ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक १३९ वा ❑ भारतीय सौर दिनांक २१ आषाढ शके १९४८, रविवार दि.१२ जुलै २०२६ ❑ पाने ६ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

थरारक! सोशल मीडियावर शेवटचा स्टेटस ठेवला अन् पत्नीचा गेम केला

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

कोल्हापूर जिल्ह्यातील पेठवडगाव येथे चारित्र्याच्या संशयावरून पतीने पत्नीवर कोयत्याने वार करून निर्घृण खून केला. हत्येपूर्वी आरोपीने व्हॉट्सॲपवर ''आज माझा तरी शेवट किंवा तुझा तरी शेवट'' असा धक्कादायक स्टेटस ठेवला होता. या थरारक घटनेने संपूर्ण परिसरात मोठी खळबळ उडाली आहे.

सोशल मीडिया हे आज आपल्या दैनंदिन जगण्याचा, संवादाचा अविभाज्य भाग बनले आहे. पण जेव्हा याच सोशल मीडियाचा वापर एखाद्या भयानक गुन्ह्याची पूर्वकल्पना देण्यासाठी आणि स्वतःच्या हिंसक भावनांचे प्रदर्शन करण्यासाठी केला जातो, तेव्हा संपूर्ण समाजमन हादरून जाते. हातकणंगले तालुक्यातील सावर्डे येथे घडलेली ताजी घटना हे केवळ एक गुन्हेगारी वृत्त नाही, तर ते आजच्या बदलत्या सामाजिक मानसिकतेचे एक भीषण लक्षण आहे.

गुन्ह्याची पूर्वकल्पना आणि डिजिटल पुरावा

पेठवडगाव (जि. कोल्हापूर) येथील संशयित आरोपी दीपक लाडू कांबळे (वय ३५) याने एक टोकाचे पाऊल उचलण्यापूर्वी आपल्या मोबाईलवर एक धक्कादायक स्टेटस ठेवला आज माझा तरी शेवट किंवा तुझा तरी शेवट. हा स्टेटस पाहिल्यानंतर परिसरात एकच खळबळ उडाली होती, मात्र त्यानंतर लगेचच ही धक्कादायक घटना घडली. हा स्टेटस प्रसारित झाल्यानंतर काही वेळातच त्याने गुन्हा केला.

आज माझा तरी शेवट नाहीतर...पुढच्याचा असा मोबाईलवर स्टेट्स ठेवून पतीने पत्नीची निर्घृण हत्या केल्याची घटना कोल्हापूरमध्ये घडली आहे. कोल्हापूरच्या पेठवडगाव येथे भररस्त्यात ही धक्कादायक घटना घडली. अमृता कांबळे (वय ३०) असे हत्या झालेल्या महिलेचे नाव आहे. तिचा पती दीपक कांबळे (वय ३५) याने कोयत्याने सपासप वार करुन तिची हत्या केली. दीपक हा अमृताच्या चारित्र्यावर वारंवार शंका घ्यायचा. याच कारणावरुन दीपक कांबळे पत्नीची हत्या करून विषय संपवला म्हणत पतीने मिशीवर ताव मारत पळ काढला होता. कोल्हापूरच्या पेठवडगाव येथील एसटी स्टँडच्या पाठीमागील परिसरात बुधवारी (८/७/२६) संध्याकाळी पाचच्या सुमारास ही घटना घडली. या घनेमुळे वडगाव शहर एकच खळबळ उडाली आहे.

दीपक कांबळे आणि अमृता कांबळे यांचा आठ वर्षांपूर्वी प्रेमविवाह झाला होता. त्यांना दोन मुली आहेत. गेल्या काही दिवसांपासून या दोघांमध्ये वारंवार खटके उडत होते. बुधवारी अमृता कांबळे या एसटी स्टँडच्या पाठीमागील एका कॉम्प्लेक्समध्ये एका वकिलाला भेटण्यासाठी गेल्या होत्या. यावेळी दीपक कांबळे तिकडे आला. त्याठिकाणी दीपक आणि अमृता यांचे कडाक्याचे भांडण झाले. त्यावेळी दीपकने त्याच्याजवळील कोयत्याने अमृता यांच्यावर एकापाठोपाठ एक वार केले. यामध्ये अमृता कांबळे गंभीर जखमी झाल्या. त्या रक्ताच्या थारोळ्यात खाली पडल्या होत्या.यानंतर अमृता कांबळे यांचा मृत्यू झाला. ही घटना घडली तेव्हा जोरदार पाऊस सुरु होता. हा सगळा प्रकार पाहायला बघ्यांची मोठी गर्दीही जमली होती.

ही घटना घडली तेव्हा पेठवडगावच्या एसटी स्टँडच्या परिसरात अनेकजण उपस्थित होते. त्यांच्यासमोरच ही घटना घडली. दीपक अमृता यांच्यावर कोयत्याने वार करत असताना काही तरुण त्याला रोखण्यासाठी पुढे सरसावले. मात्र, दीपकने त्यांना म्हटले की, ती माझी पत्नी आहे, तुम्ही यात पडू नका. यानंतर दीपकने अमृता कांबळे यांच्यावर कोयत्याने आणखी वार केले. यानंतर तो घटनास्थळावरुन पळून गेला. गंभीर जखमी झालेल्या अमृता यांना रुग्णालयात नेण्यात आले, मात्र डॉक्टरांनी त्यांना मृत घोषित केले. या घटनेची माहिती मिळाल्यानंतर वडगाव पोलीस ठाण्याचे पोलीस निरीक्षक गोरख चौधरी, पोलीस उपनिरीक्षक प्रियांका खाडे, हवालदार आबासाहेब पाटील, श्रीकांत दाभोळकर, भूषण शेटे , काकासाहेब स्वामी, अंमलदार महेश गायकवाड, अनिल आष्टेकरल, लखन सावंत, कुलदीप मोहिते यांनी घटनास्थळी पोहोचले. घटनास्थळावरुन फॉरेन्सिक पथकानेही नमुने गोळा केले आहेत. सध्या पोलीस दीपक कांबळे याचा शोध घेत आहेत. तर अमृता कांबळे यांचा मृतदेह शवविच्छेदनासाठी शासकीय रुग्णालयात पाठवण्यात आला असून फॉरेन्सिक पथकाने पुरावे गोळा केले असून आरोपीच्या शोधासाठी विशेष पथके रवाना करण्यात आली आहेत. या घटनेमुळे पेठवडगाव परिसरात भीतीचे वातावरण निर्माण झाले असून, पोलिसांकडून पुढील तपास सुरू आहे.

व्यक्तीने खून करण्यापूर्वी सोशल मीडियावर आरपारची लढाई किंवा शेवट करण्याचा इशारा देणारा स्टेटस ठेवला होता, ज्यावरून पोलिसांनी हा नियोजित कट असल्याचा प्राथमिक निष्कर्ष काढला आहे. कायदेशीर आणि तपासाच्या दृष्टीने हा डिजिटल स्टेटस आता सर्वात मोठा डिजिटल पुरावा ठरला आहे. यावरून हा गुन्हा रागाच्या भरात अचानक घडलेला नसून, तो अत्यंत पूर्वनियोजित होता हे प्राथमिक तपासात स्पष्ट झाले आहे. आजच्या माहिती तंत्रज्ञानाच्या युगात कोर्टात गुन्हेगाराला शिक्षा मिळवून देण्यासाठी असे तांत्रिक पुरावे अत्यंत महत्त्वाचे ठरत आहेत.

स्टेट्स अंतर्मनाचा आरसा आहे की आक्रमकतेचे प्रदर्शन, हा प्रश्न समाजाला भेडसावत आहे.पूर्वी माणूस आपले सुख-दुःख जवळच्या व्यक्तीजवळ बोलून दाखवायचा. आज ती जागा सोशल मीडियाच्या स्टेटसने घेतली आहे. स्टेटस हा वास्तविक पाहता माणसाच्या अंतर्मनाचा आरसा असायला हवा. मात्र, आजकाल आपल्या रागाचे, सूडाचे आणि धमकीचे जाहीर प्रदर्शन करण्याची एक घातक प्रवृत्ती समाजात वाढताना दिसत आहे. अनेकदा टोकाचे पाऊल उचलणाऱ्या व्यक्ती स्टेटसच्या माध्यमातून स्वतःची हिंसक मानसिकता उघडी करत असतात. कायद्याचा धाक नसणे आणि ''मी काहीतरी पराक्रम करतोय'' अशा थाटात सोशल मीडियावर गुन्ह्याची पूर्वकल्पना देणे, हे विकृत मानसिकतेचे लक्षण आहे.

प्रेमविवाह आणि हिंसक मानसिकता ही समाजाला लागलेली कीड आहे. या घटनेतील सर्वात चिंताजनक आणि विचार करायला लावणारी बाब म्हणजे, जिथे नाते प्रेम, विश्वास आणि परस्पर संमतीवर आधारलेले असते, तिथेही असा हिंसक शेवट व्हावा? प्रेमविवाह करून एकत्र आलेल्या जोडप्यांमध्ये जेव्हा इतक्या टोकाचा द्वेष निर्माण होतो, तेव्हा ती संपूर्ण समाजव्यवस्थेसाठी धोक्याची घंटा असते.

आजच्या वेगवान युगात माणसाची सहनशक्ती कमालीची कमी झाली आहे. माझ्या मनासारखेच झाले पाहिजे, हा हट्ट किंवा अहंपणा नात्यापेक्षा मोठा ठरतो. लग्न जुळवताना असणारा प्रेमसंवाद नंतरच्या काळात संशयामध्ये बदलतो. छोट्या-छोट्या वादांवर शांतपणे मार्ग काढण्याऐवजी थेट आरपारची लढाई करण्याची वृत्ती वाढीस लागते. अशा घटनांमधून कौटुंबिक मध्यस्थीचा अभाव आढळून येतो. बदलत्या कुटुंबव्यवस्थेमुळे पती-पत्नीमधील वाद सोडवण्यासाठी घरातील ज्येष्ठ व्यक्ती किंवा समुपदेशकांची मदत घेण्याचे प्रमाण कमी झाले आहे. व्यक्ती एकाकी पडते आणि तिच्या डोक्यात हिंसक विचार घोळू लागतात. जर प्रेमविवाहातही माणसाला सुरक्षितता आणि विश्वास वाटणार नसेल, तर तरुण पिढीचा लग्न या संस्थेवरून आणि नात्यांवरून विश्वास उडून जाईल. ही प्रवृत्ती समाजाला विघटनाकडे घेऊन जाणारी आहे.

अशा घटना रोखण्यासाठी केवळ पोलिसांचा तपास किंवा कायद्याची कडक शिक्षा पुरेशी नाही. त्यासाठी समाजाच्या पातळीवर मानसिक समुपदेशन तातडीने करणे गरजेचे आहे. तरुण जोडप्यांमध्ये विवाहपूर्व आणि विवाहानंतर नियमित समुपदेशन होणे गरजेचे आहे. रागावर नियंत्रण ठेवण्यासाठी शाळा आणि महाविद्यालयांच्या पातळीपासूनच भावनांवर नियंत्रण ठेवण्याचे आणि मानसिक स्वास्थ्याचे धडे दिले पाहिजेत. सोशल मीडियाचा जबाबदार वापर करायला हवा. सोशल मीडिया हे वैयक्तिक युद्धाचे मैदान नसून संवादाचे माध्यम आहे, याचे भान प्रत्येकाने ठेवले पाहिजे.पेठवडगाव येथील घटना ही केवळ एका कुटुंबाची शोकांतिका नाही, तर तो संपूर्ण समाजाला अंतर्मुख होऊन विचार करायला लावणारा एक गंभीर इशारा आहे. नात्यांमधील ओलावा, संयम आणि संवाद टिकवून ठेवणे हीच आजच्या काळाची सर्वात मोठी गरज आहे.

वाचन संस्कृती हीच खरी ज्ञानाची गुरुकिल्ली-श्रीराम नानल

जनवाचक चळवळीच्या वतीने लोकमंगल हायस्कूलला पुस्तकांची भेट

ज्योतिर्मय साहित्य

सातारा - वाचन संस्कृती हीच खरी ज्ञानाची गुरुकिल्ली आहे. वाचनामुळे ज्ञान वाढते, विचार समृद्ध होतात असे प्रतिपादन श्रीराम नानल, समन्वयक-जनवाचक चळवळ यांनी केले.

जनवाचक चळवळ यांच्या वतीने 'लोकमंगल ग्रुप' शिक्षण संस्थेच्या लोकमंगल हायस्कूल एम.आय.डी.सी. सातारा या विद्यालयास ५ वी ६ वी च्या विद्यार्थ्यांसाठी पुस्तक भेट कार्यक्रमात नानल प्रमुख पाहुणे म्हणून बोलत होते. यावेळी 'लोकमंगल ग्रुप' शिक्षण संस्थेचे अध्यक्ष शिरीष चिटणीस, जनवाचक चळवळीचे सहसमन्वयक किरण गाडे, मराठी अध्यापक संघटनेचे समन्वयक प्राचार्य वि .ना लांडगे विद्यालयाचे मुख्याध्यापक विजय यादव यांची यावेळी प्रमुख उपस्थिती होती.

नानल पुढे म्हणाले, वाचनातून व्यक्तिमत्त्व घडते. पुस्तक हेच खरे जीवनातील मित्र असून मोबाईलवर तासन् तास वेळ घालवण्यापेक्षा दररोज किमान एक

तास पुस्तक वाचनाची सवय प्रत्येक विद्यार्थ्याने स्वतःला लावली पाहिजे. पुस्तकांमधून मिळणारे ज्ञान आयुष्यभर उपयोगी पडते. येथील शिक्षक व विद्यार्थी यांचे नाते वेगळे आपणाला दिसले.आपुलकी जपणारी मुले व शिक्षक येथील आहेत.मनापासून केलेले कोणतेही काम यशस्वी होत असते म्हणून विद्यार्थ्यांनी आपले काम मनापासून केले पाहिजे.जनवाचक चळवळीच्या माध्यमातून आतापर्यंत जिल्ह्यातील विविध शाळांमध्ये जाऊन पुस्तके वाटप करण्याचे कार्य संघटनेच्या वतीने आपण करीत आलो आहोत. पुस्तके खरेदी करण्यासाठी ठाण्याच्या दानशूर नागरिक आशाताई पंडित यांनी अर्थसहाय्य उपलब्ध करून दिले तसेच पुण्याच्या दिलीप राज प्रकाशन ने पुस्तक खरेदीवर भरघोस सूट दिली याबद्दल आशाताई पंडित आणि दिलीप राज प्रकाशनचे श्री मधुर बर्वे यांच्या बद्दल नानल यांनी कृतज्ञता व्यक्त केली .

कार्यक्रमाचे अध्यक्ष शिरीष चिटणीस म्हणाले वाचनाची गोडी वाढली पाहिजे .पुस्तकातून विविध माहिती मिळत असते . पुस्तक आपणाला जगाची सफर घडवतात. जरी आपल्याला जगभर फिरता नाही आले तरी वाचनातून विविध देशांची संस्कृती, तेथील साहित्याची माहिती आपणाला मिळत असते . शालेय जीवनात विद्यार्थ्यांनी पुस्तकांशी मैत्री केली पाहिजे. लोकमंगल हायस्कूल मधील विद्यार्थी गेले तीन वर्षापासून मला आवडलेले पुस्तक ही संकल्पना राबवत असून विद्यार्थी आपल्याला आवडलेली पुस्तक वाचतात आणि त्याच्यावर आपले मनोगत स्पष्टपणे मांडत असतात हा आगळावेगळा उपक्रम जिल्ह्याला दिशादर्शक ठरणारा आहे.

कार्यक्रमाची प्रास्ताविक विद्यालयाचे मुख्याध्यापक विजय यादव यांनी केले. कार्यक्रमास प्रतिभा वाघमोडे, भास्कर जाधव, देवराम राऊत, बाळकृष्ण इंगळे उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन गुलाब पठाण यांनी केले तर उपस्थित यांचे आभार वैशाली वाडीले यांनी मानले.

शालिवाहन प्रभात - एक मुक्त विद्यापीठ

ज्योतिर्मय साहित्य

इतिहासातील प्रत्येक क्षण शाश्वत असतो चिरंतन असतो आणि तेवढाच तो गतिमान हे असतो कालचक्राच्या प्रवाहात इतिहासाची पाने बदलतात पण त्या पानांना असलेला आठवणींचा सुगंध मात्र मोगऱ्यासारखा दरवळत राहतो. असाच हा अपूर्व सोहळा शालिवाहन प्रभात च्या विवेकानंद मैदानावर संपन्न होतो आहे ही आठवणींची मोरपिसे मोहक आहेत चमकदार आहेत आणि तेवढीच तरुण आणि उत्कटही आहेत. इतिहासात अमर झालेल्या शहिदांचे स्मरण आणि वर्तमान युगात खंबीरपणे उभ्या असलेल्या शिल्पकारांचा सन्मान असा हा दुहेरी सोहळा आहे

ओमराष्ट्राय स्वाहा म्हणून समर्पित होणाऱ्या कार्यकर्त्यांच्या ज्ञानयज्ञाचे आणि कर्मयोगाचे तेज ते कोणत्या शब्दात वळणावे त्याची शिक कथा आहे हे कर्मयोगी आहेत सेवावृत्ती आहेत आणि कालचक्राला गती देणारे कृतिवीर आहेत.

सत्यपाल गोदावरी

दक्षिणगंगा गोदावरीच्या काठी प्रतिष्ठान नगरीत शालिवाहनांच्या शूरवीर अश्वामद्धे प्राण फुंकले गेले त्यातून निर्माण झालेल्या वीरांच्या मालिकेने हिंदुस्तान वर पाचशे वर्ष राज्य करणाऱ्या शालिवाहनांचे साम्राज्य उभे राहिले.

