

ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

□ पुणे □ वर्ष २२ □ अंक १२२ वा □ भारतीय सौर दिनांक ०२ आषाढ शके १९४८, मंगळवार दि.२३ जून २०२६ □ पाने ४ □ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)



“जाऊ देवाचिये गावा”चे प्रकाशन श्री चैतन्य महाराज देगलूरकर यांच्या हस्ते संपन्न
ज्योतिर्मय साहित्य
 गंगाखेड - “जाऊ देवाचिये गावा” भाग एक या श्री मधुकर बोरीकर यांच्या पहिल्या पुस्तकाचे प्रकाशन दिनांक १६ जून २०२६ रोजी गंगाखेड येथे आदर्शनीय श्री चैतन्य महाराज देगलूरकर यांच्या करकमलाद्वारे हजारों भविकांच्या उपस्थितीत झाले. या पुस्तकात दक्षिण भारतातील व महाराष्ट्रातील बहुतेक सर्व प्रमुख मंदिरांचे वर्णन परिपूर्ण पद्धतीने केलेले आहे. हे पुस्तक वाचून आपणास निश्चितपणे पुन्हा या मंदिरांना भेट देण्याची इच्छा होईल, भक्तीची सुमने आपल्या हृदय कमलात विकसित होतील म्हणून हे पुस्तक सर्वांनी संग्रही ठेवावे. असे ज्योतिर्मय प्रकाशनचे श्री संजय व्यापारी यांनी आवाहन केले. ज्योतिर्मय प्रकाशन यांनी नवांदिता साहित्यिकांसाठी कमीतकमी दरात पुस्तक तयार करण्याचे काम हाती घेतले आहे त्यामुळे त्यांना खूप छान प्रतिसाद मिळत आहे. गेल्या सहा महिन्यातील हे त्यांचे तेरावे पुस्तक प्रकाशित झाले आहे व लवकरच आणखीन चार पुस्तकांचे प्रकाशन होण्याच्या मार्गावर आहे.

विशेष लेख...

अधिवेशन पावसाळी, हवामान उन्हाळी!

- प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

महाराष्ट्र विधिमंडळाचे पावसाळी अधिवेशन सध्या पावसाच्या प्रचंड टंचाईच्या (कोरड्या दुष्काळाच्या) सावटाखाली मुंबईत सुरू झाले आहे. जून महिना संपत आला तरी राज्यात सरासरीपेक्षा तब्बल ७९ टक्क्यांपर्यंत पाऊस कमी पडल्याने आणि धरणांमधील पाणीसाठा चिंताजनक पातळीवर आल्याने या अधिवेशनाला पाऊस नसलेले अधिवेशन म्हणून संबोधता येईल. पावसाने मारलेल्या दडीमुळे आणि राज्यातील भीषण पाणीटंचाईच्या पार्श्वभूमीवर (कोकणात ८६%, विदर्भात ८०%, मराठवाड्यात ६९% कमी पाऊस) हे अधिवेशन पाऊस नसलेले अधिवेशन म्हणून गाजत आहे.

महाराष्ट्राच्या विधिमंडळात सध्या पावसाळी अधिवेशन सुरू असले, तरी प्रत्यक्षात राज्याच्या बहुतांश भागात पावसाची मोठी दडी बसल्याने उन्हाळी वातावरणाचा आणि उकाड्याचा सामना नागरिकांना करावा लागत आहे. विदर्भासह अनेक भागांत मासून लांबल्याने भर पावसाळ्यात कडक उन्हाचे चटके सहन करावे लागत आहेत.

सध्याच्या हवामानानुसार (विदर्भासह अनेक भागांत मॉन्सूनच्या विलंबाने आणि कडक उन्हामुळे) राज्याचे वातावरण उन्हाळी असले, तरी विधिमंडळाच्या नियमानुसार पावसाळी अधिवेशन मुंबईत सुरू झाले आहे. २२ जूनपासून सुरू झालेले हे विधिमंडळाचे पावसाळी अधिवेशन तीन आठवडे चालणार असून १० जुलैपर्यंत सुरू राहील.

हे अधिवेशन सोमवार, २२ जून ते शुक्रवार, १० जुलै या कालावधीत होत आहे.

अधिवेशनाच्या पूर्वसंध्येला सरकारकडून आयोजित चहापानावर विरोधकांनी बहिष्कार घातला त्यानंतर सत्ताधाऱ्यांच्या पत्र परिषदेत मुख्यमंत्री देवेंद्र फडणवीस यांनी कर्मकाफी ते नीट परीक्षेपर्यंतच्या विरोधकांच्या सर्व प्रश्नांवर उत्तर दिले.

