ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक १७९ वा ❑ भारतीय सौर दिनांक ०८ भाद्र. शके १९४८, रविवार दि.३० ऑगस्ट २०२६ ❑ पाने ६ ❑ मूल्य : निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

नेपाळ हादरले! मृत्यूच्या दारातही सोन्याची चोरी; संतापजनक प्रकार

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

नेपाळमध्ये आलेल्या विनाशकारी प्रलयाने काहीच उरलं नाही. होत्याचे नव्हते झाले.लोकांचा संपूर्ण संसार उद्ध्वस्त झाला. गावंच्या गावं पुराच्या पोटात गडप झाली. माणसेच नाही तर जनावरेही वाहून गेली. तब्बल दीड ते दोन हजार लोक बेपत्ता आहेत. पाचशे हून अधिक लोकांचा मृत्यू झाला आहे. हातात काहीच उरलं नाही. उरलेत फक्त डोळ्यात अश्रू. काही ठिकाणी तर गावं ओसाड पडली आहेत. गावात माणूस नावालाही दिसत नाही. केवळ मृतदेह पडले आहेत. एकीकडे हे विदारक दृश्य असतानाच दुसरीकडे नेपाळमध्ये माणुसकी मेलेली पाहायला मिळत आहे. काही लोक मृतदेहाच्या अंगावरील दागिने लुटताना दिसत आहेत.

नेपाळमधील एका मृत देहाच्या चोरीच्या घटनेने सध्या सामाजिक आणि नैतिकतेच्या पातळीवर मोठी खळबळ उडवून दिली आहे. ही घटना केवळ एका गुन्ह्यापुरती मर्यादित नसून, मानवी मूल्यांचा ऱ्हास आणि विकृतीचा कळस दर्शवणारी ठरली आहे.

केवळ आर्थिक फायद्यासाठी कोणत्याही थराला जाण्याची मानवी प्रवृत्ती यातून दिसून येते.

नेपाळमधील भीषण पूर आणि आपत्तीच्या काळात एका मृत महिलेच्या मृतदेहावरून सोन्याचे दागिने (कानातले) चोरी केल्याची अत्यंत धक्कादायक आणि अमानवी घटना (ऑगस्ट २०२६ मध्य समोर आली आहे. या संतापजनक घटनेचा व्हिडिओ सोशल मीडियावर प्रचंड व्हायरल झाल्यानंतर, नेपाळ पोलिसांनी तातडीने कारवाई करत दोन मुख्य आरोपींना अटक केली आहे.

व्हिडिओमध्ये दोन तरुण पुरात वाहून आलेल्या मृत महिलेचे केस ओढून तिला पाण्याबाहेर खेचताना आणि तिच्या कानातील सोन्याचे दागिने अत्यंत क्रूरपणे ओरबाडून काढताना दिसत आहेत.

माणुसकीला काळीमा फासणारी ही अत्यंत क्लेशदायक आणि संतापजनक बाब आहे. मृत्यूसारख्या अत्यंत संवेदनशील आणि पवित्र क्षणीही काही लोक केवळ पैशाच्या हव्यासापोटी मृतदेहावरील दागिन्यांची चोरी करतात, ही नैतिक अधोगतीची परिसीमा आहे.

कोणत्याही सुसंस्कृत समाजात मृत व्यक्तीला आणि त्यांच्या अंतिम संस्कारांना अत्यंत पवित्र आणि आदराचे स्थान दिले जाते, परंतु काही लोकांची विकृत मानसिकतेमुळे अशा संतापजनक घटना घडतात.

नेपाळमधील भोतेकोशी आणि नारायणी नदीला आलेल्या भीषण पुराच्या पाण्यात एक महिला वाहून आली होती. या मृत महिलेला केसाला धरून किनाऱ्यावर खेचण्यात आले आणि तिच्या कानातील सोन्याचे दागिने ओरबाडून चोरण्यात आले. ही लाजीरवाणी घटना घडत असताना आजूबाजूला उभे असलेले लोक मृतदेहाला सन्मानाने बाहेर काढण्याऐवजी किंवा चोरांना रोखण्याऐवजी आपल्या मोबाईल फोनमध्ये व्हिडिओ रेकॉर्ड करत होते.हा ४१ सेकंदांचा व्हिडिओ सोशल मीडियावर व्हायरल झाल्यानंतर जगभरातून तीव्र संताप व्यक्त करण्यात आला. पोलिसांनी कारवाई करत आरोपींची ओळख पटवून त्यांना अटक केली. नेपाळच्या चितवन पोलिसांनी व्हिडिओच्या आधारे मदन गुरुंग (वय २५ वर्षे) आणि उमेश चौधरी (वय ३८ वर्षे) या दोन आरोपींना पोखरा बस पार्कजवळून ताब्यात घेतले आहे.

एककीडे मदत आणि बचाव पथके पूरग्रस्तांचे प्राण वाचवण्यासाठी अहोरात्र प्रयत्न करत असताना, दुसरीकडे घडलेल्या या संवेदनशील आणि विकृत घटनेमुळे ''माणुसकी नेमकी कुठे चालली आहे?'' असा गंभीर प्रश्न उपस्थित केला जात आहे.

अशा राष्ट्रीय आपत्तीच्या आणि कठीण प्रसंगात पीडितांची लूट करणे किंवा मृतांचा अनादर करणे अजिबात खपवून घेतले जाणार नाही, असा इशारा नेपाळ पोलिसांनी दिला असून दोषींवर कठोर कायदेशीर कारवाई केली जात आहे.