दक्षिण भारताचा प्राचीन काळातील सुवर्णयुगाचा चमत्कार मराठवाडा प्रदेशांनी अनुभवला आहे. शालिवाहन प्रभात ही या सुवर्ण युगाची एक झळाळी आहे एक तेजस्वी परंपरा आहे संघकार्याच्या ज्ञानयज्ञातील ही एक तेजस्वी सोन्याची मोस आहे.

१९८९ यावर्षी पूजनीय डॉक्टर हेडगेवार यांच्या जन्मशताब्दी वर्षात शालिवाहन प्रभातची शाखा क्रिकेट मैदानावरून एनश्रीच्या विवेकानंद मैदानावर स्थलांतरित झाली त्यापूर्वीही शाखा क्रिकेट मैदानाच्या पटांगणावर भरत असे १९८० ते २०२६ असा या शाखेचा अद्भुत प्रवास आहे ही शाखा संख्येने वाढली तसेच गुणवत्तेनेही जोपासली गेली आहे. मी शालिवाहन प्रभातचा स्वयंसेवक असल्याचा मला सार्थ अभिमान वाटतो. या मातीच्या उर्मीनेच मी सहस्त्र संघ चालक हा ग्रंथ

लिहू शकलो. हे बळ मला प्राप्त झाले ते शालिवाहन शाखेच्या मंतरलेल्या कार्यामुळे होय.

डॉक्टर केशव बळीराम हेडगेवार यांनी संघाची स्थापना केली.

भारतीय स्वातंत्र्य या मातीच्या उर्मीनेच चळवळीला ७५ वर्षे झाली आणि देशाची धुरा वाहण्याचे कार्य आज राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ समर्थपणे करत आहे. या कार्यात राष्ट्रीय पातळीवरील विविध शहरे तेथील संघटना शाखा उपशाखा विविध प्रकारे सेवा कार्य बजावत आहेत परंतु या कार्याचे स्थानिक आणि प्रादेशिक स्वरूप लक्षात घेणे सुद्धा तेवढेच महत्त्वाचे आहे. संभाजीनगर शहराच्या सिडको भागातील एन थ्री एन फोर आणि एन टू म्हणजे मराठवाडा प्रदेशाचे मलबार हिल म्हटले जाते.

या भागात मराठवाडा प्रदेशातून सर्व जिल्ह्यातून संभाजी नगरात राहावयास आलेली नवी पिढी स्वातंत्र्यानंतर स्वाभिमान पूर्वक जीवन जगत आहे एन थ्री मधील हनुमान मंदिरा नजीक असलेल्या विवेकानंद मैदानावर १९८९ पासून शालिवाहन प्रभात शाखा भरत आहे या शाखेला पन्नास वर्षे पूर्ण झाली आहे या निमित्ताने काळाच्या पडद्याआड गेलेल्या पूर्व स्वयंसेवकाचे स्मरण आणि हयात आहेत त्यांचा सन्मान करण्यासाठी म्हणून एका अनोख्या सोहळ्याचे आयोजन करण्यात आले आहे.

वटवृक्षाची छाया

पन्नास वर्षांपूर्वी विवेकानंद मैदानावर वर्ड पिंपळ अशी कितीतरी झाडेर करण्यात आली आज या रोपांचा वटवृक्ष झाला आहे. एवढेच नव्हे तर वर्तमान कार्यवाह शिवशंकर मुंडे आणि माजी कार्यवाह विजय जोग यांच्या अथक प्रयत्नामुळे विवेकानंद मैदानावर भव्य सभागृह उभारण्यात आले आहे तेथे नुकताच हिंदू साम्राज्य दिन उत्सवाचा दिमाखदार सोहळा पार पडला. शालिवाहन प्रभात शाखेतून सिडको भागात राष्ट्रकूट प्रभात दर्पण प्रभात वाकाटक किंवा एकलव्य प्रभात अशा चार नवीन शाखा उदयास आल्या आहेत, या सर्व शाखा मध्ये सूर्यकांत शिरपेवार यांच्या नेतृत्वाखाली आणि श्री अनिलजी भालेराव यांच्या मार्गदर्शनाखाली सूर्यप्रभात ही शाखा सिडकोमध्ये पहिला क्रमांकाची शाखा ठेवली आहे मागील महिन्यात आणखी दोन शाखांचा विस्तार झाला आहे. या वटवृक्षाच्या शाळेत सिडको भागातील स्वयंसेवक विविध सण समारंभ उत्सव उपक्रम नित्यनेमाने साजरे करत आहेत. शिवाय स्वयंसेवकांचा वाढदिवस व्याख्याने बौद्धिक उपक्रम सांस्कृतिक कार्यक्रम अशी रेलचेल चालू आहे. या सर्व कार्यक्रमात शाखांचा केवळ संख्यात्मक नव्हे तर गुणात्मक विस्तार होत आहे. या निमित्ताने पूर्व स्वयंसेवकांचे स्मरण करणारा रद्द सोहळा आयोजित करण्यात आला आहे.

मोगरा फुलला

इवलेसे रोप लावियेले द्वारी तयाचा वेलू गेला गगनावरी फुले वेचिता बहरू कळी अशी आला मोगरा फुलला असे ज्ञानदेवांनी म्हटले आहे या काव्यपंक्तीची प्रचिती सिडको भागात येत आहे

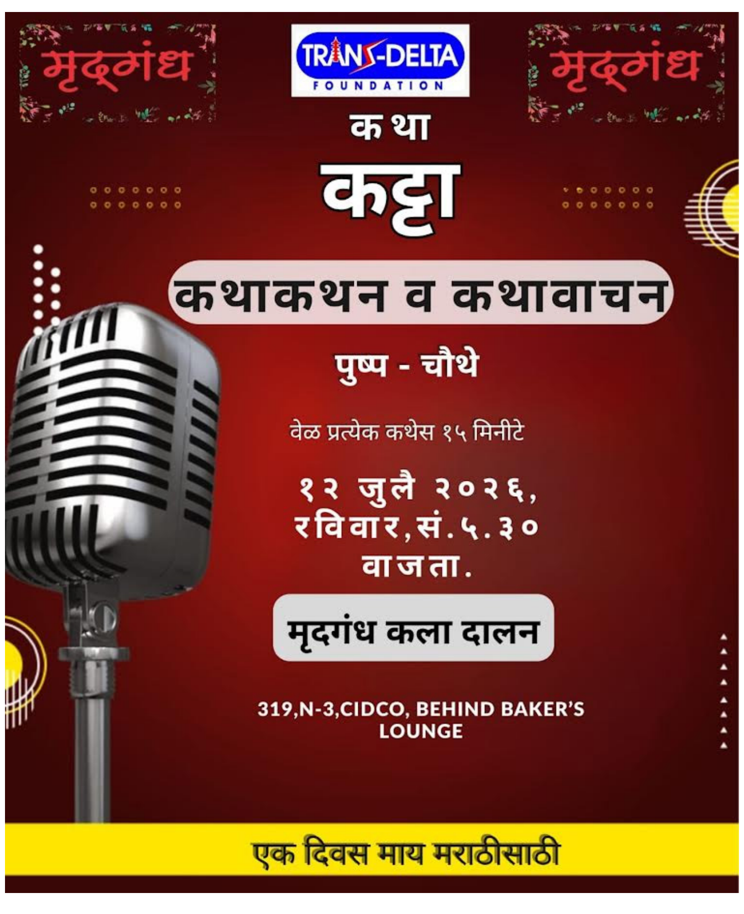
या शाखेच्या उभारणीसाठी मोहनराव मुतखवी तसेच काळेले हा झाले प्रभाकरराव कुलकर्णी दामोदर शास्त्री गर्गे, उमाकांत गोपाळराव कुलकर्णी शहाणे शूद तसेच श्री जोशी एक्स वाय झेड कर्टनचे मालक आणि वऱ्हाड पांडे फुलंब्रीकर प्रा वसंत कुंभोज कर मालखरे पाठक प्रभाकर पैठणकर शांताराम कुलकर्णी मोक्ष सहस्रबुद्धे गर्दे भारस वाडकर परवाळे माने हे आज हयात नसले तरीही त्या सर्वांची योगदान मोठे आहे.

शालिवाहन प्रभात ची धुरा खांद्यावर घेऊन आजही संघाचे काम करणाऱ्या स्वयंसेवकांमध्ये सर्वश्री रमाकांत जगत हेमंत धर्माधिकारी देशमुख श्री रघुवीर ओक श्री शरद जोशी पंजाबराव देशमुख आणि विजय जोग यांचा समावेश होतो. काळाच्या ओघात कितीतरी प्रवाह सतत बदलत गेले. नदी अखंडपणे वाहते आणि वाळूच्या कणा बरोबरच मागे सोन्याचे कण ठेवते त्याप्रमाणे शालिवाहन प्रभात शाखेने स्मृतींचा सुगंध मागे ठेवला आहे या शाखेतून घडलेल्या स्वयंसेवकांनी बजावलेले कार्य अद्भुत आणि विलक्षण रोमांचकारी आहे.

शाखांचा विस्तार आणि परंपरा

शालिवाहन प्रभात च्या मैदानावर दररोज स्वामी विवेकानंद विचार मंच चे ३०-४० सदस्य एकत्र येतात आणि विविध विषयावर चर्चा करतात हा एक नवा उपक्रम आहे आणि या उपक्रमास उस्फूर्त प्रतिसाद लाभत आहे विशेषतः डॉ विल धारूरकर यांच्या मार्गदर्शनाखाली आणि विजय जोग यांच्या नेतृत्वाखाली विवेकानंद विचार मंच गेल्या तीन वर्षापासून सातत्याने विविध उपक्रम आखत आहे या उपक्रमामुळे सिडको या भागात पुण्यासारखे सांस्कृतिक वातावरण तयार होत आहे, पंडित दीपक गिरी यांची विवेकानंद मैदानावर झालेली संगीत मैफिल अनेकांच्या स्मृतीत ताजी आहे. तसेच छत्रपती संभाजी महाराज शिवराज्याभिषेक तसेच आंतरराष्ट्रीय राजकारणावरील डॉ धारूरकर यांची व्याख्याने विवेकानंद विचार मंचच्या व्यासपीठावर गाजत राहिली आहेत.

(क्रमशः)



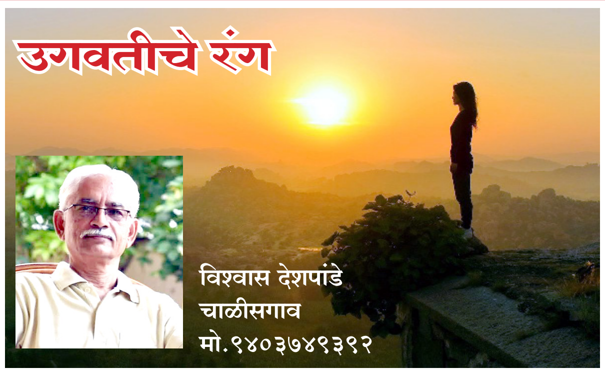
जात्यावरच्या ओव्या......

एका मायचे लेकर
पान्हा सारखाच पिले
धन दौलतीच्या पायी
कसे दुश्मन झाले? ||७३९||

एका मायचे लेकर
तिने पदराने झाकले
माऊलीच्या मायेपुढं
मस्तक देवाचे वाकले ||७४०||

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

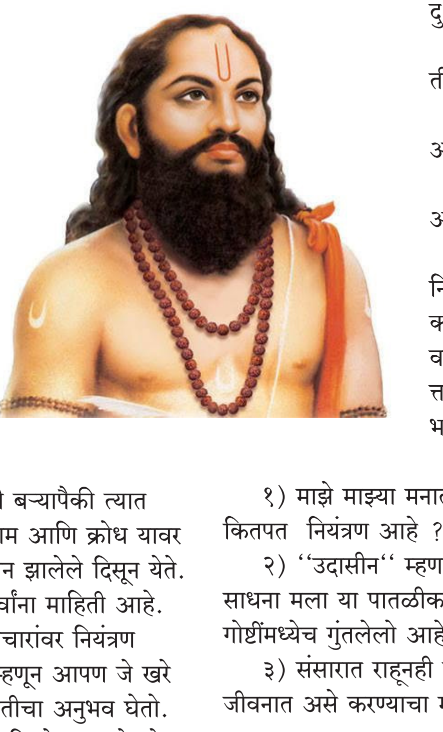
मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ५०



ज्योतिर्मय साहित्य

ब्रह्मचारी या शब्दाचा अर्थ देखील या ठिकाणी आपण समजून घेऊ. व्यवहारात आपण ब्रह्मचारी म्हणजे लग्न न केलेला किंवा ब्रह्मचर्य पाळणारा असा अर्थ घेतो. परंतु विवेकाचा वापर करून आपल्या मनावर संयम ठेवते आणि ब्रह्मचर्याचे पालन करते अशी कोणतीही व्यक्ती म्हणजे ब्रह्मचारी. मग ती लग्न झालेली असो किंवा नसो. संसारात राहून देखील ब्रह्मचर्याचे पालन करता येणे शक्य असते आणि खरा साधक त्याचे पालन करतोच. आरोग्य किंवा विद्या प्राप्त करण्यासाठी जसे ब्रह्मचर्य पाळणे आवश्यक असते त्याप्रमाणेच साधना मार्गातही ब्रह्मचर्याचे अतिशय महत्त्व आहे.

तिसऱ्या ओळीत समर्थांनी साधकाचे आणखी एक लक्षण सांगितले आहे. ते म्हणजे त्याच्या मनात तमाचा म्हणजे मोह, अज्ञान आणि त्यातून उत्पन्न होणाऱ्या क्रोधाचा लवलेशही नसतो. काम आणि क्रोध हे बहुधा जोडीनेच आपल्या मनामध्ये वास करत असतात. काम आणि क्रोध या दोन्हींचा अतिरेक झाला की माणूस आपली विचारशक्ती आणि विवेक हरवून बसतो मग त्याच्या हातून नको त्या गोष्टी घडतात.



साधनेच्या मार्गावर चालणाऱ्या आणि ज्यांनी बऱ्यापैकी त्यात प्रगती केली आहे अशा व्यक्तींना देखील काम आणि क्रोध यावर नियंत्रण न ठेवता आल्यामुळे त्यांचे अध:पतन झालेले दिसून येते. महर्षी विश्वामित्रांचे उदाहरण तर आपणा सर्वांना माहिती आहे.

खरा भक्त या सगळ्या वासना आणि विचारांवर नियंत्रण ठेवतो. त्याचे मन शांत आणि तृप्त असते. म्हणून आपण जे खरे संत किंवा साधक आहेत, त्यांच्याजवळ शांतीचा अनुभव घेतो. त्यांच्या चेहऱ्यावर एक विलक्षण प्रसन्नता आणि तेज असते. ते त्यांच्या साधनेतून आणि मानसिक शांततेतून आलेले असते. संत तुकाराम म्हणतात

शांतीपरतें नाहीं सुख । येर अवघेंची दु:ख ।।१।।
म्हणउनी शांति धरा । उतराल पैल तीरा ।।ध्रु.।।
खवळलिया कामक्रोधीं । अंगी भरती आधिव्याधी ।।२।।
तुका म्हणे त्रिविध ताप । जाती मग आपेआप ।।३।।

म्हणून काम, क्रोध आदी विकारांवर नियंत्रण असलेला, ब्रह्मचर्याचे पालन करणारा आणि साधना मार्गावर सातत्याने वाटचाल करणारा भक्त म्हणजे त्या सर्वोत्तम परमेश्वराचा जगातील उत्कृष्ट असा भक्त होय.

स्वसंवाद

१) माझे माझ्या मनातील कामवासना आणि क्रोध यावर कितपत नियंत्रण आहे ?

२) ''उदासीन'' म्हणजे वरच्या पातळीवर स्थिर राहणे. माझी साधना मला या पातळीकडे नेत आहे का की मी अजून सांसारिक गोष्टींमध्येच गुंतलेलो आहे ?

३) संसारात राहूनही ब्रह्मचर्य पाळता येते. माझ्या दैनंदिन जीवनात असे करण्याचा माझा प्रयत्न असतो का ?

(क्रमशः)

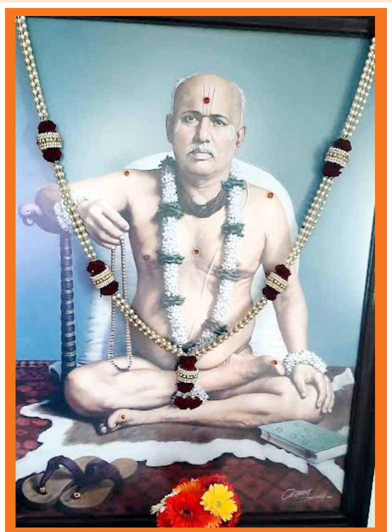
|| संजय उवाच... ||

@संजय काव्या पुणे 7743918559

हाव

हाव ही मनुष्यातील वाईट वृत्ती आहे, कितीही मिळाले तरी आणखीन हवं, या वृत्तीने कधीच प्रगती होत नाही किंवा सुख मिळत नाही त्यासाठी समाधानाची गरज असते समाधान हीच सुखाची खरी व्याख्या आहे. हाव हे असंतुष्टपणाचे लक्षण आहे.

काळजीचे मूळ कर्तेपणात आहे



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

आनंद पाहायला आपल्याला दुसरीकडे कुठे जावे लागते का ? नाही. जो स्वत:च आनंदरूप आहे त्याने आपण होऊन ' मी दु:खी 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 स्वत:सिद्ध आणि आनंदरूप आहेस. परंतु आपण काय करतो, की हा प्रपंच माझा आहे असे समजतो, आणि त्यामुळे त्यांतले सर्व सुखदु:ख 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 सुखदु:ख 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.......

