

साहित्यमय्या

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

☐ पुणे ☐ वर्ष २ रे ☐ अंक १०६ वा ☐ भारतीय सौर दिनांक १५ ज्येष्ठ शके १९४८, शुक्रवार दि.०५ जून २०२६ ☐ पाने ४ ☐ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

निसर्ग आपला, काळजीही आपलीच!

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

निसर्ग आपला आहे, आणि त्याची काळजी घेणे ही आपलीच जबाबदारी आहे। आपण जास्तीत जास्त झाडे लावून, पाण्याचा अपव्यय टाळून आणि प्लास्टिकचा वापर कमी करून पर्यावरणाचे रक्षण करू शकतो.छोटी पावले उचलूनही आपण मोठा बदल घडवून आणू शकतो

निसर्गाची काळजी घेणे हे केवळ एक कर्तव्य नसून, मानवाचे अस्तित्व टिकवून ठेवण्यासाठी काळाची गरज आहे. निसर्ग आपल्याला शुद्ध हवा, पाणी आणि अन्न देतो; त्यामुळे आपण सर्वांनी मिळून त्याचे रक्षण करणे आवश्यक आहे.

झाडे लावणे आणि जंगलांचे रक्षण करणे हे आपल्या पर्यावरणासाठी, शुद्ध हवेसाठी आणि हवामान बदलाच्या समस्येवर मात करण्यासाठी अत्यंत आवश्यक आहे. म्हणून प्रत्येकांनी

जास्तीत जास्त झाडे लावायला पाहिजे आणि आहे त्या जंगलांची किंवा झाडांची तोड थांबवायला पाहिजे.घराच्या किंवा परिसरातील मोकळ्या जागेत शक्य तितकी स्थानिक झाडे (उदा. वड, पिंपळ, कडुनिंब, आवळा) लावा.झाडे तोडण्यास विरोध करायला पाहिजे. आपल्या भागात होणारी अनधिकृत वृक्षतोड थांबवण्यासाठी ग्रामपंचायत किंवा स्थानिक वन विभागाकडे तक्रार नोंदवायला पाहिजे.

डिजिटल साधनांचा वापर वाढवून कागदाची बचत करावी, जेणेकरून झाडांची तोड कमी होईल.स्थानिक मोहिमांमध्ये सहभाग नोंदवावा. वृक्षारोपण मोहिमा राबवणाऱ्या स्थानिक सामाजिक संस्था किंवा हरित सेना यांच्या उपक्रमांमध्ये सक्रिय सहभाग घ्यावा.,झाडे लावणे एवढेच आपले कर्तव्य नसून लावलेल्या झाडांची निगा राखणे हे देखील तितकेच महत्वाचे आहे.झाडांची निगा राखणे हे आपले सर्वांचे अत्यंत महत्वाचे कर्तव्य आहे. झाडे आपल्याला शुद्ध प्राणवायू, सावली, फळे आणि औषधे देतात. ती केवळ पर्यावरण संवर्धन करत नाहीत, तर आपले आरोग्यही सुधारतात.

निसर्गाचा समतोल राखण्यासाठी पाण्याची बचत करणे अत्यंत आवश्यक आहे. पृथ्वीवरील सर्व सजीव, वनस्पती आणि मानवाचे जीवन पाण्यावर अवलंबून आहे. गोड्या पाण्याचे साठे मर्यादित आहेत आणि पाण्याचा अपव्यय टाळून आपण पर्यावरण, जैवविविधता आणि भविष्यातील पिढ्यांचे रक्षण करू शकतो.यासाठी

पाण्याचा अपव्यय टाळावा नळ व्यवस्थित बंद करावे आणि शक्य असल्यास रेन वॉटर हार्वेस्टिंगचा (पावसाचे पाणी साठवणे) वापर करायला पाहिजे.

जंगलातील प्राणी, पक्षी आणि जलचर यांच्या अधिवासासाठी गोड्या पाण्याचे स्रोत टिकवून ठेवणे गरजेचे आहे. शेतीसाठी मुबलक पाणी उपलब्ध राहिल्याने अन्नधान्याचे उत्पादन व्यवस्थित होते भूजल पातळी कमी होत असल्याने, पाण्याचा साठा जपून वापरणे भावी काळासाठी अत्यंत गरजेचे आहे.पाणी उपसण्यासाठी आणि शुद्ध करण्यासाठी प्रचंड विजेची गरज असते. पाणी वाचवून आपण अप्रत्यक्षपणे ऊर्जा आणि कार्बन उत्सर्जन कमी करू शकतो.

निसर्गाचा समतोल राखण्यासाठी प्लास्टिकचा वापर टाळणे ही काळाची गरज आहे. अविघटनशील प्लास्टिक मातीची सुपीकता नष्ट करते, जलप्रदूषण वाढवते आणि प्राण्यांच्या जीवासाठी धोकादायक ठरते.प्लास्टिकचा वापर टाळावा प्लास्टिकच्या पिशव्यांऐवजी कापडी पिशव्या वापरा.

आपला व आजुबाजूचा परिसर स्वच्छ राखावा.कचऱ्याची योग्य विल्हेवाट लावावी.सभोवतालची स्वच्छता आणि पर्यावरण संरक्षण यांचा एकमेकांशी घनिष्ठ संबंध आहे.आपल्या परिसरातील कचऱ्याची योग्य विल्हेवाट लावल्याने प्रदूषण कमी होते आणि आरोग्यदायी जीवन जगण्यास मदत होते.

ओला आणि सुका कचरा नेहमी वेगवेगळा ठेवावा. ओल्या कचऱ्यापासून खत तयार होते, तर सुक्या कचऱ्याचा पुनर्वापर (रिसायकल) करता येतो।प्लॅस्टिकचा वापर टाळा: प्लॅस्टिक विघटन होत नसल्यामुळे ते पर्यावरणाला सर्वात जास्त हानी पोहोचवते। कापडी किंवा कापडी पिशव्यांचा वापर वाढवावा. सार्वजनिक स्वच्छता: सार्वजनिक ठिकाणी, रस्त्यांवर किंवा जलस्रोतांमध्ये कचरा टाकू नये यामुळे आजारांचा प्रसार रोखता येतो.

बाजारात जाताना नेहमी कापडाच्या, सुती किंवा जूटच्या पिशव्या सोबत ठेवाव्यात.पर्यायी वस्तूंचा वापर करावा. प्लास्टिकच्या ऐवजी बांबू, कागद, लाकूड किंवा मातीच्या वस्तूंचा वापर वाढवावा. घरात आधीच उपलब्ध असलेल्या प्लास्टिकच्या डब्यांचा आणि बाटल्यांचा पुन्हा वापर करावा. पाणी पिण्यासाठी किंवा अन्न साठवण्यासाठी प्लास्टिकऐवजी स्टील किंवा काचेच्या भांड्यांचा वापर करावा.

कचऱ्याचे व्यवस्थापन करावे.घरगुती व परिसरातील कचऱ्याचे योग्य व्यवस्थापन करण्यासाठी ओला आणि सुका कचरा नेहमी वेगळा ठेवावा. ओल्या कचऱ्यापासून घरच्या घरी खत बनवावे, सुक्या कचऱ्याचा पुनर्वापर करावा, आणि हानिकारक कचरा सुरक्षितपणे नगरपालिका/ग्रामपंचायतीच्या गाडीतच द्यावा. यामुळे आजार व प्रदूषण टळते.

निसर्ग आपला खरा मित्र आहे; जर आपण त्याची काळजी घेतली, तर तो आपल्याला आरोग्य आणि आनंद देईल. निसर्गाच्या सान्निध्यात राहिल्याने आपले शारीरिक आणि मानसिक आरोग्य सुधारते. झाडे, ताजी हवा आणि सूर्यप्रकाशामुळे तणाव कमी होतो आणि ऊर्जा मिळते.

पर्यावरणपुरक शिक्षणाचा समावेश अभ्यासक्रमात व्हावा

ज्योतिर्मय साहित्य आजची शिक्षणपद्धती ही

पर्यावरणपुरक नाही असं म्हटल्यास आतिशयोक्ती होणार नाही. त्याचं कारणही तसंच आहे. शिक्षण हे वाधिणीचं दूध आहे. ते बरोबर आहे. कारण ते पेल्यावर लोकं वाधिणीसारखं गुरगुरणार असं लोकांना वाटतं. पण त्यात तसूभरही सत्यता नाही. कारण अलिकडं लोकांनी शिक्षणाला वाधिणीचं नाही तर शेळीमेंढीचं दूध बनवलं आहे. जे प्राशन करताच मनुष्य शेळीमेंढीसारखा वागायला लागतो. मग कोणीही येवून त्याला गुलाम बनवून त्या लोकांना शेळीमेंढींसारखाच वापर करीत असतो.

माणसांच्या या शिक्षणपद्धीत ज्याप्रमाणे अशा वाद्याच्या गुरगुरण्याला महत्व आहे. तसेच महत्व पर्यावरणपुरक शिक्षणालाही आहे. आता लोकं म्हणतील की आम्ही पर्यावरण पुरक शिक्षण घेत नाहीत का? आमच्याही शिक्षणात पशूपक्षांना महत्व आहे. त्यांचा अभ्यास आम्ही करतो. आम्ही पृथ्वीचा अभ्यास करतो. आम्ही गाय दूध देते. हे अभ्यासतो. झाडं फळं देतात हेही अभ्यासतो. हा पर्यावरणाचा अभ्यास नाही का? होय हाही पर्यावरणाचाच अभ्यास आहे. पण महत्वाची गोष्ट अशी की या अभ्यासातून पर्यावरण वाचवा हा संदेश मिळत नाही. खरं तर आम्ही असे बोललो की आम्हाला लोकं वेड्यात काढल्याशिवाय राहणार नाही.

आम्ही भुगोल शिकतो. सा. विज्ञान शिकतो. भौतिकशास्त्र शिकतो. त्यातच पर्यावरणही शिकतो. कशांनं शिकतो तर त्याचं उत्तर येईल की पाठ्यपुस्तकांनं. आता पाठ्यपुस्तक कशी बनतात? असा प्रश्न



विचारल्यास काही चूप राहतील. काही हसतील व काहींकडून उत्तर येईल की कागदावर छपाई करून त्याला बाईडींग करून पाठ्यपुस्तक बनतात. मग विचारलं की कागद कसा बनतो? तर उत्तर येईल लाकडापासून. आता लाकूड कोणते? आता मात्र उत्तर बहुतेक येणारच नाही.

कागद तयार करताना शेकडो झाडांची हत्या केली जाते. त्या लाकडाचा किस काढला जातो तो किस भिजत टाकला जातो व त्यापासून लगदा तयार करून कागद तयार केला जातो. जे पर्यावरणपुरक नाही. आता लोक म्हणतील की झाडांचा उपयोग नाही केला तर पाठ्यपुस्तक तयार कशी होतील? अन् झाडांना जीव नाही. परंतू महान शास्रज्ञ जगदिशचंद्र बोस यांनी लाजाळूच्या पानावर १० मे १९०१ मध्ये एक प्रयोग करून सिद्ध केलं की

वनस्पतींलाही जीव आहे. त्या वनस्पतीच्या लाकडापासून किस काढतांना वा वनस्पतींचं लाकूड कापतांना वृक्षांची हत्या होतच असते.