मांसूनच्या आगमनाला उशीर झाल्याने व मॉन्सून अरबी समुद्रात अडखळल्याने, सध्या विदर्भ आणि उर्वरित महाराष्ट्रात भर पावसाळ्यात उन्हाचे चटके आणि उष्णता जाणवत आहे. अधिवेशनादरम्यान शेतकरी प्रश्न, दुष्काळ, रखडलेला पाऊस आणि महत्वाच्या विधेयकांवर चर्चा होणार आहे.मॉन्सूनने ओढ दिल्यामुळे शेतकऱ्यांवर दुबार पेणीचे संकट ओढवले आहे. त्यामुळे दुष्काळ जाहीर करणे, कृषी कर्मकाफी, महागाई, आणि लाडकी बहीण योजनेचे रखडलेले पैसे,नीट परीक्षेचे तीन तेरा या मुद्द्यांवरून विरोधक आक्रमक झाले आहेत. सरकारने जाहीर केलेल्या २ लाख रुपयांच्या कर्मकाफीच्या अटी आणि निकषांवर विरोधक आक्रमक आहेत. याशिवाय दुष्काळ आणि अवकाफी पावसामुळे नुकसान झालेल्या शेतकऱ्यांना मदतीचा मुद्दाही उपस्थित केला जात आहे.कोंडाला मिळणारा कवडीमोल भाव आणि नाफ

ॅडमार्फत होणाऱ्या खरेदीतील कथित गैरव्यवहारवरून सत्ताधाऱ्यांना जाब विचारला जात आहे.लाडकी बहीण योजनेच्या अंमलबजावणीतील अडचणी, कागदपत्रांच्या अटी आणि अनेक महिला लाभापासून वंचित राहिल्याच्या मुद्द्यांवरून विरोधकांनी सरकारवर निशाणा साधला आहे. ‘नीट’ परीक्षांमधील गोंधळ आणि अनियमितेच्या मुद्यावरून राज्यभरातील विद्यार्थ्यांचे प्रश्न सभागृहात मांडले जात आहेत.महिलांवरील वाढते अत्याचार, खून, खडणी आणि गुन्हेगारीच्या घटनांवरून विरोधक सरकारला घेरण्याचा प्रयत्न करत आहेत. या अधिवेशनात महिला शेतकऱ्यांना कार्यदेशीर दर्जा देण्यासह १० महत्वाची विधेयके मांडली जात आहेत. वरील प्रश्नांव्यतिरिक्त यविधिमंडळाच्या पावसाळी अधिवेशनामध्ये सत्ताधारी महायुक्तीकडून सुरू असलेल्या फोडाफोडीच्या राजकारणावर जोरदार चर्चा आणि वादळी खडाजंगी होण्याची शक्यता आहे. या कथित ऑपरेशन टायगरमुळे राज्यातील राजकारण चांगलेच तापले आहे. पावसाच्या अभावामुळे आणि काही राजकीय मुद्द्यांवरून विरोधकांनी सत्ताधाऱ्यांच्या चहापानावर बहिष्कार टाकला आहे. अधिवेशनाच्या पूर्वसंध्येला सरकारच्या चहापान कार्यक्रमांवर विरोधकांनी बहिष्कार टाकणे हे एक राजकीय अस्त्र आणि सरकारविरोधी निषेध नोंदवण्याची पारंपरिक पद्धत आहे. लोकशाहीत जनतेच्या प्रश्नांकडे दुर्लक्ष करणाऱ्या सरकारसोबत औपचारिक चर्चा किंवा चहापानात सहभागी न होणे, हा यामागील मुख्य उद्देश असतो.जनतेचे प्रश्न सोडविण्यात अपयशी ठरलेल्या संवेदनशून्य सरकारसोबत मांडीला मांडी लावून चहा पिणे आम्हाला मंजूर नाही, हा संदेश देण्यासाठी विरोधक चहापानावर बहिष्कारही भूमिका घेतात.हा बहिष्कार पावसाळी अधिवेशनाच्या पूर्व संध्येलाबघायला मिळाला.

योग ही भारताची जगाला अमूल्य देण-डॉ. धारुकर

मराठवाडा युवक विकास मंडळातर्फे योग दिन साजरा



ज्योतिर्मय साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर - योग ही भारताची जगाला अमूल्य देण आहे, असे प्रतिपादन डॉ. वि. ल. धारुकर यांनी केले. मराठवाडा युवक विकास मंडळातर्फे आंतरराष्ट्रीय योग दिनानिमित्त सिडको एन-२ मधील ठाकरेनगर उद्यानात आयोजित योगसाधना कार्यक्रमात ते बोलत होते. याप्रसंगी प्रवीण युगे, मंडळाचे अध्यक्ष नरही शिवपुरे, मनोज शेवाळे, अनिल टाकळकर, शिवाजी शिवणीकर, सुमित गायकवाड यांची प्रमुख उपस्थिती होती.