काही अंतर गेल्यानंतर यमानी पाहिले तर सावित्री अजूनही सोबत करीत आहे. ते म्हणाले, तुला माझ्या मागोमाग येणे तापदायक होईल. तेव्हा सावित्री म्हणाली, मी तुमच्या नव्हे तर माझ्या पतीच्या मागे जाते आहे. पतीच्या मागून चालण्यास पत्नीला काहीच त्रास होत नाही. जे त्यांचे प्राक्तन तेच माझे प्राक्तन. एका पतिव्रते साठी पतीची सोबत करणे, क्रमप्राप्त आहे.

ती यमा म्हणते की, एका पवित्र व्यक्ती सोबत संवाद होणे, हे खूप हितकारक असते. या संबंधातून मैत्री होणे हे, श्रेष्ठ असते. सात्विक लोका बरोबर मैत्री होणे कधीच व्यर्थ जात नाही. या तिच्या संवादावर प्रसन्न होऊन यम म्हणतो, तुझे बोलणे योग्य आहे. तुझ्या बोलण्यावर मी खुश झालो आहे. तू आणखी एक वर माग. पण सत्यवानाला मागू नकोस.

सावित्री म्हणते माझ्या दुसऱ्या वराने सासऱ्याला त्याचे राज्य परत मिळावे. यम तथास्तु म्हणतो.

सावित्री पुन्हा पाठलाग करते. यमाला ती म्हणते, आपण सारे प्राणी मात्र, आपल्या अधिकाराने नियंत्रित केले आहेत. त्यात आपला काहीही स्वार्थ नसतो. यामुळेच लोक आपणाला यम धर्मराज म्हणतात. (क्रमश:)

राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ एक अक्षयवटवृक्ष

परवाच आपण महिलावर्गाचं वटसावित्री पौर्णिमा पूजन केले आणि समस्त महिलांनी अक्षयसौभाग्य व सातजन्म हाच पती लाभू दे म्हणून याचना केली. सहज विचार मनात आला, आपण आपल्या राष्ट्राला असेच मानू या.. आणि "एकभारत सर्वोत्तम भारत" बनवू या.. आणि गेल्या शंभर वर्षांपासून देशात हेच कार्य संघशक्ती व रा.स्व.संघ करतआहे.आणि आज 75 वर्षाचे सरसंघचालक श्री मोहनजी भागवत हे दूरदर्शी व कष्टाळू आहेत, ते व संघ मिळून 'वसु-देव कुटुंबकम' या ध्येयाने देशात संघटन, समानता व बंधूभावाची भावना व शताब्दी वर्ष साजरे करत आहे!!ही प्रत्येक भारतीयाला अभिमानाची गोष्ट आहे. मोहनजी व त्यांचे वडील मधुकरजी यांचे कार्य गुजरात ते विदर्भ बिहारपर्यत आहे! जनमान्य चालक एक कार्यकर्ता ते स्वयंसेवकापासून सरसंघचालक हा त्यांचा प्रवास खुद्द पंतप्रधानाना चकित करतो. प्रचारकपंरपरा ही संघाची निशानी व कार्याची खासियत आहे. देश भक्तीच्या प्रेरणेने भरलेल्या हजारो तरूण तरूणीनी त्यांचे घर व कुटुंब सोडून संघकार्यातून जीवन समर्पित केले.नैतिक सामाजिक व सांस्कृतिक मार्गाला दिशादर्शक करणारे व प्रसंगी राज्यकर्त्यांनाही आरसा दाखवणारे हे पवित्र ट्रस्ट आहे. संघ राष्ट्रीय संस्कृती,चेतना व राष्ट्रीय भक्ती यांच्या ऊर्जेसाठी योग्य आहे. समाजकल्यानासाठी पंचपरिवर्तन म्हणजे आत्मसाक्षात्कार, सौहार्द, शिष्टाचार आणि विचारपरिवर्तन या तत्वातून राष्ट्रीय ऊभारणी. असो आज थांबतो स्वस्थ राहा मस्त राहा सुख दु:खाचे तरंग माणसा-माणसाचे वाचत राहा. शुभ दिवस आपला दिवस आनंदी जावो हिच गुरू चरणी प्रार्थना.

अंघोळ झाल्यावर कपाळ मोकळे ठेवू नये

ज्योतिर्मय साहित्य

आपले पूर्वज सांगत असत, त्याला शास्त्राधार काय होता ते जाणून घेऊया.

धर्मशास्त्र सांगते, गंध ही केवळ धर्माची नाही तर मनुष्याच्या अस्तित्त्वाची खूण आहे;

वाचा गंध लावण्याचे फायदे : अलीकडेच आंतरराष्ट्रीय स्तरावर बुद्धिबळ खेळणाऱ्या आर. प्रज्ञानंधा या भारतीय खेळाडूला परदेशात मुलाखतीच्या दरम्यान विचारण्यात आले, तू कपाळावर ही विभूती का लावतोस? त्यावर सोळा वर्षीय प्रज्ञानंधा म्हणाला, माझी आई मला सांगते म्हणून!

मित्रांनो, सोळा वर्षीय प्रज्ञानंधाच्या जागी आपण असतो, तर कदाचित आपणही हेच उत्तर दिले असते. कारण बालपणापासून आपल्यावरही हा संस्कार आपल्या आई आजीने घातला आहे. त्यानुसार आपण कपाळाला गंध लावतोसुद्धा! मात्र ते का लावावे? किंवा ते लावल्याने होणारे फायदे कोणते? की ती केवळ धार्मिक खूण आहे, याबद्दल सविस्तर जाणून घेऊ.

देह देवाचे मंदिर असे आपण म्हणतो. ज्याप्रमाणे मंदिरात सर्वत्र ईश्वर व्यापून उरलेला असतो, त्याप्रमाणे देहातील रोमारोमात होणारे स्फुरण हे ईश्वरीभावाकडे खेचणारे असते. हृदय, यकृत, मेंदू, मूत्रपिंड ही स्थाने तंदुरुस्त असतील, तरच देह तंदुरुस्त राहतो. हे अवयव म्हणजे देहमंदिराचे स्तंभ आहेत.

या देहात भगवंत नित्य वास करतो. या देहस्थित मूर्तीस गंध लावणे, म्हणजे छोटीशी देवपूजाच आहे. ज्या संसारी माणसांना पूजेसाठीदेखील वेळ नसतो, त्यांनी किमान स्नान झाल्यावर कपाळावर गंध लावून अंतरात्म्याची पूजा जरूर करावी.

गंध लावण्यामागे रहस्य म्हणजे, गंध लावताना अंगुलीस्पर्श होतो. ही अंगुली मध्यमाच असावी, म्हणजे मधले बोट असावे. त्या बोटाचा थेट हृदयाशी संबंध आहे. अंगुलीतून प्रवाहित होणारी स्पंदने थेट हृदयाला जाऊन भिडतात.

गंध लावण्याचे व्यावहारिक कारण म्हणजे, गंध लावणारा मनुष्य सहसा पापकर्मास प्रवृत्त होत नाही. कारण तो देवाचे अस्तित्व मानणाऱ्यांपैकी एक असतो. सकाळी कपाळावर गंध लावून केलेली मानसपूजा दिवसभर, आपण देवाच्या साक्षीने काम करत आहोत याची जाणीव देत राहते. जणू काही, आपल्या प्रत्येक घडामोडींवर बारकाईने लक्ष ठेवणारा तो सीसीटीव्ही कॅमेरा असतो आणि त्याचा ऑपरेटर हृदयसिंहासनावर विराजमान झालेला असतो. आपण कोणाच्या निगराणीत आहोत, हे कळल्यावर जसे वाईट कृत्य करण्यास धजावत नाही, त्याप्रमाणे माझ्याकडे देव माझा पाहतो आहे ही जाणीव गंधाद्वारे सातत्याने होत राहते.

गंध लावणाऱ्या व्यक्तीकडे समाजदेखील संस्कृतीरक्षक या भूमिकेतून पाहतो. ही केवळ धार्मिक खूण नाही, तर स्वत:च्या अस्तित्वाची स्वत:ला करून दिलेली जाणीव असते. म्हणून हिंदूधर्माने आणि आर्यसंस्कृतीने तिलकविधीला धर्मात स्थान दिले आहे.

पूर्वीपासून स्त्री-पुरुष कपाळावर गंध लावीत असत.त्याची जागा आता टिकल्यांनी घेतली. परंतु, गंध लावण्यामागे शास्त्रीय कारणेदेखील आहेत. गंध केवळ सुगंधी म्हणून नाही, तर अनेक औषधी गुणांनी परिपूर्ण असे चंदन, हळद, अष्टगंध, गुलाल, कृष्णचंदन इ. विविध पदार्थांनी युक्त असते.(क्रमश:)

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

प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी

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

वारी

निघाली पहा वारी
पंढरपूरी वेगाने खरी
भेट घेण्या विठूरायाची
हरी नाम मुखी
दिंडी,पताका हाती
वर्षा होई आनंदाची

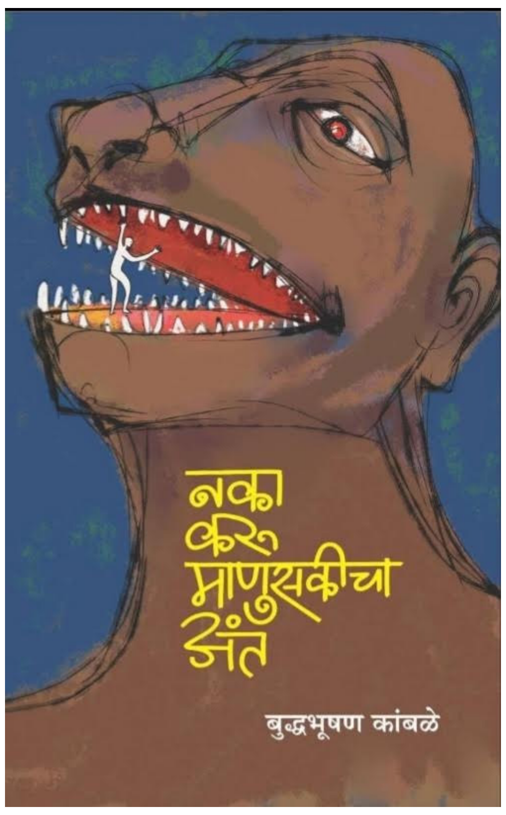
टाळ,मृदंग,चिपळी
हाती वैष्णव पताका
निघाली पंढरी वारी
ऊन-वारा-पाऊस
रिंगण सजले छान
आनंदे नाचती वारकरी

नका करू माणुसकीचा अंत : माणुसकीच्या दीपस्तंभाची शब्दयात्रा

ज्योतिर्मय साहित्य

''माणुसकीचा दिवा तेवत ठेवा, स्वार्थाच्या वाऱ्यांनी तो विझू देऊ नका; जगण्याला अर्थ द्यायचा असेल, तर माणसातला माणूस मरू देऊ नका.''

आजच्या वेगवान, स्पर्धात्मक आणि स्वार्थाच्या भोवऱ्यात अडकलेल्या समाजात माणुसकी, संवेदना आणि सामाजिक बांधिलकी यांची उणीव प्रकर्षाने जाणवते. अशा काळात समाजाला अंतर्मुख करणारे, आत्मपरीक्षणास प्रवृत्त करणारे आणि माणुसकीचा दीप पुन्हा प्रज्वलित करणारे पुस्तक म्हणजे युवा लेखक बुद्धभूषण कांबळे यांचा नका करू माणुसकीचा अंत हा ललित लेखसंग्रह होय. या पुस्तकातून लेखकाने समाजातील विविध प्रश्नांना केवळ स्पर्श केला नाही, तर त्यावर मनाला भिडणाऱ्या शब्दांत भाष्य केले आहे. पुस्तकाची पहिली आवृत्ती २०२६ मध्ये प्रकाशित झाली असून, त्यात एकूण ६९ वैचारिक लेखांचा समावेश आहे.



मुखपृष्ठावरील अक्राळविक्राळ जबड्यात झुंज देणारा माणूस आजच्या समाजातील अमानुष प्रवृत्तींचे प्रभावी प्रतीक ठरतो, तर ठळक अक्षरांतील नका करू माणुसकीचा अंत हे शीर्षक मानवतेच्या रक्षणासाठी दिलेली आर्त साद वाटते. मलपृष्ठावरील स्तंभलेखक व पत्रकार सुरेश मंत्री यांची पाठराखण वाचकाला पुस्तकाच्या विचारविश्वाची ओळख करून देते. आशयाला साजेशी ही कल्पक मांडणी पुस्तकाचे आकर्षण अनेकपटींनी वाढवते.

या संग्रहातील प्रत्येक लेख हा समाजमनाला प्रश्न विचारतो. मतदानातील पैशांचे राजकारण, शेतकऱ्यांचे प्रश्न, पालक व मुलांचे नाते, व्यसनाधीनता, स्त्री-सन्मान, शिक्षण, नैतिकता, सामाजिक जबाबदारी, माणुसकी आणि राष्ट्रप्रेम अशा अनेक विषयांवर लेखकाने अत्यंत साध्या, ओघवत्या आणि प्रभावी भाषेत विचार मांडले आहेत. पुस्तकातील लेख उपदेशात्मक न वाटता अनुभवातून आलेले जीवनदर्शन घडवतात.

लेखकाची भाषा ही या पुस्तकाचे मोठे वैशिष्ट्य आहे. कोणताही शब्दांचा बडेजाव नाही, कृत्रिम अलंकार नाहीत; पण प्रत्येक वाक्यात प्रामाणिकपणा, सामाजिक जाणीव आणि माणुसकीचा स्पर्श आहे. त्यामुळे पुस्तक वाचताना लेखक वाचकाशी प्रत्यक्ष संवाद साधत असल्याचा भास होतो. विचारांच्या ओघात अनेक ठिकाणी अंतर्मुख करणारे प्रश्न वाचकास स्वतःलाच विचारायला भाग पाडतात. या पुस्तकातील सर्वांत महत्त्वाची बाब म्हणजे लेखकाची सकारात्मक दृष्टी. समाजातील वाईट प्रवृत्तीवर कठोर शब्दांत टीका करतानाच त्या बदलण्यासाठी आशेचा किरणही तो दाखवतो. म्हणूनच हे पुस्तक केवळ समस्यांचे चित्रण करत नाही, तर परिवर्तनाचा मार्गही सुचवते. पुस्तकाच्या प्रस्तावनेतही लेखकाच्या विचारांना ''माणुसकीचा सुगंध'' लाभल्याचे नमूद करण्यात आले आहे, हीच त्याच्या लेखनाची खरी ओळख आहे.

पुस्तक परीक्षण
सुरेश मंत्री, अंबाजोगाई
मो. ९४०३६५०७२२

विशेष म्हणजे लेखकाचे वय तरुण असले तरी त्याच्या विचारांमध्ये विलक्षण सामाजिक परिपक्वता दिसून येते. ग्रामीण वास्तव, सामान्य माणसांचे दुःख, आई-वडिलांविषयीची कृतज्ञता, शिक्षणाचे महत्त्व आणि समाजाविषयीची बांधिलकी या मूल्यांचा ठसा प्रत्येक लेखावर उमटलेला आहे. त्यामुळे हे पुस्तक केवळ तरुणांसाठीच नव्हे, तर शिक्षक, पालक, विद्यार्थी आणि समाज जीवनाशी निगडित प्रत्येक व्यक्तीसाठी मार्गदर्शक ठरते.

साहित्यिक दृष्टिकोनातून पाहिले तर नका करू माणुसकीचा अंत हा केवळ लेखसंग्रह नाही; तर तो सामाजिक प्रबोधनाचा दस्तऐवज आहे. लेखकाची निरीक्षणशक्ती, अनुभवांचे सूक्ष्म विश्लेषण आणि प्रभावी अभिव्यक्ती यांमुळे प्रत्येक लेख वाचकाच्या मनात दीर्घकाळ रेंगाळतो. वाचन संपल्यानंतरही पुस्तकातील विचार मनात सतत घोळत राहतात, हीच या पुस्तकाची खरी ताकद आहे. आज समाजात तुटत चाललेली नाती, वाढत चाललेला स्वार्थ आणि कमी होत चाललेली संवेदनशीलता यांच्यामध्ये हे पुस्तक माणुसकीचा हात धरायला शिकवते. ते केवळ वाचण्याचे पुस्तक नाही, तर जगण्याचे भान देणारे पुस्तक आहे.

शेवटी एवढेच म्हणावेसे वाटते - ''माणुसकीचा श्वास जिवंत असेल, तरच समाजाचे अस्तित्व टिकेल; शब्दांना कर्माची जोड मिळाली, तरच जीवन खऱ्या अर्थाने फुलेल.''

नका करू माणुसकीचा अंत हा लेखसंग्रह सामाजिक जाणिवा समृद्ध करणारा, नैतिक मूल्यांची आठवण करून देणारा आणि प्रत्येक वाचकाला स्वतःच्या अंतर्मनाशी संवाद साधण्यास भाग पाडणारा महत्त्वपूर्ण साहित्यसंच आहे. विचारशील वाचकाच्या संग्रहात असावे, असे हे प्रेरणादायी पुस्तक आहे.