''डेस्टिनी'' मधून संघर्षातून यश मिळवण्याचा मार्ग सापडेल-कीर्ती राठोड

मॅरेथॉन फ्युचर एक्स या गगनचुंबी इमारतीतील अडतिसाव्या मजल्यावर ''डेस्टिनी'' चे थाटात प्रकाशन

ज्योतिर्मय साहित्य

मुंबई – छत्रपती संभाजीनगर येथील ज्योतिर्मय प्रकाशन या संस्थेने मुंबईचे श्री माधव मनोहर जोशी यांनी लिहिलेली ''डेस्टिनी'' या नावाची इंग्रजी कादंबरी नुकतीच मुंबईतील लोअर परळ भागातील मॅरेथॉन फ्युचर एक्स या गगनचुंबी इमारतीतील अडतिसाव्या मजल्यावरील क्लब हाऊस मध्ये प्रकाशित करण्यात आली. ज्योतिर्मय प्रकाशन संस्थेने प्रकाशित केलेली ही तेरावी साहित्यकृती, तर श्री. माधव मनोहर जोशी यांनी लिहिलेली ही तेरावीच कादंबरी, असा एक विलक्षण योगायोग यावेळेस जुळून आला. ह्या कादंबरीचे प्रकाशन एक प्रख्यात उद्योगपती आणि डीलक्स बेरिंग्स लिमिटेडचे डायरेक्टर श्री कीर्ती राठोड यांच्या शुभहस्ते करण्यात आले.

यावेळेस बोलताना श्री कीर्ती राठोड म्हणाले की प्रत्येक तरुणाने ही कादंबरी वाचून काढलीच पाहिजे इतकं तिचं मोल अनमोल आहे. जीवनामध्ये कठीण परिश्रमास पर्याय कधीच नसतो आणि कठोर परिश्रम तसेच प्रामाणिक कर्तव्य पार पाडणे याला जर चांगल्या नशिबाची साथ मिळाली तर माणूस त्याच्या जीवनामध्ये अत्यंत यशस्वी कसा होतो हे जाणून घेण्यासाठी ही कादंबरी वाचणे आवश्यक आहे.

या कादंबरीचे लेखक श्री माधव मनोहर जोशी हे आपल्या मनोगतात म्हणाले की ही कादंबरी त्यांनी मुळातून मराठीमध्ये ''पुरुषस्य भाग्यम्'' ह्या नावाने लिहिलेली होती आणि ती सुद्धा छत्रपती संभाजीनगरच्या ज्योतिर्मय प्रकाशन संस्थेनेच संभाजीनगर मध्ये प्रकाशित केली होती. काही अ मराठी उद्योजकांच्या विनंतीला मान देऊन त्यांनी त्यांच्या ह्या मराठी कादंबरीचे स्वतःच ''डेस्टिनी'' ह्या नावाने इंग्रजीमध्ये रूपांतर केलेले आहे. ही कादंबरी निर्माण अवस्थेत असताना त्यांना ज्या अनेक सहकाऱ्यांचे सहकार्य लाभले त्या सर्वांचे श्री जोशी हे नक्कीच ऋणी आहेत आणि तसा त्यांनी उल्लेख सुद्धा केला.

पुरुषस्य भाग्यम् तसेच इंग्लिश मधील DESTINY ही कादंबरी विकत घेऊन वाचण्याची ज्यांना इच्छा असेल त्यांनी कृपया श्री. माधव जोशी यांच्याशी ९८३३१५९६३० या नंबर वर संपर्क साधावा.

रफी-मुकेश यांच्या गीतांनी रसिकांना तृप्ततेचा अनुभव - विश्वास वसेकर

साताऱ्याचे 'रामू भैया दाते' म्हणून शिरीष चिटणीस यांचा गौरव

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे – मोहम्मद रफी आणि मुकेश यांच्या अजरामर गीतांची निवड, त्यांचे सखोल विश्लेषण आणि प्रभावी सूत्रसंचालन यामुळे 'एक रफी–एक मुकेश' या संगीत मैफलीने रसिकांना तृप्ततेचा अनुभव दिला, असे प्रतिपादन मराठीमधील ख्यातनाम समीक्षक आणि साहित्यिक प्रा. विश्वास वसेकर यांनी केले.

दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्था व विजय साबळे यांच्या संयुक्त विद्यमाने विविध संगीतकारांनी संगीतबद्ध केलेल्या रफी व मुकेश यांच्या अजरामर गीतांची सुरेल मैफल अक्षरवेल सभागृह, सदाशिव पेठ, पुणे येथे झाली. या वेळी प्रा. वसेकर बोलत होते.

मुकेश यांच्या आवाजातील मधुरता, तर मोहम्मद रफी यांच्या अष्टपैलू गायकीचा विशेष उल्लेख करताना वसेकर यांनी रफी यांनी गझल, कव्वाली, भावगीत तसेच युद्धगीत अशा विविध प्रकारच्या गीतांना आपल्या स्वरांनी समृद्ध केल्याचे सांगितले. त्यांच्या स्वरांमुळे जीवनच 'रफीमय' झाल्याची भावना त्यांनी व्यक्त केली.

कलावंतांना दाद आणि प्रोत्साहन देणारे 'साताऱ्याचे रामू भैया दाते' अशी उपमा देत त्यांनी आयोजक शिरीष चिटणीस यांच्या कलाप्रेमाचे कौतुक केले. साताऱ्यासोबतच पुण्यातही त्यांच्या या कलाप्रेमी वृत्तीचे स्वागत व्हावे, अशी अपेक्षाही त्यांनी व्यक्त केली.

गायकांच्या गीतांबरोबरच रॉयल्टीच्या प्रश्नावरून लता मंगेशकर यांच्यात झालेला वाद, विविध गाण्यांचे राग, गीतकार व संगीतकार यांची माहिती आणि त्यामागील किस्से सांगत संपूर्ण चित्रपटसृष्टीचा इतिहास उलगडल्याबद्दल त्यांनी कार्यक्रमातील सादरकर्त्यांचे कौतुक केले. पुणेकरांच्या वतीने त्यांनी सातारा शहराचे आभारही मानले.

कार्यक्रमात चित्रपट अभ्यासक आणि समीक्षक स्वप्नील पोरे यांनी विजय साबळे यांच्या गायकीचे कौतुक केले. साबळे यांच्या पेप्सी कंपनीतील कामाचा संदर्भ देत त्यांनी मिश्कीलपणे सांगितले की, पेप्सी आरोग्यासाठी कशी आहे हे डॉक्टर पटवर्धन किंवा डॉक्टर गांधी सांगू शकतील; मात्र साबळे यांच्या स्वरांचा रस अत्यंत निर्भेळ आणि चैतन्यमय आहे. त्यांच्या गाण्यातील गोडवा थेट मुकेश यांच्या आवाजाची आठवण करून देतो, असे ते म्हणाले.

