी सांगितले की, भगवंत सारख्या योग्य सखा दुसरा नाही हे कळावे म्हणून.
विषयांच्या नादात गुंतलेल्यांचे भोग किती कठीण असतील.
विषयाच्या भोगत समाधानात नसते तर ते त्यागन्याला सामर्थ्य लागते.
नहुष स्वर्गाचा राजा झाला तरी भुजंगत्व पावला. लोक वारीला येतात गप्पात रंगतात. मग एखादा म्हणतो आपण या साठी आलो का? चला पटकन दर्शन करू मग निवांत गप्पा मारू. म्हणजे दर्शन पटकन व गप्पा निवांत?
तू हे मन मीच करी...
एक साप अर्धे बेडूक गिळत असताना त्या बेडकाला जर समोर माशी दिसली तर ती तो खाण्याचा प्रयत्न करतो. त्याच्या हे लक्षातही येत नाही की, आपल्यालाही गिळले जातोय ! आपलेही तसेच आहे. आपल्यालाही क्षणा क्षणाला काळ गिळतोय. हे कुठे लक्षात येते? आपण वाढ दिवस साजरा करतो. आयुष्य घटत चालले हे आपल्या लक्षातही येत नाही.
यक्षाने युधिष्ठारास प्रश्न विचारला की, या जगात सर्वात आश्चर्य कारक गोष्ट कोणती?
तो म्हणाला माणूस क्षणा क्षणाला मृत्यूच्या दाढेत ओढल्या जातोय पण माणसाला हे कळत नाही, हे आश्चर्य आहे. क्रमशः.

सॅलड खा नि निरोगी रहा

ज्योतिर्मय साहित्य

सॅलड खाणे हे आरोग्यदायी जीवनशैलीसाठी अत्यंत महत्त्वाचे आहे. सॅलड केवळ वजन कमी करण्यासाठीच नाही, तर शरीराला आवश्यक पोषक तत्वे मिळवून देण्यासाठीही फायदेशीर ठरते.

सॅलड का खावे?

– पोषक तत्वांचा खजिना : कच्च्या भाज्या आणि फळांमधून जीवनसत्त्वे, खनिजे आणि अँटी-ऑक्सिडंट्स मुबलक प्रमाणात मिळतात.

– पचनशक्ती सुधारते : सॅलड मध्ये फायबर (तंतुमय पदार्थ) भरपूर असतात, ज्यामुळे बद्धकोष्ठतेचा त्रास कमी होतो आणि पचन संस्था सुधारते.

– वजन नियंत्रण : सॅलड खाल्ल्याने पोट भरल्या सारखे वाटते, ज्यामुळे आपण अतिरिक्त कॅलरी खाणे टाळतो. हे वजन कमी करण्यासाठी उत्तम आहे.

– पाण्याचे प्रमाण : काकडी, टोमॅटो यांसारख्या भाज्यात पाण्याचे प्रमाण जास्त असते, ज्यामुळे शरीर हायड्रेटेड राहते.

– त्वचा आणि केसांसाठी उत्तम : यातील अँटी-ऑक्सिडंट्समुळे त्वचा सतेज होते, केस गळणे कमी होते.

सॅलड मध्ये काय खावे?

– काकडी आणि टोमॅटो हे सॅलडचे मुख्य घटक आहेत.

– गाजर आणि बीट रक्तातील हिमोग्लोबिन वाढवण्यासाठी आणि डोळ्यांच्या आरोग्यासाठी उत्तम.

– कांदा चवीसाठी आणि पचनासाठी चांगला.

– कोबी किंवा लेट्युस फायबरसाठी यांचा वापर करावा.

– पालक किंवा मेथीची कोवळी पाने यांपासून लोह मिळवण्यासाठी.

– कोथिंबीर आणि पुदिना यांमुळे चव आणि फ्रेशनेस वाढवण्यासाठी.

– उकडलेले कडधान्यात मूग, मटकी किंवा चणे घ्यावे, यात प्रोटीन भरपूर असते.

– पनीर किंवा टोफू मध्ये प्रोटीन असते.

– उकडलेली अंडी किंवा चिकन मध्ये प्रोटीन असते.

– शेंगदाणे किंवा बदाम मध्ये कुरकुरीतपणा आणि प्रथिनांसाठी उपयुक्त.

– अंबाडीच्या बिया किंवा तीळ ओमेगा-३ साठी.

सॅलड खाताना घ्यायची काळजी

– सॅलडवर जास्त मीठ टाकणे टाळावे, त्याऐवजी लिंबू पिळावे.

– भाज्या वापरण्यापूर्वी त्या कोमट पाण्यात मीठ टाकून स्वच्छ धुवून घ्याव्यात.

– सॅलड जेवणाआधी किंवा जेवणासोबत खावे. रात्री उशिरा सॅलड खाणे काही लोकांना पचनास जड जाऊ शकते.

– सॅलड मध्ये मेयॉनीज किंवा जास्त क्रीम वापरणे टाळावे, कारण त्यामुळे कॅलरीज वाढतात.

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

आनंदामृत ....

विचारमंथन प्राचीन वाङ्मयाचे...

अपर्णा परांजपे, कात्रज पुणे
मो. 95030 45495

प्रस्तावना विषयाची ..

पुढे.....
■६ : घटकर्पर : नीतिकाव्य आणि तत्त्वचिंतन. व आत्मसंयम (योग्य वेळी मौन, योग्य वेळी कृती. आत्मसंयम म्हणजे दडपण नव्हे, संतुलन.)
■७. वेतालभट्ट : कूटनीती आणि तर्कशास्त्राशी संबंधित दंतकथात्मक व्यक्तिमत्त्व.
"वेताळ पंचविंशती" कथांशी संबद्ध परंपरा.
(अंतर्मनातील प्रश्नकर्ता वेताळ प्रश्न विचारतो – उत्तर दिल्यावर पुन्हा प्रश्न. ही शक्ती आपल्याला आत्मचिंतनात पुढे नेत राहते.)
■८. शंकु : वास्तुशास्त्र आणि मापनशास्त्र.
(जीवनरचनेची कला आपले ध्येय, वेळ, नाती - यांची सुयोग्य रचना. अस्ताव्यस्त जीवनात शांतता येत नाही.)
■९. क्षपणक : तत्त्वज्ञान आणि ज्योतिषाशी संबंधित उल्लेख. (वैराग्य व अंतर्मुक्ती जगात राहूनही जगाशी आसक्त न होणे.) हीच खरी अंतर्गत स्वातंत्र्याची सुरुवात.
■ऐतिहासिक दृष्टिकोन
आधुनिक इतिहासकार म्हणतात: हे सर्व विद्वान एकाच काळात नसण्याची शक्यता जास्त आहे.
"नवरत्न" ही संकल्पना भारतीय राजदरबारातील आदर्श बौद्धिक वैभवाचे प्रतीक आहे.
जसे पुढे अकबर यांच्या दरबारातही "नवरत्न" संकल्पना दिसते.
आता आपण "नवरत्न = अंतर्मनातील नऊ शक्ती" या आध्यात्मिक दृष्टीने चिंतन करूया.
राजा विक्रमादित्याचा दरबार बाह्य इतिहास असू शकतो, पण त्याचे सूक्ष्म प्रतीक आपल्या अंतर्मनात आहे. "राजा" म्हणजे आत्मा, आणि "नवरत्न" म्हणजे त्याच्या सभोवती असलेल्या नऊ दिव्य शक्ती.
अंतर्मनातील विक्रमादित्य = साक्षी आत्मा
मन, बुद्धी, अहंकार यांच्या पलीकडे जो शांत साक्षी आहे – तोच आपल्या जीवनाचा खरा "राजा".
अंतर्मनातील नवरत्न
समग्र अर्थ
जेव्हा या नऊ शक्ती संतुलित होतात, तेव्हा अंतर्मनात "स्वर्णयुग" सुरू होते. बाहेर परिस्थिती बदलो वा न बदलो – अंतर्मनातील राज्य सुव्यवस्थित झाले की जीवन बदलते. क्रमश :.....