डॉ. धारुकर म्हणाले, महर्षी पतंजली यांनी श्वसन संस्था, रक्ताभिसरण आणि पचन संस्था याबाबत सखोल संशोधन करून सुलभ योग आपल्यासाठी उपलब्ध करून दिले. जग जेव्हा अंधारात चाचपडत होते, तेव्हा भारत देश योगामुळे प्रकाशमान होता. संयुक्त राष्ट्र संघाने आंतरराष्ट्रीय योग दिन साजरा केल्यामुळे भारतातील योगाचे महत्त्व जगभर पसरले. या वर्षाची संकल्पना निरोगी वृद्धत्वासाठी योग अशी आहे.

धावपळीच्या व ताण-तणावाच्या दैनंदिन जीवनात उपयोगी योगासने व प्राणायाम यांचे प्रात्यक्षिक आचार्य

जयप्रकाश बागडे यांनी करून घेतले. प्रस्ताविकात नरहरी शिवपुरे यांनी मंडळाच्या विविध लोकाभिमुख व समाजउपयोगी विविध उपक्रमांबाबत माहिती दिली. आभार नामदेव कराड यांनी मानले. याप्रसंगी धनंजय ब्रह्मापूरकर, ज्ञानेश्वर शिंदे, डॉ. मनोहर बन्सवाल, राजू सानप, बालाजी बिरादार, प्रकाश मोरे, पुराणिक, स्वामी, किड्स गॅलेक्सी ग्लोबल स्कूलचे विद्यार्थी, ठाकरेनगरमधील नागरिक उपस्थित होते. कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी सचिन रुद्रे, कुणाल राठोड, अर्चना पवार, कार्तिक चव्हाण, गणेश कोलते यांनी परिश्रम घेतले

आमचं विमान



वैमानिकांनी विमानासह आकाशात भरारी घेतली आणि आमचा जीव भांड्यात पडला. विमान प्रवासाचा आनंद आमच्या चेहऱ्यावरून झळाळू लागला. काही क्षणांनी हवाई सुंदरींनी सुपर फास्ट होती मोठं प्रश्नचिन्ह होतं. परंतु भाषा अलग असली तरी आमच्या जाणीवा व भावना तितक्याच बोलक्या होत्या. विचारांचे आदानप्रदान इंग्रजी भाषेतून होऊ लागले. आमची

येथूनच गाडीचे बुकींग केले होते. गाडीचालकापासून ते भाषेपर्यंत सगळे कसे नवीनच होते. तमिळ, तेलगु व इंग्रजी यातील आमची कोणती भाषा लागला. काही क्षणांनी हवाई सुंदरींनी सुपर फास्ट होती मोठं प्रश्नचिन्ह होतं. परंतु भाषा अलग असली तरी आमच्या जाणीवा व भावना तितक्याच बोलक्या होत्या. विचारांचे आदानप्रदान इंग्रजी भाषेतून होऊ लागले. आमची

सौ. वैशाली जनार्दन कदम
मु.पो. कुंभरोशी, ता. महाबळेश्वर,
जि. सातारा. मो-9423484216



टुटी फुटी तर त्यांची सुपर डुपर चेन्नई एक्सप्रेस होती. महाराष्ट्र, आंध्रप्रदेश व तामिळनाडू असा प्रवास करत भारताच्या दक्षिणेस असणाऱ्या तिरुपती येथे पोहचलो. येथून मंदिर चाळीस किलोमीटर अंतरावर होते. भाविकांचा चेन्नईतील सूर्यनारायणांनी आम्हांला दर्शन दिले. लेकरांनी चेन्नई ते तिरुपती या प्रवासासाठी व इतर प्रेक्षणीय स्थळे पाहण्यासाठी तीन दिवसांकरिता चेन्नई

सायंकाळी बरोबर पावणे सहाला बालाजी दर्शन रांगेत उभे राहिलो. सुरुवातीला आनंदाने गोविंदा म्हणत पुढे निघालो. रांगेतच प्रसाद, पाणी, लहान मुलांकरिता दूध, टप्प्या टप्प्याने वॉशरूम, फॅन व लाईट का आहेत यांचा अंदाज येऊ लागला. परतण्यासाठी मागे वळणे अशक्य होते. कारण परतीचे दोर अगोदरच बालाजींनी कापून टाकले होते.