अंकुश शिंगाडे नागपूर ९३७३३५९४५०

विशेष म्हणजे आम्ही आमचं जीवन जगण्यासाठी जे घटक अभ्यासातून शिकतो. त्यात मांस खाणे, अंडी खाणे, मासे खाणे ह्याही गोष्टींचा अभ्यासक्रमात समावेश होतो. समजा एखादी विहिर खोदण्याची कलाही आम्हाला अभ्यासातूनच शिकता येते. ज्या विहिर खोदण्यातून पृथ्वीला इजा होवून पृथ्वीची भुगर्भ साखळी बिघडते. त्यातच जागोजागी पृथ्वीला तडे जावून कुठं कुठं भुंकं

जागतिक पर्यावरण दिन : शाश्वत विकासासाठी पर्यावरण संरक्षणाचा नवा संकल्प

ज्योतिर्मय साहित्य

दरवर्षी ५ जून रोजी जगभरात साजरा होणारा जागतिक पर्यावरण दिन हा केवळ एक औपचारिक दिवस नसून पृथ्वीच्या भवितव्याचा गंभीरपणे विचार करण्याची संधी आहे. मानवी विकासाच्या झपाट्याने बदलणाऱ्या प्रवासात पर्यावरणाचे महत्त्व वारंवार अधोरेखित केले जात असले तरी प्रत्यक्ष कृतीच्या बाबतीत अजूनही मोठी तफावत दिसून येते. वाढते तापमान, अनियमित पर्जन्यमान, जैवविविधतेचा न्हास, प्रदूषण आणि नैसर्गिक संसाधनांचा वाढता न्हास ही केवळ पर्यावरणीय नव्हे तर सामाजिक आणि आर्थिक संकटांचीही लक्षणे आहेत. अशा परिस्थितीत शाश्वत विकासासाठी पर्यावरण संरक्षणाचा नवा संकल्प करण्याची गरज पूर्वीपेक्षा अधिक तीव्र झाली आहे.

पर्यावरण हा मानवाच्या जीवनाचा पाया आहे. स्वच्छ हवा, शुद्ध पाणी, सुपीक जमीन, जंगलसंपदा आणि जैवविविधता यांवरच मानवी अस्तित्त्व अवलंबून आहे. परंतु गेल्या काही दशकांमध्ये औद्योगिकीकरण, शहरीकरण आणि वाढत्या उपभोगवादी जीवनशैलीमुळे नैसर्गिक संसाधनांवर अभूतपूर्व दबाव निर्माण झाला आहे. आर्थिक प्रगतीच्या शर्यतीत पर्यावरणीय समतोलालाकडे दुर्लक्ष करण्यात आले आणि त्याचे परिणाम आता जगभर अनुभवास येत आहेत. हवामान बदल हे आजच्या काळातील सर्वात मोठे जागतिक आव्हान मानले जाते. पृथ्वीचे सरासरी तापमान सातत्याने वाढत असून त्याचे परिणाम विविध स्वरूपात दिसून येत आहेत. उष्णतेच्या लाटा, अतिवृष्टी, पूर, दुष्काळ, समुद्रपातळीत वाढ आणि चक्रीवादळांची तीव्रता वाढणे यांसारख्या घटना आता अपवाद राहिलेल्या नाहीत. या बदलांचा सर्वाधिक फटका विकसनशील देशांना आणि विशेषतः शेतीवर अवलंबून असलेल्या समाजघटकांना बसत आहे. भारतीय शेतीचे भविष्य हवामानाशी निगडित आहे. पावसाच्या अनिश्चिततेमुळे पीक



उत्पादनावर परिणाम होत आहे. काही भागांमध्ये दुष्काळी परिस्थिती तर काही ठिकाणी अवकाळी पाऊस आणि अतिवृष्टीमुळे पिकांचे मोठे नुकसान होत आहे. बदलत्या हवामानामुळे नवीन किडी आणि रोगांचा प्रादुर्भाव वाढत असून उत्पादन खर्चातही वाढ होत आहे. त्यामुळे पर्यावरण संवर्धनाचा प्रश्न केवळ निसर्ग संरक्षणापुरता मर्यादित न राहता अन्नसुरक्षा आणि ग्रामीण अर्थव्यवस्थेशी जोडला गेला आहे. पर्यावरणीय संकटाचा आणखी एक गंभीर पैलू म्हणजे जैवविविधतेचा न्हास. वनक्षेत्र कमी होणे, नैसर्गिक अधिवासांचा नाश आणि प्रदूषणामुळे अनेक वनस्पती व प्राणी प्रजाती धोक्यात आल्या आहेत. जैवविविधता ही केवळ पर्यावरणाची शोभा नसून परिसंस्थेच्या स्थैर्याचा आधार आहे. अन्न उत्पादन, परागीकरण, जलशुद्धीकरण आणि हवामान नियंत्रण यांसारख्या अनेक नैसर्गिक प्रक्रिया जैवविविधतेवर अवलंबून आहेत. त्यामुळे जैवविविधतेचे संरक्षण हे पर्यावरणीय तसेच आर्थिक दृष्ट्याही अत्यंत महत्वाचे आहे.

आज प्लास्टिक प्रदूषण ही जगासमोरील आणखी एक मोठी समस्या आहे. एकदाच वापरल्या जाणाऱ्या प्लास्टिक वस्तूंचा वाढता वापर नद्या, तलाव, समुद्र आणि जमिनीचे प्रदूषण वाढवत आहे. सूक्ष्म प्लास्टिक कण अन्नसाखळीत प्रवेश करून मानवी आरोग्यासाठीही धोका निर्माण करीत आहेत. प्लास्टिकचा वापर कमी करणे, पुनर्वापराला चालना देणे आणि पर्यावरणपूरक पर्याय स्वीकारणे ही काळाची गरज बनली आहे. शाश्वत विकासाची संकल्पना याच पारदर्भूमीवर अधिक महत्वाची ठरते. विकासाच्या प्रक्रियेत वर्तमान पिढीच्या गरजा पूर्ण करताना भावी पिढ्यांच्या हक्कांवर गदा येणार नाही याची काळजी घेणे म्हणजे शाश्वत

विकास होय. यासाठी नैसर्गिक संसाधनांचा विवेकपूर्ण वापर, अक्षय ऊर्जेचा प्रसार, जलसंधारण, वृक्षारोपण, सेंद्रिय शेती आणि कचरा व्यवस्थापन यांसारख्या उपाययोजनांना प्राधान्य देणे आवश्यक आहे.



भारतात पर्यावरण संवर्धनासाठी विविध योजना आणि उपक्रम राबविले जात आहेत. जलयुक्त शिवार, नमामी गंगे, हरित ऊर्जा प्रकल्प, स्वच्छ भारत अभियान आणि विविध वृक्षलागवड मोहिमा यामधून पर्यावरण संरक्षणाचे प्रयत्न सुरू आहेत. मात्र केवळ सरकारी योजनांवर अवलंबून राहून अपेक्षित परिणाम साध्य होणार नाहीत.

त्यासाठी जनसहभाग आणि सामाजिक बांधिलकी आवश्यक आहे. पर्यावरण संरक्षणाची सुरुवात प्रत्येक नागरिकाच्या दैनंदिन जीवनातून होऊ शकते. पाण्याची बचत, विजेचा मितव्ययी वापर, प्लास्टिकचा कमी वापर, कचऱ्याचे वर्गीकरण, सार्वजनिक वाहतुकीचा वापर, वृक्षारोपण आणि जैवविविधतेच्या संरक्षणासाठी स्थानिक स्तरावर सहभाग अशा छोट्या कृतींचा एकत्रित परिणाम मोठा असतो. पर्यावरणपूरक जीवनशैली ही आता पर्याय नसून आवश्यकता बनली आहे.

शैक्षणिक संस्था, स्वयंसेवी संस्था, उद्योग क्षेत्र आणि स्थानिक स्वराज्य संस्था यांचीदेखील पर्यावरण संरक्षणात महत्वाची भूमिका आहे. पर्यावरण शिक्षण, जनजागृती, संशोधन आणि तंत्रज्ञानाचा वापर यांद्वारे शाश्वत विकासाची उद्दिष्टे अधिक प्रभावीपणे साध्य करता येऊ शकतात. विशेषतः युवा पिढीमध्ये पर्यावरणाविषयी संवेदनशीलता निर्माण करणे ही भविष्यासाठीची मोठी गुंतवणूक ठरेल.

जागतिक पर्यावरण दिनाच्या निमित्ताने पर्यावरण संरक्षण हा केवळ घोषणांचा विषय न राहता कृतीचा कार्यक्रम बनला पाहिजे. विकास आणि पर्यावरण यांच्यातील समतोल राखणे हे आजच्या काळातील सर्वात मोठे आव्हान आहे. आर्थिक प्रगती, सामाजिक विकास आणि पर्यावरणीय संरक्षण या तिन्ही बाबींचा समन्वय साधल्याशिवाय शाश्वत विकासाची संकल्पना प्रत्यक्षात येऊ शकणार नाही.

आजची पिढी ज्या पृथ्वीचा वापर करीत आहे, ती पुढील पिढ्यांकडून घेतलेली उधारी आहे, ही जाणीव प्रत्येकाने ठेवणे आवश्यक आहे. म्हणूनच जागतिक पर्यावरण दिन हा केवळ उत्सव नसून आत्मपरीक्षणाचा दिवस आहे. निसर्गाशी सुसंवाद साधत पर्यावरण संरक्षणाचा नवा संकल्प करण्याची हीच योग्य वेळ आहे. कारण पर्यावरणाचे रक्षण म्हणजेच मानवजातीच्या सुरक्षित आणि समृद्ध भवितव्याचे रक्षण होय.

पर्यावरणाचे संवर्धन हीच शाश्वत विकासाची खरी गुरुकिल्ली आहे.



जात्यावरच्या ओव्या.....

मावेना मांडवात
बापाच्या फुईबहीणी
घेती पदर आवरून
महा दादाच्या विहीणी ||६७५||

मावेना मांडवात
मावसभावाचा गराडा
खुशाली विचारून
घसा पडला कोरडा ||६७६||

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ३७

ज्योतिर्मय साहित्य

या चक्रवाक पक्षांसाठी सूर्य ज्याप्रमाणे विरहातून मुक्तीचे कारण ठरतो, त्याप्रमाणेच भगवंत देखील आपल्या भक्तांसाठी धावून जातो आणि त्यांची संकटातून मुक्तता करतो. आपल्या संकटात जर भगवंत धावून यावा असे आपल्याला वाटत असेल तर आपल्याला त्याच्या भक्तीची ओढ लागली पाहिजे. आधीच्या श्लोकात समर्थानी सांगितल्याप्रमाणे आपण त्याची अनन्यभावाने भक्ती करायला हवी म्हणजे तो संकटप्रसंगी धावून आपली त्यातून सुटका करतो.

श्रीहरी हा भक्तवत्सल आहे.

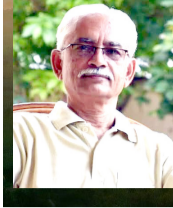
जसे भक्ताला भगवंताशिवाय होत नाही तसेच श्रीहरीला देखील आपल्या भक्ताची काळजी केल्याशिवाय चैन पडत नाही. जेव्हा भक्त एक पाऊल पुढे टाकतो तेव्हा परमेश्वर त्याच्यासाठी स्वतःहून चार पावले पुढे येतो. हरिभक्तीचा महिमा फार मोठा आहे आणि हा महिमा आपल्याला पावलोपावली म्हणजे सर्वत्र ऐकू येतो. त्याची निशाणी म्हणजे त्याचा डंका सर्वत्र वाजतो आहे. वेद, शास्त्र, पुराणे देखील त्याचीच महती गात आहेत.