हॉस्पिटल चा एक अनुभव.....

ज्योतिर्मय साहित्य

एके दिवशी काय झालं, मी दुपारी जेवण करत असतांना, माझ्या डाव्या हातात खांद्यापासून ते मनगटापर्यंत काही सेकंदासाठी एक मोठी कळ आली. थोड्या वेळच परंतु खुप वेदना झाल्या. परत दोन तीन दिवसांनी असाच त्रास झाला. डावा हात दुखत असल्याने काळजी म्हणून आम्ही आमच्या फॅमिली डॉक्टर कडे गेलो.त्यांनी तपासणी केली व ई.सी.जी.काढला. त्यात त्यांना थोडी शंका आल्याने त्यांनी आम्हाला सह्याद्री हॉस्पिटल मध्ये जाण्याचा सल्ला दिला.त्याप्रमाणे आम्ही तातडीने तेथे गेलो.तेथे आपत्कालीन सेवेतील डॉक्टर व कर्मचारी उपस्थित होते. त्यांनी आमची फाईल बघितली,काय त्रास होतो म्हणून विचारले व लगेच मला स्टेचर वर घेतले.तातडीने ई.सी.जी. काढला. त्यामध्ये फारशी सुधारणा नव्हती. नंतर एक परिचारिका आली व तीने मला एकदम सहा गोळ्या खाण्यास दिल्या. लगेच दुसरा भिडू आला,त्याने माझा डावा हात पकडला,नस शोधू लागला व नस दिसताच खचकन सुई खुपसली व भडाभडा तीन ट्यूब मध्ये रक्त संकलन केले.काय तर म्हणे आम्हाला आता रक्ताच्या काही तपासण्या कराव्या लागतील. त्याचा रिपोर्ट उद्या येइपर्यंत पुढील चोवीस तास डॉक्टरांच्या देखरेखीखाली आ. सी.यु.मध्ये ऍडमिट व्हावे लागेल. कुठलीच दिरंगाई न करता तिसरा कर्मचारी आला व त्याने मला दवाखान्याचा गणवेश परिधान केला आणी डोळ्यांची पापणी लवते न लवते तोच माझी रवानगी एकदम आ.सी.यु.मधे करण्यात आली. आयुष्यात आतापर्यंत मी पहिल्यांदाच व तेही एकदम आ.सी.यु.मध्ये ऍडमिट झालो होतो.

आ.सी.यु.मध्ये जाताच तेथील डॉक्टरांनी मला तपासले व कर्मचारी वर्गाने औषधोपचार सुरु केले. दुसरे दिवशी सकाळी परत एकदा ई. सी.जी.काढण्यात आला.रिपोर्ट मध्ये थोडी सुधारणा होती व ब्लड रिपोर्ट ही नार्मल होते. दुपारी परत एक डॉक्टरांची टीम आली, त्यांनी मला तपासले, आपसात चर्चा केली व मला सांगितले की,उद्या आपण आणखी एक टेस्ट करणार आहोत तो पर्यंत आज रुम मध्ये शिफ्ट करु.येथुन सुटका होणार म्हणून मला जरा हायसे वाटले. शिफ्टिंगची प्रक्रिया सुरु होणार तोच एक टीम धाडकन माझ्या समोर आली व त्यांनी माझा एक्स.रे काढला. संध्याकाळी जनरल वॉर्डात शिफ्ट करण्यात आले.एक्स.रे रिपोर्ट ही नार्मल होता. सर्व रिपोर्ट नॉर्मल असतांनाही काही शंका नको म्हणून अँजिओग्राफी करण्याचा निर्णय झाला.

तिसरे दिवशी शस्त्रक्रिया साधारणपणे अकरा वाजता करण्याचे ठरले. सर्व फाईल ची छाननी झाली व लक्षात आले की टु.डी. इको टेस्ट करावी लागेल. विलंब न करता ही टेस्ट झाली. अर्थात रिपोर्ट नॉर्मल. शेवटी अँजिओग्राफी करण्यासाठी ओ.टी.मध्ये दाखल झालो.मला डॉक्टरांनी विचारले, भीती वाटते का?मी म्हणालो नाही. डॉक्टर सोबत असतांना भीती कसली?शस्त्रक्रिया पार पडली व नंतर डॉक्टरांनी मला वय विचारले,मी त्र्याहत्तर म्हणालो.ते म्हणाले एकदम छान, रिपोर्ट नॉर्मल आहे. माझ्या व सर्वांच्या अपेक्षेप्रमाणे रिपोर्ट नॉर्मल आला.डॉक्टरांनी रिपोर्ट नॉर्मल सांगितल्यानंतर मी जेंव्हा बाहेर आलो तेंव्हा माझ्या तोंडातून आपोआपच जय श्रीराम, जय श्रीराम असे शब्द बाहेर पडले. ही परिक्षा उत्तीर्ण झाल्याचा आनंद चेह-यावर स्पष्ट पणे दिसत होता.जर मी या परिक्षेत नापास झालो असतो तर पुढील दोन कठीण परिक्षा अँजिओप्लास्टी किंवा बायपास यांना मला सामोरे जावे लागले असते. कारण अँजिओग्राफी, अँजिओप्लास्टी, बायपास हा क्रम बहुतेक सर्व दवाखान्यात दिसुन येतो.माझ्या माहिती प्रमाणे अँजिओग्राफी झालेल्या रुग्णापैकी

साठ ते सत्तर टक्के रुग्णांना अँजिओप्लास्टी किंवा बायपास करावी लागते.

रिपोर्ट नॉर्मल असल्याने साहजिकच घरी जाण्याची परवानगी मिळणार होती. त्यानंतर शेवटचा अंक सुरु होतो, तो म्हणजे डिस्चार्ज देणे. ही प्रक्रिया साधारणपणे

प्रमोद दसरे
पुणे

संध्याकाळी सहा वाजता सुरु झाली. इंशुरन्स असल्याने हॉस्पिटल व इंशुरन्स कंपनी यांचे अंतिम बिलाबाबत एकमत होत नव्हते.दोघेही एकमेकांकडे बोट दाखवत होते,उणीवा काढत होते. त्यामुळे रुग्ण व त्याचे नातलग यांची ससे होलपट होते व ते वैतागून जातात, याची खंत ना हॉस्पिटल ला ना कंपनीला.शेवटी कुठलाही निर्णय होत नसतांना रात्री सव्वा अकरा वाजता डिस्चार्ज घ्यावा लागला व आम्ही यातून सुटका करून घेतली. पाच ते सहा तास त्याकरिता खोळंबा झाला. त्यामुळे एक गोष्ट लक्षात आली की एकवेळ दवाखान्यात ऍडमिट होणे सोपे आहे परंतु डिस्चार्ज मिळणे अतिशय अवघड आहे. थोडक्यात काय तर चक्रव्यूह भेदून आत जाणे सोपे तर बाहेर पडणे कठीण याचा अनुभव आला.या अनुभवातून मला ज्या काही गोष्टी लक्षात आल्या त्याकडे दुर्लक्ष करता येणार नाही.