जसजसे पुढे जावे तसतसे अंतर देखील वाढतच होतं.एका क्षणाला वाटल बस्स करावं म्हणून हेल्ललाईनला फोन केला पण बालाजींच्या मनात वेगळेच काही चालू होतं त्यांनी त्याक्षणी मनपरिवर्तन केलं आणि आम्हांस पुन्हा चालत केलं. मध्यरात्रीचे बारा वाजले. आता वाटलं दर्शन घेऊन मंदिर प्रशासन बाहेर काढले कारण एवढा दीड लाखांचा जमाव कुठे सामावणार ?एवढी जागा उपलब्ध होणार का ?अस्सं मनात चालू असतानाच मंदिर प्रशासनाने अचानक भाविकांना मंदिर हॉलमध्ये घेऊन दरवाजे बंद केले.मग समजलं की आपला मुक्काम इथेच आहे. जे जाणकार होते त्यांनी आपला ठिय्या पायरीवर मांडला. आमच्याही पुरते लक्षात आले की, ह्या पाय-या आपल्यासाठी आराम साधन आहे.मग आम्हीही वेळ न दवडता पटकन एक पायरी पटकावली.सर्व भाविक शांतते झोपी गेले. पहाटे चारला एकजण मोठ्याने गोविंदा ओरडला व सर्वजण खडबडून जागे झाले व पटापटा रांगेत उभे राहिले अन् पुन्हा रांग चालू लागली.मजल दरमजल करत आम्हांला बालाजींनी पहाटे पाचला दर्शन दिले. संपूर्ण दर्शन करून बाहेर पडायला आम्हांला सकाळचे पावणे सहाच वाजले. एकूणच बारा तास आम्ही बालाजींच्या सावलीत राहिलो. त्यांच्या दर्शनाने अंगावरचा शीण निघून गेला. पुढील दर्शन घेताना देवांशी सौदा करायचा ठरविला.भल्या मोठ्या रांगेत उभे राहणे ऐवजी स्पेशल पास घेऊन प्रवेश अगोदरचा मिळवायचा आणि अगदी तसचं केलं त्यामुळे देवदर्शन पटापट होत गेली आणि इतर प्रेक्षणीय स्थळांचा आनंद देखील मनमुराद लुटता आला.या तीन दिवसात संपूर्ण आयुष्य जगल्याचा अन् विशेष म्हणजे विमानात बसण्याचा आनंद घेता आला. ते आनंदाचे क्षण मनाच्या एका कप्प्यात भरून एकदाच आमचं विमान चेन्नईवरून पुण्याला लॅन्ड झाले.

जीवनातील उत्साह टिकवण्यासाठी योग साधना आवश्यक-जाधव

शासकीय ग्रंथालयात योग दिन उत्साहात



ज्योतिर्मय साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर - वर्तमान युगातील मानवी जीवनशैली लक्षात घेता दैनंदिनी आयुष्यात आनंद, उत्साह आणि शारीरिक सुदृढता टिकून ठेवण्यासाठी योग साधना आवश्यक आहे, असे मत शासकीय विभागीय ग्रंथालय अधिकारी संतोष जाधव यांनी व्यक्त केले.

शासकीय विभागीय ग्रंथालय आणि मॉडर्न महाविद्यालय व सावित्रीमाई महाविद्यालयाच्या राष्ट्रीय सेवा योजना विभागाच्या वतीने शासकीय विभागीय ग्रंथालय येथे रविवारी, २१ रोजी आंतरराष्ट्रीय योग दिन साजरा करण्यात आला. याप्रसंगी जाधव बोलत होते. यावेळी प्राचार्य डॉ. नामदेव सानप, कार्यक्रम अधिकारी प्रा. राजेंद्र भगत, प्रा. ज्योती मोरे यांची प्रमुख उपस्थिती होती. जाधव म्हणाले, गतिशील जीवनशैलीमुळे शारीरिक संपत्तीकडे दुर्लक्ष होत आहे. परिणामी विविध समस्या उद्भवत आहेत. त्या टाळून सुदृढ आरोग्य प्राप्त करून जीवनातील आनंद व उत्साह टिकून ठेवण्यासाठी प्रत्येक नागरिकांनी योग साधना करावी, असे आवाहन त्यांनी केले. सकाळी सात ते आठ या वेळेत विभागीय ग्रंथालय, महाविद्यालयीन कर्मचारी व विद्यार्थ्यांनी योगसाधना केली. प्रस्ताविक प्राचार्य डॉ. नामदेव सानप यांनी केले. प्रा. राजेंद्र भगत यांनी आभार मानले. हा कार्यक्रम यशस्वी करण्यासाठी सावित्रीमाई महाविद्यालयाच्या राष्ट्रीय सेवा योजना अधिकारी प्रा. ज्योती मोरे आणि विभागीय ग्रंथालयाच्या कर्मचाऱ्यांनी परिश्रम घेतले.



जात्यावरच्या ओव्या.....

अरे पड ना पाण्या
भाऊ वावरात जातो
फटी पडल्या भुईला
पाहून मनात झुरतो ||७०५||

अरे पड ना पाण्या
नजर शोधती ढगात
कधी येतीन भरून
काळे मेघ आभाळात ||७०६||

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ४१

ज्योतिर्मय साहित्य

पांडव मग हरिद्वार, ऋषिकेश इ ठिकाणी तीर्थयात्रा करून परत येतात. कृष्ण मग भीमाला म्हणतो की मी तुला ती लिंबाची काडी दिली होती, ती परत आणलीस का, तिला स्नान घालत होतात ना ? मग भीम ती काडी घेऊन येतो. कृष्ण त्याला म्हणतो, आता या काडीला तुम्ही सगळ्या तीर्थक्षेत्री स्नान घातल्यामुळे ती पवित्र आणि गोड झाली असेल. तेव्हा तू ती खाऊन टाक. त्यावर भीम म्हणतो, केशवा, आमची चेष्टा करतोस का ? कितीही स्नान घातले तरी लिंबाची काडी गोड कशी होईल ?