ज्याप्रमाणे चक्रवाक

पक्षातील नर आणि मादी हे दोन जीव एकमेकांसाठी आसुरलेले असतात. त्याचप्रमाणे भक्त आणि भगवंत म्हणजे जीव आणि शिव. जीव शिवापासून म्हणजे आपल्या मूळ रूपापासून दूर गेला आहे. भगवंताची भेट म्हणजे जीवाचे शिवाशी मिलन. दुसऱ्या शब्दात सांगाये तर जन्म मरणाच्या फेऱ्यापासून मुक्ती. ईश्वराला मनापासून आवाहन केले



उगवतीचे रंग



विश्वास देशपांडे
चाळीसगाव
मो. ९४०३७४९३९२

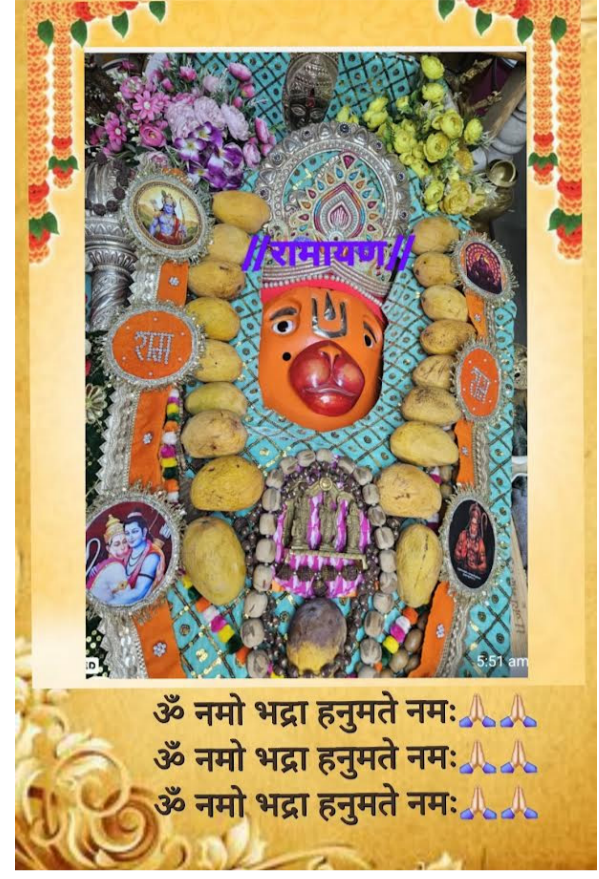
तर तो आपल्या हाकेला धावून येतो. ईश्वर म्हणजे या विश्वातील सूक्ष्म आणि सर्वव्यापी अदृश्य शक्ती. ही शक्ती आपल्याला मदत करण्यासाठी तत्पर असते. फक्त आपले आवाहन तिच्यापर्यंत पोहोचण्यासाठी खरी तळमळ हवी. २७ व्या श्लोकापासून तर या ३७ व्या श्लोकापर्यंतच्या एकूण अकरा श्लोकांमध्ये परमेश्वर आपल्या भक्ताची कधीही उपेक्षा करित नाही ही गोष्ट समर्थ आपल्या मनावर ठसवतात.

स्वसंवाद : १) चक्रवाक पक्षाला जशी सूर्याची ओढ असते तशी माझ्या मनात परमेश्वराची आर्त ओढ कधी निर्माण झाली आहे का ?

२) "जीवाचे शिवाशी मिलन" हेच जीवनाचे अंतिम ध्येय आहे. माझ्या दैनंदिन जगण्यात हे ध्येय मला दिसते का ?

३) हरिभक्तीचा डंका सर्वत्र वाजतो आहे. मला तो खरंच ऐकू येतो का की सांसारिक गोंगाटात तो माझ्यापर्यंत पोहोचतच नाही ?

(क्रमशः)



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

॥ संजय उवाच... ॥

@संजय काव्या पुणे 7743918559



संकट

आपल्यासमोर कितीही मोठे संकट आले तरी घाबरायचे नाही, कारण संकट ही आपली परीक्षा असते आपण त्याला कसे सामोरे जातो हे महत्वाचे. तुमचा आत्मविश्वास मजबूत असेल तर तुम्ही कोणत्याही संकटावर सहज मात कराल.



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

मुलगा आजारी पडला तर माणूस देवाला नवस करून त्याला जगवायचा प्रयत्न करू लागतो; 'जगला तर देवाला अर्पण करीन' म्हणतो. अर्पण करणार म्हणजे आपलेपणा सोडणार; मग तो आज मरण पावला तरी कुठे बिघडले ? मुलगा जगावा असे वाटते ते आमच्या सुखाकरिताच. एक दिवस हा जाणारच हे ज्योती खरे पटले, तो

नामात राहणे म्हणजे मरणातीत होणे

नाही देवाजवळ असे मागणार. जन्ममरणाच्या फेऱ्यातून सुटवि हे मागून घेण्यापेक्षा, मरण चुकवावे हे म्हणणे किती वाईट आहे ! खरा भक्त तोच, की ज्याला संताजवळ किंवा देवाजवळ काय मागावे हे बरोबर समजते. मरणाला जे कारण झाले ते चुकवावे. मरण येणार हे नक्की ठरलेलेच आहे; मग ते चांगले यावे असे नाही का वाटू ? ज्यानंतर पुन्हा जन्म नाही ते चांगले मरण. जो मरतो त्याचा आपण शोक करतो, 'देव आज लोपला' असे म्हणतो, ते आपल्या स्वार्थापोटीच. स्वतःला विसरणे, 'मी कोण' हे न जाणणे, हे मेल्याप्रमाणेच आहे. याकरिता, आलेली संधी वाया जाऊ देऊ नये. बुद्धी जोवर स्थिर आहे तोवर कार्य साधून घ्यावे. आजची बुद्धी उद्याला टिकत नाही असे आपले चालले आहे. संकल्पविकल्पांनी आपण बेजार होतो. तेव्हा, ज्या वासनेत आपला जन्म होतो ती वासनाच भगवंताच्या नामाने मारून टाकावी. नामात राहणे म्हणजेच वासना मारणे, म्हणजेच मरणातीत होणे. भगवंताचे होऊन राहणे हाच मरण टाळण्याचा खरा उपाय आहे. काळाचाही जो काळ, त्याला ओळखल्यावर मरणाची भीती कसली ! ज्ञानी नाही

मरणाची काळजी करीत. नुसते जिवंत राहणे हे काही खरे नव्हे. जगणे हे काहीतरी हेतूसाठी, ध्येयासाठी असावे. जगून भगवंताच्या अनुसंधानात राहावे. भाग्याचा दिवस तोच, की ज्या दिवशी नामस्मरणामध्ये देहाचा अंत झाला.

वास्तविक, आम्ही दररोज जगतो आणि मरतो. एकदा निजला आणि पुन्हा जागा नाही झाला की तेच मरण ! झोप हे एक प्रकारचे मरणच आहे. एवढ्याकरिता, झोपी जाताना नामस्मरण करीत करीत झोपी जावे, म्हणजे उठतानाही नामस्मरणातच जाग येईल. पण झोपेच्या वेळी नाम घेण्यासाठी, त्याचा अगोदर अभ्यास करणे जरूर आहे. जागृतीत अभ्यास केला नाही, तर झोपेच्या वेळी दुसरेच विचार येतील. नामस्मरण बाजूलाच राहिल, आणि भलत्याच विचारात पटकन झोप लागून जाईल. सदोदित नामस्मरण केले नाही तर ते अंतकाळी कसे येईल ? अभ्यास अगोदर केला नाही तर परीक्षेच्या वेळी तो कसा येईल ? तेव्हा नामस्मरणाच्या अभ्यासाला आजपासूनच सुरुवात करू या. 'आपुले मरण पाहिले म्या डोळा' म्हणजे माझ्या देखत वासना संपूर्ण क्षीण झाली हा अनुभव घेणे.



मधुकर बोरीकर,
पुणे

बुद्धी योग

पुढे अशा रितीने ज्ञानेश्वरी हा ग्रंथ निश्चितच या कलि युगाला अधःपतनापासून वाचविणारा महान ठेवा आहे. यात किंचितही शंका नाही. सिद्ध पुरुषांचे सामर्थ्य कसे असते हे जाणण्यासाठी नुकतेच आळंदी येथे केलेला एक प्रयोग लक्षात घेण्यासारखा आहे. काही लोकांना असे अनुभवास आले की ज्ञानेश्वर माऊलीची समाधी असणाऱ्या आळंदीच्या परिसरात कितीही लोक येवोत त्यांच्यात सद्भाव, भक्ती जागृत होते. विकारांना थोडासा लगाम लागतो. हे याच क्षेत्रात आल्यावर कसे काय घडते? हा प्रश्न पडला. काही लोकांनी वैज्ञानिक प्रयोग करून पहावे म्हणून अल्फा रेज चा संदेश टिपणारे उपकरण आणले आणि त्यांच्या हे लक्षात आले की, माऊली च्या समाधी स्थानापासून दहा किलोमीटर वर हवेत आणि 22 किलोमीटर रुंद परिसरात सर्वत्र अल्फा रे चा प्रभाव दिसून आला.

समाधी अवस्थेत जेव्हा योगी असतो, तेव्हा ही दिव्य किरणे त्याच्या मस्तकातून बाहेर प्रस्फुटीत होत असतात, आणि त्यांच्या संपर्कात जो कोणी येईल, त्याचा रजो गुण आणि तमोगुण कमी होऊन, सत्वगुण प्रभावशाली होऊ लागतो. माऊली समाधीस्थ होऊन आज साडेसातशे वर्षे झाली. आजही इतक्या प्रचंड प्रमाणात अल्फा रे चा वर्षाव समाधी स्थानातून बाहेर पडतो आहे. तर ज्यावेळेस माऊली प्रत्यक्ष देहानीशी हजर होते, त्यावेळेस त्यांचा प्रभाव किती दूरपर्यंत जात असेल? ज्ञानेश्वरीत दिलेले दिव्य प्रयोग हे गुरुच्या मुखातून त्यांच्या आज्ञेने प्रत्येकाने कसोशीने करावेत व स्वतः विकसित होण्या सोबतच अवती भवतीचा संपूर्ण परिसर सत्व गुण प्रधान करून या देशाला सुजलाम सुफलाम करण्याकडे वळावे ही इच्छा व्यक्त करून हा भाग इथेच संपवितो.



आरोग्य संजीवनी

आपले दांत

ज्योतिर्मय साहित्य

चेहेऱ्याचे सौंदर्य व पाचन क्रिया संबंधी म्हणून दातांचा घनिष्ठ संबंध आहे. दांत हे जात्याचे काम करतात. सूळे हे खाद्याचे तुकडे करतात. दाढा ते अन्न बारीक करतानाच लाळ उत्पन्न होते. तिच्या मदतीने कार्बोहायड्रेट वस्तूचे पचन होते असे अन्न पृष्कळ वेळ चर्वणाने पृष्कळ, लाळ निर्माण होऊन कार्बो हायड्रेट लाळेने पचून बारीक झालेले प्रोटीन, आमाशयात यकृताच्या सहकार्याने आतड्यात व्यवस्थित व लवकर पचन होते. पण दांत असूनही न चावता अन्न तसेच वा अर्धवट चाऊन नुसते गिळले तर लाळ, पाचक रस निर्माण होत नाही व पुढे अन्न तसेच पोटात सडून अनेक विकारच निर्माण करतात. मग अशावेळी अन्न चाऊन चाऊन खाल्ले तरी त्या अन्नपदार्थचे पचन होत नाही.