१) ऍडमिट होतांना डॉक्टर पहिला प्रश्न विचारतात, इंशुरन्स आहे का? उत्तर होय असेल तर हॉस्पिटल ला अव्वाच्या सव्वा बिल करण्याची मुभा आपोआपच मिळते.

२) अँजिओग्राफी करण्याचे दर हे पेशंट च्या कॅटेगरी प्रमाणे वेगवेगळे आहेत. रुग्ण हा जनरल वार्डात आहे किंवा स्पेशल रुम मध्ये आहे वा डिलक्स रुम मध्ये आहे त्यानुसार हॉस्पिटल चे दर निश्चित केले जातात.हे एक प्रकारे चूकच आहे. रुग्ण कुठल्याही वर्गवारीचा असला तरी त्याची शस्त्रक्रिया दुसरा तिसरा कोणी नाही तर शेवटी डॉक्टर च करणार व त्याच काळजीने करणार,मग ही तफावत का?

३) आपले पंतप्रधान मा. नरेंद्र मोदींनी सत्तर वर्षापेक्षा जास्त वय असलेल्या सर्व वयोवृद्ध व्यक्तींना एक विशेष योजना सुरु केली आहे. या योजने अंतर्गत प्रत्येक कार्ड धारकाला एका आर्थिक वर्षात पाच लाखापर्यंत मोफत उपचार मिळण्याची तरतूद आहे. परंतु ही योजना आमच्याकडे नाही असे म्हणून हॉस्पिटल वाले सरळ हात वर करतात. त्यामुळे रुग्णांना व त्यांच्या नातलगांना मानसिक व आर्थिक त्रास सहन करावा लागतो. मग या योजनेचा काय उपयोग असा सवाल मनात येतो. या सारखे अनेक प्रश्न आज आपल्याला सार्वजनिक जीवनात भेडसावत आहेत. जसे की सण, उत्सवाच्या काळात खाजगी ट्रॅव्हल्स कंपन्या प्रवाशांकडून दुप्पट तिप्पट भाडे वसुल करतात.खाजगी शाळेत लाखो रुपये फीस तर घेतातच व परत दर वर्षी दहा टक्के फीस वाढवतात.ही एक प्रकारे लूटच आहे असा प्रश्न सर्व सामान्यांना पडत असेल तर त्यात नवल काय. बघा. याकरिता संबंधितांनी याकडे लक्ष द्यावे व यावर मार्ग काढावा ही किमान अपेक्षा करणे चुकीचे नाही असे वाटते. नसता जनतेलाच आवाज उठवावा लागेल, आंदोलन करावे लागेल, त्याशिवाय हे प्रश्न सुटणार नाही, हे मात्र नक्की.

हे लिहीत असतांना मला काही जुन्या म्हणी आठवल्या.

घर पहावे बांधून व लग्न पहावे करुन.

शहाण्याने कोर्टाची पायरी चढू नये.

आता मला असे म्हणायचं आहे की

''दुर्दैवाने कुणालाही आ. सी.यु.मध्ये ऍडमिट करण्याची वेळ येऊ नये''.

***

कु श्रेयस भोंगाळे याचा राज्यस्तरीय साहित्य संमेलनात काव्यवाचनासाठी सन्मान

ज्योतिर्मय साहित्य

फलटण : मराठी राजभाषा दिनाचे औचित्य साधून २७ फेब्रुवारी रोजी फलटण येथील नवलबाई मंगल कार्यालय येथे ॲग्रो न्यूज परिवार तर्फे ९ वे धर्मरक्षक छत्रपती संभाजी महाराज राज्यस्तरीय साहित्य संमेलन आयोजित करण्यात आले होते साहित्य संमेलनाला श्री शनैश्वर संस्थान सोळशीचे मठाधिपती नंदगिरी महाराज प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते तसेच ज्येष्ठ साहित्यिक श्री जगन्नाथ शिंदे हे उपस्थित होते यावेळी कु श्रेयस भोंगाळे यांनी आई या विषयावर कविता सादर केल्या बद्दल त्याचा मान्यवरांच्या हस्ते सन्मानचिन्ह व सन्मानपत्र देऊन गौरव करण्यात आला यावेळी साहित्य संमेलन अध्यक्ष कथाकार कादंबरीकार श्री विजयजी काकडे ज्येष्ठ पत्रकार श्री अरविंदजी मेहता माझे कविताचे गाव जकातवाडीचे संकल्पनाकार तसेच कवि संमेलनाचे अध्यक्ष श्री प्रल्हाद पार्टे निवृत्त उप पोलिस निरीक्षक श्री गुंजवटे साहेब संमेलनाचे आयोजक श्री प्रकाश सस्ते आदि मान्यवर उपस्थित होते. याबद्दल सर्वांनी कु. श्रेयस भोंगाळे याचे अभिनंदन केले

वृक्षवल्ली आम्हा सोयरी (ललित)

.... काल सायंकाळी फिरायला म्हणून बाहेर पडले. आणि...!

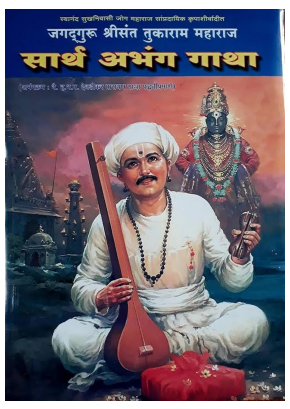
वृक्षवल्ली आम्हा सोयरी वनचरे।
पक्षी ही सुस्वरे आळविती ।।धृ।।
येण सुखे रुचे एकांताचा वास।
नाही गुणदोष अंगा येत ।।१।।
आकाश मंडप पृथिवी आसन।
रमे तेथे मन क्रिडा करी ।।२।।
कंथा, कमंडलू देह उपचारा
जाणवितो वारा अवसरु ।।३।।
हरिकथा भोजन परवडी विस्तार।
करोनि प्रकार सेवु रुची ।।४।।
तुका म्हणे होय मनासी संवादु ।
आपलासी वाद आपणासी ।।५।।

प्रथम जगद्गुरू संत तुकाराम महाराज यांच्या चरणी नतमस्तक होऊन साष्टांग दंडवत.

सतराव्या शतकातील एक मराठी लेखक भारतातील महाराष्ट्रातील भक्ती चळवळीतील एक थोर संत. तुकाराम महाराजांच्या तुकाराम गाथेतील बहुतेक अनेक अभंग आपण सर्वांनाच माहित आहेत. वृक्ष वल्ली आम्हा, कन्या सासुराशी जाये, जे का रंजले गांजले, सुंदर ते ध्यान उभे विटेवरी, तुळशीचे हार, असे अनेक अभंग आपल्या जीवनाचा अविभाज्य घटक आहेत असे मला वाटते.