तेव्हा कृष्ण ते निमित्त करून त्यांना समजावून सांगतो की आपल्या मनाचेही तसेच आहे. नुसती तीर्थयात्रा केल्याने आपण पवित्र आणि मन शांत होत नाही. त्या ठिकाणी शरीरशुद्धी बरोबरच मनातील पापे, वाईट वासना सुद्धा नष्ट झाल्या पाहिजेत. आपले मन जर पवित्र आणि शुद्ध असेल तर तीर्थांला जाण्याची सुद्धा गरज नाही. समर्थ आपल्याला या श्लोकात हीच गोष्ट समजावून सांगतात.

तिसरा अर्थ सर्वात महत्त्वाचा वाटतो. तो हा की हिंडत राहणे म्हणजे जन्म मरणाच्या फेऱ्यातून हिंडत राहणे. विषयवासनांमुळे पुन्हा पुन्हा जन्म घेणे, मृत्यू पावणे आणि पुन्हा जन्म घेणे हे चक्र सुरू राहते. यालाच समर्थ बहु हिंडता सौख्य होणार नाही असे म्हणतात. कारण यातून कोणतेही हीत साध्य होत नाही. अनेक जन्म घेऊनही मुक्ती मिळणार नाही, ईश्वर प्राप्ती होणार नाही. जीवात्मा मात्र जन्ममृत्यूच्या या चक्रात



उगवतीचे रंग



विश्वास देशपांडे
चाळीसगाव
मो. ९४०३७४९३९२

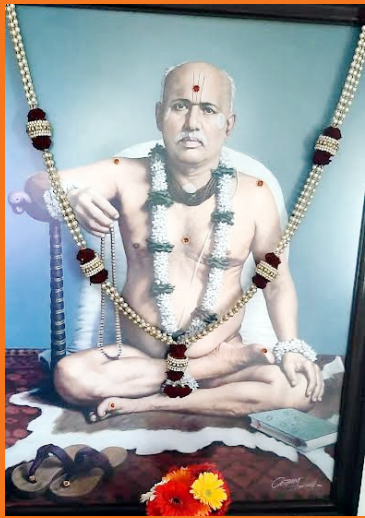
भरडून निघतो.

मग अंतिम समाधान किंवा सौख्य कुठे मिळेल ? तर ते एका परमेश्वराच्याच ठायी आहे. आपण विचार करून आपल्या मनाला या गोष्टीचा बोध करून दिला पाहिजे. आणि त्या राघवाच्या ठिकाणीच आपले मन कायम स्वरूपी एकाग्र केले पाहिजे. ‘‘सर्व सुखांचे आगर, बाप रखमादेवीवर..’’असे ज्ञानेश्वर माऊली म्हणतात ते यासाठीच ! स्वसंवाद : १) मी आयुष्यात कशासाठी सर्वाधिक वणवण केली ? पैशासाठी, यशासाठी की मनः शांतीसाठी ? त्यातून खरे समाधान मिळाले का ?

२) लिंबाची काडी स्नानाने गोड होत नाही. माझ्या बाह्य धार्मिक कृतींनी अंतर्मनाची शुद्धी होते आहे का ?

३) तीर्थयात्रा, उपवास, पूजापाठ या गोष्टी मी करतो. परंतु माझ्या मनातील वाईट विचार, राग, मत्सर कमी झाले आहेत का ?

४) जन्ममृत्यूच्या फेऱ्यातून मुक्ती हे आपले अंतिम ध्येय आहे. माझ्या दैनंदिन जगण्यात या ध्येयाची जाणीव मला असते का ? (क्रमशः)



श्री ब्रह्मचैतन्य
गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

एक गृहस्थ मला भेटले, ते म्हणाले, ‘‘ हिंदू धर्मासारखा धर्म नाही; परंतु देव सगुणात आले हे नाही मला कबूल. म्हणे निरनिराळ्या उपासना सांगितल्या ! देव जर निर्गुण निराकार, तर राम, कृष्ण, शिव, दत्त अशा या एवढ्या निरनिराळ्या उपासना कशाला ? ’’ पुढे एक दिवस त्यांच्याविषयी एका गृहस्थाने त्यांच्या घरी चौकशी केली,

भगवंत सगुणात आले म्हणजे काय ?

