ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक १३६ वा ❑ भारतीय सौर दिनांक १८ आषाढ शके १९४८, गुरूवार दि.०९ जुलै २०२६ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

भक्तीचे पहिले पाऊल: देहू-आळंदी ते पंढरी

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

देहू व आळंदीच्या प्रस्थान सोहळ्यापासून सुरू होणारी वारी म्हणजे साक्षात भक्तीचा महासागर आणि आध्यात्मिक जीवनाची अमूल्य परंपरा आहे.

तुकोबांच्या देहूतील त्या पहिल्या अक्षांशापासून माऊलींच्या आळंदीतील ज्ञानबा-तुकारामच्या पहिल्या सुरापर्यंत... वारीची पहिली पावले जेव्हा पडली, तेव्हा खरं तर एका महाप्रवासाचा जन्म झाला होता. महिनाभरापूर्वीच्या त्या ज्येष्ठ महिन्यातील एका पवित्र सकाळी, जेव्हा इंद्रायणीच्या आणि इंद्रायणीकाठच्या अथांग गर्दीच्या डोळ्यांतून आसवांचे पाट वाहत होते, तेव्हा एका विलोभनीय सोहळ्याने या वारीची सुरुवात झाली. घरातली सुखं-दुःखं, शेतातली कामं आणि संसाराचा पसारा एका गाठोड्यात बांधून, विठूरायाच्या भेटीची आस मनात घेऊन निघालेला हा वारकरी आज पंढरीच्या दाराशी उभा आहे. सुरुवातीच्या त्या प्रस्थान सोहळ्याची ऊर्जा आजही प्रत्येक वारकऱ्याच्या पायात आणि गळ्यात तितकीच जिवंत आहे.

हा प्रवास केवळ जमिनीवरून चालण्याचा नाही, हा प्रवास आहे आठशे वर्षांच्या एका समृद्ध सांस्कृतिक आणि भावनिक इतिहासाचा. इतिहासाची पंढरीची पाऊलवाट ही समतेची पहिली वीण आहे.पंढरीच्या वारीचा इतिहास म्हणजे महाराष्ट्राच्या आत्म्याचा इतिहास आहे. ज्ञानदेवपूर्व काळापासून, म्हणजेच १३ व्या शतकाआधीपासून माऊलींचे वडील विठ्ठलपंत स्वतः आषाढी-कार्तिकी वारी पायी करत असल्याचा उल्लेख इतिहासात सापडतो. परंतु, या वारीला एका विस्तीर्ण सामाजिक आणि वाङ्मयीन चळवळीचे रूप दिले ते संत ज्ञानेश्वर आणि संत नामदेव महाराजांनी.

त्या काळात समाज चातुर्वर्ण्याच्या आणि जातीभेदाच्या कडक चौकटीत जखडलेला होता. अशा वेळी संतांनी या विषमतेवर भक्तीच्या सुरांनी प्रहार केला. त्यांनी विठ्ठलाला माऊली म्हणजेच आई बनवले. आईच्या दरबारात जसा मुलांमध्ये भेद नसतो, तसाच विठ्ठलाच्या दारात सर्वांना समान स्थान मिळाले. पुढे संत एकनाथ आणि संत तुकाराम महाराजांनी ही लोकचळवळ अधिक व्यापक केली. स्वतः तुकोबा हजारो टाळकरी घेऊन पंढरीला जात असत.

पुढे १६८५ मध्ये, तुकोबांच्या वैकुंठगमनानंतर, त्यांचे कनिष्ठ पुत्र नारायण महाराज यांनी संतांच्या पादुका पालखीत ठेवून नेण्याची अभिनव प्रथा सुरू केली. आणि १८३२ च्या सुमारास श्रीमंत हायबतबाबा आरफळकर यांनी या वारीला लष्करी छावणीसारखी शिस्तबद्धता आणली. दिंड्यांची रचना, चोपदारांचे नियम, अश्वांचे मान आणि आज आपण जे रिंगण सोहळे पाहतो, ते हायबतबाबांच्या दूरदृष्टीचे आणि उत्तम नियोजनाचे फलित आहे.

आजची पंढरी भक्तीने ओतप्रोत झाली आहे. वेशीवर विसावलेला भक्तीचा महापूर डोळ्याचे पारणे फेडणारा आहे.

देहू-आळंदीच्या त्या प्रस्थान सोहळ्यापासून सुरू झालेली वारी आज ८ जुलै २०२६ रोजी तिच्या परमोच्च बिंदूवर पोहोचली आहे. सुमारे महिनाभराचा पायी प्रवास, ऊन, वारा, पाऊस आणि पायाला पडलेले फोड विसरून लाखो वारकरी आज पंढरपूरच्या अगदी वेशीवर, म्हणजेच वाखरी परिसरात विसावले आहेत.

उद्याचे रिंगण आणि पंढरपूर प्रवेश (९ जुलै – दशमी): उद्या वाखरी येथे वारीतील सर्वात नेत्रदीपक सोहळा म्हणजेच उभे आणि आडवे रिंगण पार पडेल. माऊलींच्या अश्वाची ती अलौकिक धाव आणि टाळांचा कडकडाट पाहण्यासाठी लाखो डोळे सज्ज असतील. या सोहळ्यानंतर सर्व पालख्या भक्तीच्या जयघोषात अधिकृतपणे पंढरपुरात प्रवेश करतील.

परवाचा महासोहळा (१० जुलै – आषाढी एकादशी): परवा मुख्य आषाढी एकादशी आहे. चंद्रभागेत पावन स्नान करून अवघा महाराष्ट्र विठ्ठलचरणी लीन होईल. पहाटेच्या मुख्य शासकीय महापूजेने या सोहळ्याची सांगता होईल.

पंढरपूरच्या आषाढी वारीचे मुख्य विधी आणि प्रस्थान सोहळे साधारणपणे ज्येष्ठ महिन्याच्या वद्य अष्टमीला सुरू होतात.या प्रवासाची सुरुवात संत ज्ञानेश्वर महाराज आणि संत तुकाराम महाराज यांच्या पालख्यांच्या प्रस्थानाने होते:

संत तुकाराम महाराज पालखी (देहू): ज्येष्ठ वद्य अष्टमीला देहू गावाहून पंढरपूरसाठी प्रस्थान ठेवते.

संत ज्ञानेश्वर महाराज पालखी (आळंदी): ज्येष्ठ वद्य नवमीला आळंदीहून पंढरपूरसाठी निघते. महाराष्ट्रातील विविध भागांतून निघणाऱ्या इतर प्रमुख संतांच्या पालख्याही त्यांच्या अंतरानुसार ज्येष्ठ महिन्याच्या पहिल्या किंवा दुसऱ्या आठवड्यात मार्गस्थ होतात. हे सर्व पालखी सोहळे आषाढ शुद्ध दशमीला पंढरपुरात पोहोचतात आणि आषाढी एकादशीला (देवशयनी एकादशी) मुख्य शासकीय महापूजा व विधी पार पडतात.

वर्षीचा (२०२६ चा) मुख्य वारीचा कालक्रम:

प्रस्थान: संत तुकाराम महाराजांची पालखी ७ जून २०२६ रोजी देहू येथून, तर संत ज्ञानेश्वर महाराजांची पालखी ८ जून २०२६ रोजी आळंदी येथून मार्गस्थ झाली होती.

गेल्या महिनाभराचा पायी प्रवास पूर्ण करून सर्व प्रमुख पालख्या सध्या पंढरपूरच्या वेशीवर (वाखरी आणि आसपासच्या परिसरात) विसावल्या आहेत.

मुख्य सोहळा: उद्या म्हणजेच ९ जुलै २०२६ रोजी आषाढ शुद्ध दशमी आहे, ज्या दिवशी सर्व पालख्या पंढरपुरात प्रवेश करतील. आणि परवा, १० जुलै २०२६ रोजी मुख्य आषाढी एकादशी आहे, ज्या दिवशी विठ्ठलाची मुख्य महापूजा पार पडेल. त्यामुळे वारीचे विधी सध्या अगदी अंतिम आणि मुख्य टप्प्यात आले आहेत.

प्रत्येकाच्या आयुष्यात वारी हे एक जीवनदर्शन घडवणारी आनंदयात्रा आहे. आजच्या डिजिटल आणि वेगवान युगात वारीचे महत्त्व अधिकच वाढले आहे. जेव्हा जग वैयक्तिक स्वार्थ आणि तणावाखाली जगत आहे, तेव्हा लाखो लोक स्वतःचे अस्तित्व विसरून एकमेकांच्या पाया पडत, ''माऊली'' म्हणून हाक मारत पंढरीकडे चालतात, हे जगातील सर्वात मोठे मॅनेजमेंट आणि सामाजिक सलोख्याचे उदाहरण आहे. वारीने महाराष्ट्राला सहिष्णुता, पर्यावरण भान आणि श्रमप्रतिष्ठा शिकवली आहे. ''रूप पाहता लोचनी, सुख झाले हो साजणी...'' संत चोखामेळा यांच्या या अभंगाप्रमाणेच गेली आठशे वर्षं अवघा महाराष्ट्र आषाढाच्या वाटेवर डोळे लावून बसलेला असतो. वारी ही केवळ पंढरपूरची पायी यात्रा नाही; ती महाराष्ट्राच्या मातीची संस्कृती आहे, समाजमनाचा आरसा आहे आणि समतेचा सर्वात मोठा जाहीरनामा आहे. आज सर्व संतांच्या पालख्या पंढरीच्या वेशीवर विसावल्या आहेत.

देहू-आळंदीच्या प्रस्थानापासून सुरू झालेला हा प्रवास आता विठूरायाच्या चरणाशी विसावण्यासाठी सज्ज झाला आहे. अवघ्या महाराष्ट्राचे हृदय सध्या पंढरपुरात धडधडत आहे. हा सोहळा डोळ्यांत साठवणे आणि संतांचे समतेचे विचार आचरणात आणणे हीच या वारीची खरी फलश्रुती ठरेल.

जय हरी विठ्ठल!!

जागतिक क्षमा दिवस (ग्लोबल फोरगिवनेस डे)

ज्योतिर्मय साहित्य

दरवर्षी ७ जुलै रोजी साजरा केला जातो. हा दिवस मानवी जीवनात क्षमाशीलतेचे महत्त्व अधोरेखित करण्यासाठी आणि भूतकाळातील हेवेदावे, राग व द्वेष विसरून शांततापूर्ण आयुष्य जगण्याची प्रेरणा देण्यासाठी साजरा केला जातो.

इतिहास आणि सुरुवात

या दिवसाची सुरुवात १९९४ मध्ये (ख्रिस्तीयन चर्चेस ऑफ अमेरिका) या संस्थेद्वारे करण्यात आली.

उद्देश : सुरुवातीला हा दिवस राष्ट्रीय क्षमा दिवस म्हणून सुरू झाला होता, परंतु नंतर या कल्पनेला जागतिक स्तरावर प्रचंड प्रतिसाद मिळाला आणि त्याचे रूपांतर जागतिक क्षमा दिवस म्हणून झाले.

क्षमा दिवसाचे महत्त्व – क्षमा करणे म्हणजे केवळ समोरील व्यक्तीची चूक विसरणे नव्हे, तर स्वतःला मानसिक त्रासातून मुक्त करणे होय.

क्षमेचे महत्व – नात्यांचे पुनरुज्जीवन : अनेकदा गैरसमज किंवा अहंकारामुळे जवळची नाती तुटतात. क्षमा केल्याने नात्यांमधील कटुता संपून पुन्हा सुसंवाद सुरू होण्यास मदत होते.

द्वेष आणि रागातून मुक्ती मिळते : मनात राग आणि सूडाची भावना बाळगल्याने आपलेच नुकसान होते. क्षमा केल्याने मनावरचा हा नकारात्मक भार हलका होतो.

सकारात्मकतेचा प्रसार : जेव्हा आपण कोणालातरी क्षमा करतो, तेव्हा समाजात शांतता, प्रेम आणि सामंजस्याचा संदेश जातो.