मग अशावेळी रूग्णाने/स्वतः केवळ आम्लधर्मी फळेच खावीत.. यावरून उत्तम स्वास्थ्यासाठी दांत किती महत्त्वाचे आहे ते कळते. साखर (पांढरे विष) खातांना २/३ मिनिटातच ती दांतावर घातक हमला करायला सुरुवात करते.

अज्ञानामूळे कित्येक पालक आपल्या मुलांना सतत साखर, पेपरमीट टॉफी, चॉकलेट वगैरे देऊन लहानपणीच दांत खराब करून ठेवतात आणि डॉक्टरनाच विचारतात, हे असे कसे घडले ? दांत चांगले तर आरोग्य चांगले असे समीकरण आहे. त्यात जर बिघाड झाला तर केवळ दातांकडेच लक्ष न देता संपूर्ण शरीराचा विचार करावा लागतो. साध्या जेवणापेक्षा तळलेले मसाल्याचे अन्न पदार्थ दातांच्या फटीत राहिल्यास लाळ आम्लधर्मी बनवून दांत सडवितात. त्याऐवजी हिरव्या पालेभाज्या व मोड आलेले धान्य फटीत अडकल्यास लाळ क्षारमय होऊन तितक्या प्रमाणात

संकलन -

डॉ. प्रमोद ढेरे (निसर्ग उपचार तज्ञ)
पिंपरी-चिंचवड, पुणे.
आरोग्यविषयक व्याख्याते व लेखक
संपर्क - ९२ ७९ ६६९ ६६९

दांत खराब होत नाहीत. दातांची निगा : कडुलिंबाच्या ऊकळलेल्या (थोडे गार झाल्यावर) पाण्याने किंवा त्रिफळा चूर्ण पाण्यात

ऊकळवून बराच वेळा चूळा भराव्यात. ताज्या कडुलिंबाच्या काडीने दांत घासावेत. कोणतीही आयुर्वेदिक पेस्ट वा पावडरने दांत घासावेत. लवंगाची पूड + बारीक मीठ यांचे मंजनाने पायोरीया सूद्धा बरा होतो. कीड लागलेल्या दातासाठी पेरू झाडाची कोवळी ५/७ पाने चाऊन चाऊन थुंकावी. हळद + बारीक मीठाने अधून अधून दांत घासावेत. कधीकधी त्रिफळा चूर्णाने ही दांत घासावेत. रात्री थोडासा काथ + कापूर बारीक मिश्रणाने दांत घासावेत. इंग्लंडच्या एका डॉक्टरच्या मते योग्य व संतुलित आहार घ्यावा. जेवणांती गाजर, मूळा असे कडक चाऊन चाऊन खाणे. प्रत्येक जेवणानंतर दांत घासावेत. जेवण झाल्यावर किंवा त्यातल्यात्यात रात्री जेवणानंतर झोपताना तोंडात काहीही ठेऊ नये. दांत किडला म्हणून लागलीच काढू नये त्यासाठीच संपूर्ण शरीराचा विचार करून आयुर्वेद सिध्दीषधी ने दांताचे आरोग्य संधारू शकते.

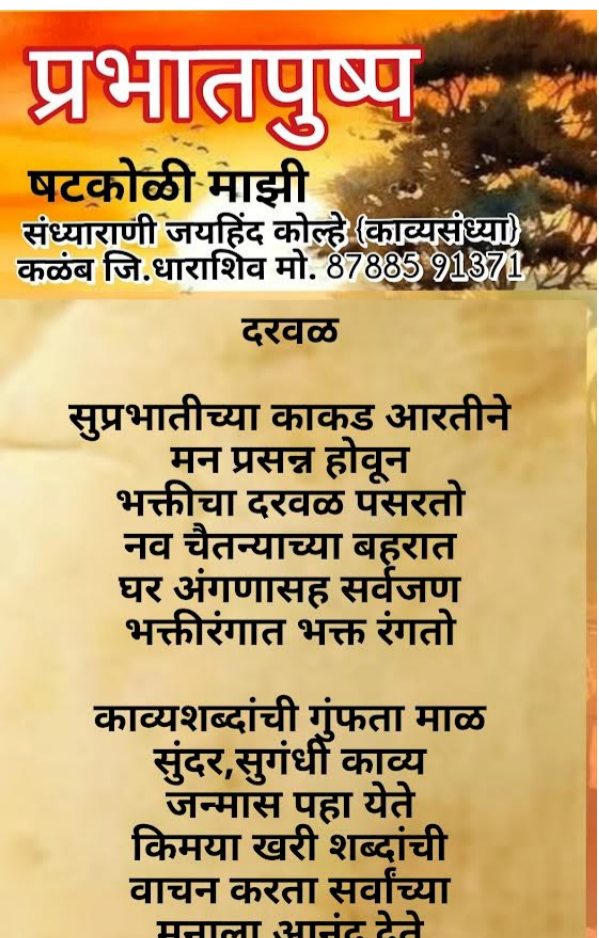


सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे

वर्षांत कुलकर्णी,
छ.संभाजीनगर,
मो. 96730 67194

चांगले व्यक्तिमत्व

आपण समाजात जगताना वा घरी दारी बाहेर अनेक सी पुरुषांच्या संपर्कात येतो, तसे अनेक आप्त मित्र सहकारी अधिकारी भेटतात. तेव्हा चांगले व वाईट व्यक्तिमत्व समजत. म्हणून आपण व्यक्ती तितक्या प्रकृती म्हणतो. सर्वच चांगले वा सर्व वाईट नसतात. जशा काही गोष्टी सुखदायक तर काही नकोशा वाटतात. पण त्रास दुःख होऊ नये म्हणून आपण काही गोष्टी करतो, तसेच आपणही मानसन्मान मिळावा, दुसऱ्याने चांगला माणूस म्हणावे म्हणून काही गोष्टी प्रयत्नपूर्वक करा. स्वतःचे जीवन ओळखण्यासाठी तर आहेच पण जीवन बनविण्यासाठी आहे. साल्वीक ऊर्जावान शिष्टाचारयुक्त व्यक्तिमत्व बनविण्यासाठी खूप मेहनत घ्यावी. सकारात्मक सीमा, संकट अडचणीतून धैर्य आदर अभिमान गर्व अंकार अतिरेक, वर्तणूक देहबोलीकडे कटाक्षाने लक्ष दिले पाहिजे. डोळ्यादेखत पेक्षा पाठीमागे चांगले म्हणने हा खरा सन्मान! आपल्या सुंदर सुखदायी प्रतिमेसाठी पद्धती व्यसने मान्यता, वचने शब्द, वर्तणूक आणि एकणे बोलणे हे जर आदरास पात्र झाले तर ते "अस्सल व्यक्तिमत्व" होय. सो गो अहेड गूड डे व्हेरी गूड मॉर्निंग आणि ईथे थांबतो.



प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी
संध्याराणी जयहिंद कोल्हे (काव्यसंध्या)
कळंब जि.धाराशिव मो. 87835 91371

दरवळ

सुप्रभातीच्या काकड आरतीने
मन प्रसन्न होवून
भक्तीचा दरवळ पसरतो
नव चैतन्याच्या बहुरात
घर अंगणासह सर्वजण
भक्तीरंगात भक्त रंगतो

काव्यशब्दांची गुंफता माळ
सुंदर, सुगंधी काव्य
जन्मास पहा येते
किमया खरी शब्दांची
वाचन करता सर्वांच्या
मनाला आनंद देते

“बाळंतिणीला” समजून घेताना

ज्योतिर्मय साहित्य
दिमीच्या डिलिव्हरीला अजवे तीन महिने झाले होते. आणि त्यात सिजेरियन डिलिव्हरी. टाक्यांचा त्रास, ओटीपोटीच्या पोटाचं सततचं दुखणं, डोकेदुःखी, पाठदुःखी, कंबरदुःखी. एकंदरीत काय तर साऱ्या शरीराचं दुखणं चालूच होतं. नवरोबाने दिमीला फोन करून फर्मान सोडलं. फार झालं माहेरी राहणं. या आता आपल्या घरी. आहो, आता हे काय मध्येच? आता तर कुठे फक्त तीन महिने झाले. घरी आल्यानंतर पहारे चारला उठल्यापासून दिवसभर काम, पाहुणे राऊळे. हे सगळं पाहत बसू की बाळाकडे पाहू. आणि तुम्हालाही चांगलं ठाऊक आहे ना किती काम आहे आपल्या घरी. थोडं तरी समजून घ्याना. तुम्ही नाही समजून घेणार तर मग कोण समजून घेणार? मी नाही येणार एवढ्या लवकर. तुला एका शब्दात सांगितलेलं, बोललेलं कळत नाही का? बावळत कुठली. चल ठेव फोन. तयार राहा. उद्या येतोय मी. दिमी दहादहा रडू लागली. आईबाबांनी फोन करून दिनेशला बोलले. पण काही फायदा झाला नाही. दिनेश आला आणि दिमीला घेऊन निघाला सुद्धा. घरी पोहचले. घरी सासू-सासरे, नणद-नंदवई, जाऊ-भाया, दिर, पुतणे, भाचे, मोठ्या सासूबाई, छोट्या सासूबाई, मावस नणंद, शेजारी इतकी माणसे होती. सासूबाईंनी भाकरीचा तुकडा आणि तांब्याभर पाणी ओवाळून टाकलं. आणि दिमी आत गेली. दिमीने सगळ्यांच्या पाया पडल्या. सर्वांचं लक्ष बाळाकडे होतं. पण एका शब्दाने दिमीला कुणी विचारलं नाही. की तुझी तब्येत कशी आहे?, टाक्यांचा त्रास कमी आहे का?, टाके कोरडे निघाले का?, पथ्यपाणी व्यवस्थित चालू आहे का?, काळजीपोटी कुणीही ह्या प्रश्नांचा आर्जव धरला नाही. लगेच सासूबाईंनी दिमीला सर्वासाठी चहा ठेवायला सांगितला. चहा घेऊन सर्वजण गेले. जेवणं झाले. रात्रीचे दिड वाजले. कांही केल्या बाळ झोपेना. दिमी

जागीच. दिनेश मात्र दारदूर झोपलेला. पहारे साडेतीनला बाळ झोपलं. तास दिड तासाची झोप घेऊन दिमी लगेच पाचला उठून कामाला लागली. झाडलोट, सडा, रांगोळी,भांडी, स्वयंपाक, बाळाची अंगमालीश, अघोळ, येणाऱ्या पाहुण्या राऊळ्यांचे चहा पाणी, जेवण. सगळं होतं पण मांगोपुढे. दिमी संध्याकाळच्या स्वयंपाकाला लागली. चुकून भाजीमध्ये तिखट जास्त पडलं. आणि त्यावरून दिमीला घरातील सर्वांनी खुप ऐकवलं. दिमीने लगेच दुसरी भाजी बनवली. घरातील कामाच्या व्यापात दिमीची खुप धावपळ व चिडचिड होत होती. आणि समजून घेणारं कुणीच नव्हतं. सततचं काम, काम आणि कामच. कामाच्या व्यापामुळे दिमीचं बाळाकडे दुर्लक्ष होत होतं. कधी कधी बाळ दीमीकडे पाहून आकांताने रडत असायचं. दिमी रागाने म्हणायची. एक काम करू देत नाही. थोडा वेळ बाहेर न्या याला. आणि तेवढ्या वेळेत दिमी घाईघाईने काम आवरून घ्यायची.