तेव्हा प्रत्येकजण निरनिराळे नाव घेऊन सांगू लागले. कोणी ‘दादा ’ घरी नाहीत असे म्हणाले, तर कोणी ‘ दामोदर ’ घरी नाही म्हणाले, कोणी ‘ रावसाहेब ’ नाहीत म्हणाले. हे सर्व जरी म्हटले तरी त्यायोगे भेटणारा मनुष्य ज्याप्रमाणे तो गृहस्थ एकच, त्याप्रमाणे हे भगवंताच्या निर्गुणचे सगुणात झाले. भगवंत सगुणामध्ये आला की, जे नियम आपल्याला लागू असतात तेच नियम त्यालाही लागू होतात. सगुणाशिवाय निर्गुण उपासना करतो म्हणतो, त्याला त्याचे मर्मच नाही कळले. खरी तो सगुण उपासनाच करीत असतो, पण त्याला नाही ते कळत. आपले वेद, उपनिषदे, ब्रह्मसूत्रे, आणि त्यावरची भाष्ये यांनी निर्गुण स्वरूपाची रूपरेषा काढून दिली. संतांनी तिच्यामध्ये रंग भरला आणि भगवंताचे सुंदर चित्र तयार केले; ही सगुणभक्ती होय. सगुणोपासनेचाच मोक्ष मिळणार नाही.

उपासना याचा अर्थ अगदी निकट असणे, उपास्याचा गुण अंगी आणणे. तुळशीदासांनी रामोपासना अशी केली की ते स्वतः रामरूप बनले. तुळशीदासांचे रामायण ऐकत असता मनुष्य तल्लीन होऊन जातो. रामरूप होण्यासाठी रामासारखे निःस्वार्थी

बनले पाहिजे. रामाने ‘ जग माझ्याकरिता आहे ’ असे न म्हणता, ‘ मी जगाकरिता आहे ’ असे म्हटले. हा खरा परमार्थ. एकपत्नीव्रत, सत्य भाषण हे रामाचे दोन प्रमुख गुण होते. इतर अवतारातही महत्त्वाच्या गोष्टी आहेत, परंतु सर्वात रामचरित्र प्रापंचिकांना अत्यंत आदर्शरूप आहे. रामचरित्र सर्वांना सर्वकाळी आदर्शणीय आणि अनुकरणीय होय. रामचरित्र वाचताना, सांगताना अथवा ऐकताना, आपण रामप्रेमात स्वतःला विसरून जाणे ही फार उच्च अवस्था होय.

भगवंत हवासा वाटणे यामध्ये सर्व मर्म आहे. भगवंत हवासा वाटणे किंवा त्याची तळमळ उत्पन्न करणे हे भगवंताच्या हाती नाही, ते संतांच्या हाती आहे; म्हणून सत्संगीताने ते साधते. ‘ साधुसंत येती घरा तोच दिवाळी दसरा ’ असे आपण म्हणतो. संत दसरा आणतात, मग दिवाळी आपोआप मागे येते. आमची वृत्ती विषयाकार झालेली आहे, ती काढून संत समर्गांला लावतात. तोच खरा मुहूर्त की ज्या दिवशी आमची वृत्ती भगवंताकडे होऊ लागली.

भगवंताच्या प्रेमांमुळे ज्याला समाधान मिळाले तोच खरा भाग्यवान.

॥ अध्यात्म ॥

मधुकर बोरीकर,
पुणे

अविद्या

पुढे.....

दरील विवेचनातून अविद्या हे मायेचेच अपत्य आहे हे आपण पाहिले आता अविद्या व माया यातील फरकही आपण पाहू.

१ अर्थ : अविद्या - अज्ञान-आत्म्याचे खरे स्वरूप न ओळखणे.

माया - ईश्वराची सर्जन शक्ती (उत्पादन शक्ती) जी संपूर्ण जग निर्माण करते.

२ कार्यक्षेत्र : अविद्या -जीव (व्यक्तीगत आत्मा) यांच्यावर परिणाम करते. माया - ईश्वराच्या अधीन राहून संपूर्ण विश्वावर कार्य करते.

३ स्वरूप : अविद्या- व्यक्तिगत अज्ञान. मी देह आहे, मी कर्ता आहे अशी भ्रंती.

माया_ सामूहिक सर्जन शक्ती, जी विश्व, काळ, कारण, परिणाम निर्माण करते.

४ कारण -कार्य संबंध : अविद्या-अविद्येमुळे जीव बंधनात पडतो. माया-मायेने जगाची निर्मिती होते.

५ नियंत्रण कोणाकडे : अविद्या -जीवाच्या अंतःकरणावर अधिराज्य करते.

माया -ईश्वराच्या नियंत्रणाखाली काम करते.

६ गुणधर्म : अविद्या -अंधकार, भ्रम, अज्ञान.

माया -त्रिगुणात्मक सत्व,रज, तम यांच्या योगाने कार्यशील राहते.

७ नाश : अविद्या -आत्मज्ञानाने नष्ट होते. विद्या प्राप्त झाल्यावर नष्ट होते.