क्षमाशीलतेचे आरोग्याला होणारे फायदे :

वैद्यकीय आणि मानसशास्त्रीय संशोधनानुसार, क्षमा करण्याची वृत्ती असणाऱ्या लोकांचे आरोग्य अधिक चांगले असते.

मानसिक शांतता : क्षमा केल्याने मानसिक ताण (स्ट्रेस) आणि नैराश्य (डिप्रेशन) लक्षणीयरीत्या कमी होते.

हृदयाचे आरोग्य: मनात राग धरून ठेवल्याने रक्तदाब वाढतो. क्षमा केल्याने मन शांत होते, ज्यामुळे रक्तदाब नियंत्रणात राहतो आणि हृदयाचे आरोग्य सुधारते.

उत्तम झोप : मानसिक क्लेष दूर झाल्यामुळे नकारात्मक विचार थांबतात आणि शांत झोप लागण्यास मदत होते.

क्षमा करणे हे कमकुवतपणाचे लक्षण नसून, ते एका सशक्त आणि सुजाण मनाचे लक्षण आहे. ''चूक करणे हा मानवी स्वभाव आहे, पण क्षमा करणे हे देवत्व आहे.'' हाच या दिवसाचा खरा संदेश आहे.

शरीर आणि त्याच्या अवयवांची क्षमा मागणे (बॉडी फोरगिवनेस) – ही स्वतःशी कृतज्ञता आणि आदर व्यक्त करण्याची एक प्रभावी मानसिक व आध्यात्मिक प्रक्रिया आहे. नकळत किंवा आरोग्याकडे दुर्लक्ष केल्यामुळे आपण शरीरावर जो ताण देतो, त्याबद्दल क्षमा मागितल्याने शरीर आणि मन यांच्यात एक सकारात्मक संवाद सुरू होतो.

१. क्षमा मागण्याची आवश्यकता का आहे?

आपण अनेकदा शरीराच्या क्षमतेपेक्षा जास्त काम करतो, अपुरी झोप घेतो आणि चुकीचा आहार घेतो. या दुर्लक्षाची जाणीव ठेवून शरीराची माफी मानणे गरजेचे आहे.

नकारात्मक विचार : स्वतःच्या रंगाबद्दल, रूपाबद्दल किंवा वजनाबद्दल मनात सतत नकारात्मक भावना ठेवल्याने आपण आपल्याच शरीराला दोष देत असतो. ही नकारात्मकता दूर करण्यासाठी क्षमा मागणे आवश्यक

आहे.

ताणतणाव आणि आजारपण : मानसिक ताणाचा थेट परिणाम शरीराच्या अवयवांवर (उदा. हृदय, पोट, मेंदू) होतो. शरीराला झालेल्या या त्रासाची पायमल्ली थांबवण्यासाठी हा संवाद गरजेचा ठरतो.

२. शरीर व अवयवांची क्षमा मागण्याचे फायदे

मानसिक शांतता आणि ताणमुक्ती : जेव्हा तुम्ही शरीराप्रती कृतज्ञ होऊन क्षमा मागता, तेव्हा शरीरातील कोर्टिसोल (स्ट्रेस हार्मोन) पातळी कमी होते आणि मानसिक ताण हलका होतो.

आरोग्यात आणि ऊर्जेत सुधारणा : सकारात्मक विचारांमुळे शरीराची स्वयंचालीत बरे होण्याची क्षमता (हेलिंग पॉवर) वाढते. अवयवांचे कार्य अधिक कार्यक्षमतेने होऊ लागते.

स्वतःबद्दलचा दृष्टिकोन बदलतो (सेल्फ-लव्ह): शरीराच्या उणिवांवर लक्ष केंद्रित करण्याऐवजी, ते आपल्याला देत असलेल्या साथीबद्दल आदर निर्माण होतो. यामुळे आत्मसन्मान वाढतो.

शरीराच्या संकेतांची जाणीव : जेव्हा तुम्ही अवयवांशी जोडले जाता, तेव्हा शरीराला थकवा, भूक किंवा आजारपणाचे संकेत आधीच ओळखता येतात, ज्यामुळे आपण वेळेत काळजी घेऊ शकतो.

आपले शरीर हे आपल्या आत्म्याचे घर आहे. त्याची मनापासून क्षमा मागितल्याने शरीर आणि मनाचे नाते घट्ट होते, जे उत्तम आरोग्यासाठी अत्यंत फायदेशीर आहे.

***

मी कोण?

ज्योतिर्मय साहित्य

''अहं ब्रह्मास्मि'' म्हणजे सृष्टीमध्ये जे ब्रम्ह तत्व भरले आहे त्याचाच एक अंश मी आहे. पण ईश्वराने मला परिपूर्ण मानव रूप दिले आहे. मला सर्व प्राणीमात्रांची काळजी घ्यायची आहे. त्यांचं अस्तित्व अबाधित राखणारा आहे मी.मला ईश्वराने खूप काही दिले आहे जे इतर कोणत्याही प्राण्यांना दिलेले नाही. पण दिलेले सर्व स्वार्थीपणाने फक्त स्वतःसाठीच वापरायचे नाही तर ते इतरांनाही उपयोगी पडावं यासाठी आहे.''जगाच्या कल्याणा संताच्या विभूती '' म्हणजे ही जाण केवळ संत महात्मे यांनी ठेवली आहे.पर्यावरण संरक्षण करायचे आहे व सर्व जैवविविधता जपून ठेवायची आहे. माणसामाणसातं स्नेहभाव टिकून राहायला हवा यासाठी काम करावे लागेल.

''सर्वे भवंतू सुखीना'' असा विचार देणारी महान भारतीय संस्कृती टिकवायलाच हवी. प्राचीन ग्रंथ, वेद, उपनिषदे, पुराण, परंपरा, ज्ञान, विज्ञान, गणित, खगोल विज्ञान, ज्योतिष्य शास्त्र, आयुर्वेद यासारख्या अनेक गोष्टी फक्त भारतातच आहेत. त्याचा मी वारसदार आहे हे मला विसरून चालणार नाही. या देशाला अनादी

काळापासूनच तंत्रज्ञ, वैद्य, संशोधक, साहित्यिक, वीर पुरुष व स्त्रिया, नारीरत्ने यांचा खूप मोठा इतिहास आहे. ही सर्व माहिती ज्ञात असावी. जेणेकरून आपले जीवन जगतांना ती मार्गदर्शक ठरू शकते.

माझा जन्म महाराष्ट्रातला. जिथे छत्रपती शिवाजी महाराज हे जन्मले. मला याचा सार्थ अभिमान आहे. ही संतांची भूमी. संत ज्ञानेश्वर, संत एकनाथ, संत तुकाराम, संत नामदेव, संत मुक्ताई, संत चोखामेळा, संत रामदास स्वामी अशी कितीतरी नावे सांगता येतील. यांनी या भूमीत प्रेमभाव रुजवला. मानवी जन्माचा अर्थ सांगितला. चिरंतन सत्य असा एकच परमेश्वर वेगवेगळ्या नावाने ओळखला जातो. याच महाराष्ट्राच्या भूमीत अनेक थोर क्रांतिकारक, समाज सुधारक, शिक्षण महर्षी झाले. स्वातंत्र्यवीर सावरकर, महात्मा फुले, सावित्रीबाई फुले, लोकमान्य टिळक, डॉ. बाबा आमटे, सिंधुताई सपकाळ इ. रत्न जन्माला आले.डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांची ही कर्मभूमी.

मी स्वतः एक सुशिक्षित व्यक्ती असल्याने मला समाजाचाही विचार करायला हवा. माझ्या थोड्या फायद्या पेक्षा समाजाचा फायदा जास्त होत असेल तर ती गोष्ट मी करणार.कारण व्यक्तीपेक्षा समाज मोठा आणि समाजापेक्षाही देश मोठा.समाज या शब्दात जात अभिप्रेत नाही. कारण जात कधीच महत्वाची नसते तर व्यक्तींचे कर्म हे महत्वाचे असतात.रुग्णालये, कार्यालये, वाहने, शाळा, महाविद्यालये, असे कुठेही जात पाहून काम करणे कधीच शक्य होणार नाही तसेच ते लोकशाहीत अपेक्षित सुद्धा नाही.

थोडक्यात सांगायचे म्हणजे ''तुज आहे तुजपाशी परी तु जागा चुकलाशी''. सुख, शांती, समाधान सर्व आपल्या जवळच अंतरंगात आहे. आपण मात्र त्याचा शोध इतरत्र घेत फिरतो. माझा माणूस म्हणून जन्म का झाला ?, कशासाठी झाला? यांचे चिंतन जर केले तर आपणास मी कोण ? या प्रश्नाचे समर्पक उत्तर नक्की मिळेल. धन्यवाद !

ज्योतिर्मय

साहित्याचे विद्यापीठ

Sanjay Vyapari

Scan to pay with any UPI app

नवोदित साहित्यिकांसाठी सुवर्णसंधी

ज्योतिर्मय साहित्य महाराष्ट्रातील सर्व नवोदित लेखकांसाठी एक हक्काचे व्यासपीठ म्हणून पुढे येत आहे. फक्त साहित्यावर आधारित महाराष्ट्रातील एकमेव ई-दैनिक ज्योतिर्मय साहित्य हे आहे.

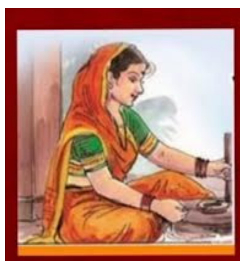
मागील दीड वर्षात या व्यासपीठावरून साधारण 150 + साहित्यिक तयार झाले आहेत आणि ही संख्या दररोज वाढत आहे.

नवोदित साहित्यिक या व्यासपीठावरून बिनधास्त लेखन करू शकतो कारण त्यांना योग्य मार्गदर्शन करणारी टीम येथे आहे. याचा अनुभव मागील वर्षात अनेक साहित्यिकांनी घेतला आहे. त्यांचे साहित्य या व्यासपीठावरून त्यांचा फोटो व मोबाईल क्रमांकासह देण्यात येते. त्यामुळे वाचक त्यांच्याशी थेट संपर्क करू शकतो.

ज्योतिर्मय च्या व्यासपीठावरून कोणीही आपले विचार मांडू शकतो, त्यांच्यासाठी अट फक्त एकच आहे. त्यांना रुपये पाचशे भरून वार्षिक सदस्यता घ्यावी लागते, नंतर ते वर्षात संपूर्ण 365 दिवस या व्यासपीठाचा वापर करू शकतात.

मित्रांनो मग वाट कसली बघता लगेच ज्योतिर्मय साहित्य चे मेंबर व्हा व लिहिण्यास सुरुवात करा, तुमचे उज्वल भवितव्य लवकरच येथे घडणार आहे.

@ संजय व्यापारी,
संपादक, ज्योतिर्मय साहित्य, पुणे
वार्षिक वर्गणी 7743918559 या नंबरवर किंवा दिलेल्या QR Code वर ऑनलाईन पाठवा. व पैसे भरल्याचा स्क्रिनशॉट पाठवा.



जात्यावरच्या ओव्या......