EMI चे चक्रव्यूह

पुढे.....
पण आधीच कर्ज घेतलेले असेल तर काय करावे.
या प्रश्नाचे उत्तर सोपे नक्कीच नाही.
"पण काळजी करू नका, यातून बाहेर पडण्याचा एक रस्ता आहे.
तुमच्या मेंदुचे रीवायरींग करा... किती कर्ज घ्यायचे की घ्यायचेच नाही हे पुन्हा एकदा ठरवा, सर्वात महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे कर्ज सुरू आहे म्हणून इन्व्हेस्टमेंट थांबवू नका, प्रत्येक ईएमआय संपल्यानंतर तेवढ्याच रुपयांचे एसआयपी सुरू करा,जेंव्हा SIP ची रक्कम ईएमआय च्या रकमे पेक्षा जास्त होईल तेंव्हा अर्धी लढाई तुम्ही जिंकली असे समजा,आणि पुर्ण कर्ज फिटे पर्यंत नवे कर्ज किंवा अनावश्यक खर्च करु नका.
महिन्याला फक्त १००० किंवा २००० रुपयांची SIP सुरू करा.वयाच्या २३ व्या वर्षी सुरू केलेली ही छोटीशी SIP तुमच्या वयाच्या ३० व्या वर्षी तुम्हाला लाखोंचा फंड उभा करून देऊ शकते."
"लक्षात ठेवा, महागड्या वस्तू स्टेटस दाखवू शकतात, पण बँक बॅलन्स आणि म्युच्युअल फंड तुम्हाला खरे 'Financial freedom' देतात.
स्मार्ट बना, EMI चे गुलाम नाही, इन्व्हेस्टर बना!
जर हा व्हिडिओ आवडला असेल, तर तुमच्या त्या मित्राला नक्की शेअर करा जो दर महिन्याच्या १ तारखेला EMI च्या टेन्शनमध्ये असतो. (क्रमश:)

कुटुंबातील वाढणारे गैरसमज वेळीच दूर करा

ज्योतिर्मय साहित्य

कुटुंबातील नाते संबंध अत्यंत भावनिक व संवेदनशील असतात. आजच्यास काळात कुटुंबातील नाती-गोती टिकविणे अत्यंत जिकिरीचे काम तर आहे, पण ती तारेवरची कसरत आहे. आजकाल कुटुंबातील नाती-गोती अत्यंत संवेदनशील झालेली आहेत.

कुटुंबात अत्यंत किरकोळ बाबीवरून गैरसमज होण्याचे प्रमाण या आधुनिक काळात मोठ्या प्रमाणात वाढलेल आहेत. कुटुंबात कोणीही कुणाचे हितकारक व उपयुक्त सल्ले किंवा मार्गदर्शन ऐकण्याच्या मनस्थितीत आज तरी दिसत नाही. बोटावर मोजण्या इतके कुटुंब असतील जेथे

आई-वडील किंवा जेष्ठांचे सल्ले किंवा मार्गदर्शन अंमलात आणल्या जात असतील.

अगदी छोट्या व क्षुल्लक बाबी वरून कुटुंबातील सदस्यांत गैरसमज करून घेतल्या जातात. हे गैरसमज इतक्या उच्च टोकावर जातात की, यामुळे कुटुंबात ताण-तणाव वाढतात व नको त्या विघातक घटना घडतात.

धोंडीरामसिंह ध. राजपूत
वैजापूर, छत्रपती संभाजीनगर
मो. ९४२१३१२२४४

हा क्षुल्लक व किरकोळ गैरसमज कुटुंबातील सदस्यांनी व जेष्ठांनी मध्यस्थि करून तात्काळ सोडविला पाहिजे किंवा तात्काळ दूर केला पाहिजे, जेणे करून नात्यातील संबंधात अंतर वा दुरावा वाढणार नाही. एखादया दिवशी कुटुंबातील कुणाही सदस्याकडून चूक झाली, किंवा काही गैरसमज झाला तर तो गैरसमज त्याच दिवशी चर्चा करून सामंजस्यपणे सोडविला पाहिजे किंवा दूर केला पाहिजे. कुटुंबातील सलोखा, कुटुंबातील एकी,सहकार्य, कुटुंबाची प्रतिष्ठा राखण्याची जबाबदारी सर्वांचीच असते त्यामुळे हे गैरसमज तात्काळ दूर केले नाही किंवा सोडविले नाही तर ते कुटुंबात मोठ्या संघर्षाला कारणीभूत ठरू शकतात व कुटुंबाची घडी विस्कळीत होऊन ते कुटुंब लयास जाऊ शकते.

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 वर्षाचा 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

सत्यम् अनंतम् शाश्वतम् ब्रह्म

पुढे......
सामाजिक कुप्रथा वाढल्या, तेव्हा समाज सुधारकांनी त्यांना धैर्याने आव्हान दिले.
यावरून स्पष्ट होते - "भारतीय संस्कृतीने परिवर्तन स्वीकारले; पण स्वतःचा आत्मा कधीही सोडला नाही."

■ प्रत्येक परंपरा जपलीच पाहिजे का?
नाही.
प्रत्येक परंपरेला आपण तीन प्रश्न विचारले पाहिजेत - १. ती मनुष्याला अधिक उन्नत बनवते का? २. ती सत्य, करुणा आणि न्याय या मूल्यांशी सुसंगत आहे का? ३. ती आजच्या समाजासाठीही उपयुक्त आहे का? जर उत्तर "होय" असेल तर ती परंपरा जपली पाहिजे. जर तसे नसेल तर तिचे पुनर्मूल्यांकन आवश्यक आहे.

■ महत्त्वाचा संदेश
"परंपरेचा आदर आणि विवेकपूर्ण समीक्षा - हे दोन्ही एकत्रच चालले पाहिजेत."

■ प्रत्येक नवीन विचार योग्यच असतो का?
जशी प्रत्येक जुनी गोष्ट योग्य नसते, तशीच प्रत्येक नवी गोष्टही योग्य असेलच असे नाही.
आज आधुनिकतेच्या नावाखाली - कुटुंबव्यवस्था ढासळत आहे, अमर्याद उपभोगवाद वाढत आहे, एकाकीपणा वाढत आहे, मानसिक ताणतणाव वाढत आहेत. म्हणून "नवे आहे" एवढ्यानेच एखादा विचार योग्य ठरत नाही.
भारतीय दृष्टीकोन असा प्रश्न विचारतो - "हा विचार मनुष्याला अधिक स्वतंत्र, अधिक संवेदनशील आणि अधिक संतुलित बनवतो का?"
जर उत्तर होय असेल, तर त्याचे स्वागत केले पाहिजे.

■ भगवद्गीतेची दृष्टी
भगवद्गीता आपल्याला विवेकपूर्वक कर्म करण्याची शिकवण देते. ती ना अंधानुकरण सांगते, ना अंधविरोध.
ती सांगते - "विवेकाने निर्णय घ्या."
हीच भारतीय जीवनदृष्टीची ओळख आहे.
(क्रमश:)

पावसात भिजणारी श्रद्धा

अमोल बोरीकर

आकाश भरून आलेलं असतं. काळे ढग दाटलेले असतात. अचानक मुसळधार पाऊस सुरू होतो. क्षणार्धात अंगावरील कपडे भिजून जातात. पायाखालची वाट चिखलाने भरते. प्रत्येक पाऊल जड होतं... पण वारकऱ्याच्या ओठांवरचं "विठ्ठल... विठ्ठल..." मात्र कधीच थांबत नाही. कारण त्याच्या पावलांना आधार चपलांचा नसतो; आधार असतो विठुरायावरील अढळ विश्वासाचा.
दूरवर भगवी पताका पावसात भिजत असते. तिचा रंग फिका होत नाही; उलट अधिकच तेजस्वी दिसतो. अगदी तसंच वारकऱ्याचं मनही... जितकी संकटांची सर कोसळते, तितकी त्याची श्रद्धा अधिकच उजळत जाते.
कधी एखादी आजी थरथरत्या हातांनी तुळशीची माळ सावरत चालत असते. कधी एखादा वृद्ध वारकरी आपल्या थकलेल्या पायांकडे न पाहता विठ्ठलाच्या दिशेने चालत राहतो. कधी एखादं छोटंसं लेकरू पावसात भिजत आईचा हात घट्ट धरून "ज्ञानोबा... तुकाराम..." म्हणत चालत असतं. हे दृश्य पाहिलं की जाणवतं-वारी पायांनी चालत नाही, ती श्रद्धेच्या बळावर चालते. या अथांग श्रद्धेचे रूप सांगताना संत जनाबाई एका अभंगात म्हणतात:
"धरीला पंढरीचा चोर। गळा बांधोनिया दोर॥"
वारकऱ्याने विठ्ठलाला प्रेमाच्या दोराने मनाच्या गाभाऱ्यात असे काही बांधून ठेवले असते की, निसर्गाचे कोणतेही संकट त्या श्रद्धेला हलवू शकत नाही.
आजच्या जगात आपण थोडे जरी आजारी पडलो किंवा आपल्या सुखात थोडी अडचण आली, तर आपण देवावरचा विश्वास गमावून बसतो. एसी रूममध्ये राहून, मोबाईलच्या आभासी दुनियेत जगताना आपली सहनशीलता संपली आहे. आपण सुख विकत घेऊ शकतो, पण मन:शांती नाही.
वारीतली ही भिजणारी श्रद्धा आपल्याला शिकवते की, आयुष्यात दुःखाचा कितीही मोठा पाऊस कोसळला, तरी विठ्ठलाच्या मायेची छत्री आपल्यावर कायम असते. हा पाऊस शरीराला भिजवतो, पण वारकऱ्याच्या मनातील भक्तीचा अग्नी अधिकच प्रज्वलित करतो.
संत तुकाराम आणि ज्ञानेश्वर यांनी दाखवलेली ही वाट सुखाची नव्हती; ती समर्पणाची होती. म्हणूनच पाऊस त्यांना अडवू शकला नाही आणि आजही लाखो वारकऱ्यांना अडवू शकत नाही. कारण जिथे ध्येय विठ्ठल असतं, तिथे संकटं ही फक्त प्रवासातील पावसाच्या सरी ठरतात.
आज आपण थोड्याशा अडचणींनी खचतो. आयुष्यातील प्रत्येक पावसापासून आश्रय शोधतो. पण वारी शिकवते-पावसापासून पळू नका; त्यात भिजा. कारण प्रत्येक संकटानंतर मन अधिक निर्मळ होतं, प्रत्येक अश्रूनंतर श्रद्धा अधिक गहिरी होते. वारीतील पाऊस हा फक्त ऋतूचा भाग नसतो; तो श्रद्धेची परीक्षा असतो. आणि ही परीक्षा वारकरी हसतमुखाने उत्तीर्ण होतो. कारण त्याच्या डोळ्यांसमोर एकच ध्येय असतं-विटेवर उभा असलेला विठुराया. पावसाच्या सरी थांबतात, चिखलही सुकतो; पण त्या सरींमध्ये भिजलेली श्रद्धा आयुष्यभर मनात सुगंधासारखी दरवळत राहते. कारण पाऊस शरीराला भिजवतो, तर वारी आत्म्याला.

महावस्त्र नात्यांचं : महावस्त्राचे पदर...

विश्वास देशपांडे, चाळीसगाव, प्रतिक्रियेसाठी : ९४०३७४९९३२

पुढे....
पूर्वीच्या काळी वडिलांचा घरात एक वेगळा 'दरारा' असायचा. बाबा घरात आले की मुले शांत व्हायची, एका कोपऱ्यात जाऊन अभ्यासाला बसायची. तो काळ वेगळा होता आणि त्या काळाची शिस्त वेगळी होती. आज मात्र काळ बदलला आहे. आजचे बाबा हे केवळ शिस्त लावणारे 'वडील' उरलेले नाहीत, तर ते मुलांचे 'सखे' आणि 'मित्र' झाले आहेत. आजचा बाबा मुलांशी खेळतो, त्यांच्याशी मैत्री करतो, त्यांच्या मनातले समजून घेतो; बाबांचे हे बदललेले रूप अत्यंत सुखद आणि स्वागतार्ह आहे.
परंतु, या आधुनिक आणि धावपळीच्या युगात 'करिअर' आणि 'पैशांच्या' शर्यतीमुळे बाबांना कुटुंबासाठी हवा तेवढा वेळ देणे जिकिरीचे झाले आहे. अहोरात्र काम केल्यामुळे मुलांशी असणारा प्रत्यक्ष संवाद बऱ्याचदा मागे पडतो. आपण मुलांना महागड्या वस्तू, गॅजेट्स किंवा चांगल्या शाळेत प्रवेश घेऊन देतो; पण त्यांना पैशांपेक्षा बाबांच्या 'वेळेची' आणि त्यांच्या 'स्पर्शाची' जास्त गरज असते, हे आजच्या पित्याला समजून घ्यावे लागेल. केवळ आर्थिक गरजा पूर्ण करणे म्हणजे पितृत्व नव्हे, तर मुलांच्या भावविश्वात प्रत्यक्ष उपस्थित राहणे, त्यांना नैतिक मूल्यांची जोड देणे ही आजची मोठी गरज आहे. ज्याप्रमाणे आई सुसंस्कारित असेल तर घर घडतं, तसेच बाबांचे घराकडे असणारे लक्ष, त्यांची संयमी वृत्ती आणि त्यांनी घेतलेले योग्य निर्णय यावर कुटुंबाचे संपूर्ण आरोग्य अवलंबून असते. नात्यांच्या या भरजरी 'महावस्त्रा'चा हा पितृत्वाचा पदर जर बळकट आणि सुरक्षित राहिला, तरच येणारी पिढी कोणत्याही संकटाचा सामना खंबीरपणे करू शकेल. बाबा नावाच्या या आकाशाएवढ्या छत्राची सावली जपणे आणि त्यांच्या त्यागाची कृतज्ञतेने जाणीव ठेवणे, हीच खऱ्या अर्थाने या महावस्त्राची वीण घट्ट करणे आहे.
थकलेल्या आणि वयस्कर झालेल्या बाबांसाठी 'वृद्धाश्रम' ही जागा म्हणजे शेवटचा पर्याय आहे असं मला वाटतं. घरातच त्यांना सर्वोच्च सन्मानाचे स्थान हवे. 'नटसम्राट' नाटक आपण सर्वांनीच पाहिले असेल; त्यातील गणपतराव उर्फ अप्पा बेलवलकर यांना आणि त्यांच्या पत्नीला वृद्धापकाळी मुलं सांभाळायला तयार होत नाहीत, तेव्हा त्यांची होणारी घालमेल काळीज हेलावून टाकते. अमिताभ बच्चन आणि हेमा मालिनी यांचा 'बागबान' चित्रपटही याच विदारक वास्तवावर भाष्य करतो. अशी नाटकं किंवा चित्रपट पाहताना डोळ्यातून अश्रू ओघळल्याशिवाय राहत नाहीत. कोणीतरी फार सुंदर म्हटले आहे:
"या वाळलेल्या पानांवर नेहमी जपून पाय ठेवा... कारण, एकेकाळी याच पानांनी तुम्हाला रखरखत्या उन्हात मायेची सावली दिली होती!"
आज त्या पानांना आपल्या प्रेमाच्या आणि आदराच्या सावलीची नितांत गरज आहे, हे आपण विसरता कामा नये.

॥ पांडुरंग पांडुरंग ॥
करावे स्मरण
आणिक चिंतन
नाम हे घेऊन
पांडुरंग ।।

पाहावा विठोबा
व्हावे वारकरी
जावे हो पंढरी
दर्शनासी ।।

रोज रोज घ्यावे
विठूचे हो नाम
सकल हो काम
होई सिद्ध ।।

कवी अरुणदास
घेई एक नाम
पांडुरंग पांडुरंग ।।

कवी अरुणदास"
अरुण वि.देशपांडे - पुणे .

शाळा

मुले सारी झाली गोळा
पुन्हा नव्याने भरली शाळा

साफसफाई करून घेऊ
श्रमदानाचा मंत्र जपू

नवे गणवेश नवी पुस्तके
घडती येथे आपुली मस्तके

नवा वर्ग नवे मित्र
समजून घेऊ नवे सूत्र

करु जेवण सोबतसोबत
छान होई अंगतपंगत

खेळू खेळ मैदानावर
देवू भर व्यायामावर

वाजवू टाळ्या गाऊया गाणी
मजेत फिरु पाखरावाणी

सगळ्यांनाच मिळतो गृहपाठ
कणा पाठीचा ठेऊ ताठ

घेऊ सर्व सायंप्रार्थना
जपून ठेऊ अक्षयधना

जाताना जयघोष करू
जयहिंद जय भारत म्हणू

@ आनंदा वारांगणे

मेघ:शाम

मेघ:शाम म्हणजे तो हो
अवचित अवखळ येणारां,
कृषकांसाठी ईशस्वरूप तो
जीवन सर्व देणारा...

अवकाशातून सरळ धरेवर
बरसत नाचत ऐसा येतो,
मना उल्हसित क्षणात करुनी
दिव्या स्वरूपा दाखवितो...

कधी पडतो तो रिमझिम रिमझिम
कधी असा तो कोसळतो,
सोबत त्याच्या सहोदरी ती
विद्युलता, हर्षत येतो....

कधी सकाळी कधी दुपारी
सायंकाळी अथवा रात्री,
विविध रूपे त्याची सुंदर
कोमल वसने तत् गात्री...

क्षणात येता रवीकिरणांशी
सख्य प्रीतीचे असे करी,
मोहक सुंदर रूप तयाचे
नयनावरती राज्य करी...

इंद्रधनुचे रंग मनोहर
अंगावरती जणू पैठणी,
रंगाने त्या शिंपून धारा
कनककामिनी जणू शाल्मली...

© मुकुंद भालेराव
छत्रपती संभाजी नगर
E-Mail: bhalerao.mukund@gmail.com
Mobile: (+91) 830 88 353 13

🌹शोध सुखाचा

शोधात निघालो सुखाच्या
वाटेत भेटला पैसा
म्हणाला माझ्याशिवाय
सुख चैन कैसा,?