माया -माया ईश्वर कृपेने पार होऊ शकते. पण ती नष्ट होत नाही. ती ईश्वराची शक्ती म्हणून सदैव आहे.

८ दृष्टिकोन : अविद्या जीवदृष्टीने मायक्रो लेव्हल माया ईश्वर दृष्टीने मॅक्रो लेव्हल.

९ उदाहरण : अविद्या -अंधारात दोरीला साप समजणे. व्यक्तिगत भ्रम.

माया -जादुगाराने निर्माण केलेला संपूर्ण दृश्य प्रपंच. म्हणजे सार्वत्रिक भ्रम.

१० शास्त्रीय आधार : अविद्या- ईशावास्य कठ, विवेक चुडामणी, योग सूत्र.

माया - श्वेताश्वतंत्र, मंडूक ब्रह्म सूत्र, भगवद्गीता. अविद्याही मायेचा अंश आहे जीवाच्या अज्ञानरूप अवस्थेचा परिणाम आहे. उदाहरणार्थ समजा एक चित्रपट पडद्यावर चालू आहे. यातील प्रोजेक्टर चा प्रकाश हा ईश्वराचे चेतन अस्तित्व आहे असे समजा. फिल्म किंवा रीळ ही माया आहे. जी विश्वाची निर्माण करणारी शक्ती आहे. तर प्रेक्षकांचे हा सिनेमा खरा आहे हे (चुकीचे समजणे) ही अविद्या आहे. म्हणजे व्यक्तिगत अज्ञान आहे. जेव्हा आपण जाणतो की, चित्रपट खरा नाही, तेव्हा अविद्या नाहीशी होते. पण फिल्म म्हणजे माया, प्रोजेक्टरच्या प्रकाशा शिवाय चालतच नाही ती ईश्वरावर अवलंबून असते. क्रमशः.....



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

॥ संजय उवाच... ॥

@संजय काव्या पुणे 7743918559



भक्ती

भक्ती ही आपला देवावर असलेला विश्वास आहे, आपण श्रद्धेने भक्ती करतो व त्यामधून आपल्याला संकटाशी लढण्याची प्रेरणा मिळते म्हणून प्रत्येकाने देवावर विश्वास ठेवून त्याची भक्ती करावी.

सुख दुःखाचे

तरंग माणसा-माणसाचे



वसंत कुलकर्णी,
छ.संभाजीनगर,
मो. 96730 67194

आत्मविश्वास सतत विकसित करावा

मित्रांनो अन्न वस निवारा यासह सुंदर शरतीर आरोग्य राहावे म्हणून दक्ष राहून कार्य करतो त्याप्रमाणे जीवन सुसह्य सफल होण्यासाठी आत्मविश्वास खूप महत्त्वपूर्ण आहे. हे मी अनुभवावरून सांगतो. लहान मुल जसे मोठे होतांना चालतांना बोलताना सावकाश शिकते, पण ते पुन्हा करते.. तसंच आत्मविश्वास हा आपण सतत विकसित व गतीमान ठेवला पाहिजे, असे मला सांगायचे आहे. अनेक तरुण तरुणी किंवा प्रौढ लोकांनी ही गोष्ट लक्षात घ्यावी. आत्मविश्वास हा नेहमी घडत असतो. त्याला काही गोष्टी कारणीभूत असतात व त्या सातत्याने केल्या तर आपण एकेक वरची पायरी गाठत असतो! यासाठी आत्मपरीक्षण करा. स्वतःच्या ताकदी व मर्यादा ओळखणारा लीडरच सर्वातच समजला जातो. म्हणून आत्मविश्वासही गतिशिल ठेवा. हीच गोष्ट अनेकांना समजत नाही. जग वेगाने गतीमान होत आहे त्यासाठी आपणही आत्मविश्वासाला ‘रि-यू’करा. त्यामुळेच निर्णय अधिक स्पष्ट होत जातात, असे सांगावे वाटते. इनोव्हेशन शक्य होऊन आपण जोखीम पत्करण्यास तयार होतो. मनापासून मेहनत अनुभव मिळालेली शिकवण, मी आज काय चांगले केले? व आत्मजाणीव या गोष्टी आत्मविश्वास रि-यू करतात. आज एवढे पुरे मोठाविषय आहे. तुर्तास थांबू या. गुड डे व्हेरी गूड मार्निंग आणि वाचत राहा सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे.

प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी
संध्याराणी जयहिंद कोल्हे (काव्यसंध्या)
कळंब जि.धाराशिव मो. 87885 91371

संगीत

संगीत कानावर पडता
ताजे तवाणे होवून
चेहऱ्यावर हास्य फुलते
कुठलेही काम करताना
ताण येत नाही
मन आनंदात रमते

संगीत खरे छान
कुठल्याही प्रकारचे असो
नवी उमेद देते
सुप्रभातीच्या भक्ती गीतांनी
दिवसाची सुरुवात होवून
दिवसभर प्रसन्न राहते

नाचणीचे आंबील म्हणजे शरीराला थंडावा देणारे अमृतच आहे.....