आले दिस पेरणीचे
खुश शेतकरी राजा
तुझ्या कष्टाच्या घामाचा
घास खाईन प्रजा ||७३३||

आले दिस पेरणीचे
जीवा घोर एकएक
पाऊस, पैसा, बियाणे
अन् सावकारी धाक ||७३४||

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ४८

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

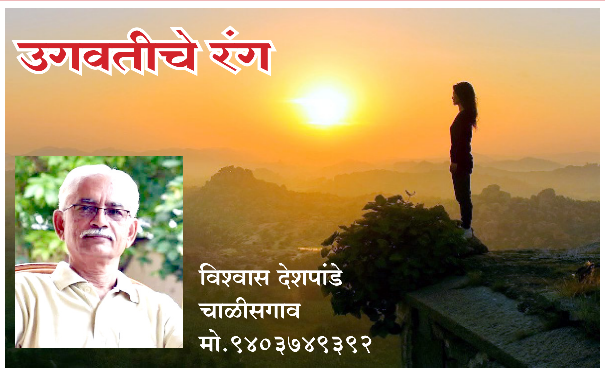
सदा बोलिल्यासारीखे चालताहे।
अनेकी सदा एक देवासी पाहे।
सगुणी भजे लेश नाही भ्रमाचा।
जगी धन्य तो दास सर्वोत्तमाचा।४९।

अर्थ : जो बोलण्याप्रमाणे वागतो, परमेश्वराची जरी अनेक रूपे असली तरी तो एकच आहे या दृष्टीने त्याच्याकडे पाहतो, सगुण परमेश्वराची उपासना करताना त्याच्या मनामध्ये कोणतीही शंका असत नाही असा भक्त त्या सर्वोत्तमाचा श्रेष्ठ भक्त असतो.

विवेचन : खऱ्या भक्ताची फार सुंदर लक्षणे समर्थांनी या ठिकाणी सांगितली आहेत. परमेश्वराचा प्रिय भक्त होणे ही सोपी गोष्ट नाही. जशी रोगातून बरे होण्यासाठी अनेक पथ्ये पाळावी लागतात, तशीच पथ्ये भक्ताला देखील पाळावी लागतात. आपले संत म्हणजे ''बोले तैसा चाले'' या तुकोबांच्या उक्तीचे मूर्तिमंत उदाहरण होत.

व्यवहारामध्ये आपण बऱ्याच वेळा खोटे बोलत असतो. बऱ्याच व्यक्ती बोलतात एक आणि करतात दुसरे ! अशा व्यक्ती दुसऱ्याला उपदेश करण्यात आघाडीवर असतात. परंतु स्वतःवर वेळ आली की त्यांचे वागणे वेगळे असते. आपल्या मुलांना मराठी माध्यमाच्या शाळांमध्ये घाला असे सांगणाऱ्या बऱ्याच व्यक्तींची मुले इंग्रजी माध्यमातून शिक्षण घेताना दिसतात. लग्नप्रसंगी हुंडा घेऊ नये, अवास्तव खर्च करू नये अशी सांगणारी मंडळी त्यांच्या मुलांच्या लग्नामध्ये या सगळ्या गोष्टी बाजूला ठेवून वारेमाप खर्च करताना दिसतात. असे वागणे म्हणजे दुटप्पी वागणे होय.

उगवतीचे रंग

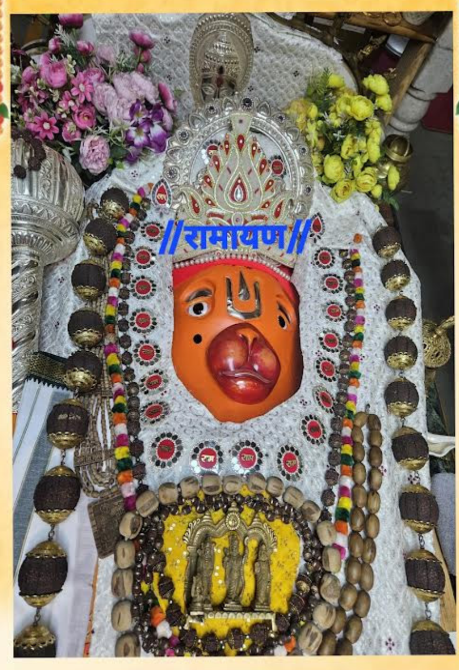


विश्वास देशपांडे
चाळीसगाव
मो.९४०३७४९३९२

संतांच्या बोलण्यात आणि वागण्यात एकवाक्यता असते. ''काय उणे आम्हां विठोबाचे पायी...''असे तुकाराम महाराजांनी म्हटले. किंवा ''सोने रूपे आम्हां मृत्तिकेसमान,'' असे जे त्यांनी म्हटले ती त्यांची अंतरंगातून आलेली निरपेक्ष वृत्ती होती. विरक्ती त्यांच्या रक्तात भिनली होती. म्हणून छत्रपती शिवाजी महाराजांनी जेव्हा त्यांना सोने, नाणे, वस्त्र इत्यादी स्वरूपात नजराणा पाठवला तेव्हा त्यांनी तो नाकारला. छत्रपती शिवाजी महाराज समर्थ रामदासांना आपले गुरु मानत. एकदा तर त्यांनी आपले राज्य समर्थांना चिठ्ठी लिहून झोळीत अर्पण केले होते असे सांगितले जाते. परंतु समर्थांनी ते त्यांना परत केले. अशी असते संतांची निरपेक्ष वृत्ती !

अशी भक्ती आणि विरक्ती अंगात भिनली पाहिजे. आपण सर्वसामान्य माणसे आहोत परंतु संतांनी दाखवलेल्या या मार्गावर वाटचाल तर करू शकतो ! माझ्या प्रपंचासाठी आवश्यक तेवढे धन मी मिळवीन. इतरांचे धन किंवा पैसा माझ्यासाठी मृत्तिकेसमान असेल. परस्त्रीकडे मी माता किंवा भगिनी म्हणून पाहीन. या गोष्टी तर आपल्याला सहज करता येण्यासारख्या आहेत.

(क्रमशः)



॥रामायण॥

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

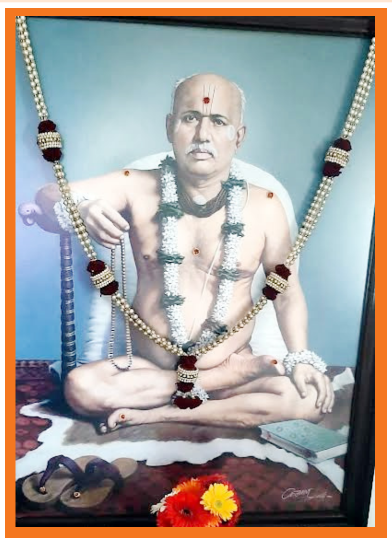
॥ संजय उवाच... ॥

@संजय काव्या पुणे 7743918559

✍️ व्यसन

व्यसन म्हणजे एखादा छंद, हा कधीही चांगल्या गोष्टीचा असायला हवा त्याने आयुष्य वाढते पण वाईट गोष्टीचा असेल तर आयुष्य नक्कीच कमी होते म्हणून चांगले व्यसन करा.

काळजीचे मूळ कर्तेपणात आहे



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

आनंद पाहायला आपल्याला दुसरीकडे कुठे जावे लागते का ? नाही. जो स्वतःच आनंदरूप आहे त्याने आपण होऊन ‘ मी दुःखी आहे ’ असे मानून घेतले आहे. एकजण आपले तोंड आरशात पाहायला गेला, पण त्याला ते दिसले नाही. त्यावर दुसरा एकजण म्हणाला, ‘ मी दाखवितो. ’ असे म्हणून आरशावर मळ बसला होता तो पुसून, त्याने आत पाहायला सांगितले, तेव्हा तोंड स्वच्छ दिसले. त्याचप्रमाणे साधू लोक करीत असतात. ते आपल्याला सांगत असतात की, तूच ब्रह्मरूप आहेस; म्हणजे तू स्वतःसिद्ध आणि आनंदरूप आहेस. परंतु आपण काय करतो, की हा प्रपंच माझा आहे असे समजतो, आणि त्यामुळे त्यांतले सर्व सुखदुःख आपण आपल्यावर लादून घेतो. ज्याने तो उत्पन्न केला त्याला तो रक्षण करण्याची शक्ती असते आणि तो ते आपल्या इच्छेप्रमाणे करीतही असतो; पण तिथे आपल्यावर कर्तेपणा ओढून घेऊन आपण सर्व काळजी करीत बसतो. वास्तविक आपल्या हाती काय आहे ? परमात्म्याला काय करायचे ते तो करीत असतो, आपण मात्र काळजी करून शीण करून घेत असतो. म्हणूनच काळजी सोडून देऊन आपण भगवंताला शरण होऊन राहावे. आपण त्याचे होऊन राहिले म्हणजे आपल्याला सुखदुःख होत नाही, आणि मग आपल्याला त्या आनंदाचा लाभ मिळतो.

काळजी ही मोठी विलक्षण असते. एका माणसाला आपल्या मुलाला चांगली नोकरी लागावी याची काळजी होती. पुढे त्याच्या मनाप्रमाणे नोकरी लागल्यावर, त्या मुलाच्या लग्नाची काळजी सुरू झाली. काही दिवसांनी लग्न झाले; मग पुढे सून चांगली वागत नाही म्हणून काळजी लागली. नंतर तिला मूल होईना म्हणून काळजी लागली. काही दिवसांनी तिला मूल झाले; त्या मुलाला फिट येऊ लागली म्हणून त्याला काळजी लागली. शेवटी आणखी काही दिवसांनी मुलाची फिट बरी झाली. पण त्या म्हाताऱ्यालाच फिट्स् येऊ लागल्या, आणि अखेर काळजी करीत करीतच तो मरून गेला. काळजी ही आपल्याला भगवंतापासून खरेच काळाच्या स्वाधीन करते. आपण काळाच्या स्वाधीन झालो की आपली बुद्धी भ्रष्ट होते. खरे म्हणजे काळजीचे मूळ माझेपणात आणि कर्तेपणात आहे, आणि खुद्द कर्तेपणाचे मूळ भगवंताच्या विस्मरणात आहे. व्यवहारी माणसे मोठी हुशार असतात; भगवंताला साक्षी ठेवून काळजी करतात ! हा तर त्याच्याहिपेक्षा मोठा गुन्हा आहे. ‘ काळजी लागणे स्वाभाविक आहे ’ ही कल्पनाच आधी आपण मनातून काढून टाकली पाहिजे. आपली काळजी का सुटत नाही ? या प्रश्नाचे उत्तर अगदी सोपे आहे. काळजीने आपल्याला धरण्याच्या ऐवजी आपणच काळजीला घट्ट धरून ठेवतो, मग ती सुटणार कशी ? ज्याने भगवंत आपलासा करून घेतला त्याला काळजीचे कारण उरत नाही.

संकट आले तर काळजी करू नये. भगवंत करतो ते आपल्या हिताचे करतो ही दृष्टी ठेवावी.

***

॥ अध्यात्म ॥

मधुकर बोरीकर,
पुणे

आपले सण,आपलेउत्सव
वट सावित्री पोर्णिमा

पुढे.....

याआधी सावित्रीने तीन दिवस रात्र आणि दिवस उपवास ठेवला होता. या काळात तिने जलही प्राशन केले नाही. तिचे सासरे समजूत घालू लागले. त्याचे नशिबात जे होणार आहे, ते होईल, पण तू त्यासाठी अन्न पाण्याविना राहावे हे आमच्याने पहावत नाही. तू उपास करू नकोस. पण सावित्रीने हे ऐकले नाही. ती म्हणाली, माझ्या पतीच्या कल्याणासाठी मी जास्तीत जास्त प्रयत्न करणार. मी उपास सोडणार नाही. उपासाच्या चौथ्या दिवस उजाडला .हाच दिवस सत्यवानाच्या मृत्यूचा दिवस होता. त्या दिवशी सकाळी सत्यवान हातात कुऱ्हाड घेऊन लाकडे आणण्यासाठी जंगलात निघाला. तेव्हा सावित्रीने ही सासू-सासऱ्याकडे त्याचे सोबत जाण्याची परवानगी मागितली. सासरे म्हणाले, तुझा आधीच तीन दिवसाचा उपवास आहे. तू आता पारणे तरी फेड, व नंतर जा. सावित्री म्हणाली मी पारणे आज संध्याकाळी सोडेल. सत्यवान आणि सावित्री दाट वनामध्ये गेले. तिथे एका वठलेल्या वृक्षावर चढून सत्यवान लाकडे तोडीत होता. इतक्यात त्याला भोवळ आली. तो कसाबसा खाली उतरला व बाजूच्या वडाच्या झाडाखाली तो विसावला. सावित्रीचे सूक्ष्म निरीक्षण चालूच होते. तिने असे पाहिले की, एक काळ्या वर्णाचा इसम, अंगावर लाल रंगाचे रेशमी वस्त्र घातलेले आहेत असा, रेड्यावर बसून आला आहे. त्या इसमाचे दोन्ही डोळे लाल भडक होते.