अभंग गाथा ग्रंथातील अभंग क्रमांक ११७५, वृक्ष वल्ली आम्हा सोयरी वनचरे, हे एक चरण गुण गुणत अर्थ समजून घेताना भारावून गेले. आणि मला मिळालेली प्रेरणेला शब्द बध्द करण्याचा एक छोटासा प्रयत्न.

काल सायंकाळी सोसायटीच्या मागे असणाऱ्या शेताच्या सभोवताली फिरायला म्हणून गेले. बाजूच्या पडिक जमिनित असलेल्या सागवानाची झाडे, त्याची काही वाळलेली, काही जीर्ण झालेली पाने आणि झाडांच्या शेंड्यात पडलेले मावळतीचे ते ऊन अन् पानगळ झालेल्या झाडांवर नविन फुटून आलेली पालवी मनाला भुरळ घालत होती. सूर्याच्या किरणांचे विविध रंग त्यावर जणू स्तब्ध पहुडले होते. किती सुंदर !! निसर्गाची रंगपंचमी आहे असे वाटत होते. आणि मग सहजच तुकाराम महाराजांच्या अभंगातील वृक्ष वल्ली आम्हा सोयरी... हे चरण ओठांवर थबकले.



नजरेतील आश्चर्य आणि ओठांवरील ओळी दोन्हींचा मेळ मनातील कुतुहल वाढवत होते. अन् मनात आले, हे वृक्ष त्यागाचा भावनेने स्वतः उन्हात उभे राहतात. इतरांना सावली देतात. यांची फळे फुले ही दुसऱ्यांसाठीच असतात. असे त्यागमय जीवन जगणारे वृक्ष एखाद्या सदपुरुषासारखे भासतात. या वृक्षरुपी सत्पुरुषांचे सानिध्य अबाल वृद्धांना सामान्य जणांना लाभते. अशा परोपकारी वृक्षांसाठी आपण काय करतो? मागच्या आठवड्यात बाईकवरून येत होते. सायंकाळची वेळ होती. आणि सहज नजर गेली ती म्हणजे दूर डोंगरात लागलेल्या त्या वनव्याकडे अगोदर तुटक तुटक दिसणारी ती ओळ केंव्हा पूर्ण झाली ते सुद्धा कळले नाही. त्याच्या चुटचुटीचा आवाज अगदी मनापर्यंत भिडला. आणि एका क्षणाला खूप हळहळ वाटून गेली. त्याची कारणे अनेक आहेत असो!

मला असे वाटते की निसर्ग हा साहित्यिकांच्या जीवनात आणि साहित्यात अगदी या ऊन सावली प्रमाणे भासतो. कधी एखाद्या सुंदर अलंकारात तर कधी एखाद्या सुंदर उपमेत पण त्याच वेळी चंचल मन भुर्रकन उडून भरारी घेत, बेसुमार होत असलेल्या जंगल तोड, वणवा आणि ह्रास होत असलेली जंगले,जमिनीची धूप, अशा विविध कारणांमध्ये हरवते.

हिवाळ्याचा कालावधी संपून काहीच दिवस झाले पण वाढत्या उष्णतेचा परिणाम आत्ता तर हिवाळा.. अजून दोन महिने कसे जायचे.हा विचार घेऊन विचारमग्न झाले.

प्रसार माध्यमांच्या द्वारे समोर आलेल पृथ्वीचे एक भयानक असे चित्र अन् कोवळ्या पानावर विसावलेले मन उद्वेगाने भडकले, अन् भविष्यातील चिंतेचे काळेभोर ढग सभोवताली पिंगा घालू लागले. कुठेतरी हे थांबायला हवे.आपणच आपल्यापासून सुरुवात करायला हवी आहे. वृक्ष संवर्धन संरक्षण जतन करणे हे माझे कर्तव्य आहेआणि ते मी पार पडणारच ज्या तुकाराम महाराजांचे सोयरे असणारे हे वृक्ष अन् पक्षांचा मृदू चिवचिवाट हे संगीत मनाच्या विलक्षण सौंदर्याचा अनुभव देते. तरू वेली पशू पक्षी आपले नातेवाईक कुटुंब आहे. आपल्या कुटुंबातील व्यक्तींना समजून घेऊन आपण वागले पाहिजे. आणि आपण आपल्यासाठीच प्रयत्न करायला हवेत. असे मला वाटते.काहीतरी चांगले काम केल्याचे जे समाधान आयुष्याच्या शेवटापर्यंत आनंदाभुव देत राहील. अन् ज्ञानेश्वरांनी वर्णन केल्याप्रमाणे

सौ.वैशाली चंद्रकांत महाडिक.
श्री क्षेत्र निनाम-सातारा
सं. क्र.-९७६७४३७९२३

मोगरा फुलला, मोगरा फुलला
फुले वेचिता बहरू कळीयाशी आला

या सारख्या वाक्यातून पुनर्निर्माणची प्रेरणा मिळाल्याशिवाय राहणार नाही.

अन् हलकेच ओठांवर आले.
वृक्ष संवर्धन / व्रत एक करू/
लावू एक तरू/ भविष्य ते//
वृक्षांची महती/कळणार कधी/
वेळ जाण्याआधी /संवर्धन//
पोकळ बोलणे /कर आता बंद /
झाडाचा तो छंद/ लागू दे रे//
अयोग्य असेल ते माझे क्षमस्व

***

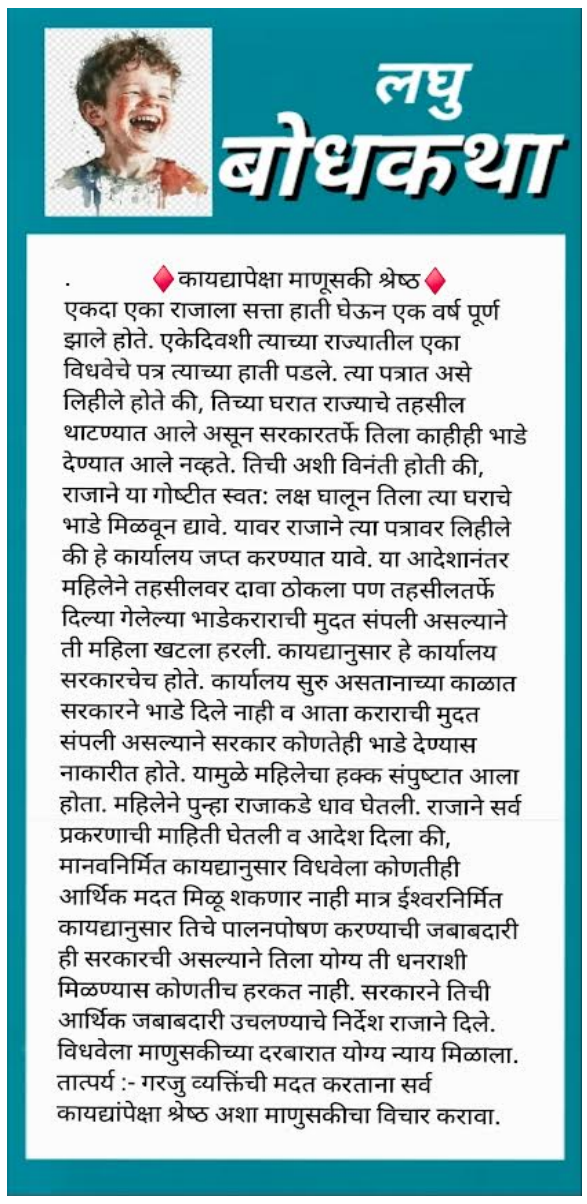
मूल मराठी लेखिका - उज्ज्वला केळकर
हिन्दी अनुवादिका - डॉ. मीना श्रीवास्तव

स्मृति का उत्तरीय

आगे.....