पुण्यासारख्या शहरात ख्यातनाम समीक्षक प्रा. विश्वास वसेकर यांच्याकडून मिळालेली शाबासकी ही विजय साबळे आणि डॉ. सुनील पटवर्धन यांच्यासाठी सर्वांत मोठी दाद असल्याचे पोरे यांनी सांगितले. रेवती बंड आणि डॉ. सुनील पटवर्धन यांनी सादर केलेल्या गीतांचेही त्यांनी विशेष कौतुक केले. विशेषतः 'तुम जो मिल गये हो' आणि 'कोई सागर दिल को जाता नहीं' या गीतांच्या सादरीकरणाचा त्यांनी उल्लेख केला.

मोहम्मद रफी आणि मुकेश यांचे आयुष्य अर्ध्यावरच संपले असले तरी त्यांच्या गीतांमधून आजही नवीन चैतन्य, उमेद आणि प्रेरणा मिळते, असे पोरे म्हणाले. प्रकृती ठीक नसतानाही प्रा. वसेकर हे या गायकांच्या स्वरांच्या किमयेने प्रसन्न दिसत असल्याचे सांगत, माणसांना जोडणारे आणि संगीतावर मनापासून प्रेम करणारे शिरीष चिटणीस यांचे त्यांनी आभार मानले.

आयोजक शिरीष चिटणीस यांनी मुकेश यांच्या अखेरच्या अमेरिका–कॅनडा दौऱ्याच्या आठवणींना उजाळा दिला. टोरंटो येथील कार्यक्रमानंतर दौरा जवळपास संपत असतानाच वयाच्या ५३व्या वर्षी मुकेश यांचे निधन झाले. त्यांच्या निधनाने अमेरिकेतही शोककळा पसरली होती. भारताचे तसेच संपूर्ण जगाचे मोठे सांगीतिक नुकसान झाल्याचे चिटणीस यांनी सांगितले.

मुकेश यांच्या निधनाला यंदा ५० वर्षे पूर्ण होत असून, त्यांच्या स्मृतीदिनानिमित्त साताऱ्यातील कलाकारांकडून हा कार्यक्रम सादर करण्यात येत असल्याचे त्यांनी सांगितले. यापूर्वी २४ ऑगस्ट रोजी सातारा येथेही हा कार्यक्रम घेण्यात आल्याची माहिती त्यांनी दिली.

प्रा. विश्वास वसेकर यांचा नुकताच अमृतमहोत्सव साजरा झाला असून, साहित्यविश्वातील लक्ष्मीकांत देशमुख, भारत सासणे, सदानंद मोरे आणि रवींद्र शोभणे यांसारख्या मान्यवरांसोबत त्यांचे साहित्यिक क्षेत्रातील योगदान महत्त्वाचे असल्याचे चिटणीस यांनी नमूद केले. चित्रपटांची प्रचंड आवड असलेले आणि चित्रपट समीक्षक म्हणूनही ओळखले जाणारे स्वप्नील पोरे या कार्यक्रमाला आवर्जून उपस्थित राहिल्याबद्दल त्यांनी आनंद व्यक्त केला.

कार्यक्रमात डॉ. सुनील पटवर्धन, विजय साबळे आणि रेवती बंड यांनी रफी, मुकेश तसेच सुमन कल्याणपूर, आशा भोसले आणि लता मंगेशकर यांच्या गीतांचे बहारदार सादरीकरण केले. निर्मिती व संकल्पना विजय साबळे, सुसंवाद रेवती बंड, तर ध्वनी व्यवस्था शैलेश घावटे यांनी सांभाळली.

कार्यक्रमास पी.एन.आर. राजन, स्वप्नील पोरे, शिरीष चिटणीस, मृणाल जैन यांच्यासह अनेक मान्यवर उपस्थित होते. रसिकांनी टाळ्यांच्या कडकडाटात कलाकारांच्या सादरीकरणाला उत्स्फूर्त दाद दिली.

दिवास्वप्नं जागवणारी गाणी आणि मी पोपट तू मैना (काव्यसंग्रह) ही डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांची पुस्तके प्रकाशित

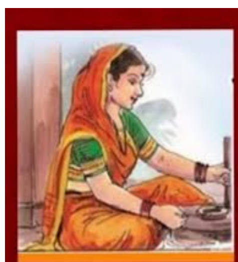
ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे – रमणबाग १९७२ संस्थेतर्फे ज्येष्ठ साहित्यिक आणि पहिल्या विश्व साहित्य संमेलनाचे अध्यक्ष डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांची एम प्रकाशनने दिवास्वप्न जागवणारी गाणी (२६९ वे पुस्तक), आणि मी पोपट तू मैना (२७०) ही दोन पुस्तके प्रकाशित करण्यात आली. ज्येष्ठ छायाचित्रकार विश्वास कुलकर्णी आणि ज्येष्ठ सामाजिक कार्यकर्ते दिलिप खुळे यांच्या शुभहस्ते ही पुस्तके प्रकाशित करण्यात आली.

याप्रसंगी दिलीप खुळे यांनी डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांच्या शालेय जीवनापासुनच्या आत्तापर्यंतच्या झंजावती वाटचालीवर प्रकाशझोत टाकला. डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांच्या नावावर विविध क्षेत्रात एकूण ३०९ विश्वविक्रम तसेच सबकुछ.मधुसूदन ह्या एकपात्री.कार्यक्रमाचे ८५,००० हून अधिक कार्यक्रम, २७० प्रकाशित पुस्तके झाली याबद्दल विश्वास कुलकर्णी आणि दिलीप खुळे यांनी डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांचे हार्दिक अभिनंदन केले.