क्रमशः.....

सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे

✍️वसंत कुलकर्णी,
छ.संभाजीनगर,
मो. 96730 67194

"ध्यान-धारणा-योग-व्यायाम"

आपले पूर्वज किंवा आजोबा दररोज सकाळी या गोष्टी करून फिट ठेवत असत. या गोष्टी म्हणजे रोजचा व्यायाम रपेट किंवा योगा केल्याने खूप रिलॅक्शेशन, मानसिक व शारीरिक स्षटता आणि भावनीक संतुलन होऊन स्वःत आपण दिनक्रमासाठी तयार होतो. हे अनेकानी सिध्द करून दाखवले आहे. ध्यान वा एकाग्रता प्रत्यक्षात तुमचा वेळ घेत नाही तर ती वेळ कमी करते म्हणजे वाचवीते. धारणायोग व व्यायाम हे मनामधील गोधंळ थांबविते. ज्यामुळे तुम्ही अधिक सजग शांती व वर्तमानात जगतात असे फिल येते!!
आपण या गोष्टी करतांना तुमचे लक्ष फक्त एकाच गोष्टीवर केंद्रित होते. तुम्ही श्वास वेग जणू कमी करून तुम्ही मेंदूला जणू त्याच्या "रोजच्या धावपळी" मधून बाहेर काढता. आणि माझ्या अनुभवानुसार हे सत्य आहे. तुम्हीही अनुभव व फील करू शकाल, करून बघा, अनुभव हीच खात्री.. जणू याने मेंदूला संकेत जातो आपण सुरक्षित आहोत. यालाच समाधीअवस्था किंवा
आपण त्याला स्थिरतेचे स्थिती म्हणू या... म्हणून या दररोजच्या सरावाने रक्तदाब, टेन्शन चिडचिड हायपरनेस, भावभावना कंट्रोल राहून मनमोकळेपणा वाटतो.. बस आज एवढे पुरे गुड डे व्हेरी गूड़ मार्निंग आणि ईथे थांबतो आपण वाचत राहा सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे.

॥ श्री दत्त महिमा ॥

लेखन सेवा - योगीराज (नितीन) डोळे
आद्यपीठ वरद दत्त संस्थान
श्री क्षेत्र राक्षसभुवन ता.गेवराई जि. बीड

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

दत्त महाराज स्मरणात आले की बहुतेक दत्त भक्तांना समोर येते, ती त्रयमुखी षडभुज मुर्ती, मागे गोमाता असे दर्शन किंवा स्मरण होते. श्री क्षेत्र गाणगापूर, नरसोबाची वाडी, कारंजा, अक्कलकोट, गिरनार, कर्दळीवन, पिठापूर माउंट आबू आदी

दत्त स्थानांचे साहजिकच आहे. मात्र दत्त संप्रदायाचा इतकाच इतिहास नव्हे आपल्याला माहिती असली तरी अधिक ची माहिती व्हावी असा भाव प्रत्येक निधित्व दत्तभक्तांचा असतोच. तशी भावना झाली म्हणून दत्त संप्रदायाचा प्राचीन इतिहास व संप्रदायाचा विस्तार किती याचा अभ्यास सुरू केला. साधारणता दत्तभक्तांना मनुष्य रूपातील प्रथम अवतार श्रीपाद श्रीवल्लभ, द्वितीय अवतार श्री नरसिंह सरस्वती तदनंतर अक्कलकोटचे स्वामी समर्थ, सकलमताचार्य श्री माणिक प्रभू , सर्वज्ञ दासोपंत, संत एकनाथ महाराज, परम पूज्य वासुदेवानंद सरस्वती, शंकर महाराज, आदि दत्त अवतारी सतपुरुषांची व त्यांचे संदर्भातील दत्त स्थानाची महती माहिती असते. मात्र दत्त संप्रदायाची इतकीच ओळख पुरेशी नाही. यासाठीच्या हा लेखन प्रपंच ज्यास आपल्या सारख्या दत्तभक्तांचे सहकार्य ही दत्तकृपाच आहे.

साधारण सध्या दत्त भक्त यांना माहिती असते त्या प्रमाणे

१) दत्त महाराज यांचे प्रथम अवतार श्रीपाद श्रीवल्लभ

जन्म : पिठापूरम, कार्य : कुरवपूर

कार्यकाळ : २४ ऑगस्ट १३२०

भाद्रपद शुद्ध ४ शुक्रवार शके १२४७ ते २३ सप्टेंबर १४३०

अश्विन वद्य १२ शके १४३०

२) द्वितीय अवतार श्री नृसिंह सरस्वती

जन्म : कारंजा

कार्य : नरसोबावाडी, गाणगापूर, कर्दळी बन,

१ वर्ष गौप्य रूपाने राक्षसभुवन अंबाजोगाई आणि परळी वैद्यनाथ

कार्यकाळ : ई.स. २१ डिसेंबर १३७८ शुक्रवार

शके पौष शुद्ध २ शके १३०० ते २० जानेवारी १४५९

शके माघ वद्य प्रतिपदा १३८०

३) तृतीय अवतार स्वामी समर्थ अक्कलकोट

जन्म आणि निर्वाण निश्चित कार्यकाळ उल्लेख आढळत नाही.

वरील मानव रुपी तिन्ही अवतार यांचा काळ विस्तारपूर्वक देण्याचा हेतू की सध्या दत्त भक्तांना या पुर्वीचा काळ व दत्त संप्रदायाचा फारसा माहिती नाही.

दुसरी बाब महाराष्ट्र, कर्नाटक, मध्यप्रदेश, राजस्थान, गुजरात आंध्र प्रदेश, तेलंगना या राज्या शिवाय अन्य दत्त स्थाने फारशी माहिती नाहीत.

मग दत्त संप्रदाय फक्त वरील राज्यापुरताच आहे का ?

बाकी माहिती पुढील लेखात देणारच आहे.

तो पर्यंत

गुरुदेव दत्त कृपा करा.

(क्रमशः)

प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी

संध्याराणी जयहिंद कोल्हे {काव्यसंध्या}
कळंब जि.धाराशिव मो. 87885 91371

श्वास

श्वासासवे घेते देवा
मुखी तुझे नाम
आनंदी जीवन जगते
होईल तशी नेहमी
सर्वांना मदत करता
मन समाधानी राहते

श्वास लाभलेला आहे
मानवास खरा छान
आदर त्याचा करावा
द्वेष,राग,अहंकार
नेहमीच दूर करुन
प्रेमभाव मनी बाळगावा

गावखेड्यातील सेव टाकणी

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

गावखेड्यातील संस्कृती जगाच्या पाठीवर कुठेही शोधून बघितले तरी बघायला मिळणार नाही. म्हणूनच कुठेतरी या गावखेड्यातील संस्कृतीमुळे आपुलकीचे नाते, मैत्री, माणुसकी, प्रेम, आदर, मानसन्मान, मदत आजही टिकून आहे. आणि यामुळेच गावखेड्यातील एकता जगाला खूप काही देत असते. अशीच एक गावखेड्यातील अतिशय जुनी संस्कृती आहे तिला झाडीबोली भाषेत ''सेव टाकणी'' या नावाने ओळखले जाते सेव म्हणजेच डोक्यावर घेतलेला ''पदर होय'' खरं जर बघितले तर ह्याच पदरामुळे महिलेचा विशेष आदर केला जातो. चला तर मग ही जुनी संस्कृती कशाप्रकारे टिकून आहे याविषयी थोडक्यात जाणून घेऊया!

अठरा वर्ष पूर्ण झालेल्या भाचीला, मामा आदरपूर्वक तिला घ्यायला जातो.नंतर दुसऱ्या दिवशी घराशेजारच्या पाच,सात मुली, महिला सन्मानपूर्वक बोलावले जातात. त्या मुलीच्या आंघोळीच्या आधीच तिला पाटावर बसवले जाते. नंतर मामा तिचे पाय धुते. घरातील पुरूष मंडळी व त्या बोलावलेल्या सर्व मुली, महिला मिळून त्या मुलीला सर्वजण मिळून थोडी, थोडी हळद लावतात.तिचे औक्षवंत करतात.नंतर त्या मुलीची मामी तिला आंघोळीला घेऊन जाते व तिचे केस धुवून देते, याला झाडीबोली भाषेत

''आंग डोकस्सी'' धुवून देणे असे म्हणतात. नंतर त्या मुलीला मामी नवीन साडी, चोळी घालायला देते. ती तयार झाल्यावर परत दुसऱ्यांदा तिला पाटावर बसवले जाते. नंतर मामा परत दुसऱ्यांदा तिचे पाय धुते तिला अक्षता लावते, नंतर तिचे मामा मामी तिला पाटावर उभे करतात आणि दोघेही मिळून तिचा पदर तिच्या डोक्यावर मोठ्या मायेने ठेवतात यालाच ''सेव'' टाकणे असे म्हणतात. नंतर तेथे उपस्थित असलेल्या महिला, मुली, घरातील पुरूष मंडळी सुद्धा तिला औक्षवंत करतात तिच्या हातात पैसे देतात. नंतर मामी त्या भाचीला पाहुणचार करून जेवू घालते व मामा सन्मानपूर्वक तिला, तिच्या आईबाबाच्या घरी एक, दोन दिवसांनी नेऊन देते. गेल्या काही वर्षात गावखेड्यातील ही जुनी संस्कृती आता हळूहळू लुप्त होण्याच्या मार्गांवर दिसत आहे. जोपर्यंत मामा आपल्या अठरा वर्ष पूर्ण झालेल्या भाचीला सेव टाकत नसे तोपर्यंत कोणतीही भाची साडी नेसत नसे हा रिवाज गावखेड्यातील होता.

एखाद्या मुलीला जर मामा नसेल तर नात्यातील किंवा मानलेला मामा त्या भाचीला सेव टाकायला नेत असते पण, भाचीला सेव टाकण्याचा मान फक्त, आणि फक्त मामा, मामीलाच असते आणि तो मान गावखेड्यात राहणारे लोक ही जुनी संस्कृती म्हणून टिकवून ठेवत आहेत. ही नुसती एक संस्कृती नाही तर त्या भाचीला त्या सेवाचा, पदराचा मानसन्मान, मामामामीने दिलेला आशीर्वाद, संस्कार टिकवून ठेवण्याची आजीवन शिकवण देत असते. ती नवीन साडीचोळी एक निमित्त मात्र आहे पण, जो मान त्या मुलीला मामा, मामीकडून मिळते तो मान तिच्यासाठी टिकवून ठेवणे तिच्यावरच असते.

सौ.संगीता संतोष ठलाल
मु.कुरखेडा जि.गडचिरोली
७८२१८१६४८५

म्हणून आजही गावखेड्यातील जेष्ठ महिला, सून डोक्यावर पदर ठेवत असतात हे कोणापासूनही लपलेले नाही. अशी ही सेव टाकण्याची जुनी संस्कृती फक्त आणि फक्त गावखेड्यातच आजही बघायला मिळत असते. कदाचित शहरात ही संस्कृती नसेलही त्यामुळे शहरातील वातावरण, रितीरिवाज हे वेगवेगळ्या प्रकारचे बघायला मिळत असतात.पण, गावखेड्यातील संस्कृती मात्र खूप काही शिकायला भाग पाडते अशी ही अतिशय जुनी असलेली सेव टाकण्याची संस्कृती टिकवून ठेवणे आजच्या घडीला गरजेचे आहे. ही, त्या भाचीला मिळालेला आशीर्वादच नाही तर तिच्यासाठी मिळालेली आपुलकी, आदर, मानसन्मान, संस्कार, संस्कृती या सेव टाकलेल्या रिवाजातून तिला बरंच काही टिकवून ठेवायचे असते. आणि जेव्हा ती, ही संस्कृती व मिळालेला मान टिकवून ठेवते ती मुलगी एक चांगली महिला म्हणून समाजात वावरतांना बघायला मिळत असते.जसे की,आजही गावखेड्यातील महिला जुन्या संस्कृतीला जोपासून जगताना दिसत आहेत.