तभी, ११ - १२ वर्ष की लहँगा पहनी हुई एक लड़की इस असमंजस में कि आगे बढ़े या नहीं, आखिरकार हिचकिचाते हुए मेरे सामने आकर खड़ी हुई। उस समय, वह महात्मा गांधी, पंडित नेहरू या साने गुरुजी जैसे कोई बड़ा इंसान बनना चाहती थी। उसका एक और सपना था। वह अपने गाँव में एक भी भिखारी नहीं रहने देना चाहती थी। एक बार तो उसने एक भिखारी से पूछा भी था, "तुम तो अच्छे खासे हट्टे कट्टे दिखाई दे रहे हो| भीख किसलिए मांग रहे हो? कुछ काम करो न....."वह भिखारी बोला, "देखिये दीदी, मैं काम करने के लिए तैयार हूँ| लेकिन कोई भी मुझे काम पर नहीं रखता। मुझे कुष्ठ रोग है। यानी एक भयानक संक्रामक रोग| इस कारण मेरे खुद के घरवालों ने मुझे घर से निकाल दिया। मैं कोढ़ी हूँ, इसलिए कोई मुझे काम नहीं देता। जिन्दा रहने के लिए मुझे भीख माँगकर गुज़ारा करने के अलावा कोई चारा नहीं है। आप अपने पिताजी से पूछिए कि, क्या वे मुझे कोई काम देंगे?"

उसने एक बार मन को दृढ़ कर अपने पिता से यह सवाल पूछा था और बदले में उसके कानों पर उनका जोरदार तमाचा पड़ा था। धीरे-धीरे उसकी समझ बढ़ती गई। वह व्यावहारिक और और बुद्धिमान भी होती गई। अब उसे एहसास होने लगा कि सपने तो बस सपने ही होते हैं। वे कभी भी पूरे नहीं होते। अब वह एक शोधकर्ता, एक वैज्ञानिक, या कम से कम एक डॉक्टर तो भी बनना चाहती थी। लेकिन वह एक अध्यापिका बन गई। उसकी बुद्धिमत्ता ठीक ही थी, इसलिए वह औसत अंकों से उत्तीर्ण होती रहती, लेकिन खूब मन लगाकर पढाई करने के लिए जो लगन होती है, उसका उसमें अभाव था| फिर इस हालात में वह शोधकर्ता, वैज्ञानिक, डॉक्टर आदि कैसे बन पाती? क्रमशः.....



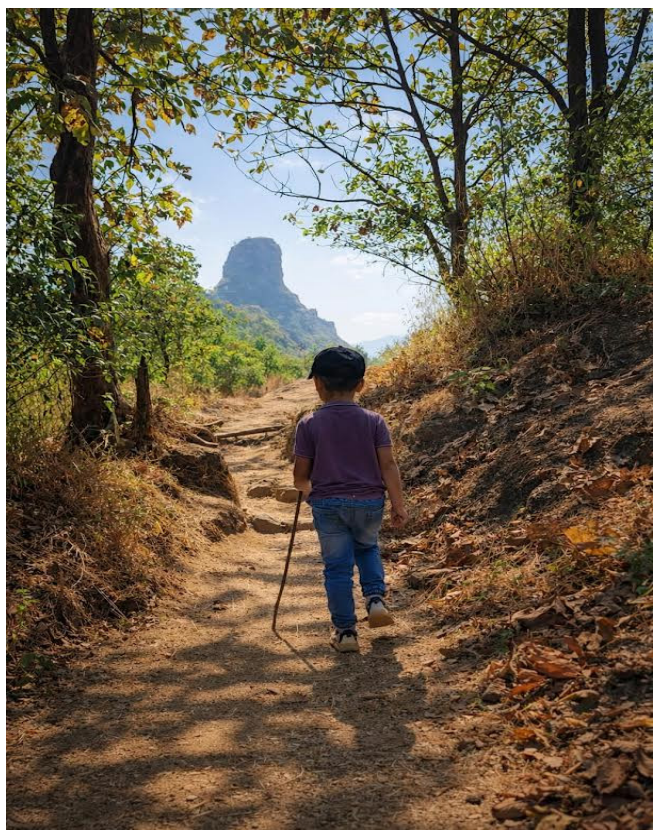
सह्याद्रीच्या कुशीतलं बालपण

ज्योतिर्मय साहित्य

बालपण – प्रत्येकाच्या आयुष्यातील एक सुंदर, निरागस आणि आनंदानं भरलेलं पर्व. आपण कितीही मोठे झालो तरी बालपण आठवलं की मन एखाद्या पक्ष्यासारखं त्या काळात भुर्रकन उडून जातं. तो एक काळ होता, जेव्हा आयुष्य अगदी सोपं आणि सुंदर वाटायचं. भविष्याची चिंता नव्हती की अपेक्षांचं ओझं नव्हतं. छोट्या छोट्या गोष्टींतदेखील आनंद मिळायचा. रुसवा फुगवा दूर करायला दोन बोटांची जुळणी पुरेशी असायची. वाढत्या जबाबदाऱ्या, कामाचा ताण आणि शहराच्या गर्दीत ते बालपण कधी हरवलं, कुठे हरवलं कळलंच नाही.

जेव्हा माझ्या मुलाच्या डोळ्यांत मी स्वतःला पाहू लागलो – त्याचे प्रश्न, त्याची उत्सुकता आणि आयुष्याकडे बघण्याचा निरागस दृष्टिकोन – तेव्हा जाणवलं की बालपण अजून जिवंत आहे. ते हरवलं नाही, फक्त झाकलं गेलंय – जबाबदारीच्या धुळीत, काळाच्या धुक्यात. मग एक गोष्ट मनाशी पक्की केली – आपण दोघांनी मिळून हरवलेलं बालपण पुन्हा शोधायचं. आणि त्यातून सुरु झाली आमची आडवाटांवरच्या दुर्गपंढरीची वारी! पवनमावळातल्या एका छोट्याश्या किल्ल्यापासून सुरु झालेला आमचा हा प्रवास सह्याद्रीच्या दऱ्याखोऱ्यातील अनोखी क्षितिजं पार करतोय.

सह्याद्री म्हणजे केवळ पर्वतरांग नाही. ती आहे एक शिदोरी – निसर्गाची, संस्कृतीची आणि इतिहासाचीही. मला अजूनही आठवतंय, लहानपणी वडिलांसोबत केलेली सह्याद्रीच्या रानवाटांची भटकंती – भिजलेल्या मातीचा गंध, वाऱ्यावर डोलणारी गवताची पाती, पानांआडून डोकावणारी फुलं, ओहोळाचं संगीत आणि पक्ष्यांची कुजबुज. शाळा सुटल्याची घंटा झाली की रान मोकळं असायचं – कधी एखादा डोंगर तर कधी नदीचा काठ. त्यावेळचं सगळं आज धूसर होत चाललंय. पण आता मी ठरवलंय, आपल्या मुलालाही हीच भेट द्यायची आणि त्याचवेळी आपलं हरवलेलं बालपण पुन्हा अनुभवायचं.