सोबत घेऊन त्याला
खरेदी केली जोरदार
कपडे,दागिने,घर,गाडी
फ्रिज, टि व्ही. एसी गारेगार.

लेदरचा सोफा,उंची फर्निचर
गालीचे, पडदे, काचेचे झुंबर
चहाचे कप एकदम भारी,
डायनिंग साठी व्हाईट
क्रॉकरी,

पोर इंग्लिश मिडीयम ला
म्हणतात हाईम्स आल्यावर
बायकोला ही वाटतय छान
रेस्टॉरंट मध्ये गेल्यावर,

आय फोन, लॅपटॉप हेडफोन ,वायफाय
इंन्स्टा,एआय, चॅट जीपीटी,
पैशाने अशी मिळवून दिली
सुखाची साधने खोटी खोटी

सूख मिळत का हो अस?
मोजून पैसा वारेमाप,
जगण्यासाठी हव असत सगळ,
पण नसावा फक्त त्याचाच ध्यास,

हवा, पाणी, अन्न, प्रकाश
देवाच देण फुकट मिळायच,
सुख त्यातच होत रे माणसा
घे आता विकत, !
तुला फुकट नाही कळायच,

©®©®🖊️📖
मनोरमा बोराडे
छत्रपती संभाजीनगर

काय?

आम्ही वाढवतो महापुरुषांच्या
पुतळ्यांची उंची अधिकाधिक
पण महापुरुषांच्या विचारांच्या
आचरणातील उपयोजनाचे काय?

आम्ही आयोजन करतो स्पर्धा
परीक्षांचे गुणवंतांच्या निवडीसाठी
पण सर्व काही नियोजन करूनही
परीक्षेपूर्वीच्या पेपरफुटीचे काय?

आम्ही उभारतो पवित्र धर्मस्थळे
भक्तांच्या श्रद्धांना जपण्यासाठी
भक्तांकडून उदंड दान मिळूनही
पैशांच्या होणाऱ्या लुटीचे काय?

आम्ही नियोजन करतो
पावसाळा येण्यापूर्वी सर्व
मुसळधार पावसामुळे होणाऱ्या
विस्कळीत जीवनाचे काय?

आम्ही स्वप्न पाहतो नेहमी
भारताला विश्वगुरू बनवण्याचे
पण अनेक महत्वाच्या परीक्षांमध्ये
होणाऱ्या सामूहिक कॉपीचे काय?

आम्ही मानतो सर्व स्त्रियांना
लक्ष्मी, दुर्गा आणि सरस्वती
कायदे एवढे कडक असूनही
घडणाऱ्या अत्याचाराचे काय?

आम्ही देतो घोषणा विविधतेत
एकतेच्या,भारताच्या एकसंधतेसाठी
कैक प्रयत्न करूनही, मनामनातील
आकस अन भेदभावनेचे काय?
✍️©®

मनोज शोभाबाई प्रकाश अग्रवाल,
छत्रपती संभाजीनगर

Chowk.jpg – Wikimedia Commons

संसार ..

कोर्ट स्वता सांगते
नांदावे सौख्य भरे
मोडताना संसारा
विचार करावा बरे

कुटूंब प्रमुखा जरा
वागावे जबाबदारे
रूसून जाती कुणी
उघडी असता दारे

पळवी कुणी बाप
पळवती कधी पोरे
संसार विस्कटाया
टपूनि बसले उपरे

समजून घे सदस्या
कुठे खुपतेयं का रे
उपयोग नसे चिडून
आरे म्हणताच कारे

बाहेर जोरा सुटले
कसले वादळी वारे
पेल्यामधले वादळ
रे कालांतराने विरे

वरचढ बनून कुणी
डोक्या वाटती मिरे
अहंकारी असू नये
सगळी कडेचं मी रे

घटस्फोट कशाला
सोडा उगाचं नखरे
पडत राही तारखा
कोर्टाचे नाही खरे

- हेमंत मुसरीफ पुणे.
9730306996

मरण ..

तेचं तसेचं सारखे
रे असते वातावरण
एक सारखेच चित्र
पावता कुणी मरण

असा कसा गेला हो
बोलायचे निष्कारण
विचारायचे उगाचचं
मरणाचे कायकारण

खोट्या ख-या घटना
होऊ लागते स्मरण
घुसडा उगाचं स्टोरी
कोण मागतो तारण

असलेली न् नसलेली
काढा जुनी आठवण
खरे खोटे काय आहे
शोध तो घेणारं कोण

सोने झाले सुटला हो
विचीत्र रे म्हातारपण
गुळमुळीत बोल बोले
भेटलेला प्रत्येकजण

हळहळ व्यक्त तशीचं
अकाली रे येता मरण
आपल्या हातात नाही
करा फक्त मार्ग क्रमण

शेवटी इच्छा ईश्वराची
जायचे त्याला शरण
श्रध्दांजली भाव पूर्ण
चालवा अंतीम चरण

धुंद हा पाऊस! धुंद हा निसर्ग

चल!चल! सखये! बाहेर छान पावसात जाऊ
नि सुरम्य मस्त! अशा निसर्गात धुंद धुंद होऊ

झाडांच्या पानांवर बहरले रुपेरी मोती
फुलांचा येतो मनपसंत सुवास हा किती
तुझी नि माझी प्रिती अशी बहरुन घेऊ
चल चल सखये! बाहेर छान पावसात जाऊ

हा झुळझुळ वारा सुखावतो छान! मनाला
खळाळणारे धबधबे आल्हादिती मनाला!
प्रितीचा गंध तुझ्या येऊदे असाच बहराला!
चल चल सखये! बाहेर छान पावसात जाऊ

निसर्ग देतो आपल्याला आनंद भरभरून
घ्यावा त्याचा हा गुण स्वये नित्य मनभरुन
दानधर्म,देवधर्म करावा मनाने स्वमनभरुन
चल चल सखये! बाहेर छान पावसात जाऊ

मंद धुंद खट्याळ वारा स्पर्शी सखे!तुला येऊन
बहुरंगी फुलपाखरे खेळती अवतीभवती येऊन
काय वर्णावे निसर्गाचे सद्गुण! घ्यावेत शिकून
चल चल सखये! बाहेर छान पावसात जाऊ

काव्यरचना :
मधुकर निलेगावकर, पुणे
९४२१३७५६९१

पाऊस.....

मधुमालती बोलते रातराणीच्या कानात....
धरेच्या भेटीसाठी आला पाऊस रानात......
सळसळं पानातून रस अमृताचा झरे ....
कोकिळेच्या स्वरात संगीत निनादले...
रान झरलं झरलं.... नभं भरलं भरलं.....
मेघांच्या पदरात नक्षत्रांचं देणं आलं.......1

ऋतू गाभूळतो आज,पावसात रान न्हालं....
माळरानं गंधाळलं, नभं उतरून आलं......
बीज निजले धरेत, मृदा सुखावून गेली....
बळीराजाच्या डोळ्यात, स्वप्नं बहरून आली....
रान झरलं... झरलं.... नभं भरलं भरलं....2

आसमंत सौख्य पाही, सृष्टीचा हो स्वर्ग झाला.....
किलबिल पानोपाणी...घरट्यात भर आला.....
सोनपिवळ्या उन्हात बीज अंकुरले आज....
मृदगंधाचा अत्तर तिला चढवितो साज.....
रान भरलं .. भरलं...3...

नवी पालवी कोवळी, वल्लरीही बहरली....
भिजलेल्या दवात.... जुई -अबोली बोलली....
आईच्या अंगणाची तिला आठवण येई.....
जीव गुंतला माहेरा, मनं धाव तिथे घेई.....
रान झरलं... झरलं....4

सृष्टी जपा हो गड्यांनो........
वृक्षतोड बंद करा .. झाडे लावून जगवा...
सृष्टी हरित सजवा.....

वृषाली वानखडे.... अमरावती.
9921424125

पाऊस हवा

नको पेढा, नको खवा,
पाऊस हवा, पाऊस हवा.
नको शिरा, नको रवा,
पाऊस हवा, पाऊस हवा.

पाने म्हणतात फुलण्यासाठी,
पाऊस हवा, पाऊस हवा.
कळी म्हणते उमलण्यासाठी,
पाऊस हवा, पाऊस हवा.

बीज म्हणते,
अंकुरण्यासाठी,
रोप नवे होण्यासाठी,
फुले, पाने येण्यासाठी,
पाऊस हवा, पाऊस हवा.

सृष्टी म्हणते चराचर,
जगण्यासाठी हवे पाणी.
हे पाणी मिळण्यासाठी,
बरसावेस तू वर्षाराणी.

हातामध्ये घेऊन ये,
जादूरुपी काठी.
ढगांवरती फिरव तू
पावसाला बसण्यासाठी.

अलकानंतसुत श्रीपाद दसरे.
छ.संभाजीनगर.
मो.9975950801

मित्रा पावसा

रे मित्रा, पर्जन्यराजा
आम्हास दिलास दिलासा
कृपाधन तू वर्षलास
चिंता केल्या रे नाहीशा

हवामान केलेस थंड
पिण्या पाणी दिले उदंड
सृष्टीची शमविली तहान
तू खरोखरच रे महान

तळी भरली,धरणे ओसांडली
सर्व पिके कशी ती तरारली
सर्वत्र उत्साह तो संचारला
आमचा आनंद गगनी भिडला

दिनरात तुझी संततधार
आम्हा तुझा भक्कम आधार
वर्षभर पाण्याची ती बेगमी
मनोमन झालो बिनघोर

हे मित्रा, होऊ नको तू शत्रू
असाच राहिला बरसत
अतिवृष्टीग्रस्त होईल पृथ्वी
उगाच चिंता आमच्या
वाढवत

पुरेशा प्रमाणात कोसळून
जा तू गपगुमान निघून
खरा असशील रे मित्र
तू सुंदर करशील चित्र

शिरीषकुमार पाठक, पुणे

उन्मत्त पाऊस

धटींगण अडदांड
म्हणू याला की मुजोर
पडे असाच केव्हाचा
किती मनाचा कठोर

वारा सुटतो सुसाट
त्यात दामिनी अफाट
जोरदार पावसाच्या
सरी करीती गोंगाट

धरेवरी कोसळती
वृक्ष फांद्या उन्मळूनी
पत्रे उडू उडू जाती
मागे पाही ना वळूनी

काडी काडी जोडूनिया
एक घरटे बांधले
पावसाच्या उद्रेकाने
दुःख नव्याने रांधले

अरे पावसा पावसा
नको होऊ उन्मत्त
जनामनाचा विचार
थोडा तरी हो उदात्त
✍️✍️©®✍️✍️
सौ. रचना गि. वसेकर

कवितेचे गाव
****

कविता म्हणजे नसते
नुसती गुंफण शब्दांची
कविता म्हणजे असते
कला जगण्याच्या ढंगाची

खूप काही सांगते कविता
गुजगोष्टी करते कविता
न उकलणाऱ्या प्रश्नांची
नकळत उत्तरे देते कविता

कधी हसविते कविता
कधी रडविते कविता
हलकेच मानवी मनाला
मायेनं कुरवाळते कविता

सुगंधी शब्दांच्या गुंफणी
जीवन आनंद शोधावा
नित्य जाऊन यावे
नव्या नव्या कवितेच्या गावा.
✍️©®✍️
गिरीश वसेकर
९४२२६५९४००

06:41

चालू पंढरीची वाट

चालू पंढरीची वाट
चढू डोंगर - घाट
जाऊ विठ्ठलाच्या भेटी
मुखी विठ्ठलाचा पाठ
जरी पाऊस डोक्यावरी
वारा भिडतो अंतरी
विठोबाचे दर्शन घेऊ
आपण सारे वारकरी
दिंडी चालली पंढरी
सोबत लाखो वारकरी
हातात टाळ,मृदुंग
सोबत असे विणेकरी
मनी एकच ध्यास
विठुराच्या भेटीचा
आनंद किती वर्णावा
पंढरीच्या वारीचा
जाऊ विठ्ठलाच्या पंढरी
दर्शन घेऊ सारी,सारी
विठ्ठलला प्रार्थना
पाऊस पाड दारोदारी
सुखी व्हावी जनता
ही प्रार्थना असे मनी
विठ्ठल नामाचा जप
चालत असे जनी, जनी---

धोंडीरामसिंह ध. राजपूत,
वैजापूर, संभाजीनगर.
मो.९४२१३१२२४४.

संवाद देवाशी

एकदा मी देवाला सहज प्रश्न विचारला.
एका प्रश्नाचे उत्तर दे मला.
कसं काय करतो एवढं सगळं काम
लक्षात कसे ठेवतो सगळे हे मला सांग
तुझ्याकडे नाही पेन नाही वही
संगणक तर तुला माहितच नाही
पाप पुण्याचा मग हिशोब कसा ठेवतो
धर्म कर्म आमचे कसे ओळखतो
जन्म द्यावा कोठे आणि मरण ही कोठे
जगतो आम्ही वेडे वाकडे
तू हसत असतो तिकडे
सुख- दु:खात असतोस खरा
पण दिसत नाही बरा
थकत कसा नाही दमत कसा नाही
एवढ्या लोकाचां तुला राग कसा येत नाही
मला सांग मी तुझा भार कमी कसा करू
एवढं तरी करू दे
नाही नको म्हणू
देव हसत म्हणाला
कर्म करा चांगले मग माझे काम होईल सोपे
मग मी पण जरा आराम करेन
तुझ्या प्रश्नाचा विचार करेन
तुझ्या प्रश्नाचे तुलाच उत्तर मिळेल
मग देव होणे किती अवघड आहे सांग...

अंजू जोशी
मो.8698537347
सिध्देश्वर पेठ, सोलापूर

लहानपण......

आठवणीचा आठवतो मेवा
......लहानपण देगा देवा
शाळांमदी पळत पळत सुटायचो
जनगणमन सुरू व्हायच्या आधी
समदया पोरात मिसळून जायचो
उशीर झालाय म्हणून मी कधीच
मास्तराचा मार नही खायचो
आखुड सदरा गुडगेपतुर विजार
अंगामंदी असायची रातीला
तोचि धुवूनि तांब्यानं ईसतरी करूनि
ते घालून दुसऱ्याच दिसी
शाळात हजर व्हायचो
आठवणीचा आठवतो मेवा
......लहानपण देगा देवा
अवघा एक रुपया मायना द्यायचा
मितरास्नी गप्पा मारत आठ दिसाचं
किडूकमिडूक सामान समदं
खरेदी करून आणायचो
लई मरणाची गरीबी हुती बेकार
तवा शाळा सुटली की जेवाले
एक दोन मैतर मला बळंबळं
घरी न्यायचे नि मस्त
पोटभरून जेवू घालायचे
अशी दया मायाची जीवाभावाची
दोस्ती बघून मी आनंदी व्हायचो
ऊनाळ सुटीत शेळ्या-मेंढरा मागं
जायचो चारत चारत दिसभर
मस्ती करत फीरायचो तवा
कशाच ईंटरनेट कशाच मोबाईल
फावल्या वेळात चाकोरी भवरा
चड्डी वर धरून उड्या मारत
समदी संवगडी खेळ खेळायचो
अगदी सादसुदं राहायचो
रातीला जुन्या गोष्टी मितरासनी
सांगत हसत झोपी जायचो
आठवणीचा आठवतो मेवा
........लहानपण देगा देवा

मल्हारराव नाचण डोणगावकर
काव्यलेखक मो 9225567542
छत्रपती संभाजीनगर

स्वयम्

असते क्षितिजावर नजर..
पण मातीत पाय घट्ट रोवलेले...
स्वतःचा शोधता शोधता अवकाश...
जपत असते नाती हळूवार सावकाश ..
मनात खोलवर जाणवत की
आपल्यालाही जपावं. ..
हळूवार पणे..अलवार..

जगाच्या व्यवहारात गाडून घ्यायचे नाही...!
आणि मनातले अंकुरणे सोडायचे नाही...!
वाटतं दिमाखात..डौलाव...
आत्मविश्वासाने....!

प्रेयस.. श्रेयस ....निती..
अनिती...च्या संघर्षापेक्षा....
मनातले संघर्ष कोलाहल जास्त करतात...
ते शांतपणे हाताळावे लागतात...

काही खोलवर गाडून जगावे..
आशेवर! इच्छेवर!! प्रार्थनेवर!!!

@मोहिनी हेडाऊ, नागपूर

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

दवाखाना

टायफॉईड आणि पॅराटायफॉईड (७)

ज्योतिर्मय साहित्य

नमस्कार मैत्रांनो,

जिथे प्रगत देशात टायफॉईड हा आजार आटोक्यात आलाय, तिथे आजच्या घडीला जगातच नव्हे तर आपल्या देशातही एक चिंताजनक बाब म्हणजे फ्लुरोक्विनोलोन औषधांना टायफॉईडच्या जिवाणूंचा वाढता प्रतिरोध! हा त्रस्त समंध जागा झालाय, कारण आपल्या देशात रुग्णालयात भरती होणाऱ्या टायफॉईडच्या ८०% रोग्यांत हा प्रतिरोध दिसून आलाय. कदाचित हा अर्धाच हिमनग असावा, कारण या बाबत एकूण एक रोग्याविषयी नसलेली माहिती. म्हणूनच अशा यंत्रणेला १०० % कार्यान्वित करणे आवश्यक आहे जी टायफॉईडच नव्हे तर इतरही संसर्गजन्य रोग्यांमध्ये निर्माण झालेल्या प्रतिजैविकांच्या प्रतिरोधविषयी शुद्ध वैज्ञानिकरित्या सतत सकल माहिती घेत राहील. ही पहिली पायरी अर्थात त्रुटीविरहित परिपूर्ण तसेच अद्ययावत डेटाबेस ओलांडली की, त्याची कारणे शोधणे आणि त्यावर ठोस सर्वांगीण उपाययोजना करणे या पायऱ्या निर्धोकपणे ओलांडता येतील. मंडळी, मी वारंवार हे सांगते आहे की असा विस्तारित डेटाबेस तयार करण्यासाठी प्रत्येक पायरीवर सरकारी आणि खाजगी वैद्यकीय यंत्रणा यांचा संपूर्ण समन्वय साधल्या गेला तरच हे शक्य आहे.