पण त्या घाईतही दिमीचं सारं लक्ष फक्त बाळाकडेच असायचं. किती रडत असेल, खुप भूक लागली असेल माझ्या बाळाला. या काळजीने दिमी रडतही असायची. काम करता करता खिडकीतून बाळाला रडवेल्या, केविलवाण्या चेहऱ्याने बघत असायची. कधी एकदा काम होतात आणि कधी एकदा बाळाला कुशीत घेऊन दुध पाजते असं व्हायचं दिमीला. अगं कामं काय होत राहतील. असूदेत ठेव कामं. बाळाला घे. त्याला पोटभर दुध पाज. आणि बाळ झोपलं की मग कामं आवरून घे. असं कुणीच म्हणत नव्हतं. उलट कामाला, स्वयंपाकाला फार उशीर होतो आहे. यावरून दिमीवर ओरडायचे. कामामुळे दीमीच्या तब्येतिची

हाल बेहाल झाली होती. ना वेळेवर जेवण, ना वेळेवर झोपणं, ना पथ्यपाणी. कांहीच नाही. टोमणे, घरातील काम दिमी यामध्येच भरडल्या जात होती. पण तिलाही समजून घेतलं पाहिजे असं मनोमनी कुणालाही वाटत नव्हतं.

नॉर्मल डिलिव्हरी असूदेत किंवा सिजेरिय डिलिव्हरी. बाईच्या शरीराला त्रास तर होतोच ना. नॉर्मल डिलिव्हरी मध्येही टाके पडतातच आणि सिजेरियन डिलिव्हरी मध्येही टाके पडतातच. तिच्या थकलेल्या शरीराला आराम हवा असतो.

तिच्या हाताला, पायाला, पाठीला कुठल्याही प्रकारचं बटन नाही. कि, ते बटन दाबलं कि ती रोबोट मशीन सारखी पटापट काम करेल. ती मनुष्य प्राणी आहे. घरातील एकामागे एक कामं करताना तिलाही थक्यायला होतं. पण, तिची ही नाजूक, हळवी गोष्ट

मुळात घरातल्यांच्या लक्षातच येत नाही किंवा घरातील कुणीही समजून घेण्याचा मुळात प्रयत्नच करत नाहीत.

साधी टेच लागली तरी पुरुष बाळाकडेच असायचं. किती रडत असेल, खुप भूक लागली असेल माझ्या बाळाला. या काळजीने दिमी रडतही असायची. काम करता करता खिडकीतून बाळाला रडवेल्या, केविलवाण्या चेहऱ्याने बघत असायची. कधी एकदा काम होतात आणि कधी एकदा बाळाला कुशीत घेऊन दुध पाजते असं व्हायचं दिमीला. अगं कामं काय होत राहतील. असूदेत ठेव कामं. बाळाला घे. त्याला पोटभर दुध पाज. आणि बाळ झोपलं की मग कामं आवरून घे. असं कुणीच म्हणत नव्हतं. उलट कामाला, स्वयंपाकाला फार उशीर होतो आहे. यावरून दिमीवर ओरडायचे. कामामुळे दीमीच्या तब्येतिची



सौ. मनीषा सोनेकर/सोनेकरवे देवांग्र. जि. नांदेड मो. 996002899

शब्दांची वेल बहरवणारे साहित्यिक श्री .दि.मा. देशमुख

ज्योतिर्मय साहित्य
लेखन हाच र्वास वाटतो” असे म्हणत अखंड साहित्यसेवा करणारे एक उमदे व्यक्तिमत्व आहे ते म्हणजे श्री दि. मा. देशमुख सर. आज आपण नांदेडच्या साहित्य शिक्षितजावर तेजाने तळपणाऱ्या एका ताऱ्याची ओळख करून घेऊया. जे.दि.मा. देशमुख या टोपणनावाने मराठी साहित्यविश्वात आदराने घेतले जाणारे नाव म्हणजे मा. श्री. दिगंबर माणिकराव देशमुख (सलगरकर) जन्म: ९ सप्टेंबर १९४८, सलगरा खुर्द, ता. मुखेड, जि. नांदेड संपर्क: ९४०३५६१४०२ वास्तव्य: पवन प्लाझा अपार्टमेंट, सदनिका क्र. ८, पवन नगर, मालेगाव रोड, नांदेड ४३१६०५ कर्तव्य आणि काव्याचा संगम असलेले हे व्यक्तिमत्व आहे. जिल्हा परिषद, नांदेड येथे विस्तार अधिकारी या महत्त्वाच्या पदावरून ते सेवानिवृत्त झाले. फाईल्सचा व्याप सांभाळताना देखील त्यांच्या मनातली



काव्याचा वेल कधीच सुकला नाही. कर्तव्याची शिस्त आणि साहित्याची ओढ यांचा दुर्मीळ संगम त्यांच्या व्यक्तिमत्वात पहायला मिळतो. समाजरूपाची जाणीव असलेल्या देशमुख सरांनी सेवानिवृत्ती म्हणजे नसते खरी निवृत्ती ती तर असते खरी जगण्याची नवी आवृत्ती असे दाखवून दिले आहे.

संस्कार भारतीचा सामान्य कार्यकर्ता ते अध्यक्षपदापर्यंतचा प्रवास त्यांनी निष्ठेने पूर्ण केला आहे. सांस्कृतिक जपणूक करताना, संगीत स्वरसभेचे विश्वस्त सदस्य म्हणून ते राहिले आहेत. त्यांचे साहित्य-नाट्य प्रेम खालील कार्यावरून दिसून येते. मराठीचीचे नगरी व नाट्य परिषद, नांदेडचे आजीव सदस्य, ज्येष्ठत्वाचा सन्मान: ज्येष्ठ नागरिक संघ, नांदेडचे आजीव सदस्य. छंदांची मैफल करताना लेखन हा र्वास असला तरी पर्यटन, लोकसेवा, लोकसंग्रह, समृद्ध वाचन आणि निसर्गाच्या कुशीत भ्रमंती करणे हे त्यांचे जीवाभावाचे छंद. मातीशी इमान राखणारा या थोर साहित्यिकाने प्रत्येक शब्दातून मातीचा गंध उधळला आहे. साहित्याची अक्षर-यात्रा : एका

दृष्टीक्षेपात विचार करता त्यांची लेखणी चौफेर चालली आहे कविता, अध्यात्म, आत्मगत असे विविध काठ त्यांनी स्पर्शिले आहेत. त्यांची प्रकाशित ग्रंथसंपदा: १. भावपुष्प - भावनांची पहिली ओंजळ, २. शब्दवेल - महाराष्ट्र शासनाच्या ग्रंथालय निवड समितीने गौरवलेला काव्यसंग्रह. ३. भावधारा - भावनेच्या अखंड धारा. ४. गंध मातीचा - मृगाच्या सर्रांचा घमघमाट. ५. शब्द हुंकार - मुक मनाचा हुंकार. ६. शब्द वेध - शब्दांचे अचूक नेम. ७. शब्दची ओलावले - शब्दांनी ओलावलेले मन ८. हरिपाठ सारामृत - हरिनामाचे सार सांगणारा अध्यात्म ग्रंथ. ९. मागे वळून पाहताना - जीवनाच्या वाटेवरचा आत्मगत धांडोळा. प्रकाशनाच्या प्रतीक्षेत असलेला मन वेधले लवकरच वाचकांच्या भेटीला येणार आहे. (क्रमशः)



ओळख साहित्यिकांची गिरीश वलेकर (देशपांडे) नांदेड सिटी, पुणे ९४२६५९४००

पुस्तक चर्चासत्र

आयोजक: **आम्ही पुस्तकप्रेमी समूह, सातारा**

दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्था, सातारा

व इतर साहित्य प्रेमी

चर्चासत्राचा विषय (पुस्तक):

“श्याम बेनेगल: एक व्यक्ती एक दिग्दर्शक”

(कलात्मक व वास्तवदर्शी चित्रपटाचे प्रणेते)

लेखिका: डॉ. सविता नायक मोहिते

अध्यक्षपद:

माननीय भारत सासणे
(साहित्य अकादमी पुरस्कार विजेते साहित्यिक व माजी संमेलन अध्यक्ष)

विशेष उपस्थिती:

विनोद कुलकर्णी
(सदस्य, महाराष्ट्र राज्य साहित्य आणि सांस्कृतिक मंडळ)

कार्यक्रमाची वेळ आणि ठिकाण:

दिनांक: **शनिवार, ६ जून २०२६**
वेळ: **सायंकाळी ठीक ५:३० वाजता**
ठिकाण: **दीपलक्ष्मी पार्लेस हॉल, सातारा.**

चर्चासत्रातील सहभागी वक्ते:

१. **प्र. डॉक्टर बालासाहेब लवडे**
(पुरस्कार साहित्यिक, कवी, गीतकार, संतोषक, अनुवादक)
२. **श्रीकांत कात्रे**
(ज्येष्ठ पत्रकार व निवृत्ती संघटक, दैनिक प्रभात)
३. **श्रीराम नानल**
(हिंदी चित्रपटाचे अभ्यासक)
४. **डॉ. संदीप श्रोत्री**
(प्रख्यात लेखक व पत्रकारिता तज्ञ)
५. **सौमिनी नुलकर**
(प्रख्यात लेखिका)
६. **डॉ. सविता नायक मोहिते**
(पुरस्कारिता लेखिका)

निमंत्रक व आवाहनकर्ते:

डॉ. संदीप श्रोत्री
(आजही पुरस्काराची समजू)
श्रीराम चिटणीस
(अध्यक्ष, सातारा जिल्हा पत्रकारिता मंडळ)

“सर्व साहित्यप्रेमी आणि रसिक वाचकांनी या चर्चासत्राला आवर्जून उपस्थित राहावे ही नम्र विनंती.”

सांगता येत नाही आणि सहनही होत नाही.....

Dr Shaikh A H - 98606 99906

तुमचे प्रॉब्लेम लपवून ठेवू नका त्यासाठी तज्ज्ञ डॉक्टरांचे मार्गदर्शन घ्या फोनवर आणि घरीबसून औषधी मिळवा.