निसर्गासारखी सुंदर, मनाला भिडणारी आणि अनुभवाने शिकवणारी दुसरी शाळा असूच शकत नाही. प्रत्येक सुट्टीचा दिवस हा आपल्या मुलासाठी एक नवीन अनुभव, एक नवीन शिकवण घेऊन यावा अशी माझी इच्छा असते. सुट्टीचा दिवस उजाडला की डोंगरदऱ्यांच्या कुशीत, वनराईच्या सहवासात, पक्षांच्या किलबिलाटात आणि निर्झराच्या आल्हाददायक वातावरणात आमची शाळा भरते. जिथे पाठीवर दप्तराचं ओझं नसतं, छडीचा मार नसतो, कुणाशी स्पर्धा नसते की परीक्षेची भीती नसते. असतो तो स्वछंद विहार. इथे झाडांची पानं पुस्तक बनतात, वाऱ्याचा आवाज धडे शिकवतो आणि झऱ्याचं पाणी गाणी गातं. इथला प्रत्येक घटक वाटेवरचं धुकं, मातीचा गंध, वाऱ्याचा स्पर्श आपल्या कृतीतून काही ना काही शिकवण देत असतो.

मंगेश दौंडकर,
पुणे, मो.- 9890619354

माझा मुलगा वयाने जरी लहान असला तरी वाटेत दिसणारी प्रत्येक गोष्ट जाणून घेण्याचं त्याचं कुतूहल आणि चौकसपणा आम्हाला बऱ्याचदा निरुत्तर करून सोडतो. ''वाट कशी तयार होते?'', ''झाडं आपापसात बोलतात का?'', ''धबधब्याचं पाणी नेमकं येतं कुठून?'' – त्याच्या या प्रश्नांची उत्तरं कुठल्या पाठ्यपुस्तकातही लिहिलेली नसतात. सांगण्याचं तात्पर्य मुलांना असे प्रश्न हे पडायलाच हवेत. शिक्षण हे मुक्त असावं, बंदिस्त नसावं. ते निसर्गाशी जोडलेलं असावं.

एखाद्या गोष्टीला जाणून घेण्याची त्याची ओढ, रानवाटांवरील जिवंत क्षणांना अनुभवण्याची तरल सौंदर्यदृष्टी, निसर्गाच्या लयीत एकरूप होऊन संवाद साधणारी कोवळ्या मनाची स्पंदने आणि हे सगळं अनुभवल्यानंतर त्या बालमनावर उमटणारं हसू, हा माझ्या आयुष्यातील एक सुवर्णक्षण असतो. त्याच्यासोबत रानवाटांची पायपीट करता करता मला हळूहळू हे जाणवू लागतं की मी त्याच्या नव्हे, माझ्याच बालपणात परत चाललो आहे. त्याचं बाबा, बाबा ऐकता ऐकता मला माझा लहानपणीचा बाबा आठवू लागतो आणि आपली मातीशी जोडलेली नाळ अधिकच घट्ट झाल्याची अनुभूती मिळते.

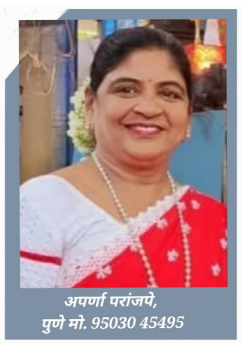
दिवस सरले, माणसं शहराकडे वळली आणि एकेकाळी गावाकडे मोकळ्या रानात हुंदडणारं रम्य बालपण आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या युगात कैद झालं. परंतु आजही आम्ही सह्याद्रीच्या त्या वाटेने जातो तेव्हा जाणवतं – आपण जरी बदललो तरी निसर्गाची आपल्यावरची छाया तशीच आहे. दिवस बदलले, पिढ्या बदलल्या... पण, निसर्गाशी नातं अजूनही तसंच आहे.

सर्व धर्मान परित्यज्य मामेकम् शरणम् ब्रज

ज्योतिर्मय साहित्य

परमात्म्याची ही आज्ञा शिरसावंद्य मानणारा अर्जुनच खरा जिंकला हे सत्य हृदयात भिनायला हवे. ही गोष्ट का पचत नाही तर बुध्दी आपला कल्पनाविलास कसा बरोबर आहे व आपल्या कसा फायद्याचा आहे हे सतत बिंबवत असते. व आपला अहम् तेच खरे मानत असतो हीच खरी चूक आहे. आपली बुद्धी ही या जगात आपल्याला सिध्द करण्यासाठी निश्चित कारणीभूत आहे. पण हृदयस्थ परमात्म्याला ते रुचतेय की नाही हयाचे संकेत हृदय देतच असते (जशी बुध्दी सिध्द करत असते) बुध्दीला पटणारं या जगातील यशासाठी आवश्यक असतंच पण ते अंतिम सत्य नाही हे संकेत मानणे म्हणजे बुद्धी वर हृदयाचा विजय आहे. हृदयच आपला खरा साथीदार आहे ह्याचे व्यावहारिक उदाहरण पण आहे.

मेंदूस इजा झाली व आपण बेशुद्धावस्थेत गेलो तरीही आपण मृत घोषित होत नाही. दिवसेंदिवस, महिनोन्महिने, वर्षानुवर्षे सुध्दा म्हणवतो पण आपले अस्तित्व संपले असे जाहीर होत नाही. उलट धडधाकट माणूस असला तरीही जर हृदय थांबले तर... तत्क्षणी दाराबाहेर गर्दी!! मग खरे साथीदार कोण? व कुणाची काळजी घ्यायला हवी? कुणाचे ऐकायला हवे? तर हृदयाचे म्हणजेच त्या चैतन्याचे जो आपला खरा हितचिंतक असतो. त्याला डावलतो कोण ? फक्त आपणच. यात इतरांचा संबंधच नसतो. हे ऐकणे आपली स्वतः ची खरी जबाबदारी असते. हेच गीतेत भगवंत अर्जुनास परोपरीने समजावतात (जसे ''अंतस्थ चैतन्य'' आपल्याला वेळोवेळी सूचना देतच असते)



अपर्णा परांजपे,
पुणे मो. 95030 45495

आपण आपल्या आतील चैतन्याचे संकेत ओळखून वागले की आपल्याच बुद्धीला ते पटत नाही. तरीही स्थिर राहून अढळ निष्ठा ठेवून खरा निर्णय घेतला की आपण कर्मबंधनातून मुक्त होतो. उरलेली सगळी चिंता आता त्या परमात्म्याची असते.

तो परमपिता सर्वशक्तिमान आहे तर मग आपण का विनाकारण भार वहायचा हे पटते व परमशांतीचा लाभ होतो हे निश्चित!!

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय
भगवंत हृदयस्थ आहे!!