ज्योतिर्मय साहित्य

हे केवळ तहान शमवत नाही, तर उन्हामुळे होणारा दाह कमी करण्यासाठी अत्यंत गुणकारी मानले जाते.

तुम्हाला पारंपरिक पद्धतीने आंबील बनवायची असेल, तर खालील सोपी पद्धत वापरून पाहू शकताः
साहित्य...

* नाचणीचे पीठ: १ वाटी,
* ताक: २ वाट्या (थोडे आंबट असल्यास उत्तम),
* पाणी: ३ ते ४ वाट्या,
* जिरे पूड: १ चमचा,
* लसूण पाकळ्या: ४-५ (ठेचून),
* मीठ: चवीनुसार,
* बारीक चिरलेली कोथिंबीर.
कृती...

पीठ भिजवणे: एका भांड्यात नाचणीचे पीठ आणि थोडे पाणी एकत्र करून गुठळ्या होणार नाहीत अशा प्रकारे

कालवून घ्या. शक्य असल्यास हे मिश्रण ३-४ तास किंवा रात्रभर आंबायला ठेवावे, यामुळे आंबील जास्त चविष्ट आणि पचायला हलकी होते.

पाणी उकळणे: एका मोठ्या पातेल्यात उरलेले पाणी उकळायला ठेवा. त्यात थोडे मीठ आणि ठेचलेला लसूण टाका.

पीठ शिजवणे: पाणी उकळू लागले की त्यात नाचणीच्या पीठाचे मिश्रण हळूहळू सोडा आणि सतत ढवळत राहा

संकलन -

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

जेणेकरून गुठळ्या होणार नाहीत. मिश्रण घट्ट होईपर्यंत चांगले शिजवून घ्या. थंड करणे: पीठ शिजल्यानंतर गॅस

बंद करा आणि हे मिश्रण पूर्णपणे थंड होऊ द्या.

ताक मिसळणे: मिश्रण थंड झाल्यावर त्यात ताक, जिरे पूड आणि कोथिंबीर घालून व्यवस्थित मिस्र करा.

उन्हाळ्यात आंबील पिण्याचे फायदे...

नैसर्गिक थंडावा: नाचणी निसर्गात: थंड असते, त्यामुळे शरीराचे तापमान नियंत्रित राहते.

हायड्रेशन: ताक आणि पाण्याचे प्रमाण जास्त असल्याने शरीरातील पाण्याची पातळी टिकून राहते.

पचनास सुलभ: ताकातील प्रोबायोटिक्समुळे पचनसंस्था सुधारते.

उर्जा वाढवते: उन्हाळ्यातील थकवा दूर करून त्वरित उर्जा मिळवण्यासाठी हे उत्तम पेय आहे.

तुम्ही हे आंबील सकाळी नाश्याला किंवा दुपारच्या जेवणाआधी घेऊ शकता.

वार : मंळवार तिथी : आषाढ शुक्र
(सायंकालीन), नरेश दशमी प्रारंभ
नरेश : हस्त (दुपारपर्यंत), नरेश चित्र
ऋतु : वर्षा ऋतु
◆ संवत्सरे : पराभव नाम संवत्सर
◆ तिथी आणि पंचांग विचार -
आषाढ शुक्ल नवमी : या दिवशी सा-
आषाढ मंत्रियक्षा मुक्ल पक्षातील
अहो. नवमी ही तिथी देवी आस्त्यास
दुर्गा देवी, चंडी उपासना) शुभ मानलं
सायंकालीन नरेश दशमी तिथी सुरू होईल
नरेश (हस्त आणि तिथी) : दुपारपर्यंत
नक्षत्र अहो, हस्त नक्षत्राचा स्वामी चंद्र
आणि हे नक्षत्र भाग्यवर्धक, कला आ-
काशमाली उत्तम मानले जाते. दुपार-
नंतर सुरू होईल, ज्याचा स्वामी मंगल
तिथी नक्षत्र नदीन ऊर्जा, साहस आणि
रचनात्मक कामगारजी अनुकूल असतो
◆ ऋतु आणि संवत्सर
◆ वर्षा ऋतु : हा काल पावसाळ्याचा
वर्षा ऋतुचा आहे. निसर्गात नदीन व-
होण्याचा आणि आरोग्याची विशेष व-
धोण्याचा (उदा. पवनशक्ती सांभाळणे)
असतो.
◆ पराभव नाम संवत्सर : हिंदू काल-
६० संवत्सरेपैकी हे एक संवत्सर आहे
संवत्सराच्या प्रभावातून समजाता ये-
मंथन, स्वर्णा आणि कृती प्रमाणान्त श-
किवा सामाजिक फेरवढल पाहिल्या

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