पॅराटायफॉईड: हा टायफॉईडचा अनुज म्हणता येईल. हा देखील दूषित अन्न आणि पाण्यामुळे होणारा जिवाणुजन्य आजार आहे. याला कारणीभूत असलेले जिवाणू म्हणजे साल्मोनेला पॅराटायफी! किंचित समाधानाची बाब ही की टायफॉईडच्या तुलनेत सौम्य संसर्ग असल्यामुळे या आजाराची तीव्रता कमी असते. यात देखील ताप हा स्थायी भाव असतो, पण तापमानाचे चढ-उतार कमी असतात. दोहोंत मुख्यत्वेकरून फरक हा की चाचण्यांद्वारे टायफॉईडचे जसे अचूक निदान होते तसे या आजाराचे होत नाही. म्हणूनच डॉक्टरांना रोग्याचा इतिहास तसेच रोग्याची कौशल्यपूर्ण प्रत्यक्ष तपासणी करूनच हे निदान करावे लागते. पॅराटायफॉईडसाठी टायफॉईडसारखीच प्रतिजैविके वापरात आहेत. भरीस भर म्हणजे सध्या पॅराटायफॉइडसाठी कोणतीही विशिष्ट

लस उपलब्ध नाही, मात्र टायफॉइडची लस घेण्याने कदाचित काही प्रमाणात क्रॉस-प्रोटेक्शन मिळू शकते असे म्हटल्या जाते.

आता टायफॉईड आणि पॅराटायफॉईडपासून बचाव करण्यासाठी वैयक्तिक स्तरावर कुठली काळजी घ्यावी ते बघू या.

लेखिका
डॉक्टर मीना श्रीवास्तव

* नेहमी उकळून किंवा फिल्टर केलेले स्वच्छ पाणी प्या. बाहेरचे उघड्यावरील पाणी पिणे पूर्णपणे टाळा.

बाटलीबंद पाणी म्हणजे अमृत नोहे! बिसलेरी बाटलीची गुणवत्ता कशी आहे? जुन्या बिसिलरीत नळाचे पाणी भरून तिचा पुनर्वापर केल्या जातोय का? एकल वापर प्लॅस्टिकच्या बाटलीतून वारंवार पाणी पिल्या जाते आहे का? हे वादग्रस्त मुद्दे आहेत. माझ्या मते घरीच उकळून थंड केलेले पाणी वापरावे, तसेच ते पाणी स्टीलच्या स्वच्छ बाटलीत भरून घराबाहेर त्याचाच वापर करावा. याने एकल वापर प्लास्टिकवर आळा बसेल.

*हात स्वच्छ धुवा: जेवणापूर्वी, जेवण झाल्यावर, स्वयंपाक करण्यापूर्वी आणि शौचकर्म तसेच लघवी केल्यानंतर आपले हात साबणाने आणि पाण्याने चांगले धुवा. याविषयी मला महत्वाची माहिती मिळाली, ती शेअर करते. शौचालयाचा वापर केल्यानंतर आपले हात साबण आणि पाण्याने किमान २० सेकंद स्वच्छ धुवावेत. त्यासाठी खालील पायऱ्यांचे अनुसरण करा: आपले हात स्वच्छ, वाहत्या पाण्याने ओले करा. साबण लावा आणि २० सेकंदांसाठी जोरात फेस तयार करा, तसेच तळहात, हाताची मागची बाजू, मनगट, बोटांच्या मधली जागा आणि नखांखालील भाग व्यवस्थित घासून घ्या. वाहत्या स्वच्छ पाण्याखाली पूर्णपणे धुवा. आपले हात स्वच्छ टॉवेलने किंवा एअर ड्रायरने पुसून घ्या, कारण कोरड्या हातांपेक्षा ओल्या हातांवर जीवाणू अधिक सहजपणे पसरतात. गमतीचा भाग असा की जर तुम्हाला २० सेकंदांची वेळ मोजायची असेल, तर रोग नियंत्रण आणि प्रतिबंध केंद्राच्या मजेशीर सल्ल्यानुसार हॅपी बर्थडे हे गाणे सुरुवातीपासून शेवटपर्यंत दोनदा गुणगुणावे. रुक्ष आकडेमोडीपेक्षा हे मस्तच! शिवाय या आरोग्यदायिनी सवयीमुळे तुमचे आयुष्य वाढीस लागण्यास मदतच होईल! याचे यू ट्यूब वर विडिओ अवश्य बघावे.

*नेहमी घरी शिजवलेले ताजे आणि गरम अन्न खावे. उघड्यावर ठेवलेले, शिळे किंवा माश्या बसलेले अन्न खाणे टाळावे. कोरोनाच्या सक्तीच्या एकांतवासात बऱ्याच लोकांनी पाककला शिकून घेतली होती. अगदीच कांही नाही तर गृहलक्ष्मीने मुलांना (यात मुलगा, मुलगी दोघेही आलेत) देखील कुकर लावून वरण भात आणि भाजी हे मूलभूत अन्न रांधता येईल इतपत पाककला शिकवावी. यामुळे बाहेरचे अन्न खाणे टाळता येईल. कच्च्या भाज्या किंवा फळे वारंवार धुवून खावीत. पावसाळ्यात पालेभाज्या अतिरिक्त काळजी घेत स्वच्छ पाण्याने धुवून शिजवाव्या.

* शीतपेयांविषयी थोडेसे: सॉफ्ट ड्रिंक्स अर्थात वातित पेये ही कार्बोनेटेड शीतपेये आहेत, त्यांत दाब देऊन विरघळलेला कार्बन डायऑक्साइड भरला जातो. यामुळे त्यांना त्यांचे खास बुडबुडे येतात. एकच उदाहरण पुरेसे आहे. कोका-कोला या शीतपेयाच्या संदर्भात प्रमुख वाद अनेक क्षेत्रांना व्यापून दशांगुळे उरलेले आहेतच. कोका-कोला हे जगातील प्रमुख मान्यवर कॉर्पोरेट प्लास्टिक प्रदूषकांपैकी एक आहे. याचे प्लास्टिक पॅकेजिंगचे उत्पादन दरवर्षी ३ दशलक्ष टनांपेक्षा अधिक आहे. या कंपनीवर मोठ्या प्रमाणात भूजल उपसा करण्याचा आरोप केल्या जातो.

या उच्च-साखरयुक्त पेयाच्या नित्य सेवनाने लठ्ठपणा, मधुमेह आणि दातांच्या किडण्याच्या समस्या वाढलेल्या दिसून आल्या आहेत. त्या ऐवजी नारळपाणी, झालेच तर नीरा किंवा उसाच्या रसासारखी नैसर्गिक पेये आरोग्यदायी आहेत. मात्र ताजा उसाचा पितांना त्यात बर्फ नसावा, कारण बर्फ बनवायला कुठले पाणी वापरले आहे हे आपल्याला माहित नसते. फळांचा ज्यूस पिण्याऐवजी सरळ फळांचे सेवन करणे केव्हाही योग्यच!

पनीर ड्राय मंचुरियन

ज्योतिर्मय साहित्य

हॉटेल मध्ये गेलो की स्टार्टर मधील सर्वांची आवडती कॉमन डिश म्हणजे मंचुरियन!

मग यात सुद्धा बरेच प्रकार येतात. पनीर ड्राय मंचुरियन,पनीर चिली ग्रेव्हीचे किंवा व्हेज मंचुरियन ,गोभी मंचुरियन हे सुद्धा ड्राय आणि ग्रेव्ही चे असे दोन्ही प्रकारणी बनवले जातात. मग यातील कोणतीही एक तरी डिश स्टार्टर मध्ये हटकूनमागवली जातेच. ही एक इंडो चायनीज फ्युजन स्टार्टर डिश आहे. व्हेज ६५ ही सुद्धा आवडती डिश साधारण अशाच प्रकारात मोडते. पावसाळ्यात,हवेत मस्त गारवा असल्यावर तर या डिशची लज्जत काही औरच असते. मग विचार कसला करता? स्वीगी वरून ऑर्डर करायचे? पण ते येईपर्यंत थंड होईल ,किंवा तोपर्यंत टेम्पटेशन जाईलसुद्धा! त्यापेक्षा घरीच बनवले तर? काय म्हणता? हॉटेलसारखे जमेल का? अहो, बनवून तर पहा! मग खाऊन सांगा..

साहित्य : पाव किलो चौकोनी तुकडे केलेले पनीर, मॅरिनेशन आणि कोटिंगसाठी: २ चमचे कॉर्नफ्लोअर, २ चमचे मैदा,अर्धा चमचा काळी मिरी पावडर आणि चवीनुसार मीठ

सॉससाठी : १ चमचा बारीक चिरलेला लसूण, अर्धा चमचा बारीक चिरलेले आले, २ हिरव्या मिरच्या.

सॉसेज: १ चमचा सोया सॉस, १ चमचा चिली सॉस, दीड चमचा टोमॅटो केचप आणि अर्धा चमचा व्हिनेगर

मांचुरियंसाठी : अर्धाकप सिमला मिरची आणि अर्धा कप चौकोनी तुकडे केलेला कांदा, ४चमचे बारीक चिरलेली कांद्याची पात. तळण्यासाठी तेल.

कृती:

प्रथम आपण पनीर मॅरीनेट करून घेऊ. त्यासाठी एका बाऊलमध्ये कॉर्नफ्लोअर, मैदा, मीठ, काळी मिरी आणि थोडे पाणी घालून त्याची घट्ट पेस्ट बनवुन घेऊ.मग त्यात पनीरचे तुकडे घालू आणि सर्व तुकड्यांना पीठाचे कोटिंग व्यवस्थित लावून घेऊ. हे साधारण पाच मिनिटे ठेवू.

त्या नन्तर एका कढईत तेल गरम करून घेऊन पनीरचे सगळे तुकडे मध्यम आचेवर सोनेरी आणि कुरकुरीत होईपर्यंत तळून घेऊ. हे तळलेले पनीर एका टिशू पेपरवर काढून ठेवावे.

आता आपण सॉस बनवुन घेऊ.

त्यासाठी एका पॅनमध्ये १ चमचा तेल गरम करावे. मग त्यात बारीक चिरलेला लसूण, आले आणि हिरवी मिरची घालून ३० सेकंद परतावे.नंतर त्यात चौकोनी कापलेले कांदे आणि सिमला मिरची घालून २ मिनिटे एकदम मोठ्या आचेवर मस्त परतून घ्यावेत.

कांदे आणि सिमला मिरची खूप वेळ शिजवण्याची गरज नसते. ही थोडी क्रंची असेल तर जास्त छान असते. मग त्यात

सोया सॉस, चिली सॉस आणि टोमॅटो केचप घालावा. आपल्या आवडीनुसार या सॉसेसचे प्रमाण थोडेसे कमी जास्त केले तरी चालते.

आता तळलेले कुरकुरीत पनीर सॉसमध्ये टाकून त्यात चवीनुसार मीठ आणि व्हिनेगर घालून १ ते २ मिनिटे हाय फ्लेमवर चांगले टॉस (हलवून) करून घ्यावे. शेवटी वरुन बारीक चिरलेली कांद्याची पात घालून व्यवस्थित टॉस करावे. छान मिक्स झाल्यावर गॅस बंद करून हे गरम गरम पनीर मंचुरियन सर्व्हिंग बाऊल मध्ये काढून त्यावर सजावटी साठी थोडीशी कांदा पात आणि वरून थोडेसे पनीर खिसून घालावे व गरम गरम सर्व्ह करावे.

वैशिष्ट्य:

ही रेसिपी वाचुन किंचित किचकट, जिकिरीची वाटण्याची शक्यता आहे,पण बनवताना खरंच एकदम सोपी आणि मजा आणते. बाहेर कधी कधी जास्त ऑइली पण असते. आपण घरी बनवताना ऑइल संपूर्ण निथळून काढून टाकू शकतो,त्यामुळे कमी तेलकट होते. शिवाय मैद्या ऐवजी बारीक कणिक घातली तरी टेस्ट छान लागतेच. कुरकुरीत पनीर आणि आपल्याला हवा तसा चटपटीत टेस्टी सॉस् असे असले तर मग काय? दिलखुष होणारच. वर स्वतः बनवून आपल्या माणसाना खायला घालून त्यांच्याकडून वाहवा! ची पावती मिळाली तर पुन्हा करायला उत्साह येईल. हो,ना? मग लागा ना, तयारीला...

घोकण्याने देव भेटतो?

ज्योतिर्मय साहित्य

देव बाजारचा मेवा नाही, किंवा भाजीपाल्या इतका तो कमी श्रमात अल्पशा श्रद्धेत कधी भेटेल असे समजू नये त्यासाठी श्रद्धायुक्त, अंतर्मनातून श्रद्धा, परिश्रम करण्याची मनाची तयारी आस्थेचे सत्यतेने पालन करणे, इत्यादी गुणांचा अंगीकार सातत्य टिकवून केला पाहिजे. तूप खाल्ले की रुप येत नसते हे जसे खरे असते, तसेच वरकरणे नामजप केला म्हणजे परमेश्वर भक्तीचे फळ कधीच पदरी पडत नसते. हनुमंताने जशी दास म्हणून रामाची भक्ती केली तशी कार्य तपस्या आपल्या अंगी असल्यास परमेश्वरी साक्षात्कार दूर असत नाही. निरपेक्ष सत्यस्वरुप भक्तीच मनात परमेश्वरावर दृढ श्रद्धा निर्माण करु शकते. अशा श्रद्धावानाला साक्षात्कार झालेला आपण अनेक पौराणिक कथातून वाचत आलो आहोत. श्री स्वामी समर्थ, सत्यसाईबाबा, गजानन महाराज बाळूमामा, गोंदवलेकर महाराज इत्यादी सत्पुरुषांच्या साक्षात्कारी आवतारावरुन आपल्यालाही लक्षात येईल.

रामदास स्वामीच्या कल्याणस्वामी ह्या शिष्याच्या भक्ती श्रद्धेतून आपल्या लक्षात आल्याशिवाय रहात नाही. देव भक्तांना जसे अभय देतो तसा तो भक्ताची परमेश्वर, श्रद्धा, आसक्ती, प्रतिकुल परिस्थिती मध्ये प्रेम अशा विविध गुणांची परिक्षा ही घेत असतो अन त्यात यशस्वी होणारांना जवळ करुन त्यांचे भविष्य उज्वल करुन आपले कर्तव्य सिद्ध करित असतो. संकटात दु:खात ही तो पाठीराखा म्हणून सदैव भक्ताच्या पाठी उभा असतो पण ते समजून घेणे साठी भक्तांच्या मनाची तयारी असावीच लागते, त्या भगवत स्वरुप महात्म्याबद्दल विश्वास असावाच लागतो. समर्थांना ह्या बद्दल अनेक उदाहरणातून आपण शिष्याला स्पष्टपणे समजून सांगितले आहे. ज्यांनी ते मनोमन ऐकले आपल्या आचरणात आणून निष्ठेने आपल्या कृतीत उतरविले त्यांना त्याचा लाभ झाला आहे. वेळास्वामी हे त्याचे उदाहरण आहे.

सत्पुरुषाच्या मागे मागे गेल्यास परमेश्वराचे दर्शन होते हे सामर्थांच्या बौद्धिकामध्ये एका पहारेकरांनी ऐकले. त्याप्रमाणे तसे सतत बरेच दिवस समर्थाबरोबर तो सेवक म्हणून राहिला. तो सतत समर्थाबरोबर फिरत राहिला पण त्यास देव भेटण्याचे काही चिन्ह दिसेना. तेव्हा एकदा समर्थ महाराज आपला शिष्य कल्याण स्वामी ह्यांच्या बरोबर गडावर फिरत होते ही संधी पाहून तो पहारेकरी समर्थांना म्हणाला ‘‘महाराज मी आपल्या बरोबर बरेच दिवस फिरत आहे पण परमेश्वर दर्शन मात्र झाले नाही. असे का होत असेल? मी परमेश्वरापर्यंत का पोहचू शकत नाही.’’ त्यावर समर्थ स्मीत हास्य करुन काही सांगणार इतक्यात सुसाट वारा आला. तेव्हा समर्थाची छाटी उडाली अन खोल दरीत गेली पण कल्याणस्वामीने दरीत उडी घेऊन ती छाटी पकडली पण दरम्यानच्या काळात कल्याण स्वामीला संरक्षण म्हणून समर्थांनीही खोल दरीत उडी घेतली तेव्हा पहारेकरी दोघांना दरीत पडलेले पाहून घाबरला. व काठावर पहातच उभा राहिला. तेव्हा समर्थ त्याला म्हणाले अरे तू आमचा संरक्षक पहारेकरी आहेस तूही आमच्या बरोबर खाली उडी मारुन आमच्याजवळ ये. तेव्हा शिपाई म्हणाला मला ते शक्य वाटत नाही. तेव्हा समर्थ म्हणाले येथे आल्याशिवाय ईश्वर दर्शन कसे होईल? नुसत्या घोकण्याने देव भेटत नसतो अन आमच्याबरोबर सुखद वातावरणात फिरण्याने ते साध्य होत नसते. त्यासाठी श्रद्धा, विश्वास, भक्ती, प्रेम असावे लागते मी व अहं दूर ठेवला पाहिजे परोपकार, दान केलेले विसरुन शुद्ध अंत:करणाने सेवा कली पाहिजे. आत्मसंवेदनातून भक्ती करुन प्रत्यक्ष कर्मामधून ती सिद्ध केली पाहिजे. गुरुची सेवा श्रद्धायुक्त अंत:करणाने निश्चयी, संयमी मनाने, निस्वार्थतेने केली पाहिजे. तेव्हा देव त्यांच्यातही आपल्याला भेटू शकतो. जशी हनुमंताने रामाची दास भक्ती करुन सदैव त्यांच्या सहवासात त्यांच्या कल्याणाची सतत काळजी केली. तेव्हा त्या उदाहरणावरुन देवसुद्धा अशा वृत्तीच्या व्यक्तीकडे अनाहूतपणे कठीणप्रसंगी धावत असतो. तेव्हा ज्येष्ठ मित्रांनो , तरुणांनो फक्त देखली भक्ती काही कामाची नसते. आणि देव काही आपल्याला भेटत नाही हे घोकण्याने देव भेटत नाही. त्याची कृपादृष्टी सुद्धा तुमच्याकडे वळत नाही.