आरेंजसिटीत चुडाराम बल्हारपुरे पद्मगंधा उत्कृष्ट नाट्यलेखन पुरस्काराने सन्मानित

महापूजा या महानाट्यास पुरस्कार प्रदान

ज्योतिर्मय साहित्य

गडचिरोली : श्रीमंत बाबुराव धनवटे सभागृह, व्होकार्ट हॉस्पिटल, नागपूर येथे दि. १ मार्चला झाडीपट्टीतील प्रसिद्ध नाटककार व साहित्यिक चुडाराम बल्हारपुरे यांचा सन्मान करण्यात आला.

सव्वीस वर्षाची साहित्यिक/ सांस्कृतिक परंपरा असलेल्या पद्मगंधा साहित्य प्रतिष्ठान नागपूर यांचे वतीने दरवर्षी साहित्यिकांकरीता राज्यस्तरीय उत्कृष्ट वांड्.मय स्पर्धा आयोजित करण्यात येते. व पुरस्कार प्राप्त साहित्यिकांना संस्थेच्या वार्षिक साहित्य संमेलनात उत्कृष्ट साहित्यिक पुरस्काराने सन्मानित करण्यात येते.

राज्य स्तरावर अत्यंत दर्जेदार व प्रतिष्ठेचा समजला जाणाऱ्या या पुरस्कारासाठी यावर्षी अनेक साहित्यिकांनी सहभाग नोंदविला होता. त्यात मराठी नाट्यवाड्.मय साहित्य प्रकारात नाटककार चुडाराम बल्हारपुरे यांच्या मधुश्री पुणे प्रकाशित व नाट्यश्री निर्मीत महापूजा अर्थात महासती सावित्री या महानाट्यास यंदाचा नाट्यलेखनाचा स्व. शकुंतला खोत उत्कृष्ट नाट्यलेखन पुरस्कार– २०२६ प्रदान करण्यात आला.

मराठी भाषा दिनाचे औचित्य साधून नागपूर येथील श्रीमंत बाबुराव धनवटे सभागृहात झालेल्या एशिया बुक ऑफ रेकॉर्ड

आणि इंडिया बुक ऑफ रेकॉर्ड ने सन्मानित, शुभांगी भडभडे संस्थापित पद्मगंधा साहित्य प्रतिष्ठानच्या २६ व्या साहित्य संमेलन – २०२६ तसेच पुरस्कार वितरण सोहळ्यात कार्यक्रमाचे अध्यक्ष ॲड. लखनसिंह कटरे, (विदर्भ प्रांत अध्यक्ष, अ. भा. साहित्य परिषद साहित्य भारती), डॉ. रंजन दारव्हेकर (ज्येष्ठ रंगकर्मी, लेखक व दिग्दर्शक), श्रीपाद अपराजित (निवासी संपादक, महाराष्ट्र टाइम्स, नागपूर) यांचे हस्ते सौ. प्रभाताई देऊस्कर (अध्यक्ष, पद्मगंधा प्रतिष्ठान), ज्येष्ठ साहित्यिक शंकरराव जाधव, संस्थेच्या सहसचिव स्वाती मोहरीर, रेणूका लिमसे, श्यामा देशपांडे, अलका मोकाशी, राधिका राजंदेकर, राधा जोशी इ. मान्यवरांच्या उपस्थितीत हा पुरस्कार प्रदान करण्यात आला. या पुरस्काराचे स्वरूप रोख रक्कम,आकर्षक सन्मानचिन्ह, सन्मानपत्र, व ग्रंथभेट असे आहे.

चुडाराम बल्हारपुरे यांना या वर्षी आरेंजसिटीत मिळालेला हा तिसरा पुरस्कार आहे तर राज्यस्तरावर मिळालेला हा सहावा पुरस्कार आहे. चुडाराम बल्हारपुरे यांच्या या यशाबद्दल झाडीपट्टीत सर्वत्र कौतुक होत असून प्रा.अरुण बुरे, योगेश गोहणे, रमेश निखारे, प्रा.डॉ.श्याम मोहरकर, प्रा.डॉ. जनबंधू मेश्राम, नाट्यश्रीचे दादा चुधरी, दिलीप मेश्राम, राजेंद्र जरुरकर, डॉ. दिपक चौधरी, प्रा. नवनीत देशमुख (साहित्यिक), मधुश्री प्रकाशनचे पराग लोणकर (प्रकाशक), इतर साहित्यिक व कलावंतांनी अभिनंदन केले आहे.

वसंतपंचमी रंगोत्सव

ज्योतिर्मय साहित्य

हर्षे रंगात न्हाऊ या
जीवनी आनंद भरु या
क्लेश, द्वेष, राग सोडुनी
वसंतपंचमी साजरी करु या.

आपल्या भारतीय संस्कृतीत वेगवेगळ्या सणोत्सवांचे अनन्य साधारण महत्त्व होते, असते, आहे म्हणूनच आपली भारतीय संस्कृती खूप महान आहे. प्रत्येक सणांमागे काही ना काही कथानक आहे, हेतू आहे, परंपरा आहे, त्यामुळे आपली भारतीय संस्कृती जगात महान ठरत आहे.

रंगपंचमी होळीच्या पाचव्या दिवशी येते, फाल्गुन कृषणपंचमीला साजरा होणारा हा रंगोत्सव महाराष्ट्र, मध्यप्रदेश, कोकण इ. ठिकाणी आनंदात साजरा केला जातो तसा तो आणखी काही ठिकाणी ही उत्साहाने साजरा होतो. कोरड्या गुलालाची उधळण करीत, एकमेकांना गुलाल लावून मैत्रीच्या, स्नेहाच्या, प्रेमळ शुभेच्छा देऊन या वसंतोत्सवाचे स्वागत करतात. राधाकृष्णाच्या दिव्य प्रेमाचे प्रतीक म्हणून ही याला महत्त्व दिले जाते. आज गोकुळात रंग खेळतो हरी, राधिके जरा जपून जा तुझ्या घरी। असा रासगरब्याचा दिव्य सोहळा हे सुद्धा रंगपंचमीचेच आनंदी सकारात्मकतेचे प्रतीक आहे.

आपले सण, आपले उत्सव हे आपल्याला फार प्रिय असतात, कारण त्या निमित्ताने आपण एकत्र येत असतो. फाल्गुन महिन्यात, कृष्ण पंचमीला, वसंत ऋतूत येणारी रंगपंचमी म्हणजे आनंदाचा नजराणा च. होलिकोत्सवाच्या पंचम दिनी रंगपंचमी येते. होलिकेच्या अहंकारी, दुष्ट प्रवृत्तीच्या दहनानंतर श्रद्धा, नीतीमत्ता,भक्तीचे प्रतीक असलेल्या प्रल्हादाला अग्निदेवतेने सुरक्षितपणे मुक्त केले, संरक्षण दिले आणि हे जाणवून दिले की नेहमीच कुप्रवृत्तीचा विनाश होतो, श्रद्धा भक्तीचा विजय होतो. आणि त्यामुळे होळीच्या दुसर्या दिवशी धुळवड, म्हणजे होळीची राख तिलक लावला जातो, त्या विस्तवावर पाणी तापवून स्नान केले जाते, ती रक्षा घरात संरक्षक म्हणून ठेवली जाते. आता वेगवेगळ्या ठिकाणी वेगवेगळ्या पद्धती असतात. आम्ही लहानपणी तिथे तापवलेले पाणी, आणि रक्षा आणत असू.