***

पालखी सोहळा तुकोबांचा, गजर विठ्ठलाचा

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

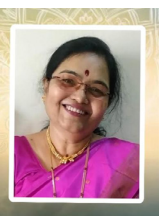
''ज्ञानबा-तुकाराम... ज्ञानबा-तुकाराम...'' हा नाद जेव्हा देहूच्या पवित्र भूमीतून हवेत विरघळू लागतो, तेव्हा केवळ टाळ-मृदंगच वाजत नाहीत, तर शतकानुशतके सुप्त राहिलेली महाराष्ट्राची आध्यात्मिक चेतना जागी होते. आषाढ महिना जवळ आला की, प्रत्येकाच्या मनाला पंढरीचे वेध लागतात. याच वारीचा आणि भक्तीचा सर्वात दैदिप्यमान मुकुटमणी म्हणजे जगद्गुरु संत तुकाराम महाराजांचा पालखी सोहळा! हा केवळ एक प्रवास नाही, तर देहूपासून पंढरपूरपर्यंत मानवी मनाचे झालेले एक अद्भुत उदात्तीकरण आहे.

देहूची माउली निघाली पंढरी

तुकोबांच्या पालखी सोहळ्याला एक अभूतपूर्व ऐतिहासिक आणि सामाजिक वारसा आहे. जेव्हा तुकोबांची पालखी मार्गस्थ होते, तेव्हा जात, पात, गरिबी-श्रीमंती या सर्व मानवनिर्मित भिंती गळून पडतात. खांद्यावर घेतलेली विठ्ठलाची भगवी पताका आणि कपाळावर लावलेला सुवासिक बुक्का, हेच प्रत्येक वारकऱ्याचे अंतिम वैभव असते. वारीतील या अथांग जनसागराकडे पाहिले की जाणवते, तुकोबांनी त्यांच्या अभंगांमधून दिलेली समतेची शिकवण आजही महाराष्ट्राच्या मातीत किती खोलवर रुजलेली आहे.

समाजप्रबोधनाचा वारसा

संत तुकाराम महाराजांचा हा पालखी सोहळा केवळ भक्तीचा सोहळा नसून तो महाराष्ट्राच्या सामाजिक, सांस्कृतिक आणि वैचारिक समतेचा जिवंत वारसा आहे. ज्ञान आणि भक्तीचा अनोखा संगम घडवणारा हा सोहळा, ज्ञानबा-तुकाराम नामाच्या गजरात समाजप्रबोधन आणि निस्वार्थी सेवेचा धडा देतो. वारीच्या या वाटेवर माणसाला स्वार्थाकडून परमार्थाकडे आणि मी कडून आम्ही कडे जाण्याची दीक्षा मिळते. हा सोहळा म्हणजे समतावादी समाजाची निर्मिती करणारी एक गतिमान विचार शाळाच आहे.



सौ. भामिनी महाले
पिंपळे सौदागर, पुणे.
मो. 9588691023

डोळ्यांचे पारणे फेडणारा रिंगण सोहळा

या सोहळ्याचे सर्वात मोठे आकर्षण म्हणजे रिंगण सोहळा. वेगाने धावणारा मानाचा अश्व, त्याला स्पर्श करण्यासाठी व्याकुळ झालेले वारकरी आणि धूलिकणांना कपाळी लावणारे लाखो हात! हा सोहळा डोळ्यांत साठवून घेताना, बुद्धीच्या पलिकडे काहीतरी अनुभवल्याचा भास होतो. टाळ्यांचा कडकडाट, फुगड्यांचे खेळ आणि ''विठ्ठल विठ्ठल'' चा अखंड गजर... या वातावरणात माणसाचे अहंकारी अस्तित्व गळून पडते आणि केवळ शुद्ध भक्तीचा ज्योतिर्मय प्रकाश उरतो.

विठ्ठल नामाच्या गजरातील प्रवास

वारीत चालणे म्हणजे जीवनाचा चालत राहण्याचा संदेश आहे. पायाला पडलेले फोड, पाऊस-पाण्याची तमा न बाळगता मैलोन्मैल चालणारे वारकरी हे आपल्याला सुख-दुःखाच्या पलिकडे जाऊन जगण्याची कला शिकवतात. तुकोबांच्या पालखीत चालताना प्रत्येक पाऊल विठ्ठलमय होते. मुखात असणारा विठ्ठलाचा गजर मानवी मनातील सर्व नैराश्य आणि अंधार दूर करून, तिथे आत्मिक आनंदाचा दिवा प्रज्वलित करतो.

उपसंहार

संत तुकाराम महाराजांचा हा पालखी सोहळा म्हणजे महाराष्ट्राच्या सांस्कृतिक आणि वैचारिक समृद्धीचे जिवंत प्रतीक आहे. देहू ते पंढरपूर हा प्रवास बाह्य जगातील अंतराचा वाटत असला, तरी तो प्रत्यक्षात मानवाचा स्वतःच्या अंतरात्म्याकडे आणि ईश्वराकडे जाणारा आंतरिक प्रवास आहे. या वारीच्या निमित्ताने, विठ्ठल नामाचा हा गजर आपल्या सर्वांच्या जीवनात सदाचार, प्रेम आणि मानवतेचा ज्योतिर्मय प्रकाश पसरवत राहो, हीच माउलींच्या चरणी प्रार्थना! जय हरी विठ्ठल!

खाजगी शाळेतील शिक्षकांचे इयत्ता तिसरी व चौथीचे प्रशिक्षण संपन्न

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

नागपूर - राष्ट्रीय शिक्षण धोरण (NEP) २०२० अंतर्गत शालेय शिक्षण अभ्यासक्रम व पाठ्यक्रम २०२६ नुसार इयत्ता तिसरी व चौथी चे प्रशिक्षण नुकतेच दिनांक ०२ ते ०६ जुलै या कालावधीत W.S.S.C. बालक मंदिर, अजनी येथे शाळेत पार पडले. प्रशिक्षणात URC 1 अंतर्गत जुपिटर केंद्र, जानकी केंद्र, भिडे केंद्र, अंजुमन केंद्रांतर्गत येणाऱ्या इयत्ता तिसरी व चौथीला शिकविणाऱ्या शिक्षकाचे कला शिक्षण, कार्य शिक्षण, शारीरिक शिक्षण या विषयांचे चार दिवसीय प्रशिक्षण तज्ञ मार्गदर्शक अंकुश शिंगाडे, सीमा मॅडम, सिरसाट मॅडम, सपना बांबल, सुनीता गावंडे यांच्या मार्गदर्शनाखाली उत्साहात पार पडले.

प्रशिक्षणाच्या पहिल्या दिवशी पूर्व चाचणी घेऊन सुरुवात करण्यात आली. प्रशिक्षणामध्ये शैक्षणिक मूल्ये, विद्यार्थ्यांचा पंचकोश विकास यामध्ये आनंदमय कोश, विज्ञानमय कोश, मनोमय कोश, प्राणमय कोश, अन्नमय कोश तसेच अध्ययन अध्यापनाच्या पंचपदी, अभ्यासक्रमाची ध्येय, अभ्यासक्रमाच्या क्षमता, अभ्यासक्रमाच्या अध्ययन निष्पत्ती, याचे सखोल मार्गदर्शन प्रशिक्षणामध्ये करण्यात आले. प्रशिक्षणाच्या शेवटच्या दिवशी सर्व प्रशिक्षणार्थ ची उत्तर चाचणी घेण्यात आली.

समारोपीय कार्यक्रमांमध्ये शाळेचे मुख्याध्यापिका इंगळे, तज्ञ मार्गदर्शक अंकुश शिंगाडे सर, सौ.सीमा, सिरसाट मॅडम, सपना बांबल मॅडम, सुनीता गावंडे उपस्थित होते. गीतांजली मॅडम यांनी या कार्यक्रमात मनोगत व्यक्त करताना गड आल पण सिंह गेला या ऐतिहासिक घटनेचे पोवाडा गाऊन सादरीकरण केले. संचालन अश्विनी मेश्राम तर आभार गीत गाऊन सर्व शिक्षकांमार्फत करण्यात आले.

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

श्रीकृष्णाचे सुदर्शन चक्र आणि सीप

मित्रांनो, अग्नी देवाने दिलेले सुदर्शन चक्र श्रीकृष्णाच्या करंगळीवर विराजमान आपण सगळ्यांनीच फोटोमध्ये पाहिलेले आहे. या सुदर्शन चक्राच्या अनेक कथा ही आपण ऐकलेल्या आहेत.
त्यापैकीच एक शिशुपालची कथा, ज्या शिशुपालला शंभर अपराध माफ केल्यानंतर श्रीकृष्णाने आपल्या सुदर्शन चक्राने ठार मारले.
नरकासुराचा वध श्रीकृष्णाने सुदर्शन चक्राने केला.
श्रीकृष्णाने महाभारताच्या युद्धामध्ये सूर्याला सुदर्शन चक्राने झाकून जणू काही संध्याकाळ झाली आहे असा देखावा निर्माण केला आणि मग अर्जुनाने जयद्रथाला मारले.
खांडव वनाचे दहन श्रीकृष्णाने सुदर्शन चक्राच्या साहाय्यानेच केले....
एकाच सुदर्शन चक्राचे अनेक उपयोग श्रीकृष्ण करत असे.
सुदर्शन चक्र फक्त शत्रूवर वार करण्यासाठी नव्हते, त्याचे अनेक उपयोग होते.
मित्रांनो म्युच्युअल फंडाची एसआयपी पण या सुदर्शन चक्रा प्रमाणेच बहु उपयोगी असे एक साधन आहे.
एक सीप जे तुम्हाला तुमच्या मुलांच्या शिक्षणाची, लग्नाची सोय करू शकेल, एक सीप जे तुमच्या मेडिकल एक्सपेंन्सची सोय करू शकेल, एक सिप जे तुमच्या रिटायर्ड लाईफ मध्ये पेन्शन सारखे काम करेल, एक सिप जे तुम्हाला तुमच्या फॉरेन टूर साठी उपयोगी पडेल, एक सिप जे तुमच्या इन्कम टॅक्स साठी उपयोगी पडेल. एक सीप जे तुम्हाला तुमच्या आवडीच्या कार खरेदी साठी मदत करेल.
तुमच्या प्रत्येक गरजेसाठी सीप उपयोगी पडेल.
इतके उपयोग असलेले कोणते दुसरे फायनान्स टुल तुम्हाला माहित आहे का? असेल तर कमेंट करा.
आणि जर माहीत नसेल तर म्युच्युअल फंड ऑनलाईन ला संपर्क करुन आजच सीपचे सुदर्शन धारण करा.

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

तुमचे प्रॉब्लेम लपवून ठेवू नका त्यासाठी तज्ज्ञ डॉक्टरांचे मार्गदर्शन घ्या फोनवर आणि घरीबसून औषधी मिळवा.
■ ऑनलाईन औषधोपचार : आता सर्वकाही झाले आहे ऑनलाईन मग आजारपणात 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 आजार सांगू शकता व त्यावर आयुर्वेदिक पद्धतीने हमाखास उपाय केला जाईल, पोस्टाने औषधं पाठविल्या जातील, प्रसिद्ध आयुर्वेदाचार्य डॉ. शेख ए एच, 37 वर्षांचा अनुभव, 200 पेक्षा अधिक पुरस्कार प्राप्त, 2 लाखांपेक्षा अधिक विविध लैंगिक समस्यग्रस्त 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 रेकॉर्डस् मध्ये विक्रमी नोंद झालेली आहे.
सेक्स विषयक कोणताही प्रॉब्लेम असो फक्त एकदा फोन करा व मार्गदर्शन घ्या. व तुमचे प्रश्न सोडवा.