याप्रसंगी रविन्द्र ढवळे, शिरिष नेने, नीळकंठ लिमये, सुहास कुंटे, दत्ता पायगुडे, रवि करंदीकर, विनायक साठे आदि विविध क्षेत्रातील मान्यवर मित्र उपस्थित होते. कार्यक्रमाच्या उत्तरार्धात डॉ. मधुसूदन घाणेकर यांनी काही कविता आणि जुन्या गाण्यांची झलक, शीळवादन करुन उपस्थितांकडून उत्स्फूर्त दाद मिळवली. डॉ.मधुसूदन घाणेकर हे रमणबाग १९७२ गृपचे संस्थापक आहेत. न्यू इंग्लिश स्कूल रमणबाग, पुणे शाळेतील १९७२ च्या मॅट्रिक पास झालेल्या माजी विद्यार्थ्यांचा हा समुह आहे. शाळेतील मित्रांच्या मैत्रीला ६१ वर्ष पूर्ण झाल्याचे औचित्य साधून डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांच्या पुस्तक प्रकाशनाचा उपक्रम आयोजित करण्यात आला.

डॉ.मधुसूदन घाणेकर यांच्या सदर झंजावती वाटचालीबद्दल वसुधा फाउंडेशनच्या संस्थापक अध्यक्ष वसुधा नाईक, अल्बर्ट आईनस्टाईन इंटरनॅशनल अ‍ॅवॉर्ड.च्या मानकरी मधुकर्णिका सासवडे तसेच ज्येष्ठ सामाजिक कार्यकर्ते श्रीनिवास तेलंग यांनी डॉ. मधुसूदन घाणेकर यांचे हार्दिक अभिनंदन केले आहे.



जात्यावरच्या ओव्या......

आज दमले दमले
बोलले भरतारासी
करू पोराच लगन
सुन आणतो सरशी ||८२०||

आज दमले दमले
धाप लागली चालता
बाळ धरत हाताला
गोड मधाळ बोलता ||८२१||

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ६८

ज्योतिर्मय साहित्य

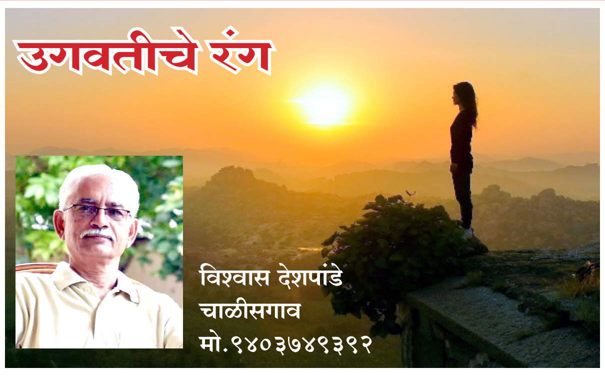
बळे आगळा राम कोदंडधारी ।
महां काळ विक्राळ तोही थरारी ।
पुढे मानवा किंकरा कोण केवा ।
प्रभाते मनी राम चिंतीत जावा ।।६८।।

अर्थ : धनुष्य धारण केलेला राम हा पराक्रमाने आगळावेगळा आहे. सर्व प्राणिमात्रांचा विनाश घडवून आणणारा महाकाळ सुद्धा या रामापुढे थरथर कापतो. तर अशा या रामापुढे (भगवंतापुढे) सामान्य माणसाची काय कथा ? म्हणूनच प्रभात समयी रामाचे चिंतन करावे.

(कोदंडधारी - धनुष्य धारण केलेला, महाकाळ - काळाचाही काळ जो अखिल विश्वाचा विनाश घडवून आणतो, किंकर -दास/ सेवक, केवा - महत्व)

विवेचन : समर्थ या श्लोकाची सुरुवात करताना बळे आगळा राम कोदंडधारी असे म्हणतात. श्रीरामाने कोदंड म्हणजे धनुष्य धारण केले आहे. त्याच्या धनुष्याचा टणत्कार ऐकल्यावर काळाचा देखील थरकाप होतो. सज्जनांच्या रक्षणासाठी आणि दुर्जनांच्या विनाशासाठी श्रीरामाने धनुष्य धारण केले आहे. समर्थांच्या काळात जेव्हा मोगलांचे आक्रमण झाले होते, तेव्हा सगळा समाज दुर्बल झाला होता. गुलामगिरीची वृत्ती निर्माण झाली होती. अशा वेळी समर्थांनी या धनुर्धारी श्रीरामाचा आदर्श समाजापुढे ठेवला. तेव्हा साहजिकच श्रीरामाची केवळ पूजा न करता त्याचे गुण देखील अंगी बाणवणे आवश्यक ठरते. म्हणूनच तर प्रभाते मनी राम चिंतीत जावा असे समर्थ म्हणतात.

श्रीराम महापराक्रमी तर आहेच पण तो बळे आगळा का ? तर ज्याची भिती कळीकाळालाही वाटते असा राम आपल्या शक्तीचा उपयोग सज्जनांच्या रक्षणासाठी आणि दुर्जनांच्या विनाशासाठी करणारा आहे. ज्यांच्याकडे शक्ती, सामर्थ्य आहे असे बरेचसे लोक अनादिकालापासून आपल्या शक्तीचा दुरुपयोग करताना दिसतात.



रावणाजवळही सामर्थ्य होते, पण त्याने आपल्या शक्तीचा दुरुपयोग केला. महाभारतात देखील कंसाने आपल्या शक्तीच्या साहाय्याने समाजातील सज्जनांना त्रास दिला. आज समाजात ज्यांच्याकडे सत्ता, संपत्ती आणि शक्ती आहे अशी बरीचशी मंडळी आपल्या शक्तीचा दुरुपयोग करताना दिसतात. म्हणून श्रीराम बळे आगळा आहे.