वसंत बहरात रंगपंचमी साजरी केली जाते. हा एक सुंदरसा आनंदोत्सवच असतो. कारण होळी बरोबरच सर्व दुष्ट प्रवृत्तीची नकारात्मकता त्या अग्नित भस्मसात झालेली असते. त्यामुळे सर्व ठिकाणी आनंदाचे जल्लोषी वातावरण तयार झालेले असते. माणसे कृतघ्नता सोडून कृतज्ञतेकडे वळतात. जीवनात सकारात्मक दृष्टीने पहाण्याचा दृष्टिकोन वाढतो. धुलिवंदनापासून सुरु होणाऱ्या वसंतोत्सवात पंचम दिनी रंगपंचमी साजरी केली जाते. स्नेही वातावरणात विविध रंगाच्या उधळणीने हा रंगाविष्कार सोहळा खूप आकर्षणीय असतो.

द्वापारयुगापासून या खेळाला सुरुवात झाली. होलिकोत्सवात दुष्ट शक्तीचे दहन झाल्यावर ही प्रथा सुरु झाली अशा कथा आहेत, देवी देवताही कोरडा गुलाल उडवून सकारात्मक आनंदोत्सव साजरा

करीत होते.

बाळकृष्ण आपल्या सवंगड्यासोबत यमुनेकाठी, रानावनात खेळतांना उन्हातान्हात फिरताना पाणी उडवणे, रंगीत पाणी नैसर्गिक पाना, फुलांचे तयार करुन पपईच्या नळ्यांच्या पिचकारीने पाणी उडवून भिजवणे, उन्हाची काहिली पासून थंडावा मिळविण्यासाठी खेळ, गंमत म्हणून खेळत असत.

स्वप्नगंधा सतीश आंबेतकर
कला शिक्षिका, विरार मुंबई
मो. 97301 74088

(आम्ही ही लहानपणी वाड्यातील पपईच्या पोकळ दांड्यातून पाणी, पाना फुलांचे रंगीत पाणी उडवत असू.)

तर आपण रंगपंचमीचा उत्सव कोणत्या कारणात्सव साजरा केला ते पहात होतो. बहरलेल्या आम्रकुसुमांच्या सुगंधात न्हाऊन निघालेल्या वातावरणात असा रंगीबेरंगी खेळ कुणाला आवडणार नाही, सर्व लहानथोर मंडळीही थोडा वेळ कामे बाजूला सारून या हर्षोत्सवात सहभागी होतात.

हिंदू परंपरेनुसार दुष्ट प्रवृत्तीवर विजय, आणि वसंतोत्सवाच्या स्वागतार्ह, ज्याला अध्यात्मिक महत्त्व आहे असा रंगोत्सव साजरा करीत असत. पूर्वीच्या काळी नैसर्गिक पाने, फुले फळे यांचे रंग वापरत जे हानिकारक नव्हते.

मध्ययुगात संस्थानिक, राजे वगैरे हा सण मोठ्या प्रमाणात साजरा करीत असत. होळी, रंगपंचमी याला महत्वपूर्ण सण मानत असत.

होलिकोत्सवाची आख्यायिका सर्वांना माहीत आहेच .अहंकाराची राख आणि भक्तीचा शाश्वत विजय.

रंगपंचमीच्या रंगाविष्कारातून सुंदर जीवनाचा साक्षात्कार घडतो. सस्नेह भावना वाढीस लागते, अहंकार कमी होतो, सहकार्याची भावना वाढते. एकोपा, एकजुटीने रहाण्याचे सामर्थ्य लाभते. सुखदुःखे वाटणे, समस्यांचे निराकरण करणे, निर्णय घेणे, समुहाने राहणे असे सारे सद् विचारांचे फायदे मिळतात. मनातील कटुता पार कुठल्या कुठे पळून जाते. अंतर्मनात जाणिवांची देवाणघेवाण वाढते. जनमानसात ला भेदभाव नखळतपणे दूर होतो. सर्व च दृष्टिकोन व्यापक, सुवैचारिक बनतात. सर्व भेदभाव आपोआप च नाहीसे होतात. मांगल्याचे प्रतीक असलेला गुलाल हा अध्यात्म भाव जागृत करतो.

रंगोत्सव हा मानवाचा सर्वात जवळचा मित्र आहे, आपले सर्व जीवन रंगांच्या सौंदर्यावर अवलंबून आहे. आता याची व्यापक आणि सोदाहरण व्याख्या मी सध्या इथे देत नाही, पण रंग हा मानवी जीवनाचा जगण्याचा आत्मा आहे. रंगांशिवाय आपण राहूच शकत नाही. रंगपंचमी हा फक्त रंगाचा फसवणारा खेळ नाही तर तो आत्म्याचा अंतर्गत गाभा आहे, जीवनाचे सत्व आहे. आणि म्हणूनच आपल्या जीवनात हा शब्द आपण दिवसातून कितीतरी वेळा वापरतो विचार करा. आपले जीवन सुसह्य होण्यासाठी या सुंदर रंगाची आपल्याला आवश्यकता भासते. जीवनाच्या प्रत्येक टप्प्यावर आपल्याला रंगांची साथ असते, म्हणून तर आपण इतके सुंदर जगू शकतो. त्यामुळे आपले भेदभाव आपोआप नष्ट होतात. कोणत्याही प्रकारची सामंज्यसता निर्माण करण्याची क्षमता आपल्यात निर्माण होते.

मैत्रीचे नाते जुळते सुहृद भाव निर्माण होतात. चैतन्यस्फुर्तीने मानसिक तणाव ही सहज दूर होतात. समानतेची भावना दृढ होते, विकल्प दूर होतात, संकल्प सिद्धीस जातात.

आपण रंगाने हे जीवन सुंदर बनवू या, रंग पंचमीच्या निमित्ताने आपण निदान खाद्यपदार्थात तरी रासायनिक रंगाचा वापर नको करु या. नैसर्गिक रंग वापरुन रंगपंचमी साजरी करता येते. रंगाचा मानवी भावनांशी काय संबंध आहे याचे विश्लेषण मी नंतर करणारच आहे पण रंगपंचमी चा खरा अर्थ हा आहे की, आपल्या सर्व मानवजातीने आपली संस्कृती जपण्यासाठी, समृद्धी साठी आपल्या हिंदू सणांचे महत्त्व जाणून घ्यायला हवे. रंगांशिवाय जीवनाला अर्थ नाही

आपुल्या जीवनात रंग भरु या
रंग स्नेहाचे, रंग प्रेमाचे, रंग मायेचे,
वात्सल्याचे, मैत्रीचे, निष्ठेचे, भक्तीचे
सत्याचे, ममतेचे, एकतेचे, एकात्मतेचे
संस्काराचे, प्रतिभेचे, बंधुभाव,
नात्यांचे, सत्संगाचे, भक्तीचे, श्रद्धेचे लेऊनि
रंग सारे उधळण सर्वांवरी
त्या रंगात न्हाऊन रंगपंचमी खेळू घरोघरी
कटुता सारी सोडुनिया सद्भाव ठेवू हृदयांतरी
निसर्गाशी करीत मैत्री जागवू कृतज्ञता सारी
नवोर्मित रंगपंचमी करु या हर्षोन्मादे साजरी.

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