Dr Shaikh A H - 98606 99906

कृतज्ञ मी कृतार्थ मी भगवंत हृदयस्थ आहे

© अपर्णा परांजपे कात्रज पुणे मो.95030 45495

स्वस्थानशोभा ।

समाने शोभते प्रीती राज्ञि सेवा च शोभते
वाणिज्यं व्यवहारेषु स्त्री दिव्या शोभते गृहे ॥

प्रेम हे समान विचार, समान संस्कार आणि परस्पर आदर असलेल्या व्यक्तींमध्ये अधिक शोभून दिसते. राजाची सेवा राजदरबारातच योग्य ठरते, व्यापार व्यवहारातच यशस्वी होतो आणि सद्गुणी स्त्री घरात सुख, शांती व समृद्धी निर्माण करते. या श्लोकातून प्रत्येक व्यक्ती, गुण आणि कार्य यांचे योग्य स्थान आणि संदर्भ असतो, हे स्पष्ट होते. योग्य व्यक्ती, योग्य कार्य आणि योग्य स्थान यांचा समन्वय झाला तरच जीवनात सौंदर्य, यश आणि संतुलन निर्माण होते. ‼

हे सुभाषित अत्यंत अर्थगर्भ आहे. त्याचा मुख्य सिद्धांत म्हणजे "स्वस्थानशोभा" – प्रत्येक गुण, वस्तू, व्यक्ती किंवा कर्म हे योग्य स्थानीच शोभून दिसते. भारतीय शास्त्रांत हा विचार अनेक ठिकाणी आढळतो.

मूळ श्लोक :
समाने शोभते प्रीती राज्ञि सेवा च शोभते ।
वाणिज्यं व्यवहारेषु स्त्री दिव्या शोभते गृहे ॥

भारतीय संस्कृतीत देश-काल-पात्र (योग्य स्थान, योग्य वेळ आणि योग्य पात्र) यांना अत्यंत महत्त्व दिले आहे. एखादी गोष्ट कितीही श्रेष्ठ असली, तरी ती अयोग्य ठिकाणी किंवा अयोग्य वेळी केली तर तिचे सौंदर्य आणि परिणाम कमी होतात.

■ १. समाने शोभते प्रीती प्रेम समान मूल्ये, समान धर्मबुद्धी, समान संस्कार आणि परस्पर आदर असलेल्या व्यक्तींमध्ये टिकते.

यालाच भगवद्गीतेमध्ये भगवान श्रीकृष्ण म्हणतात
यो यच्छ्रद्धः स एव सः। (१७.३)
ज्याची जशी श्रद्धा आणि वृत्ती, तसाच तो मनुष्य असतो. म्हणून समान श्रद्धा आणि मूल्ये असतील तेथेच प्रीती दृढ राहते.

तसेच— समानशीलव्यसनेषु सख्यम्। (सुभाषित)
समान स्वभाव आणि समान आचार असणाऱ्यांमध्येच खरी मैत्री व प्रेम फुलते.

■ २. राज्ञि सेवा च शोभते
सेवा ही योग्य अधिकार, शिस्त आणि धर्मपालनाच्या चौकटीत केली तरच तिचे फळ मिळते. (भगवद्गीता) क्रमशः....

महावस्त्र नात्यांचं : महावस्त्राचे पदर...

विश्वास देशपांडे, चाळीसगाव, प्रतिक्रियेसाठी : ९४०३७४९९३२

'बाबा' (सह्याद्रीची ढाल)

पुढे......

राकट देशा, कणखर देशा, दगडांच्याही देशा,
नाजूक देशा, कोमल देशा, फुलांच्याही देशा!

जसा हा महाराष्ट्र वरून राकट आणि कणखर असला, तरीतून नाजूक, कोमल आणि फुलांचा प्रदेश आहे; मला वाटतं बाबांचे व्यक्तिमत्त्वही हुबेहूब असंच असतं! ते वरून राकट आणि कणखर दिसतात, पण ते केवळ बाह्य रूप असतं. मनाने बाबा सुद्धा तितकेच हळवे असतात. आईचे अश्रू सहज दिसतात, बाबांचे दिसत नाहीत; एवढाच काय तो फरक! बाबा म्हणजे अगदी 'नारळासारखे'. नारळ वरून पाहायला किती कठिण, खडबडीत आणि टणक असतो; पण त्याच्या आत डोकावून पाहिलं, तर तिथे मायेचं गोड पाणी आणि शुभ्र खोबरे साठलेलं असतं. भगवान शंकरांनी जगाला वाचवण्यासाठी हलाहल विष कंठात धारण केलं, पण बाबांनी प्रपंचात येणाऱ्या समस्यांचं आणि संकटांचं हलाहल चक्क स्वतः पिऊन टाकलं! त्या आगीची झळ त्यांनी कधीच आपल्या लेकरांना लागू दिली नाही.

मुलीच्या पाठवणीच्या वेळी जगासमोर खंबीर राहणारा, पण पाठीमागे कोपऱ्यात जाऊन मुसमुसून डोळे पुसणारा पिता मी स्वतः अनुभवला आहे.

वडिलांच्या स्वभावातील काही वेळा जाणवणारी कठोरता आणि शिस्त ही केवळ आणि केवळ आपल्या मुलांच्या उज्वल हितासाठीच असते. आई जर मुलाचा पहिला गुरू असेल, तर वडील मुलाला मोठे होईपर्यंत आणि जगाच्या बाजारात पाय रोवून उभे राहेपर्यंत मार्ग दाखवणारे खरे मार्गदर्शक असतात. जेव्हा लहान असलेला मुलगा आईचं बोट सोडून चालण्याइतका मोठा होतो, तेव्हा त्याला पुढचा खडतर मार्ग बाबांच्याच मार्गदर्शनाने दिसू लागतो. पावलापावलावर ते त्याची सोबत करतात. "भिऊ नकोस, मी तुझ्या पाठीशी आहे" अशी त्यांची मूक भूमिका मुलाला आश्वस्त करणारी आणि त्याचा आत्मविश्वास वाढवणारी असते. अपयशाच्या काळात पाठीवर मायेचा हात ठेवून 'लढ' म्हणणारे बाबाच असतात. क्रमशः....

पहिलं पाऊल पंढरीकडे भक्तीचा आरंभ

अमोल बोरीकर

पहाट अजून पूर्ण उजाडलेली नसते. घरातील देवघरातला दिवा शांतपणे तेवत असतो. आई ओवाळते, वडिलांच्या डोळ्यांत नकळत पाणी दाटतं, घरातील लहान लेकरं निरागस नजरेने पाहत असतात. वारकरी घराच्या उंबरठ्याला माथा टेकवतो, अंगणातील माती कपाळी लावतो आणि हळूच म्हणतो—"विठुराया... आता तुझ्या भेटीला निघालो."

तो क्षण शब्दांत सांगता येत नाही. त्या क्षणी पाय चालायला लागतात, पण खरं तर मन धावू लागतं. प्रत्येक पावलागणिक संसाराचा भार हलका होतो आणि अंतःकरणात भक्तीचा दिवा अधिक तेजाने पेटू लागतो. पंढरपूर अजून खूप दूर असतं, पण विठ्ठल मात्र मनात येऊन विसावलेला असतो.

या पहिल्या पावलाचे कौतुक करताना संत ज्ञानेश्वर माऊली म्हणतात:
"माझा मराठाचि बोलु कौतुकें। परी अमृतातेही पैजा जिंके॥"

आणि या मराठी मातीतली भक्ती कशी आहे, तर "पैलतीरावरून विठ्ठल हाक मारतो आणि इथून भक्त धाव घेतो."

आजच्या वेगवान, आधुनिक जगात आपण सगळेच सुखाच्या मागे धावतोय. गाडी, बंगला, पैसा सगळं काही मिळवलं, तरी रात्रीची झोप हरवली आहे. नात्यांमध्ये कोरडेपणा आलाय आणि मनावर चिंतेचे मळभ साचले आहे. अशा वेळी वारीचे हे 'पहिलं पाऊल' आपल्याला थांबायला आणि स्वतःचा शोध घ्यायला शिकवते. हे पाऊल फक्त जमिनीवर पडत नाही, तर ते अहंकार, स्पर्धा आणि विवंचनेच्या छाताडावर पडते. वारीची सुरुवात म्हणजे 'मी' कडून 'आम्ही' कडे जाण्याचा प्रवास आहे.

वारीची खरी सुरुवात पंढरपूरच्या रस्त्यावर होत नाही. ती त्या क्षणी होते, जेव्हा आपल्या डोळ्यांत दुसऱ्याच्या दुःखासाठी अश्रू येतात, हात सेवा करण्यासाठी पुढे होतात आणि ओठांवरून सहज उमटतं —"विठ्ठल... विठ्ठल..."

उमटतं, त्याच क्षणी विठुराया आपल्या अंतःकरणात येऊन उभा राहतो.

पहिलं पाऊल पंढरीकडे टाकण्यासाठी पायांची ताकद लागत नाही; लागते ती श्रद्धेने भरलेलं मन आणि विठ्ठलावर अखंड विश्वास ठेवणारं हृदय.

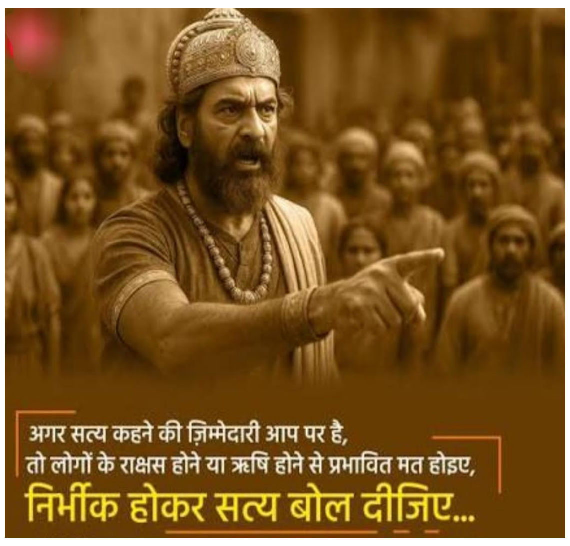
सत्याजवळ सदैव परमेश्वराचा वास असतो

ज्योतिर्मय साहित्य

मानवी जीवनाचा पाया जर कोणत्या एका मूल्यावर उभा असेल, तर तो म्हणजे सत्य. सत्य ही केवळ बोलण्याची गोष्ट नसून ती जगण्याची पद्धत आहे. सत्याचा स्वीकार करणारा माणूस जीवनातील प्रत्येक प्रसंगाला धैर्याने सामोरा जातो. सत्याच्या मार्गावर चालणाऱ्या व्यक्तीच्या मनात भीती, कपट किंवा फसवणुकीला स्थान नसते. म्हणूनच आपल्या संत-महात्म्यांनी, ऋषी-मुनींनी आणि महान विचारवंतांनी सत्याला सर्वोच्च स्थान दिले आहे.

व्यक्तीच्या जीवनातील सत्य वर्तन, सत्य वाचा, सत्य व्यवहार, प्रामाणिकपणा, सत्यभाव, सत्य विचार, सत्य संगती आणि सत्य वचन या गोष्टी त्याच्या व्यक्तिमत्त्वाला सुसंस्कारित बनवतात. अशा व्यक्तीला समाजात मान-सन्मान, विश्वास आणि प्रेम मिळते. सत्याचे पालन करणाऱ्या व्यक्तीचे मन सदैव शांत, समाधानी आणि प्रसन्न राहते. कारण सत्य माणसाला आत्मविश्वास, आत्मिक शक्ती आणि मानसिक स्थैर्य प्रदान करते.