जो जन्माला आला त्याला मृत्यू निश्चित आहे. काळ हा सर्वशक्तिमान आहे. सामान्य माणसासाठी यम म्हणजे काळाचेच एक रूप. सामान्य माणूस यमाचे नुसते नाव जरी काढले तरी घाबरतो. पण ज्याला सर्वच घाबरतात असा काळ देखील भगवंतापुढे थरथर कापतो. तर सामान्य माणसाची त्यापुढे काय कथा ? म्हणून आपण जर अनन्यभावाने भगवंताची आराधना केली तर अशा सर्वशक्तिमान काळाच्या कचाट्यातून, मरणाच्या भीतीतून देखील तो आपल्याला मुक्त करील. जन्म मृत्यूच्या फेऱ्यातून आपली सुटका करील. मग काळाचा प्रभाव आपल्यावर राहणारच नाही. तेव्हा हे मना, प्रभात समयी श्रीरामांच्या गुणांचे चिंतन कर.

स्वसंवाद : १) मी श्रीरामाची भक्ती करताना केवळ पूजा करतो, की त्याच्या गुणांचे अनुकरण करण्याचाही प्रयत्न करतो?

२) माझ्याकडे असलेली शक्ती, ज्ञान, पैसा, पद किंवा अधिकार मी इतरांच्या हितासाठी वापरतो का?

३) माझ्या जीवनात ''बळ'' म्हणजे काय ? इतरांवर प्रभाव टाकणे की स्वतःवर संयम ठेवणे? ४) माझ्या दिवसाची सुरुवात प्रभाती सकारात्मक चिंतनाने होते का? **(क्रमशः)**

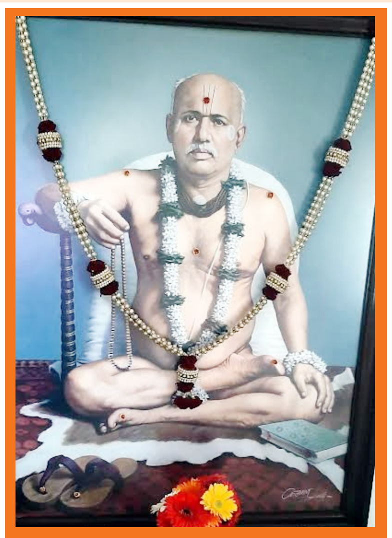
॥ संजय उवाच... ॥

@संजय काव्या पुणे 7743918559

✍️ प्रवास

प्रवास एखाद्या ठिकाणी जाण्याचा असो किंवा आयुष्याचा तो सुखकर होणे आवश्यक असते आणि दोन्ही प्रवासात सोबती चांगले पाहिजेत, त्यामुळे नेहमी सहवास चांगला असणे आवश्यक आहे.

(हे माझे मत आहे पटले तर घ्यावे)



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

नाम हे सत्स्वरूप आहे

ज्योतिर्मय साहित्य

नाम हे रूपापेक्षा निश्चित श्रेष्ठ आहे; त्यामुळे रूपाचे ध्यान मनामध्ये आले नाही तरी नाम सोडू नये. पुढे रूप आपोआप येऊ लागेल. रूप हे जड आणि दृश्य असल्यामुळे उत्पत्ती, स्थिती आणि विनाश, वाढ होणे आणि घटणे, जागा व्यापणे आणि जागा बदलणे, कालमानाने फरक पडणे इत्यादि बंधने त्याला असतात; पण नाम हे दृश्याच्या पलीकडे आणि सूक्ष्म असल्यामुळे त्याला उत्पत्ती आणि विनाश, वाढ आणि घट, देशकालनिमित्ताच्या मर्यादा, इत्यादि कोणतेही विकार नाहीत. नाम हे सत्स्वरूप आहे. नाम हे रूपापेक्षा व्यापक असते. व्यापक वस्तूचे क्षेत्र मोठे असल्याने तिच्यामध्ये शक्तीदेखील अधिक असते. जिच्यामध्ये शक्ती जास्त असते ती वस्तू अधिक स्वतंत्र असते. जी वस्तू अधिक स्वतंत्र असते तिला बंधने किंवा मर्यादा कमी असतात. म्हणून नाम हे रूपापेक्षा अधिक व्यापक, अधिक शक्तिमान, अधिक स्वतंत्र आणि अधिक बंधनरहित असते.

आपली ज्ञानक्रिया कशी चालते ते पाहू. आपण एका टेकडीवर उभे राहून सृष्टिसौंदर्य पाहिले. त्या पाहण्यात कोणकोणत्या क्रिया होतात पाहा. प्रथम डोळ्यांमधून प्रकाश-किरणे आत गेली. बाह्य पदार्थांचे मनुष्याला ज्ञान व्हायला इंद्रिये हे पहिले साधन आहे. इंद्रियांमधून आत आलेले संस्कार एकत्र करून मन त्यांना वस्तूस्वरूप देते. वस्तूस्वरूप तयार झाल्यावर, बुद्धी सारासार विचार करून त्या वस्तूचे यथार्थ ज्ञान आपल्याला करून देते. पण मनुष्याच्या बुद्धीचा व्यापार इथेच थांबत नाही. टेकडीवरून आजूबाजूला पाहात असताना झाडे, वेली, घरे, बागा, माणसे, पक्षी, पाण्याचे तलाव इ. सर्व वस्तूंचे ज्ञान झाल्यावर पुन्हा त्यांचे एकीकरण होऊन, 'ही सृष्टीची शोभा आहे' असे ज्ञान आपल्याला होते. म्हणजे अनेकांत एकत्व शोधणे हेच मानवी ज्ञानाचे लक्षण आहे. या जगामध्ये कितीतरी वैचित्र्य आढळते. नाना तऱ्हेचे दगड, नाना तऱ्हेचे किडे, नाना प्रकारचे पक्षी, प्राणी या सर्वांची नावे जरी भिन्न असली तरी त्या सर्वांमध्ये 'असणेपणाचा' गुण आहे; म्हणजे, सजीव प्राणी झाला तरी तो 'आहे', आणि निर्जीव वस्तू झाली तरी तीही 'आहे'. एवढेच काय, पण आनंदालासुद्धा 'आहेपणा'चा गुण आहे. या 'असणेपणा'च्या गुणाला 'नाम' असे म्हणतात. यालाच 'ॐकार' असे म्हणतात. 'ॐकारांतून सर्व सृष्टी उगम पावली. ॐकार हे परमात्म्याचेच स्वरूप आहे. अर्थात, नाम म्हणजे सत् होय. म्हणूनच नाम हे सृष्टीच्या आरंभी होते, ते सध्या आहेच, आणि सृष्टीचा लय झाला तरी ते शिल्लक राहणारच. नाम म्हणजे ईश्वर होय. नामातून अनंत रूपे उत्पन्न होतात आणि अखेर त्यामध्येच ती लीन होतात. रूप हे नामाहून निराळे राहू शकत नाही. नाम हे रूपाला व्यापून पुन्हा शिल्लक उरते.