पालकानो सावधान! मुलांकडे लक्ष द्या

ज्योतिर्मय साहित्य

सध्याच्या एकविसाव्या शतकाच्या तिस-या दशकात अत्याधुनिक प्रगत तंत्रज्ञानाच्या विकासामुळे संगणक, टिव्ही व मोबाइलमध्ये अनेक अत्याधुनिक बदल झाले आहेत. मोबाइलमध्ये तर अनेक ॲप्सच्या माध्यमातून अनेक विविध प्रकारचे व्हिडिओ गेम्स मालिका व शोज पाहता येतात. त्यामुळे, सध्याच्या एकविसाव्या शतकाच्या तिस-या दशकातील

काळात पूर्वीच्या दशकाच्या मानाने सध्याच्या काळात मोबाईल तेही स्मार्टफोन म्हणजे स्मार्ट मोबाईल खूप स्वस्त झाले आहेत. म्हणून त्यांच्या मुलांनी किंवा मुलींनी शाळेच्या परिक्षेत

उत्कृष्ट यशसंपादन केल्यावर त्यांच्या मागणीनुसार त्यांना स्मार्टफोन विकत घेऊन देतात. परंतु,सध्याच्या काळातील ही मुले मुली

सदैव मोबाईल हातात घेवून काय उद्योग करतात. त्यात कुठले कंटेंट पाहतात. याकडे त्यांच्या आईवडिलांचे दुर्लक्ष झाले आहे आणि होत आहे . तसेच, दिवसभर मुले व मुली नेमके कुठे जातात काय उद्योग करतात याकडेही पालकांचे दुर्लक्ष झाले आहे. मोबाईलवरील व्हिडिओ गेम्स, गुन्हेगारी शोज पाहून मुले व मुली काय योजना, उद्योग करतात. याकडे पालकांनी काळजीपूर्वक लक्ष दिले पाहिजे. अशीच एक घटना काही दिवसांपूर्वी नागपूरमध्ये घडल्याची बातमी फोटोसह एबीपी माझा चॅनेलवर दाखविण्यात आली होती. एका कुटुंबातील शाळकरी मुलाने स्वत:च्या अपहरणाचा खोट्या बनावाचा खोटा कट रचला

आणि त्याद्वारे भरपूर रक्कमेच्या मागणीचा धमकीचा फोन स्वतःच्या आईवडीलांना केला.

परंतु,नागपूर पोलिसांच्या विशेष तपासामुळे त्या मुलाचे बिंग फुटले. त्यामुळे, पोलिसांनी त्याला ताब्यात घेतल्यानंतर खरा प्रकार, खोटा रचलेला कट उघडकीस आला. मोबाईलवरील

गुन्हेगारी व्हिडिओ गेम्स, गुन्हेगारी मालिका पाहून मुले मुली असे उद्योग करतात. काही महिन्यांपूर्वी पुण्याच्या मुलींच्या शाळेतील तीन मुलींनी मनात काहीतरी ठरवून पळून जाऊन मुंबईला जाण्याचा निर्णय घेतला होता. त्यानुसार त्या शाळेतूनच कुणालाही काही न सांगता दप्तरासहीत पळून रेल्वेस्टेशनवर गेल्या होत्या. त्या तीघीजणी हरविल्याची तक्रार त्यांच्या पालकांनी पोलिस स्टेशनमध्ये केली होती. त्यानुसार,पोलिसांनी तपास सुरु केला असता त्यांना त्या मुली मुंबईच्या दिशेने रेल्वेने गेल्या असल्याचे समजले. पोलिसांनी प्रत्येक रेल्वेस्टेशनवर ही माहिती कळविली. तसेच, त्या

मुलींना ताब्यात घेण्यास सांगितले. त्याप्रमाणे

लोणावळा स्टेशनवर त्या मुली आढळून आल्या. लोणावळा रेल्वे पोलिसांनी त्यांना ताब्यात घेवून पुणे पोलिसांच्या ताब्यात त्यांना दिले. त्यानंतर, पोलिसांनी त्यांना पळून जाण्याचे कारण विचारले असता धक्कादायक माहिती समोर आली. मुलींनी सांगितले. त्यांच्या घरात त्यांना सारखा सारखा अभ्यासाविषयी दबाव पालकांकडून टाकला जात होता. तसेच, त्यांच्या आईबाबांच्या भांडणे, वादविवाद या गोष्टीला त्या मुली वैतागल्या होत्या. टिव्हीमध्ये लहान मुली काय करतात हे पाहून त्यांनी मुंबईला जाऊन मालिकेत काम करण्याचा निर्णय घेतला होता. त्यानंतर पोलिसांनी त्यांच्या आईवडिलांचे समुपदेशन करुन मुलींना ज्यांच्या त्यांच्या आईवडिलांच्या स्वाधीन केले. पोलिस

ठाण्यातील मुख्य इन्स्पेक्टर त्यांना म्हणाले, आपली मुलंमुली दिवसभर काय करतात. कुठे जातात.याकडे त्यांच्याशी अधूनमधून संवाद साधून माहिती घेतली पाहिजे. शाळेतून घरी आल्यावर शांतपणे,हळू आवाजात त्यांच्याशी रोज एकदा तरी संवाद साधला पाहिजे. मोकळेपणाने बोललं पाहिजे. बहुतांशी कुटुंबात आईवडील नोकरी करणारे असतात. तरीसुद्धा वेळ काढून त्यांच्याशी नित्य संवाद साधला पाहिजे.अशाच अनेक प्रकारच्या घटना लहान मुलांकडून घडत असतात. त्याकडे पालकांनी सजगतेने लक्ष देणे अत्यंत आवश्यक असते. दोन तीन वर्षांपूर्वी पुण्यात घडलेली घटना आहे. त्या घटनेची माहिती दैनिक वर्तमानपत्रात आली होती. पुण्यातील पिंपरी येथे एक मध्यमवर्गीय कुटुंब राहत होते. त्या कुटुंबातील आईवडील त्यांच्या मुलीचा व मुलाचा प्रत्येक हट्ट पुरवित असत. त्यामुळे, मुलांना त्यांची सवय होवून गेली होती.मुलगी आठवीत व मुलगा पाचवीत शिकत होते. दरवर्षी दोघांचेही वाढदिवस थाटात साजरे होत असत. असेच एकावर्षी मुलीचा वाढदिवस आला होता. त्यामुळे, त्या मुलाचे आईवडील त्यांच्या लहान मुलास म्हणाले आता तुझ्या ताईचा वाढदिवस आहे. त्यामुळे ,आता तिला नवीन ड्रेस घ्यायचा आहे. तुझ्या वाढदिवसाला तुला नवीन ड्रेस घेवूत. पण, त्यांचा मुलगा हट्ट करुन ऐकायलाच तयार होईना. तसं. त्यांचे आईवडील म्हणाले, ताईपेक्षा भारीचे दोन ड्रेस तुला तुझ्या वाढदिवसाला घेवूत. अशी त्याची समजूत घातल्यावर तो कसाबसा तयार झाला. त्यानंतर

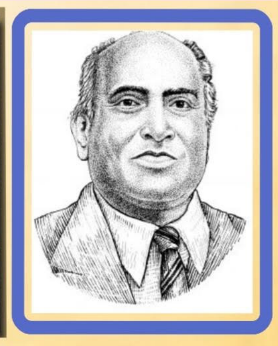
त्याचे आईबाबा त्याच्या बहिणीला घेवून बाजारात गेले. बाजारात जावून यायला त्यांना साधारणपणे दोन तास लागले. दोन तासांनंतर ते सर्वजण घरी आले. घरी आल्यावर त्यांनी मुलाला हाक मारुन दरवाजा उघडायला सांगितले.

(क्रमशः)

ज्ञानकोशकार टी.व्ही. सांबसिवम पिल्लई आणि डॉ.श्रीधर व्यंकटेश केतकर

ज्योतिर्मय साहित्य

ज्ञाननिर्मितीसाठी आपले आयुष्य अर्पण करणारे यासाठी तमिळ विव्दान टी.व्ही. सांबसिवम पिल्लई यांची नोंद ऐतिहासिक आहे. २०१९ मध्ये भारत सरकारने मास्टर्स ऑफ आयुष मालिकेत त्यांच्या स्मरणार्थ पाच रुपयाचे तिकीट जारी केले. सांबसिवम हे एक साधे पोलीस आयुक्त कार्यालयात लिपिक होते आणि नंतर उपनिरीक्षक झाले. तमिळ- इंग्रजी वैद्यकीय शब्दकोश घडवण्याचा ध्यास त्यांनी घेतला. या कामासाठी त्यांनी १३ एकर वडिलोपार्जित जमीन विकली आणि निवृत्तीवेतनही खर्च केले. सिद्ध वैद्यक क्षेत्रातील तज्ज्ञ असणाऱ्या या व्यक्तिमत्त्वाचा जन्म १९ सप्टेंबर १८८० चा. सिद्ध वैद्यकावर इंग्रजीत ठोस संदर्भग्रंथ नसल्याचे लक्षात आल्यावर त्यांनी तमिळ-इंग्रजी विश्वकोशीय शब्दकोश मेडिसिन, केमिस्ट्री, बॉटनी आणि इतर शास्त्रे याचा अंतर्भाव असलेला तयार करण्याचे काम हाती घेतले. सांबसिवम यांची पहिली पत्नी व पाचही मुले लहान वयातच निधन पावले. दुसरी पत्नीही बाळंतपणात वारली. वैद्यकीय अभ्यासात झोकून देत त्यांनी सुमारे १६ वर्षे अथक परिश्रम घेतले. १९३८ साली स्वखर्चाने शब्दकोशाचे पहिले दोन खंड प्रकाशित केले तर तिसरा खंड मद्रास सरकारच्या मदतीने प्रकाशित केला. पाच खंडाच्या या उपक्रमातील दोन खंड प्रकाशित



होण्यापूर्वीच त्यांचा १२ नोव्हेंबर १९५३ साली मृत्यू झाला. त्यांच्या अंत्ययात्रेवेळी आयुष्यभराच्या मेहनतीची छापील पाने तिथेच पडून होती. चौथा व पाचवा खंड त्यांच्या मृत्यूनंतर १९७७-७८ मध्ये प्रकाशित झाले. हा शब्दकोश पाच खंडात सुमारे ६५०० पानात ८०,००० हून अधिक शब्द असलेला आहे. ज्ञाननिर्मिती मागे वैयक्तिक झीज सोसून महाराष्ट्रीय ज्ञानकोश निर्माण करणारे म्हणून आपण डॉ. श्रीधर व्यंकटेश केतकर यांचे स्मरण करतो.

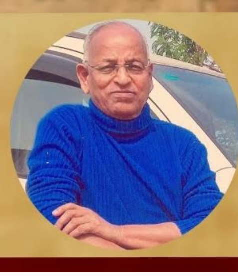
ज्ञानकोशकार डॉ.श्रीधर व्यंकटेश केतकर प्रथम मराठी साहित्य संमेलन १८ जून २०२६ रोजी लोकमंगल ग्रुप शिक्षण संस्थेच्या लोकमंगल हायस्कूल, नागेवाडी-कुशी येथे संपन्न झाले. डिसेंबर १९१४ साली डॉ. श्रीधर केतकर मद्रास प्रांतात हिंदुस्थानचे विभाग भाषेच्या तत्वावर पाडावे इत्यादि मताचा प्रसार करण्यासाठी गेले होते. त्याठिकाणी रा.रा. डॉ. अच्यन्त लक्ष्मीपति यांच्या घरी केतकर मुक्कामाला

शिरीष चिटणीस
सातारा ७५८८८६५०५१

असताना डॉ. लक्ष्मीपति यांनी व त्यांच्या दुसऱ्या काहीं मित्रांनी मिळून तेलगु ज्ञानकोशाचे काम अगोदरच जे सुरू केले होते ते त्यांच्या दृष्टीस पडले. या ज्ञानकोशाचे मुख्य संपादक के. व्ही. लक्ष्मणराव होते जे पूर्वी मराठी लेखक म्हणून प्रसिद्ध होते. लक्ष्मणराव यांचे लक्ष मराठीकडून तेलगूकडे वळविण्यासाठी त्यांच्या बहिणीने प्रयत्न केले कारण त्यांची मातृभाषा तेलगू होती. डॉ. श्रीधर केतकर यांचा दौरा तसाच पुढे सिलोन आणि इतर ठिकाणी होता. १९१५ साली ते त्रिचूर येथे दौऱ्यावर असताना नामदार गोपाळ कृष्ण गोखले यांच्या मृत्यूचे वर्तमान ऐकल्यावर त्यांच्या मनामध्ये महाराष्ट्र बद्दल जागृती होऊन मराठी माणसांसाठी मराठी ज्ञानकोश निर्माण करण्याचा त्यांनी निर्णय घेत आपले पूर्ण आयुष्य ज्ञानकोश निर्मितीसाठी खर्ची घालण्याचे ठरविले. १९१५ ते १९२७ या बारा वर्षात केतकर यांनी महाराष्ट्रीय ज्ञानकोशाचे तेवीस खंड प्रकाशित केले. कथा, कादंबरी, वैचारिक याचेही विपुल लेखन करीत असताना केतकर यांनी प्राचीन महाराष्ट्राचा संगतवार इतिहास लिहिण्याचे जिकीरीचे काम हाती घेतले. यातील पहिला भाग त्यांनी स्वतः प्रकाशित केला ज्यामध्ये शकपर्व व सातवाहनपर्व या विभागांत १२५ नवीन सिद्धांत मांडले होते. १० एप्रिल १९३७ रोजी वयाच्या अवध्या ५३ व्या वर्षी मधुमेह व इतर आजारांमुळे पुण्यात त्यांचे निधन झाले. त्यांच्या निधनानंतर डॉ. केतकर यांनी लिहिलेला दुसरा भाग त्यांच्या पत्नी शीलवती केतकर यांनी प्रकाशित केला पण संपूर्ण महाराष्ट्राचा इतिहास मांडण्याचे मूळ, व्यापक स्वप्न त्यांच्या हयातीत साकार घेऊ शकले नाही.

चिन्हांच्या गर्दीत हरवणारे शब्द

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



बोलण्याची कंजूषी कशाला? (भाग ४)

ज्योतिर्मय साहित्य

भाषा समृद्ध करण्यासाठी मोठमोठे प्रयत्न करण्याची गरज नाही. सर्वप्रथम आवश्यक आहे ती आपल्या दैनंदिन व्यवहारात शब्दांचा अधिक वापर करण्याची सवय. जितके अधिक बोलू, तितके अधिक शब्द आपल्या स्मरणात राहतील. जितके अधिक लिहू, तितकी आपली अभिव्यक्ती समृद्ध होईल.

आज मात्र परिस्थिती उलटी दिसते. मोबाईलच्या पडद्याकडे सतत झुकलेली मान, समोर बसलेल्या माणसाशी कमी होणारा संवाद आणि प्रत्येक भावनेसाठी तयार 'इमोजी', यामुळे शब्दांची गरजच कमी होत चालली आहे. आपण जिवंत माणसांपेक्षा निर्जीव यंत्राशी अधिक वेळ संवाद (!!!) साधत आहोत.

आपल्या संस्कृतीने मात्र वाणीचे महत्त्व फार पूर्वीच अधोरेखित केले आहे. संस्कृतमध्ये एक प्रसिद्ध श्लोक आहे.

मूकं करोति वाचालं पङ्गुं लङ्घयते गिरिम्।
यत्कृपा तमहं वन्दे परमानन्द माधवम्।।

याचा सामान्य अर्थ असा की, परमेश्वराच्या कृपेने मुकाही वाचाळ होतो, पांगळादेखील पर्वत ओलांडतो. म्हणजेच अशक्यप्राय गोष्टही शक्य होऊ शकते. पण येथे एक प्रश्न स्वतःला विचारायला हवा, 'देवाने आपल्याला बोलण्याची क्षमता दिली असताना आपण स्वतःहून मुके का होत आहोत?' शब्द टाळून केवळ चिन्हांच्या आधाराने व्यक्त होण्याची सवय आपणच का लावून घेत आहोत?

अजून एक सुभाषित या संदर्भात अत्यंत समर्पक आहे,

प्रियवाक्यप्रदानेन सर्वे तुष्यन्ति जन्तवः।
तस्मात् तदेव वक्तव्यं वचनेषु किं दरिद्रता।।

याचा अर्थ आहे, गोड, नम्र आणि हितकारक वचनांनी सर्वजण आनंदित होतात. म्हणून नेहमी प्रिय वचनच बोलावे. बोलण्यात दरिद्रता कशाला? चांगले बोलण्यासाठी काही खर्च लागत नाही; पण त्याचा परिणाम मात्र अत्यंत सुंदर असतो. माणसाचे व्यक्तिमत्त्व त्याच्या वाणीवरून ओळखले जाते. कटू वचनांपेक्षा मधुर वचनांनी नाती अधिक दृढ होतात, परंतु आज प्रश्न एवढाच नाही की आपण गोड बोलतो की कठोर, प्रश्न हा आहे की आपण बोलतो तरी किती? प्रत्यक्ष संवाद कमी झाला आहे आणि लिखित संवादातही शब्दांची जागा चिन्हांनी घेतली आहे.