सत्य हे केवळ नैतिक मूल्य नसून ते धर्माचे मूळ तत्त्व आहे. आपल्या भारतीय संस्कृतीत ''सत्यमेव जयते'' हे राष्ट्रवाक्य स्वीकारले गेले आहे. याचा अर्थ शेवटी विजय हा सत्याचाच होतो. कितीही संकटे आली, कितीही अडथळे निर्माण झाले, तरी सत्याचा मार्ग सोडू नये. सत्याचा मार्ग कधी कठीण वाटू



शकतो, पण त्याचे अंतिम फळ नेहमीच सुख, शांती आणि समाधान देणारे असते.

संतांनी सांगितले आहे की ''सत्य म्हणजेच धर्म आणि सत्य म्हणजेच परब्रह्म.'' जिथे सत्य असते, तिथे परमेश्वराचा वास असतो. सत्यप्रिय व्यक्तीवर ईश्वराची कृपा सदैव राहते. सत्याच्या मार्गावर चालणाऱ्या माणसाला संकटे येतात, पण त्या संकटांवर मात करण्याचे सामर्थ्यही परमेश्वरच त्याला देत असतो. म्हणूनच सत्यमार्गी साधकाचा खरा कैवारी परमेश्वर असतो.

धोंडीरामसिंह ध. राजपूत
वैजापूर, छत्रपती संभाजीनगर
मो. ९४२१३१२२४४

याउलट असत्य, खोटेपणा, फसवणूक, कपट आणि बेईमानी ही माणसाच्या जीवनातील सर्वात मोठी अधोगती आहे. असत्याचा आधार घेणारा माणूस काही काळासाठी यशस्वी झाल्यासारखा वाटतो, परंतु त्याच्या मनात सतत भीती, अपराधीपणा आणि अस्वस्थता असते. अशा व्यक्तीला मानसिक, भावनिक, वैचारिक आणि शारीरिक त्रास सहन करावा लागतो. असत्याच्या मार्गाने मिळालेला आनंद क्षणिक असतो, तर त्याचे परिणाम दीर्घकाळ दुःखदायक ठरतात.

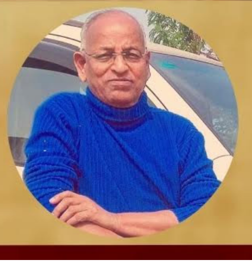
आजच्या स्पर्धेच्या आणि धावपळीच्या युगात अनेकदा लोक स्वार्थासाठी सत्याचा त्याग करतात. पैसा, पद, प्रतिष्ठा किंवा लाभ मिळवण्यासाठी असत्याचा मार्ग स्वीकारतात. परंतु अशा मार्गाने मिळणारे यश टिकाऊ नसते. उलट सत्य, प्रामाणिकपणा आणि नीतिमत्ता यांच्या आधारावर उभे राहिलेले जीवन अधिक समृद्ध, सन्माननीय आणि आनंदी असते.

पालकांनी आपल्या मुलांमध्ये लहानपणापासूनच सत्य बोलण्याची, प्रामाणिक राहण्याची आणि योग्य आचरण करण्याची सवय लावली पाहिजे. शाळा, समाज आणि कुटुंब यांनीही सत्य, सदाचार आणि नैतिक मूल्यांचा वारसा पुढील पिढीपर्यंत पोहोचवणे ही काळाची गरज आहे. कारण सत्यनिष्ठ नागरिकांमुळेच सुदृढ समाज आणि सशक्त राष्ट्राची निर्मिती होऊ शकते.

सत्याचा मार्ग स्वीकारणारा माणूस कधीही एकटा नसतो. त्याच्यासोबत त्याचे चांगले कर्म, त्याचे सद्विचार आणि परमेश्वराची कृपा सदैव असते. म्हणूनच जीवनात कोणतीही परिस्थिती आली तरी सत्याची कास सोडू नये. सत्याचे आचरण केल्याने माणसाचे हितच होते, तर असत्याचे फळ शेवटी दुःख, पश्चात्ताप आणि विनाशच असते.

चला, आपण सर्वांनी सत्य, प्रामाणिकपणा आणि सदाचाराचा मार्ग स्वीकारूया. आपल्या विचारात, वर्तनात आणि व्यवहारात सत्याला सर्वोच्च स्थान देऊया. कारण ''सत्याजवळ सदैव परमेश्वराचा वास असतो,'' आणि जिथे परमेश्वराचा वास असतो तिथे सुख, शांती, समाधान आणि आनंद यांची कधीच कमतरता नसते.

चिन्हांच्या गर्दीत हरवणारे शब्द

मुकुंद भालेराव, छत्रपती संभाजी नगर
विद्युतसंदेशसंकेतसूत्र –
bhalerao.mukund@gmail.com
भ्रमणभाष्यक्रमांक – ८३० ८८ ३५३ १३


सोपेपणाच्या मोहात शब्दांची उपेक्षा (भाग १)

ज्योतिर्मय साहित्य

तुम्हां सर्वांना हे शीर्षक वाचून कदाचित मी वैद्यकीय विषयावर लिहिणार आहे असे वाटले असावे; पण तसे नाही. मी डॉक्टर नाही. मला ज्या विषयावर बोलायचे आहे तो म्हणजे संवादशास्त्र, भाषाशास्त्र, स्मरणशक्ती आणि आधुनिक डिजिटल सवयी. विशेषतः आपण आजकाल सामाजिक माध्यमांवर संवाद साधताना शब्दांऐवजी चिन्हे, इमोजी आणि आयकॉन्स यांवर किती अवलंबून झालो आहोत, याचा विचार करायचा आहे.

आज आपल्यापैकी जवळजवळ प्रत्येकजण कोणते ना कोणते सामाजिक माध्यम वापरतो. फेसबुक, इन्स्टाग्राम, व्हॉट्सअॅप किंवा इतर अनेक माध्यमांवर आपण दिवसातून अनेक वेळा प्रतिक्रिया व्यक्त करतो. एखादी पोस्ट आवडली की अंगठा वर, आवडली नाही तर अंगठा खाली, प्रेम व्यक्त करायचे तर हृदयाचे चिन्ह, आनंद झाला तर हसरा चेहरा, राग आला तर रागीट चेहराक्षणात प्रतिक्रिया दिली जाते. काही सेकंदांत आपले मत व्यक्त होते आणि काम संपते.

यात सोय आहे, वेग आहे आणि सहजता आहे. त्यामुळे अनेकांना हा संवादाचा अधिक परिणामकारक मार्ग वाटतो. पण या सोयीच्या बदल्यात आपण काही गमावत तर नाही ना, हा प्रश्न स्वतः ला विचारण्याची वेळ आली आहे.

ज्यांना जन्मतः बोलता येत नाही किंवा ऐकू येत नाही, अशा मूकबधिर व्यक्तींसाठी सांकेतिक भाषा ही अत्यंत आवश्यक आणि प्रभावी संवादपद्धती आहे. त्यांच्याकडे दुसरा पर्याय नसतो. परंतु ज्यांना स्पष्ट बोलता येते, विचार मांडता येतात आणि समृद्ध भाषा उपलब्ध आहे, त्यांनी जर स्वतःहून शब्दांचा वापर कमी केला, तर त्याचे दूरगामी परिणाम होणार नाहीत का?

आपण लहान मुलांचे उदाहरण पाहतो. जे मूल अशा वातावरणात वाढते की जिथे त्याच्याशी भरपूर संवाद साधला जातो, त्याची शब्दसंपत्ती झपाट्याने वाढते. उलट, ज्या मुलाशी कमी बोलले जाते, त्याला बोलायला उशीर लागतो. कारण शब्द ऐकले, समजले आणि वापरले तरच ते स्मरणात राहतात. शब्दांशिवाय भाषा विकसित होत नाही. मग आपल्या दैनंदिन जीवनात आपणच जर शब्दांचा वापर कमी करू लागलो, तर आपल्या शब्दसंपत्तीचे काय होईल? आपण स्वतःला व्यक्त करण्यासाठी जितके कमी शब्द वापरू, तितके कमी शब्द आपल्या स्मरणात राहतील. संवादाचा वेग वाढेल; पण त्याचबरोबर भाषेची समृद्धी कमी होण्याचा धोका निर्माण होईल. आज आपण एका अशा वळणावर उभे आहोत, जिथे संवाद अधिक होत आहे; पण शब्द कमी होत आहेत. हा विरोधाभास लक्षात घेण्यासारखा आहे. तंत्रज्ञानाने आपल्याला संवादाची असंख्य साधने दिली, पण त्याच वेळी त्याने आपल्याला शब्दांच्या काटकसरीची सवयही लावली आहे. ही काटकसर केवळ भाषेपुरती मर्यादित राहणार नाही; ती आपल्या विचारांवर, स्मरणशक्तीवर आणि अभिव्यक्तीक्षमतेवरही परिणाम करू शकते.

थोडासा वेगळा विचार, पुन्हा नव्याने

ज्योतिर्मय साहित्य

(मागील अंकावरून)

हा प्रश्न समोर येताच, डॉक्टर व्यक्ती दहा मिनिटे शांत विचार करत बसली आणि म्हणाली,

माझी पत्नी खुप शांत नी अबोल स्वभावाची होती, ती फार कुणात मिसळत नसे, तिचं विश्व म्हणजे मी आणि माझा मुलगाच होतो पण मुलगा कायमचा परदेशी निघून गेला आणि तेंव्हा ती नैराश्यात गेली. हळूहळू काही दिवस माझ्यासोबत राहिली पण मनाने खचत गेली. तिच्या आधी जर मला मृत्यू आला असता, तर तिला खुप यातना आणि अतिव दुःख सहन करावं लागलं असतं, तेंव्हा ते मानोसपचार तज्ञ व्यक्ती म्हणाली, बघा डॉक्टर तुम्ही किती मोठं काम केलं आहे, तुम्ही तुमच्या प्रिय पत्नीला सगळ्या दुःखातून बाहेर काढलंत, एकटेपणाच्या त्रासातून वाचविले, शोक यातना मधून वाचविले आहे.

हे ऐकताच ती डॉक्टरव्यक्ती वेगळ्या भावविश्वात गेली आणि त्या दृष्टीने विचार करू लागली, आणि त्या मानोसपचार तज्ञाचा हात हातात घेतला आणि घरी परत निघाली, काहीही न बोलता जणू त्यांच्या डोळ्यातील अश्रूच बोलत होते आणि अश्रूचा एक एक थेंब म्हणत होता की, माझ्या पत्नीला किती मोठ्या दुःखातून मी वाचवलं आहे. तिला शोक यातना होऊ दिल्या नाही.

विशेष.....
गिरीश वसेकर(देशपांडे)
नांदेड सिटी,पुणे ९४२२६५९४००

आणि या विचाराने त्यांचे नैराश्य हळूहळू कमी होत गेले आणि दोन तीन दिवसातच त्यांनी अतिशय अल्प दरात आपली रुग्ण सेवा सुरू केली, पुन्हा नव्याने.