नाम हे शाश्वत आहे. ते पूर्वी टिकले, आता आहे, आणि आपण गेल्यावर ते राहणार आहे.

**

॥ अध्यात्म ॥

मधुकर बोरीकर, पुणे

श्री लक्ष्मी व नरसिंह मंदिर निरा नरसिंगपूर

पुढे....
जपाचे पूरुश्चरण पूर्ण झाले की, तो वाळूची बनवलेली मूर्ती, नदीपात्रात विसर्जित करी व परत आश्रमात येत असे.हे तो रोज करीत असे. एके दिवशी त्याने नित्या प्रमाणे वाळूची मूर्ती तयार केली पूजा झाल्यावर तिला नदीच्या जला मध्ये विसर्जित ही केले आणि तो परत आला. रात्री त्याला भगवंतांनी दर्शन दिले. तो या दर्शनाने आनंदित झाला, दुसरे दिवशी त्याने जाऊन पाहिले तर काल विसर्जीत केलेली वाळूची मूर्ती आजही अगदी तशीच आहे. तिचे विसर्जन झालेच नाही. ती मूर्ती घेऊन तो आश्रमात आला व भगवंताला त्याने साकडे घातले की, तुम्ही या मूर्तीत कायम स्वरुपी विराजमान व्हा. त्याच्या विनंतीनुसार भगवान नरसिंह रूपात मूर्तित अवतरले व त्यांनी प्रल्हादाला सांगितले की, मी आता असाच अवतार घेणार आहे.
हिरण्यकशीपूची तपश्चर्या संपल्यावर त्याने आपली पत्नी व मुलाला घेऊन आपल्या राज्यात परतला. काही मता नुसार हिरण्यकशीपु चे राज्य हे आताच्या पाकिस्तान मधील मुलतान हे स्थान आहे ते होते. तिथे आजही त्या राजवाड्याचे अवशेष आहेत. तिथेच भगवान नरसिंह खांबातून प्रकट झाले, अशी आख्यायिका आहे. तर काहींच्या मतानुसार ते आंध्र प्रदेशातील नंद्याल जिल्ह्यात अहोबिलम येथे, हिरण्यकशुपूचे राज्य होते व भगवान नृसिंह इथेच खांबातून प्रगटले.

एक चतूर कावळा

मित्रांनो, आजच्या भागात मी तुम्हाला एका चतूर कावळ्याची गोष्ट सांगतो. लहानपणी आपण त्या हंड्यात खडे टाकून पाणी निघणार्या कावल्याची गोष्ट ऐकली असेलच. छोटे खडे आणून पाणी वर आले की तो पाणी पितो. व तहान पुरी करतो. तर आता एक नवलाची गोष्ट ऐका व तिही
कावळ्याच्या बाबतीतच! हे ऐकून तुम्ही नक्की म्हणाल ऐकावे ते नवलच! तर स्विडनमधील एका कंपनीने कावळ्याच्या या चतूरपणाचा एका सामाजिक कामात करून घेतला आहे. त्याचे बुध्दी कौशल्य वापरून अत्यंत नाविन्यपूर्ण प्रयोग यशस्वी केला आहे.एकाच वेळी हुशारी व सामाजिक कार्य! तर वाचकहो त्या कंपनीने काय केले.. हमरस्त्यावर पडलेली फेकलेली सिगारेटची थोटके उचलण्यासाठी कावळ्याना प्रशिक्षित केले. हे आपले सर्व चतूर कावळे या माणसांनी फेकलेली थोटके ऊचलतात आणि एका ठराविक मशीनमधे टाकतात.हे तुकडे, थोटके अचूकपणे ठराविक जागी टाकल्यावर मशीन चतूर कावळ्यांनी केलेल्या श्रमाचे बक्षीस म्हणून त्यांना अन्न, शेंगादाने, हरभरे देते. झालं. कावळा हे काम स्वेच्छेने करतात. कावळ्यासाठी खाद्य मिळत आहे व स्वच्छतेचे सामाजिक कार्य होत आहे. यातून पुढे म.न.पा.चे कचरा हटवला जाईल. तर अशी ही चतूर कावळा व त्याला सामाजिक जोड कसा वाटला प्रयोग. मला कंमेट करा आज एवढे पुरे गुड डे व्हेरी गूड़ मार्निंग आणि ईथे थांबतो आपण वाचत राहा सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे. सुप्रभात

थंड हवामान आणि तब्येती मध्ये बदल

ज्योतिर्मय साहित्य

- नाक बंद होणे, शिंक येणे आणि ॲलर्जी वाढू शकते.
- थकवा, अशक्तपणा किंवा कामात उत्साह कमी वाटू शकतो.
- काही लोकांमध्ये मूडमध्ये बदल किंवा चिडचिड वाढू शकते.
- हवेत आर्द्रता वाढल्याने घाम नीट वाफ होत नाही, त्यामुळे चिकटपणा जाणवतो.
- श्वसनाचे आजार (दमा, ब्रॉंकायटिस) वाढण्याची शक्यता असते.
- हृदयविकार असलेल्या व्यक्तींनी थंड हवामानात जास्त काळजी घ्यावी.
- काहींना एकाग्रता कमी होणे किंवा सुस्ती जाणवू शकते.
- थंड पदार्थ खाल्ल्यास दातांची संवेदनशीलता वाढू शकते.
- जखमा भरून येण्यास थोडा जास्त वेळ लागू शकतो.
- डोळ्यांत खाज, पाणी येणे किंवा ॲलर्जी होऊ शकते.
- ओले बूट किंवा मोजे जास्त वेळ घातल्यास पायांना दुर्गंधी व बुरशीचा संसर्ग होऊ शकतो.
- बाहेरचे उघड्यावरचे अन्न खाल्ल्यास पोटाचे विकार होण्याचा धोका वाढतो.