■ ऑनलाईन औषधोपचार : आता सर्वकाही झाले आहे ऑनलाईन मग आज्ञारपणात पण घरबसल्या औषधोपचार घ्या, कुठेही जाण्याची गरज नाही, वेळ व पैसा वाचवा 100 % खात्रीशीर इलाज,

गुप्तरोग, शारीरिक थकवा, बऱ्याच गोष्टी कोणालाही सांगण्यास लाज वाटते अशा वेळेस फक्त फोनवर तुम्ही तुमचा आज्ञार सांगू शकता व त्यावर आयुर्वेदिक पद्धतीने हमाखास उपाय केला जाईल, पोस्टाने औषध पाठविल्या जातील, प्रसिद्ध आयुर्वेदाचार्य डॉ. शेख ए एच, 37 वर्षाचा अनुभव, 200 पेक्षा अधिक पुरस्कार प्राप्त, 2 लाखापेक्षा अधिक विविध लैंगिक समस्याग्रस्त रुग्णांवर यशस्वी उपचार, आतापर्यंत ५ ऑनररी डॉक्टरेटच्या पदव्या देऊन विविध संस्थांनी त्यांना सन्मानित केलेले आहे. त्यांच्या या कार्याची नोंद लंडन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, ओयासिक बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, एशियन बुक ऑफ वर्ल्ड रेकॉर्ड, हुज-हू-इन एशिया रेकॉर्ड्स मध्ये विक्रमी नोंद झालेली आहे. सेक्स विषयक कोणताही प्रॉब्लेम असो फक्त एकदा फोन करा व मार्गदर्शन घ्या. व तुमचे प्रश्न सोडवा.

भारतीय कहावत कोषकार विश्वनाथ दिनकर नरवणे

विश्वनाथ देशपांडे, चाळीसगाव, 94037 49932

हे सगळं आठवण्याचं कारण म्हणजे अशाच एका अवलियाची जन्मशताब्दी या वर्षी आहे. कोण बरं हा अवलिया? तर त्याचं नाव आहे विश्वनाथ दिनकर नरवणे. संपूर्ण भारतभर फिरून त्यांनी भारतीय कहावत कोष आणि भारतीय व्यवहार कोष तयार केला. तोही सोळा भाषांमध्ये. ज्या काळात संगणक, इंटरनेट यासारख्या गोष्टी आजच्यासारख्या उपलब्ध नव्हत्या त्या काळातील त्यांचे हे कार्य एखाद्या दीपस्तंभप्रमाणे आहे. विश्वनाथजी म्हणजे एकखांबी तंबू होता. साध्या बसने किंवा मिळेल त्या वाहनाने त्यांनी अवघा देश पंजून काढला. विविधता असणाऱ्या भारतासारख्या देशात फिरताना भाषांची अडचण त्यांना जाणवली. पण अशी अडचण आपल्या देशबांधवांना येऊ नये, भाषा हा देशाच्या प्रगतीतील अडसर बनू नये अशा तळमळीतून त्यांनी हे प्रचंड कार्य उभे केले. विविध लोकांना ते भेटले. देशाच्या स्वातंत्र्यात मोठे योगदान देणाऱ्या नेताजी सुभाषचंद्र बोस यांच्याबद्दल त्यांना प्रचंड आदर होता. नेताजींनी देशवासियांना जसे, “तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आजादी दूंगा” असे आवाहन केले होते. त्या धर्तीवर त्यांनी लोकांना, “तुम मुझे शब्द दो, मैं तुम्हें धन्यवाद दूंगा,” असे म्हणून लोकांकडून शब्द आणि म्हणी गोळा केल्या. त्यांचे तीन खंड प्रकाशित केले. क्रमशः.....

कृतज्ञ मी कृतार्थ मी भगवंत हृदयस्थ आहे

© अपर्णा परांजपे कात्रज पुणे मो.95030 45495

यथार्थ किंवा आंतरिक गीता (रहस्य शोध) हृदयस्पर्शी...

१: “पाञ्चजन्यं हृषीकेशो देवदत्तं धनञ्जयः । पौण्ड्रं दध्मी महाशङ्खं भीमकर्मा वृकोदरः” ॥

“पांचजन्य तो हृषिकेशाने देवदत्त ही धनुषी महाशंख तो पौंड्र फुंकिला भीमाने त्या महोदरें”....(सुगीता)

हृषीकेश (श्रीकृष्ण): यांनी ‘पाचजन्य’ नावाचा शंख वाजवला. धनंजय (अर्जुन): यांनी ‘देवदत्त’ नावाचा शंख वाजवला. वृकोदर / भीमकर्मा (भीम): यांनी ‘पौंड्र’ नावाचा महान शंख वाजवला. २. शंख फुंकणे हा केवळ युद्धाचा विगुल नाही, तर साधकाच्या अंतर्मनात चालणाऱ्या आध्यात्मिक युद्धाची आणि प्रगतीची घोषणा आहे: शंखाची व कृष्णाची विशिष्ट नावे.. अ) श्रीकृष्णाचा ‘पाचजन्य’ शंख: इंद्रियनिग्रह श्लोकात श्रीकृष्णांना ‘हृषीकेश’ म्हटले आहे, ज्याचा अर्थ ‘इंद्रियांचा स्वामी’ असा होतो. साधनेच्या सुरुवातीला आपल्या पाच जर्नेन्द्रियांचे (डोळे, कान, नाक, त्वचा, जीभ) विषय बाहेरील जगाकडे धावत असतात. जेव्हा सद्वृत्ती कृपा होते, तेव्हा ते या इंद्रियांना बाह्य विषयांच्या रसातून (पंच तन्मात्रा) समेटून आंतरिक देवाकडे किंवा ईश्वराकडे वळवण्याची घोषणा करतात. हाच ‘पाचजन्य’ शंखाचा नाद आहे. विकराल किंवा अनियंत्रित इंद्रियांना आपले सेवक बनवणे ही ईश्वरीय कृपा आहे. ब) अर्जुनाचा ‘देवदत्त’ शंख: अनुराग आणि वैराग्य अर्जुनाला ‘धनंजय’ म्हटले आहे. इथे धन म्हणजे भौतिक संपत्ती नसून ‘दैवी संपत्ती’ (आध्यात्मिक गुण) असा अर्थ घेतला आहे. अर्जुनाचा ‘देवदत्त’ (देवाकडून मिळालेला) शंख हा देवाप्रती असलेल्या तीव्र अनुरागाचे (प्रेमाचे) प्रतीक आहे. जेव्हा साधकाच्या मनात ईश्वराविषयी विरह, वैराग्य आणि डोळ्यांत अश्रू आणणारे प्रेम निर्माण होते, तेव्हाच त्याला खऱ्या ‘आत्मिक संपत्तीची’ किंवा दैवी गुणांची प्राप्ती होते. क) भीमाचा ‘पौंड्र’ शंख: भावशक्ती आणि प्रीती भीम हा अत्यंत बलवान आणि कठीण कर्मे करणारा (भीमकर्मा) मानला जातो. साधनेत भीमाचे प्रतीक हे अंतःकरणाने निर्माण होणारी ‘भावशक्ती’ आणि ‘प्रीती’ (प्रेम) आहे. मनात ईश्वराबद्दल अपार प्रेम आणि दृढ भाव असणे हे साधनेतील सर्वात मोठे बळ आहे. म्हणूनच भीमाने वाजवलेला ‘पौंड्र’ हा महाशंख मनातील याच महान बलवान प्रीतीचे प्रतीक आहे क्रमशः.....

शेखचिल्ली

विभावरी कुलकर्णी 8087810197

‘शेखचिल्ली’ म्हटलं की आपल्या डोळ्यासमोर येतो तो हवेत किल्ले बांधणारा, स्वतः बसलेली फांदीच तोडणारा एक विनोदी आणि मूर्ख माणूस. लहानपणी त्याच्या गोष्टी ऐकून आपण खूप हसायचो. पण आज भोवतालच्या निसर्गाकडे बघताना, जाणवतं की, आपण सारेच जण आधुनिक युगाचे ‘हाय-टेक शेखचिल्ली’ झालो आहोत. फरक फक्त एवढाच की, तो फांदी कापायचा आणि आपण पूर्ण जंगलच साफ करत आहोत. ज्या जुन्या गोष्टीत शेखचिल्ली ज्या फांदीवर बसला होता, तीच तोडत होता. त्याला वाटलं नव्हतं की फांदी तुटली की आपणही पडणार आहोत. आज आपणही अगदी तेच करतोय. ज्या निसर्गाने आपल्याला श्वास दिला, पाणी दिलं आणि जगण्यासाठी आधार दिला, त्याच निसर्गाच्या मुळावर आपण उठलो आहोत. हिरव्यागार वनराईला कापून आपण तिथे सिमेंटचे मनोरे उभे केले. ज्या नद्यांना आपण ‘माता’ म्हणतो, त्यातच आपण शहराचं सांडपाणी आणि कारखान्यांचे विष सोडतोय. शुद्ध हवेची जागा आता धुराने घेतली आहे. होम किंवा चुलीचा धूर असेल तर प्रदूषण म्हणून ओरड होते. पण अफाट वाढलेल्या गाड्यांमधून निघणाऱ्या घातक धुराचे काय? सध्या बऱ्याच ठिकाणी गाड्यांच्या धुरामुळे होणारी प्रदूषण पातळी मोजण्याची साधने बसवलेली असतात. प्रदूषण वाढले की त्यातून रंगीत धुक्या सारखा धूर बाहेर पडतो. हे सगळीकडे बघून मला वाटले होते, हे असेच शोभिवंत दिसण्यासाठी बसवले आहे. नंतर जेव्हा याचे कारण शोधले, त्यावेळी ते प्रदूषण पातळी दर्शवते हे समजले. कारण ते जिथे जिथे बसवले आहे, त्या ठिकाणी कायमच रंगीत धूर सोडत असते. आपल्याला वाटतंय की आपण प्रगती करतोय, पण प्रत्यक्षात आपण त्या फांदीवर बसून कुऱ्हाडीचे घाव घालत आहोत, जी आपल्याला सावरून धरतेय. शेखचिल्लीकडे तरी विचारांची कमतरता होती. पण आपल्याकडे तर विज्ञानाची ताकद आणि बुद्धीची प्रगल्भता आहे. तरीही आपण निसर्गाला ओरबाडण्यात मागे नाही. जेव्हा उन्हाळ्यात पारा ४५ अंशांचा पार जातो, तेव्हा आपण एसीचा थंड हवेत बसून ‘नोलब वॉर्मिंग’वर चर्चा करतो. पण कारबाहेर एक झाड लावण्याचे काह घेत नाही. उलट ज्यांच्या दारात झाडे आहेत त्यांच्याच मागे ‘झाडे तोडा, कचरा होतोय’ असे म्हणत त्रास देत आहोत. टॅक्करच्या रांगा पाहून आपल्याला काळजी वाटते, क्रमशः.....

पर्यावरणाचे संवर्धन- सामूहिक जबाबदारी

पर्यावरणाच्या स्थिरतेसाठी जागा हो माणसा !

ज्योतिर्मय सहित्य

५ जून रोजी जगभरात साजरा होणारा जागतिक पर्यावरण दिन हा केवळ सभारंभ, वृक्षारोपणाचे सोहळे आणि भाषणांपुरता मर्यादित राहू नये, अशी स्थिती आज निर्माण झाली आहे . यंदा संयुक्त राष्ट्रांनी "निसर्गाने प्रेरित. हवामानासाठी. आमच्या भविष्यासाठी" ही संकल्पना जाहीर केली आहे . ही संकल्पना आपल्याला स्पष्ट इशारा देते की, जर आपण निसर्गाच्या रचनेचा आदर केला नाही, तर मानवाचे भविष्य अंधारात असेल. आज आपण महाराष्ट्रात आणि संपूर्ण देशात हवामान बदलाचे भीषण चटके अनुभवत आहोत. कधी नव्हे एवढा वाढणारा उन्हाळा, अवकाळी पाऊस, गारपीट आणि पाणीटंचाई या समस्या आता ऋतूचक्राचा भाग बनू लागल्या आहेत. ही निसर्गाची चेतावणी आहे. विकासाच्या नावाखाली होणारी अमर्याद जंगलतोड, सिमेंटची जंगले आणि नद्यांमध्ये सोडले जाणारे सांडपाणी यामुळे आपण स्वतःच आपल्या विनाशाची पावले ओढत आहोत.