कला आत्मशोध घडवते – वैशाली पारसनीस

ज्योतिर्मय साहित्य

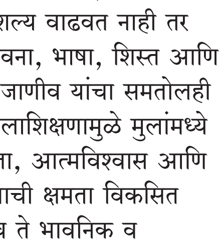
दीपलक्ष्मी पतसंस्था आणि सुहाना सफर सिंगर्सच्या 'स्वराशा' म्हणजेच आशा भोसले यांच्या हिंदी व मराठी गीतांच्या सुश्राव्य मैफिलीच्या उद्घाटक म्हणून भारतीय विद्यापीठाच्या परफॉर्मिंग आर्टस् विभागात नृत्य गुरु असणाऱ्या साताऱ्याच्या वैशाली पारसनीस आल्या होत्या. त्या आपल्या मनोगतात म्हणाल्या,इथे सर्व वेगवेगळ्या क्षेत्रातून आलेले सर्व बिझी शेड्यूल मधून आपला गाण्याचा छंद जोपासत आहेत. बिझी लाईफ तर आपण जगतच असतो पण अशी एखादी वेळ असते की तिथे आपल्याला शांतता हवी असते फ्रि टाईम हवा असतो. सादर केलेल्या गाण्यातून तुम्हाला खूप शांतता मिळते. सेवानिवृती नंतर जेव्हा वाटत, आता आपण काय करायचं तेंव्हा एखादी गायन, वादन कला असेल तर मला वाटतं पुढील आयुष्य खूप समृद्ध आणि शांततेत आपण घालवू शकतो. मला असं वाटतं गाण्याचा आस्वाद वेगवेगळ्या स्तरावर लोक घेतात. सगळेच गायक काही व्यासपीठावर येवून गातात अस काही नाही. जस माझ्यासारखं, मी मनातल्या मनात गाते. कोणी लिपसिंग करत असतात, कोणी गातात थोडसं दुसऱ्यांना न ऐकू येईल असं. कोणी जुन्या गाण्यांचा अस्वाद घेत असतो. कोणी घरगुती समारंभात आपली हौस पूरी करत असतो. एक गायकांचा स्तर असा आहे की गायक म्हणूनच प्रोफेशन निवडत आहे. तो व्यासपीठावर येवून आपली कला सादर करतो. आणि एक कलाकार असा आहे की आपला व्यवसाय बघून ही कला जोपासत आहे, अशांचे खरंच कौतुक. या मनोगताने कराओके वर गाणे सादर करणाऱ्या सर्व गायकांना स्फूर्ती मिळाली.

कलाबाहुल्याने सजलेले मानवी जीवन केवळ उपजीविकेपुरते मर्यादित राहत नाही. त्याला संवेदनशीलता, सर्जनशीलता आणि सौंदर्यदृष्टी यांचा स्पर्श मिळतो. वैशाली पारसनीस यांनी मांडलेला मुख्य विचार हाच आहे की,कला ही केवळ मंचावरील सादरीकरणाची गोष्ट नसून ती व्यक्तीच्या अंतर्मनाला समृद्ध करणारी, समाजाशी जोडणारी आणि जीवनाला अर्थ देणारी शक्ती आहे. नृत्य, संगीत, चित्रकला, लेखन, शिल्पकला किंवा इतर कोणतीही अभिव्यक्ती असो, ती माणसाला स्वतःकडे नव्याने पाहायला शिकवते. कला आत्मशोध घडवते, मनात साठलेला ताण कमी करते आणि भावनांना सुसंस्कृत वाट मिळवून देते.

''स्वराशा''सारख्या कार्यक्रमाच्या निमित्ताने त्यांनी ही जाणीव अधोरेखित केली की, कला जोपासणे म्हणजे केवळ छंद जोपासणे नव्हे, तर जीवनाकडे व्यापक नजरेने पाहण्याची वृत्ती विकसित करणे होय. बालपणापासूनच मुलांना कलांची ओळख झाली, तर त्यांच्यात शिस्त, एकाग्रता, संवेदनशीलता आणि आत्मविश्वास निर्माण होतो. कला शिकताना केवळ कौशल्य विकसित होत नाही तर संयम, सराव, परिश्रम आणि अपयश पचवण्याची क्षमता देखील वाढते. त्यामुळे कलाशिक्षण हे व्यक्तिमत्त्वविकासाचे महत्त्वाचे साधन ठरते. कला माणसाला एकाकीपणातून बाहेर काढते.

समूहात काम करणे, इतरांचे ऐकणे, एकत्र निर्मिती करणे आणि परस्परांचा सन्मान राखणे हे गुण कलाभ्यासातून नैसर्गिकपणे रुजतात. विशेषतः नृत्यासारख्या सामूहिक कलाप्रकारांमध्ये ताल, समन्वय आणि सहकार्य यांचे महत्त्व लक्षात येते. यामुळे मुलांमध्ये आणि तरुणांमध्ये सामाजिक जाणीव वाढते. कलांची आवड केवळ व्यासपीठापुरती राहत नाही, तर ती घर, शाळा, समाज आणि संस्कृती यांना जोडणारा दुवा बनते. पारसनीस यांच्या मनोगतातील आशयातून आणखी एक महत्त्वाचा विचार पुढे येतो, तो म्हणजे परंपरा आणि आधुनिकता यांचा सुंदर मेळ. पारंपरिक कलांना नव्या पिढीपर्यंत पोहोचवणे ही काळाची गरज आहे. आजच्या वेगवान, तंत्रप्रधान जगात कला माणसाला थांबून विचार करायला, स्वतःच्या भावना समजून घ्यायला आणि माणुसकीची मूल्ये जपायला शिकवते. म्हणूनच कला ही केवळ मनोरंजन नसून सांस्कृतिक वारसा जपण्याचे माध्यम आहे. एखाद्या समाजाची ओळख त्याच्या भाषेत, साहित्यात, लोककलांमध्ये आणि सादरीकरणांमध्ये दिसते; त्या अर्थाने कला ही समाजाच्या स्मृतीची आणि अस्मितेची वाहक ठरते.

आज अनेक विद्यार्थी आणि पालक यशाची व्याख्या केवळ गुण, पदवी किंवा आर्थिक यश इतक्यापुरती मर्यादित करतात. पण पारसनीस यांच्या विचारांतून असे स्पष्ट होते की खरे यश हे व्यक्तिमत्त्वाच्या समतोलात असते. ज्या मुलांना कला, संगीत, नृत्य किंवा साहित्याची ओळख असते, ते अधिक सहृदयी, सर्जनशील आणि आत्मविश्वासी बनतात. अशा व्यक्ती समाजात केवळ स्वतःचे स्थान निर्माण करत नाहीत, तर इतरांना प्रेरितही करतात. म्हणून कला ही आयुष्याला सजवणारी नव्हे, तर आयुष्य घडवणारी शक्ती आहे. या मनोगतातून मिळणारा मूलभूत संदेश असा की प्रत्येकाने किमान एक कला आत्मसात करावी, तिचा सातत्याने सराव करावा आणि पुढील पिढीपर्यंत तिचे सौंदर्य पोहोचवावे. कला ही जीवनात रंग भरते, मनाला उभारी देते आणि समाजाला अधिक मानवी, अधिक संस्कृत आणि अधिक समृद्ध बनवते. मुलांच्या सर्वांगीण विकासासाठी कला शिक्षण अत्यंत महत्त्वाचे आहे, कारण ते केवळ कौशल्य वाढवत नाही तर विचार, भावना, भाषा, शिस्त आणि सामाजिक जाणीव यांचा समतोलही घडवते. कलाशिक्षणामुळे मुलांमध्ये सर्जनशीलता, आत्मविश्वास आणि व्यक्त होण्याची क्षमता विकसित होते; तसेच ते भावनिक व सामाजिक विकासालाही हातभार लावते. भावनिक विकास कला ही मुलांसाठी भावनांना व्यक्त करण्याचे सुरक्षित माध्यम आहे. शब्दांत सांगणे कठीण असलेल्या आनंद, भीती, ताण, राग किंवा उत्साहाला चित्र, संगीत, नृत्य किंवा नाट्याच्या माध्यमातून वाट मिळते. त्यामुळे भावनिक तणाव कमी होतो आणि आत्मनियंत्रण, सहनशीलता, आत्मभान यांसारखी कौशल्ये विकसित होतात.सामाजिक विकास समूहात कला शिकताना मुले इतरांचे ऐकणे, वाटून घेणे, सहकार्य करणे आणि एकत्र काम पूर्ण करणे शिकतात. नाट्य, नृत्य, समूहगायन किंवा संयुक्त चित्रनिर्मिती यामुळे सहानुभूती, परस्पर समज आणि सामाजिक संवाद सुधारतो. अशा अनुभवांमुळे मुले फक्त स्वतंत्रपणेच नव्हे, तर संघभावनेनेही काम करू लागतात.


शिरीष चिटणीस
सातारा ७५८८८६५०५१

शारीरिक कौशल्ये रेखाटन, रंगकाम, मातीकाम, कापाकापी किंवा वादन यांसारख्या क्रियांमुळे हाताची बोटे, मनगट, डोळे आणि मेंदू यांच्यात समन्वय वाढतो. सूक्ष्म हालचाली अधिक नियंत्रित होतात आणि लेखन, वस्तू पकडणे, कापणे यांसारखी दैनंदिन कामे सुलभ होतात. म्हणूनच कलाशिक्षण लहान वयातच मुलांच्या सूक्ष्म कौशल्यांच्या विकासासाठी उपयुक्त ठरते.

सांस्कृतिक जाणीव कलेच्या माध्यमातून मुले विविध भाषा, परंपरा, लोककलांचे प्रकार आणि सांस्कृतिक संदर्भ ओळखू लागतात. यामुळे त्यांच्यात विविधतेचा आदर, स्थानिक वारशाविषयी अभिमान आणि व्यापक सांस्कृतिक समज निर्माण होते. कला ही केवळ मनोरंजन नसून सांस्कृतिक ओळख घडवणारी आणि पुढच्या पिढीकडे ती पोहोचवणारी शक्ती आहे.

आत्मविश्वास आणि व्यक्तिमत्त्व एखादी कलाकृती पूर्ण केल्यानंतर मुलाला ''मी करू शकतो'' अशी भावना मिळते. हा यशाचा अनुभव छोटा असला तरी आत्मसन्मान वाढवणारा असतो. कला मुलांना प्रयोग करायला, चुका स्वीकारायला आणि पुन्हा प्रयत्न करायला शिकवते; त्यामुळे त्यांचे व्यक्तिमत्त्व अधिक लवचिक आणि आत्मविश्वासी बनते.एकूणच, कला शिक्षण हे फक्त छंद नाही तर मुलांच्या मेंदू, मन, शरीर आणि समाजभान यांना एकत्र घडवणारे महत्त्वाचे साधन आहे. त्यामुळे शालेय शिक्षणात कलांना पूरक नव्हे तर मूलभूत स्थान दिले पाहिजे.

लोकमंगल प्राथमिक विद्यामंदीर एम आय डी सी शाळेत श्रावणी लक्ष्मण चव्हाण यत्ता तिसरीत शिकत आहे. तिचे मुळगाव शेनवली स्टेशन. तिची आई हॉटेल साई सारंग येथे सायंकाळी सहा ते रात्री एक पर्यंत काम करते. वडील परांजपे कंपनीमध्ये काम करतात.श्रावणीला बालवाडी पासूनच नृत्याची आवड आहे. कोणतेही नृत्याचे शिक्षण घेतले नाही, परंतु भविष्यात शिक्षण घेण्याची आवड आहे. युट्युब वरील डान्स पाहून तसेच स्वतःच्या आवडीने सुंदर नृत्य कलाविष्कार ती करते. संस्था स्नेहसंमेलन घेत नाही पण बालकुमार साहित्य संमेलन घेते. साहित्य संमेलनात या शाळेचे शिक्षक सर्व मुलांना सहभागी करत त्यांच्या कलागुणांना वाव देतात. श्रावणी पहिलीपासूनच नृत्य करते आणि आपल्या मैत्रिणींनाही सहभागी करून घेत नेतृत्व करते. अशा बालकुमार संमेलनामुळे मुलांची आवड कशात आहे ते पालकांना आणि शिक्षकांना समजते.त्यामुळे मुलांचे करियर आवडत्या क्षेत्रात होण्यासाठी मदत होते. साताऱ्यासारख्या ठिकाणी वैशाली पारसनीस यांनी १९९० पासून नृत्यकला शिक्षण देणे चालू केले असल्याने श्रावणीसारख्या मुली या क्षेत्रात करियर करू शकतात. आर्थिक दृष्ट्या दुर्बल घटकातील विद्यार्थिनींना गेली ३५ वर्षे मदत करणाऱ्या वैशाली पारसनीस यांच्यामुळे कित्येक मुली आज नृत्यविशारद म्हणून करियर करू शकल्या आहेत. शाळांमध्ये अभ्यासाव्यतिरिक्त कलागुणांना वाव देणे हे काम आमची संस्था करीत असल्याने वेगवेगळ्या क्षेत्रात नाव कमविलेल्या विद्यार्थ्यांकडे बघून माझ्या मनात आनंदझरा पाझरत असतो.

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