तब्येत चांगली ठेवण्यासाठी:

- गरम व ताजे अन्न खा.
- कोमट पाणी प्या आणि पुरेसे पाणी पिणे सुरू ठेवा.
- पावसात किंवा थंडीत भिजल्यास लगेच कोरडे कपडे घाला.
- नियमित व्यायाम करा.
- पुरेशी झोप घ्या.
- फळे, भाज्या आणि व्हिटॅमिन असलेले पदार्थ आहारात ठेवा.

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

- गरम सूप, हळदीचे दूध, आले-तुळशीचा चहा यांसारखी पेये आराम देऊ शकतात.
- पावसात भिजल्यानंतर लगेच आंघोळ करून कोरडे कपडे घातल्यास आजारांचा धोका कमी होतो.
- हात स्वच्छ धुणे आणि स्वच्छ पाणी पिणे संसर्ग टाळण्यासाठी महत्त्वाचे आहे.
- उकळून किंवा शुद्ध केलेले पाणी पिणे अधिक सुरक्षित असते.
- संत्री, मोसंबी, आवळा, पेरू यांसारखी व्हिटॅमिन सि असलेली फळे रोगप्रतिकारक शक्तीसाठी उपयुक्त आहेत.
- गरम सूप, कडधान्ये आणि प्रथिनेयुक्त आहार शरीराला ऊर्जा देतात.
- दररोज ७८ तास झोप घेतल्याने शरीराची प्रतिकारशक्ती चांगली राहते.
- हलका व्यायाम किंवा चालणे शरीर सक्रिय ठेवते.
- बाहेर जाताना रेनकोट, छत्री आणि गरजेनुसार उबदार कपडे वापरावेत.
- त्वचा कोरडी पडू नये म्हणून मॉइश्चरायझर लावावा.
- पाऊस थांबल्यावर थोडा वेळ सूर्यप्रकाशात राहिल्यास व्हिटॅमिन डी मिळण्यास मदत होते.
- ताप, श्वास घेण्यास त्रास किंवा सतत खोकला २३ दिवसांपेक्षा जास्त राहिल्यास डॉक्टरांचा सल्ला घ्यावा.

टिप: ''पावसाळ्यात चव महत्त्वाची आहे, पण आरोग्य त्याहून महत्त्वाचे. स्वच्छता, संतुलित आहार आणि नियमित व्यायाम हीच उत्तम प्रतिकारशक्तीची गुरुकिल्ली आहे.''

***

प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी

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

रेशमी बंधन

बहिण भावाचे नाते
राखीसवे आहे जुळले
रेशमी बंधनाने छान
एकमेकांच्या विचारांना ते
सदा सर्वदा देतात
मनोमनी पहा मान

रेशमी बंधन हे
सोनेरी धाग्याने जुळता
मनी हर्ष होतो
भेट होता भावाची
बहिणीच्या डोळ्यातुनी सदा
समाधानाचा पाऊस ओसरतो

शंकरराव भेलके महाविद्यालयात माजी विद्यार्थी मेळावा उत्साहात संपन्न

ज्योतिर्मय साहित्य

नसरापूर, ता. भोर, पुणे जिल्हा शिक्षण मंडळाचे शंकरराव भेलके महाविद्यालय, नसरापूर येथे माजी विद्यार्थी मेळावा स्नेहपूर्ण वातावरणात उत्साहात पार पडला. कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी प्राचार्य डॉ. तुषार शितोळे होते. मंचावर माजी विद्यार्थी संघटनेचे अध्यक्ष श्री. श्रीपाद कोंडे, श्री. सोमनाथ कुलकर्णी, श्री. विजय कदम, श्री. आप्पा सावंत, श्री. संजय वाल्हेकर, सचिव श्री. विजय थिटे, ग्रुप ग्रामपंचायत केतकावणे चे सरपंच देवेंद्र शिळीमकर श्री. अमोल मोरे उपस्थित होते.

कार्यक्रमाचे प्रास्ताविक डॉ. सचिन घाडगे यांनी केले. त्यांनी शंकरराव भेलके महाविद्यालयाच्या माजी विद्यार्थी मेळाव्याची रूपरेषा, महत्त्व व उद्दिष्टे विशद करताना सांगितले की, आजी आणि माजी विद्यार्थ्यांमध्ये सुसंवाद घडवून आणणे हा या मेळाव्याचा मुख्य उद्देश आहे. अंतर्गत गुणवत्ता सिद्धता कक्षामार्फत घेण्यात आलेल्या या कार्यक्रमात कक्षाचे समन्वयक डॉ.आर.बी.ढाकणे यांनी अंतर्गत गुणवत्ता सिद्धता कक्ष आणि त्यांतर्गत महाविद्यालयात कोणती कार्ये चालतात याची पार्श्वभूमी स्पष्ट केली. अध्यक्ष श्री. श्रीपाद कोंडे यांनी उपदेशपर भाषणात सांगितले की, ‘‘शंकरराव भेलके महाविद्यालयाची माजी विद्यार्थी संघटना ही महाविद्यालय आणि समाज यांना जोडणारा दुवा आहे. शैक्षणिक गुणवत्ता