जागतिक पर्यावरण दिन

आता नुसती चर्चा करून चालणार नाही, तर हवामान कृती करण्याची वेळ आली आहे. सरकारांनी पर्यावरणपूरक धोरणे राबवणे जेवढे गरजेचे आहे, तेवढेच नागरिकांनी आपली जीवनशैली बदलणे आवश्यक आहे. पाण्याचा सुयोग्य वापर, प्लास्टिकचा संपूर्ण त्याग आणि सार्वजनिक वाहतुकीचा वापर या छोट्या गोष्टीही मोठा बदल घडवू शकतात. निसर्गाचे रक्षण ही कोणा एकाची जबाबदारी नसून, ती सामूहिक जबाबदारी आहे, आपल्या अस्तित्वाची लढाई आहे. वेळ निघून जाण्यापूर्वी आपण जागे झालो नाही, तर निसर्ग आपल्याला कधीच माफ करणार नाही, हे आपण लक्षात ठेवले पाहिजे.

दरवर्षी ५ जून रोजी जगभरात जागतिक पर्यावरण दिन उत्साहाने साजरा केला जातो. मानवाचे आरोग्य आणि निसर्गाचे अस्तित्त्व टिकवून ठेवण्यासाठी पर्यावरणाचे रक्षण करणे अत्यंत गरजेचे आहे, हा संदेश देण्यासाठी हा

दिवस महत्त्वपूर्ण मानला जातो.

निसर्ग हा मानवी जीवनाचा आधार आहे. हवा, पाणी, अन्न आणि निवारा या आपल्या मूलभूत गरजा निसर्गामुळेच पूर्ण होतात. परंतु आधुनिकतेच्या आणि विकासाच्या नावाखाली मानवाने निसर्गाचे मोठ्या प्रमाणावर शोषण केले आहे. यामुळेच वाढते प्रदूषण, जागतिक तापमानवाढ आणि हवामानातील बदल यांसारख्या गंभीर समस्या निर्माण झाल्या आहेत. या पार्श्वभूमीवर लोकांना पर्यावरणाप्रती जागरूक करण्यासाठी दरवर्षी ५ जून रोजी

जागतिक पर्यावरण दिन साजरा केला जातो. निसर्गाचे रक्षण हे आपले प्रत्येकाचे कर्तव्य आहे हे लक्षात ठेवायला हवे.

आज मानवाने तंत्रज्ञान आणि औद्योगिकीकरणाने मोठी प्रगती केली असली, तरी त्यासाठी निसर्गाची प्रचंड किंमत मोजावी लागली आहे. अवकाळी पाऊस, कडक उन्हाळा, समुद्राच्या पातळीत होणारे बदल आणि चक्रीवादळांचे वाढते प्रमाण हे पृथ्वी आपल्याला देत असलेले गंभीर संकेत आहेत. (क्रमशः)

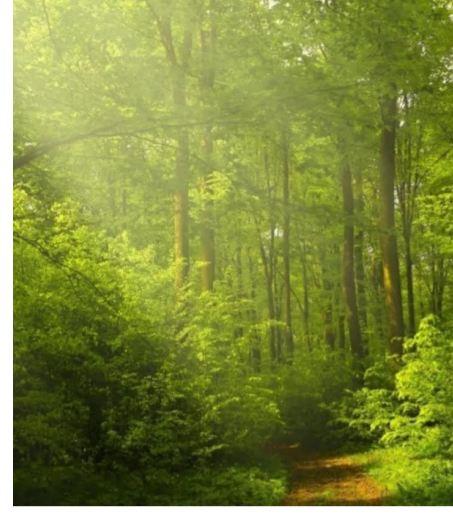
ज्योतिर्मय सहित्य

जागतिक पर्यावरणदिनाच्या सर्व पर्यावरणप्रेमींना व जगातील सर्व जनतेला खूप हार्दिक शुभेच्छा! स्वतः जगा इतरांनाही जगवा!

जेव्हा माणूस आत्मकेंद्रित होत जातो.तेव्हा फक्त तो स्वतःचाच विचार करत राहतो. तितकाच तो स्वार्थाच्या आहारी जात असतो. हे आत्मकेंद्रित होत जाण्याचं, तसेच, स्वार्थी होत जाण्याचं अशा माणसाचं प्रमाण खूप वाढत चाललं आहे. पैशांचा, दागिन्यांचा, प्रॉपर्टीचा हव्यास, मोह त्यांचा वाढीस लागला आहे.

त्यामुळे, ते स्वतःचं सुखसमाधान विसरत चालले आहेत. पन्नास वर्षांपूर्वीही माणसांच्या गरजाही होत्याच. त्या काळातील लोकांनाही एषोआरामात, चैनीत जगावे असे वाटत असे. पण, तेव्हाची माणसं समजदाराने वागत असत.

कोणत्या गोष्टीला किती महत्त्व द्यावं हे ते पक्कं ठरवून त्याप्रमाणे आचरण करीत असतं. त्यांनाही मोह होत असे. त्या काळातील गरीब, मध्यमवर्गीय माणसं ही "माणसाने आपलं अंतरुण पाहून पाय पसरवाते" या म्हणीप्रमाणे ते जीवनावश्यक गोष्टींना अधिक महत्त्व देत असत, आणि एषोरामाच्या गोष्टींना दूर ठेवत असतं. त्यामुळे, त्यांच्या कौटुंबिक जीवनातील



भावभावनांचा, प्रेमाचा, नात्यांचा आणि आर्थिक बाबींचा ताळमेळ बसत असे. तेव्हा कुठल्याही प्रकारचे आर्थिक, शैक्षणिक, नियोजनाचे, मार्गदर्शनाचे क्लासेस घेतले जात नव्हते.तरीही, कोणत्याही प्रकारची कमतरता, उणीव सर्व लोकांना तेव्हा भासत नव्हती. समजा, तशी उणीव, अडचण जरी आली तरी आजूबाजूचे लोक मग ते कोणत्याही जातीचे का असेनात एकमेकांना सर्वजण

मदत करीत असत. ही जमेची बाजू त्याकाळात असे. त्यामुळे, कुठल्याही कारणावरून वादविवाद, भांडण, मारामाऱ्या यांचं प्रमाण तेव्हा अत्यंत कमी असे. आताच्या काळात शैक्षणिक, आर्थिक उपक्रम यांना व्यवसायाचे स्वरूप आले आहे.त्यासाठी नियोजन, व्यक्तीमत्त्व विकास नोकरी इत्यादी बाबतचे वर्ग घेतले जातात. तरी सुध्दा सध्याच्या काळातील माणसांचं कौटुंबिक प्रेमाचं, नात्यांचं भावभावनांचं तसेच, आर्थिक बाबतीतील संतुलन राहीलेले नाही. जे पुर्वीच्या काळात होतं. यावरून सध्याच्या काळातील माणसांनी आपल्या आचार, विचार, व्यवहार, वक्तव्य, त्यांचं वागणं, बोलणं इत्यादी गोष्टींबाबत योग्य ते संतुलन आहेका!हे अंतःकरणपूर्वक लक्षात घेऊन त्याप्रमाणे आचरण केलं पाहिजे.सध्या माणसांचा कल

एहिक, एषोरामी, व आर्थिक गोष्टींकडे अतिप्रमाणात वाढलेला आहे. त्यामुळे, माणसाच्या आयुष्याच्या उमेदीची बरीच वर्षे ही सांसारिक गोष्टींची परिपुर्तता करण्यातच खर्च होतात. (क्रमशः)



मधुकर निलेगावकर, पुणे

जागतिक पर्यावरण दिन

ज्योतिर्मय सहित्य

आज ५ जून, आजचा दिवस जगभरात जागतिक पर्यावरण दिन म्हणून साजरा केला जातो. मागील दोन अडीच शतकात विशेषतः औद्योगिक क्रांती नंतर जागतिक हवामान बदल आणि इतर नुकसानकारक बदल लक्षात घेता पृथ्वीचे आयुर्मान, सहज, स्वाभाविक आणि निसर्गनियमानुसार असावे या उद्देशाने संयुक्त राष्ट्र संघात (युनो) ५ ते १५ जून १९७२ दरम्यान एक संमेलन झाले. यात संयुक्त राष्ट्र पर्यावरण कार्यक्रम यावर सखोल चर्चा केली. त्यात मानवी हस्तक्षेपामुळे पर्यावरणाचे होत असलेले नुकसान आणि त्याचा मानवी जीवनावर होणारे विपरीत परिणाम यावर सखोल चर्चा होऊन काहीतरी गंभीर पावले उचलली पाहिजे यावर एकमत झाले. याच संमेलनात संयुक्त राष्ट्र पर्यावरण कार्यक्रम () चा जन्म होऊन दरवर्षी ५ जून हा दिवस जागतिक पर्यावरण दिन म्हणून साजरा करण्याचे ठरवण्यात आले, यामुळे लोक, सरकार आणि समाजात पर्यावरण विषयक जनजागृती करता येईल. याच संमेलनात भारताच्या तत्कालीन पंतप्रधान इंदिरा गांधी यांनी पर्यावरणाची बिडबिडी जागतिक परिस्थिती आणि त्याचा जगाच्या भविष्यावर होणारा प्रभाव या विषयावर

प्रभावी भाषण दिले आणि समतोल पर्यावरणाचे महत्त्व विशद केले. आंतरराष्ट्रीय पर्यावरण विषयक स्तरावर हे भारत सरकारचे पहिले महत्त्वाचे पाऊल होते. पुढील वर्षी म्हणजे १९७३ मध्ये धरती हा विषय घेऊन मोजक्या संकल्पनेसहित हा दिवस साजरा करण्यात आला. १९७४ मध्ये जगातील विविध शहरात हा दिवस अत्यंत उत्साहाने साजरा करणे सुरू झाले आणि तिथून पुढे संपूर्ण जगभर दरवर्षी ५ जून हा दिवस जागतिक पर्यावरण दिन म्हणून संपूर्ण आत्मियतेने साजरा केला जातो. दरवर्षी सुमारे १५० देश हा दिवस साजरा करतात आणि दरवर्षी वेगळा देश हा उपक्रम जागतिक स्तरावर आयोजित करतो. जागतिक परिस्थिती, अन्न, पाणी, दुष्काळ, तापमान वाढ, हवामान बदल आणि त्याचे विपरीत परिणाम, मानवी जीवन आणि भविष्य, या सर्वांवर जनजागृती म्हणून हा दिवस साजरा केला जातो. त्यासाठी दरवर्षी एक नवी थीम निवडून त्यासंदर्भात कार्य केले जाते. त्यासाठी मग विविध देशांनी पर्यावरण संबंधित पशु, पक्षी, प्राणी आणि जंगल संवर्धन करण्यासाठी वेगवेगळे

कायदे केले. २०२० साली कोलंबियाचे या दिवसाचे आयोजन केले होते. २०२१ साली पाकिस्तान या जीवन परिवर्तन उपक्रमाचे यजमान होते . २०२२ साली स्वीडन हा देश या दिवसाचा आयोजक होता. फक्त आणि फक्त पृथ्वी ही त्या वर्षीची थीम होती. २०२३ साली आयव्ही कोस्ट हा देश या दिवसाचा आयोजक होता. प्लास्टिक प्रदूषणावर उपाय ही त्या वर्षीची थीम होती. त्या दिवशी विविध देशांमध्ये अंतर्गत परिस्थितीत पर्यावरणविषयी होणाऱ्या दुष्परिणामांची जाणीव करून दिली गेली. २०२० आणि २०२१ साली जगावर कोरोना महामारीचे संकट असल्याने हा कार्यक्रम सार्वजनिकरित्या साजरा न करता ऑनलाईन साजरा केला गेला. २०२४ साली आपली जमीन आपले भविष्य : प्लास्टिक मुक्तीचा ध्यास घेतला. यावर्षीच्या म्हणजे २०२६ च्या जागतिक पर्यावरण दिनाची थीम आहे, हवामान बदल आणि त्यावर त्वरित कृती. या थीमचा मुख्य उद्देश वाढत्या तापमानाला रोखणे आणि दुष्काळ प्रतिरोधकता या थीम खाली साजरा केला गेला. या थीमचा उद्देश जमीन पुनर्संचयित करणे वाळवंटीकरण रोखणे आणि दुष्काळाच्या परिणामांना तोंड देण्यासाठी सक्षम राहणे हा होता. २०२४ साली सौदी अरेबिया हा

श्याम ठाणेदार
दोंड जिल्हा पुणे
९९२२५४६२९५

विशेष...