एखाद्या संदेशाला केवळ 'अंगठा दाखविण्यापेक्षा' चार शब्द लिहिले, तर वाचणाऱ्यालाही समाधान मिळते. त्याहून महत्त्वाचे म्हणजे, लिहिताना आपण नकळत योग्य शब्द शोधतो, दोन शब्दांची तुलना करतो, त्यातील अर्थछटा, सौंदर्य, समर्पकता आणि परिणामकारकता यांचा विचार करतो. ही संपूर्ण प्रक्रिया आपल्या मेंदूला सतत सक्रिय ठेवते.

भाषेचा सराव हा केवळ भाषेचा सराव नसून विचारशक्तीचाही व्यायाम असतो असे मानसशास्त्र म्हणतात, म्हणूनच शब्दांची काटकसर करण्याऐवजी त्यांचा उदारपणे वापर करू या, कारण ज्या समाजात शब्द जिवंत राहतात, तेथे विचारही जिवंत राहतात.

क्रमशः भाग ५ : शब्दब्रह्म : भर्तृहरींची अद्वितीय भाषा-दृष्टी

संघर्षाच्या वाटेवर आत्मविश्वासाची साथ

ज्योतिर्मय साहित्य

यशासाठी कौतुकाची नव्हे, तर सातत्यपूर्ण मेहनतीची गरज असते. सरकारी नोकरी असो किंवा खाजगी क्षेत्रातील नोकरी, गावातून मोठी स्वप्ने उराशी बाळगून शहरात येणाऱ्या अनेक व्यक्तींच्या पाठीशी ना कोणाची ओळख असते, ना कोणाचा आधार. नवीन वातावरण, अपरिचित माणसे आणि सततच्या स्पर्धेत स्वतःचे स्थान निर्माण करणे हे त्यांच्यासाठी सोपे नसते. त्यामुळे अशा प्रत्येक व्यक्तीने प्रत्येक पाऊल विचारपूर्वक, संयमाने आणि सतर्कतेने टाकणे अत्यंत आवश्यक असते.

कामाच्या ठिकाणी जेव्हा एखादी व्यक्ती प्रामाणिकपणे, निष्ठेने आणि उत्कृष्ट काम करू लागते, तेव्हा प्रत्येकजण त्याच्या यशाने आनंदी होईलच असे नाही. काही जण मनापासून प्रोत्साहन देतील, तर काही जण शांत राहतील त्यामुळे इतरांच्या प्रतिक्रियांपेक्षा स्वतःच्या ध्येयावर आणि कार्यक्षमतेवर विश्वास ठेवणे अधिक महत्त्वाचे ठरते. जीवनात खरी साथ देणारे, चुका प्रेमाने दाखवून देणारे आणि तुमच्या प्रगतीत मनापासून आनंद

मानणारे लोक फारच कमी भेटतात. अशा व्यक्ती हीच खरी संपत्ती असते. त्यांची किंमत ओळखा, त्यांचे मार्गदर्शन स्वीकारा आणि त्यांच्या विश्वासाला पात्र ठरा. कारण गर्दीत टाळ्या वाजवणारे अनेक असतात; पण संकटाच्या वेळी खांद्याला खांदा लावून उभे राहणारे मोजकेच असतात.

लेखक
अरमान खांडेकर

तुमचे कौतुक झाले नाही म्हणून तुमची मेहनत कमी पडली आहे, असा गैरसमज कधीही करून घेऊ नका. प्रत्येक वेळी प्रशंसा मिळेलच असे नसते. काही लोक जाणीवपूर्वकही तुमचे कौतुक टाळतात. कारण त्यांना तुमची वाढ, तुमचे यश किंवा तुमचा आत्मविश्वास वाढलेला पाहायचा नसतो. त्यामुळे इतरांच्या शब्दांपेक्षा आपल्या कार्याचे मूल्य स्वतः ओळखायला शिका.

जर तुम्हाला स्वतःच्या प्रामाणिकपणावर, कष्टावर आणि कामाच्या गुणवत्तेवर पूर्ण विश्वास असेल, तर अनावश्यक टीका, दुर्लक्ष किंवा नकारात्मक बोलणाऱ्यांकडे लक्ष देऊ नका. स्वतःला सतत घडवत राहा, ज्ञान वाढवत राहा, नवीन कौशल्ये आत्मसात करा आणि आपल्या ध्येयाच्या दिशेने सातत्याने पुढे जात राहा. यशाचा खरा पाया हा कौतुकावर नाही, तर सातत्यपूर्ण प्रयत्न, आत्मविश्वास, प्रामाणिकपणा आणि चिकाटीवर उभा असतो. म्हणूनच लोक काय म्हणतात यापेक्षा तुम्ही काय करता, याला अधिक महत्त्व द्या. तुमचे कार्यच तुमची ओळख निर्माण करेल आणि तुमचे यशच तुमच्या व्यक्तिमत्त्वाची खरी साक्ष देईल.

लक्षात ठेवा...

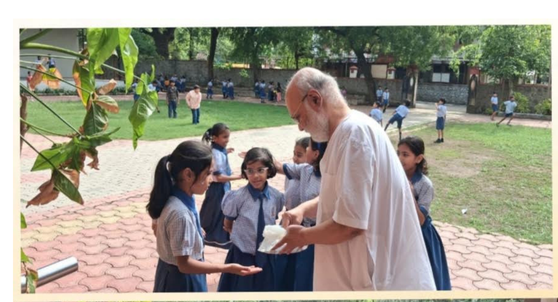
''जगाकडून मिळणाऱ्या टाळ्या क्षणिक असतात; पण स्वतःच्या मनाला मिळणारे समाधान आणि आपल्या कष्टातून मिळालेले यश आयुष्यभर प्रेरणा देत राहते.''

जडेल नाते प्रभूशी तयाचे...

ज्योतिर्मय साहित्य

''करील मनोरंजन जो मुलांचे, जडेल नाते प्रभूशी तयाचे...'' साने गुरुजी

साधारण दुपारी साडेतीनची वेळ. दिनांक ११ जुलै. श्री सरस्वती भुवन शिक्षण संस्थेच्या मुख्य कार्यालयासमोरील प्रांगण.. शाळेसाठीच मैदान.. संस्थेअंतर्गत होणाऱ्या विविध कार्यक्रमांसाठी खुलं व्यासपीठ..

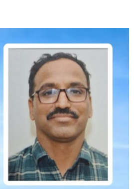


साधारणता दुपारी तीन वाजेपासून संस्थेच्या कार्यालयात अभ्यागतांची ये-जा सुरू असते. दुपारी खेळाचा तास, मधली सुट्टी विद्यार्थी खेळत असतात. डॉक्टर देशपांडे सर कार्यालयात येताना मुलं पाहतात, आणि सरांच्या दिशेने सरांना भेटण्यासाठी अगदी पळत सुटतात.. त्यांच्या चेहऱ्यावरील निरागस हसू पाहताच आदरणीय डॉ. श्रीरंग देशपांडे सर गाडीतून उतरल्याबरोबर मुलांना भेटतात.. त्यांना खाऊ म्हणून चॉकलेट देतात..

''अरे, आज तुझा वाढदिवस आहे ना? वाढदिवसाच्या खूप खूप शुभेच्छा!''

एखाद्याच्या डोक्यावर प्रेमाने हात फिरवणे, एखाद्याचे नाव घेऊन हाक मारणे, एखाद्याच्या छोट्याशा यशाचे मनापासून कौतुक करणे... संवाद अवघा दोन-तीन मिनिटांचा; पण त्या दोन-तीन मिनिटांत मुलांच्या चेहऱ्यावर उमटणारा आनंद अमूल्य असतो, हे इथे नेहमी पाहायला मिळतं...श्री सरस्वती भुवन शिक्षण संस्थेच्या वैशिष्ट्यांपैकी हे एक वैशिष्ट्य.

डॉ नागेश अंकुश,
छत्रपती संभाजीनगर



या प्रसंगाकडे पाहताना साने गुरुजींच्या ओळी सहज आठवल्या.. ''करील मनोरंजन जो मुलांचे, जडेल नाते प्रभूशी तयाचे.'' मुलांच्या विश्वात प्रेमाने प्रवेश करण्याची ही संवेदनशीलता आज सभोवताली शाळा महाविद्यालयांच्या नेतृत्वामध्ये आभावनच पाहायला मिळेल... मुलांबद्दल खरी संवेदनशीलता इथे जपली जाते... साने गुरुजींचे मातृत्व यानिमित्ताने शाळेत अनुभवायला मिळतं.

(गुरुवर्य वि.वि.चिपळूणकर नेहमी म्हणत, तासिका झाल्यानंतर, वर्ग झाल्यानंतर ज्या शिक्षकांच्या अवतीभवती मुलं असतात, तो खरा शिक्षक.)

मुलांची आत्मीयतेने विचारपूस करणे, त्यांच्या भावना समजून घेणे, त्यांच्या छोट्या-मोठ्या यशाचा आनंद स्वतःचा समजून साजरा करणे... हा गुण मी प्रा. बोरीकर सरांमध्ये अनेकदा अनुभवला आहे. हाच संवेदनशीलतेचा वारसा श्री सरस्वती भुवन शिक्षण संस्थेचे सरचिटणीस आदरणीय डॉ. श्रीरंग देशपांडे सर आणि संस्थेचे सन्माननीय पदाधिकारी यांच्या व्यक्तिमत्त्वातही प्रकर्षाने जाणवतो.

व्यग्र दिनचर्या, प्रशासकीय जबाबदाऱ्या, बैठका आणि सततचे नियोजन यांमध्येही मुलांसाठी काही क्षण राखून ठेवण्याची त्यांची सवय ही त्यांच्या शिक्षण-दृष्टीची ओळख आहे.(ही संवेदनशीलता संस्थेचे नेतृत्व करणाऱ्या सर्व सममाननीय पदाधिकाऱ्यांनी जपलेली आहे, जपत आहेत हे विशेष.)

वाढदिवसाच्या शुभेच्छा देणारा तो क्षण, ''छान केलेस!'' असे म्हणत केलेले कौतुक, किंवा ''मन लावून अभ्यास कर'', मनसोक्त खेळा हा प्रेमळ सल्ला या गोष्टी मुलांच्या मनात वर्षानुवर्षे जपल्या जातात. अशाच क्षणांतून आत्मविश्वास वाढतो, शाळेविषयी, महाविद्यालयाविषयी, संस्थेविषयी जिव्हाळा निर्माण होतो आणि संस्कारांची बीजे नकळत रुजत जातात.

संस्था अशा अशा संवेदनशील स्पर्शाने, प्रेमळ नात्यांनी आणि माणुसकीच्या उबदार क्षणांनी मोठी होत असते.

म्हणूनच त्या दुपारच्या साडेतीनच्या छोट्याशा प्रसंगानंतर साने गुरुजींच्या ओळी पुन्हा मनात दीर्घकाळ घुमत राहिल्या. रेंगाळत राहिल्या.

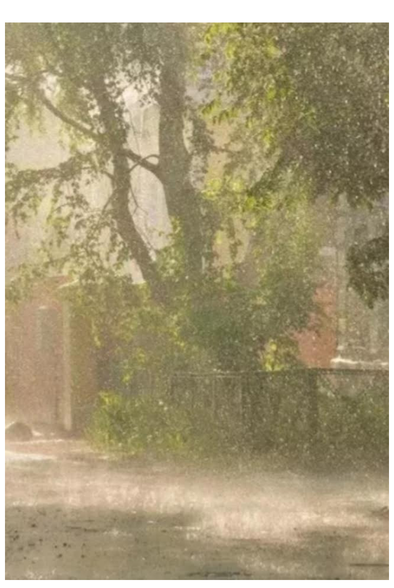
'' करील मनोरंजन जो मुलांचे, जडेल नाते प्रभूशी तयाचे.''

पाऊस...

ज्योतिर्मय साहित्य

पाऊस हा तुमच्या माझ्या मनाला भिडणारा, भुरळ घालणारा, शांती व आनंद देणारा बहुरूपी नैसर्गिक व्यक्तीमत्व आहे. असा हा पाऊस कधी तरुणाईला रिझवतो, लहान मुलांना खेळवतो तर वयस्करांना या ऋतूचा आनंद मिळवून देतो.

पण तुम्हांला माहित आहे का, याचेही कधी कधी मानवाप्रमाणे बिनसतं अन् तो रौद्र रूप धारण करतो हे ही आपल्याला माहीत आहे. पूर्वी हा पाऊस नित्यनेमाने मृग नक्षत्रात सुरू व्हायचा अगदी शहाण्या मुलासारखा पण आज तो मनाला येईल तसा वागतो. लांब कशाला जातायं यंदाच्या वर्षाचं काय झालं, मृग नक्षत्र आख्खं कडक उन्हाळ्यासारखे गेलं. लोक म्हणायला लागले कि, धोंडा महिना आहे म्हणजेच अधिक मास असलेने पाऊस लांबला. अन् आमचे विज्ञान सांगते कि, हा अल निनोचा प्रभाव आहे. पण काही म्हणा तो त्याचे काम लहरी महमंदासारखे करतो असे मला वाटते.कारण त्याची लाईफस्टाईल खूप बदलेली आहे. तो कधी कोणाला त्रास देत नाही पण आपल्यासारख्या ज्ञानी माणसांनी त्याचेवर वारंवार आक्रमण करुन त्याला संपुष्टात आणण्याचे प्रयत्न केले आहे. सर्वांनाच



माहिती आहे पावसाची संपत्ती म्हणजे झाडे, माती, हवा पाणी व हा निसर्ग हेच त्याचे सगेसोयरे व मित्रपरिवार आहे.तेच हळूहळू कमी होऊ लागल्याने त्याचा ही संयम ढळू लागला आहे आणि हेच समजावून देणेसाठी व स्वतःकडे सर्वांचे लक्ष वेधण्यासाठी कधी कधी महादेवा सारखा आकांडतांडव अथवा जमदग्नीचा अवतार धारण करतो तर कधी भूकंपाच्या माध्यमातून लोकांना हैराण करतो परंतु त्याचे हे वागणे असे का आहे हे आपण कधी समजून घेतले आहे का?

अमेरिकेसारख्या बलाढ्य देशात २५% भूक्षेत्र जंगलांसाठी राखीव ठेवले जाते पण आपल्या देशात जे जंगल आहे ते तोडले जात आहे. शहरात भरमसाठ लोकसंख्या वाढत आहे.त्यांच्या मूलभूत गरजा भागविण्यासाठी सिमेंट कॉंक्रिटेचे जंगल तयार केले जात आहे.या सर्वांचा परिणाम म्हणून तो आपल्या करामती दाखवितो. आठवा ते अतिवृष्टीचे अथवा भूस्खलनाचे प्रसंग. आख्खी गावची गाव जमीनदोस्त केली आहेत. अन हे प्रसंग ज्या कुटुंबावर उद्भवले त्यांनाच कळते कि, या पावसात काय क्षमता आहेत? पण तरीही आपण सुधारत नाही व त्याच त्याच त्या चुका वारंवार करतो आहोत.ह्या पृथ्वीवरील विनाश थांबवावयाचा असेल तर सर्वांनी मानवी साखळी तयार करून आपल्या सर्वांचे अस्तित्व टिकवून ठेवले पाहिजे.

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

आपला भारत देश हा कृषिप्रधान देश आहे. त्यामुळे प्रत्येक कुटुंबाने दरवर्षी एक झाड लावून त्याचे जतन केले पाहिजे,ओझोन छत्रीचे संरक्षण करण्यासाठी शक्यतो सर्वांनीच सार्वजनिक वाहनांचा वापर केला पाहिजे,युद्धजन्य परिस्थिती टाळली पाहिजे, प्लास्टिकच्या वस्तू वापरावर निर्बंध घातले पाहिजे,कच-याचे योग्य व्यवस्थापन केले पाहिजे,वणव्याचे संभाव्य धोके अज्ञानी लोकांना जनजागृतीच्या माध्यमातून पटवून दिले पाहिजेत तसेच पावसाळ्यात रेन हार्वे स्टिंग या नवीन प्रणालीचा वापर करून पाणी संचय केला पाहिजे जेणेकरून जमिनीतील पाण्याचा उपसा कमी प्रमाणात होईल आणि मानवी जीवनाचा व पर्यावरणाचा समतोल राखला जाईल. घरातील जेष्ठ नागरिकांनी आपल्या नवीन पिढीला पाणी व जीवन याचे महत्त्व पटवून दिले पाहिजे.

पाऊस हा आपल्या जीवनाचा अविभाज्य अंग आहे.त्यावरच आपली शेती, उद्योगधंदे व दैनंदिन जीवनातील कामे अवलंबून आहेत. हे सर्वांना समजले पाहिजे.यासाठी पाण्यासंदर्भातील नवनवीन उपक्रम राबविले गेले पाहिजेत ना की,सालाबादप्रमाणे नुसते महत्वाचे दिन म्हणून साजरे केले पाहिजे.कथनी व करणी मध्ये अंतर ठेवून एक नवीन पर्यावरण बनवूयात.आपला हा छोटा प्रयत्न, पर्यावरणासाठी मोठा बदल घडवू शकतो

चला तर स्वच्छ व सुंदर भारत घडवूयात.

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