दिलीप देशपांडे,
जामनेर, जिल्हा जळगाव,
८९९९५६६९१७
dilipdeshpande24@gmail.com

नयनरम्य नॉर्थ-इस्ट इंडिया

ज्योतिर्मय सहित्य
(मागील अंकावरून)
अरुणाचल- अरुणाचलला उगवत्या सुर्याची भूमी असे संबोधल्या जाते. कारण देशात सर्व प्रथम सुर्गोदय तेथे होतो. देशाच्या ईशान्य दिशेला असून हिमालय बर्भाच्छादीत पर्वतीय रांगेत विसावलेले राज्य. बहुतांश भाग जंगल नद्या व डोंगरांनी नटलेला आहे. राज्याच्या पश्चिमेला भूतान तर उत्तरेला तिबेट व चीन देशाची अंतर्राष्ट्रीय सीमारेखा आहेत. पूर्वेला म्यानमार देशाची सीमा आहे. दक्षिणेला आसाम व नागालँड राज्य आहेत. इटानगर हे राजधानीचे शहर आहे. आदिवासी जन जाती व प्रजातीची संख्या बरीच मोठी असून त्यांची बोलीभाषा व संस्कृती वेगवेगळ्या प्रकारची आहे . परस्परांच्या संवादासाठी हिंदी व इंग्रजी भाषेचा अवलंब केला जातो. तवांग येथील सर्वात मोठा बौध्द धर्मीयांचा पवित्र मठ आहे. ६ वे दलाई लामा / त्सांगयांग जर ग्यात्सो यांचा जन्म १६८३ मध्ये भारतात तवांग येथे झाला.तसेच १४ वे दलाई लामा सन १९५९ मध्ये तिबेट वरून भारतात आले होते.त्यावेळी त्यांना तवांगच्या बौध्द मठात आश्रय दिला होता. अरुणाचल सालात ६ जुलै रोजी भारत-चीन सीमेवरील "बुम ला पास" सामान्य नागरिकांना थेट जाण्यासाठी किंवा सीमा पार करण्यासाठी कोणताही सरळ बॉर्डर पास मिळत नाही. ही आंतरराष्ट्रीय सीमा अत्यंत संवेदनशील आणि लष्कराच्या नियंत्रणाखाली

असल्याने तिथे कडक निर्बंध आहेत. परंतु, जर तुम्हाला भारताच्या बाजूने सीमेवरील शेवटच्या गावांना किंवा पर्यटन स्थळांना भेट द्यायची असेल, तर तुम्हाला खालील परवानग्या घ्याव्या लागतात.ही सीमा कडक बंदोबस्तात आहे. सीमेच्या "बुम ला पास" लगत दोन्ही देशाचे सैनिक कडक पहारा देत असतात.एका भारतीय सैनिकानी ऐतिहासिक सध्याच्या वास्तवतेची माहिती दिली होती.त्यावेळी चायना देशाचे लष्कर आम्हा व्हिजिटरवर कडक निरक्षण करत होते. तवांग वार मेमोरियल- सन १९६२ काळात चीन-भारत युध्द झाले होते.त्या संकटमय संघर्षाच्या वेळी मातृभूमीचे रक्षण करताना धारातीर्थी पडलेल्या २४२० सैनिकांच्या व बलीदानाचे प्रतिक म्हणून हे स्मारक चिरंतनस्मृती जागवणारे स्थळ आहे! स्मारकाच्या संग्रहालयात युध्द प्रसंगी वापरलेली शस्त्रे, लष्करी पोशाख, वस्तू, कांही छायाचित्रे, कांही ऐतिहासिक दस्त एवज ठेवलेली आहेत. समुद्र सपाटी पासून ९००० फूट उंचीवर असलेले स्मारक देशभक्तीचे उर्जास्थान आहे! सायंकाळच्या वेळी साऊंड व लाईट शो असतो. त्यात युध्दाची पार्श्वभूमी व गौरवशाली आणि रोमहर्शक प्रसंग दाखवण्यात येतात ज्यामुळे सैनिकां बाबत आदरभाव व कृतज्ञता निर्माण झाल्या शिवाय राहत नाही.

जसवंत गड तवांग मार्गावर महावीर चक्र विजेते रायफलमन जसवंतसिंग रावत यांच्या संघर्षमय इतिहासाच्या स्मृती देणारे स्मारक आहे. त्यांनी एकदिवसांनी कित्येक तास चीनी सैन्याला रोखून धरत शौर्य व बलीदानाचा इतिहास चडवलेला आहे. तवांग राष्ट्रीय मार्गावर असंख्य डोंगर दर्या व सतत कोसळणारे वाटरफॉल येथील नैसर्गिक सुष्टीत नयनरम्यता वाढवतात.मणिपूर म्हणजे स्वातंत्र्य सेनानी सूभाषचंद्र बोस यांच्या वास्तव्याने व शौर्याने पावन झालेली भूमी.मणिपूर हे भारताच्या ईशान्य भागातील एक अत्यंत सुंदर आणि सांस्कृतिक दृष्ट्या समृद्ध असलेले राज्य आहे. या राज्याला "पूर्वेचे स्वित्झर्लंड" असेही म्हटले जाते. मणिपूर बद्दलची महत्त्वाची माहिती खालील मुद्द्यांच्या आधारे समजून घेता येईल: मनिपूर- इंफाळ हे मणिपूरचे मुख्य राजधानीचे शहर. राजकीय आणि आर्थिक केंद्र आहे. सीमा: मणिपूरच्या उत्तरेला नागालँड, पश्चिमेला आसाम, दक्षिणेला मिझोराम ही भारतीय राज्ये आहेत, तर पूर्वेला म्यानमार (ब्रह्मदेश) या देशाची आंतरराष्ट्रीय सीमा लागते. संस्कृती आणि लोकजीवन प्रमुख लोकसमूह: मणिपूरमध्ये प्रामुख्याने मैतैई समुदाय मैदानी भागात राहतो, तर डोंगराळ भागात नागा आणि कुकी या प्रमुख जनजाती राहतात.येथील मुख्य भाषा



मणिपुरी (मैतैईलोन) ही असून, तिला भारताच्या संविधानातील ८ व्या अनुसूचीत अधिकृत भाषेचा दर्जा आहे. नृत्य: मणिपुरी नृत्य हा भारतातील अत्यंत प्रसिद्ध आणि शास्त्रीय नृत्यप्रकारांपैकी एक आहे. विशेषतः या नृत्यातील रासलीला अत्यंत नयनरम्य असते. प्रमुख पर्यटन स्थळे लोकताक तलाव हा ईशान्य भारतातील गोड्या पाण्याचा सर्वात मोठा तलाव आहे. या तलावावर तरंगणारी बेटांसारखी परिसंस्था (ज्याला फुम्दी म्हणतात) पाहायला मिळते. केबुल लामजाओ राष्ट्रीय उद्यान आहे. "लोकताक" तलावावर असलेले हे जगातील एकमेव तरंगते राष्ट्रीय उद्यान आहे. येथे अत्यंत दुर्मिळ आणि मणिपूरचा राज्यप्राणी



डॉ. श्याम वा. कुलकर्णी, महालुंगे, पुणे, मो. 98238 09656

असलेला सांगाय - शेपटीसारखी शिंगे असलेला हरीण) आढळतो. इमा कैथल : इंफाळमधील हे ५०० वर्षांपेक्षा जुने मार्केट आहे. हे संपूर्णपणे महिलां द्वारे चालवले जाणारे आशियातील सर्वात मोठे बाजारपेठ मानले जाते. अर्थव्यवस्था आणि शेती : मणिपूरची अर्थव्यवस्था प्रामुख्याने शेतीवर आधारित आहे. भात (तांदूळ) हे येथील मुख्य पीक आहे. याशिवाय येथील हातमाग, वृक्ष आणि हस्तकला उद्योग खूप प्रसिद्ध आहेत. मणिपुरी शाल आणि कापडाला देशभरात मोठी मागणी

लढ्याला नवे प्रेरणास्थान मिळाले. स्मारक व संग्रहालय मोइरांग येथे आझाद हिंदसेना स्मारक,नेताजींचा पुतळा आझाद हिंद सेना संग्रहालय ऐतिहासिक छायाचित्रे व दस्तऐवज युद्धातील वस्तू हे सर्व पाहायला मिळते. देशभरातील पर्यटक आणि इतिहास अभ्यासक येथे भेट देतात. सेवानिवृत्त सर्व डॉ.आबा देशपांडे, सर्व श्री व सौ. जावळीकर सर, चंदेल सर, आबासाहेब डख, विलास पाटील,गूळवेलकर, डावरे, होनाळीकर, प्रमोद दोशी, पद्मवार व श्याम कुलकर्णी या सर्वांनी अग्रेसर अशिया पर्यटनाचा मनोसक्त आनंद घेतला. नॉर्थ ईस्ट इंडियाच्या प्रवासाचा समारोप करताना मनात एक वेगळाच भाव उमटतो. हिश्यागार डोंगररांगा, धबधबे, शांत सरोवरे, विविधतेने नटलेली संस्कृती आणि लोकांची आत्मियता हे सर्व अनुभवताना जणू निसर्गाशी एकरूप झाल्यासारखे वाटते. या प्रवासाने केवळ पर्यटनाचा आनंद दिला नाही, तर जीवनाकडे पाहण्याची नवी दृष्टी दिली. निसर्गाच्या कुशीतल्या या प्रदेशाने शिकवले की साधेपणानेही सौंदर्य असते आणि विविधतेतच खरी एकता दडलेली असते. म्हणूनच नॉर्थ ईस्ट इंडियाचा प्रवास हा केवळ आठवणींचा ठेवा नाही, तर आत्म्याला समृद्ध करणारा अनुभव आहे.