वाढ, गरजू विद्यार्थ्यांना मदत आणि करिअर मार्गदर्शन ही आमची उद्दिष्टे आहेत.‘‘

भेलके महाविद्यालयाची माजी विद्यार्थिनी व मुंबई पोलीस क्राईम ब्रँचमध्ये कार्यरत हर्षदा साहेबराव पडवळ यांनी स्पर्धा परीक्षा व शासकीय नोकरीच्या संधीबाबत मार्गदर्शन केले. श्री. सोमनाथ कुलकर्णी म्हणाले, ‘‘आजच्या काळात कौशल्य विषयाचे शिक्षण घेणे गरजेचे आहे. शिक्षणाचा विकास हा पूरक कौशल्यातून झाला पाहिजे.‘‘ सचिव श्री. विजय थिटे म्हणाले, ‘‘आजच्या विद्यार्थिनीने मानसिक आणि शारीरिकदृष्ट्या बळकट होणे गरजेचे आहे.‘‘ प्राचार्य डॉ. तुषार शितोळे म्हणाले, ‘‘माजी विद्यार्थी मेळावा हा स्नेहाचा, आपुलकीचा आणि दिशा देणारा मेळावा असतो.‘‘

हा मेळावा यशस्वी करण्यासाठी डॉ. पौर्णिमा कारळे, प्रा.भगवान गावित, डॉ. दत्तात्रय घोडके, प्रा. जीवन कोंडे, प्रा. माऊली कोंडे, प्रा. वनिता भालेराव, प्रा. अंकिता महांगरे, डॉ. गणपत आवटे, विकास ताकवले, शिवाजी सोनवणे, महेश दळवी, अभिषेक मोरे, मनीषा मोहिते, सुमित कांबळे, माने यांनी विशेष परिश्रम घेतले.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन प्रा. वैष्णवी कोंडे यांनी केले. त्यांनी मेळाव्याचे महत्त्व व कार्यपद्धतीचे विवेचन केले. आभार प्रदर्शन इतिहास विभाग प्रमुख प्रा. सहदेव रोडे यांनी केले.

टेबल टेनिस स्पर्धेत पूनम काळे यांना अजिंक्यपद

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे – पुणे जिल्हा शिक्षण मंडळाचे, वाघिरे महाविद्यालय, सासवड येथे राष्ट्रीय क्रीडा दिनाच्या निमित्ताने प्राचार्य डॉ.पंडित शेळके यांच्या मार्गदर्शनाखाली व शारीरिक शिक्षण व क्रीडा संचालक प्रा.प्रितम ओव्हाळ यांच्या संकल्पनेतून सुरू असलेल्या महाविद्यालयीन प्राध्यापक, प्रशासकीय कर्मचारी व विद्यार्थी यांच्या टेबल टेनिस स्पर्धेत महिला गटात वाणिज्य विभागाच्या प्रा.पूनम काळे यांना विजेतेपद मिळाले. त्यांनी प्राध्यापक महिला गटाच्या अंतिम सामन्यात संगणकशास्त्र विभागाच्या प्रा.प्रणिता शेरखाने यांचा ११–०६, ११–०३ असा सरळ दोन सेट मध्ये दणदणीत पराभव केला. तसेच तृतीय क्रमांकासाठी झालेल्या सामन्यात प्रा.सुजाता निकम यांनी प्रा.तनया फडतरे यांचा ११–०८, ११–०५ असा सरळ दोन सेट मध्ये पराभव करून कांस्य पदकावर नाव कोरले. तत्पूर्वी झालेल्या उपांत्य फेरीत काळे यानी निकम यांना ११–०६, ०९–११, ११–०७ अश्या दोन विरुद्ध एक सेट मध्ये पराभूत केले. तर शेरखाने यांनी फडतरे यांच्यावर ११–०५, ११–०८ अश्या गुण फरकाने विजय मिळवला. स्पर्धेसाठी पंच म्हणून मंथन जगताप, रोहित कदम, प्रथमेश जगताप व श्रेयस जगताप यांनी कामकाज पाहिले.

परीक्षेतील सावळा गोधळ थांबवा!

ज्योतिर्मय साहित्य

अलीकडे देशातील विविध स्पर्धा परीक्षा तसेच शालेय, महाविद्यालयिन व विद्यापिठीय परीक्षा, शिक्षक भरती साठी व शिक्षकांच्या बढती साठी टीईटी व इतर सर्व परीक्षेच्या प्रश्न पत्रिका परीक्षे आधीच उपलब्ध होत आहे, यामुळे जे हुशार विद्यार्थी कठोर मेहनत करून अभ्यास करतात, रात्रंदिवस अभ्यास करतात त्या विद्यार्थ्यांना या पेपर फुटीमुळे भयंकर मनस्ताप होतो. जे परीक्षार्थी ‘‘ढ‘‘, आहेत,ज्यांना विषयांचे कवडीमोल ज्ञान नाही, ज्यांना परीक्षा कशासाठी असते? हे माहीत नाही ,केवळ पैशाच्या जोरावर प्रश्न पत्रिका विकत घ्यायची व सर्वाधिक गुण घेऊन डॉक्टर, इंजिनीअर, वकील, आय.ए.एस, व आय.पी.एस, अधिकारी, किंवा राज्य शासनाच्या आयोगाच्या तहसीलदार, उपजिल्हाधिकारी, पोलिस निरीक्षक, गट विकास अधिकारी, कृषी अधिकारी,पोलीस निरीक्षक परीक्षा पास होऊन निष्क्रिय व भ्रष्टाचारी

धोंडीरामसिंह ध. राजपूत
वैजापूर, छत्रपती संभाजीनगर
मो. ९४२१३१२२४४

अधिकारी व व्यावसायिक होऊन लोकांच्या जीवनाशी खेळायचे व शासनाच्या तिजोरीवर डल्ला मारायचे काम करायचे हे उद्योग करणारे या पेपर फुटीतून निर्माण होतात. व यामुळे देशाचे फार मोठे नुकसान होते. या सर्व प्रकारच्या परीक्षेतिल हा भ्रष्टाचार थांबविण्यासाठी केंद्र सरकार व राज्य शासनाने कठोरात –कठोर कायदे करून या भ्रष्टाचाराला पायबंद घालण्याची वेळ आहे. जे संशयित गुन्हेगार आता पोलिसांच्या ताब्यात आहेत, त्यांची या प्रकरणाच्या मुळा पर्यंत जाऊन सखोल चौकशी करावी व आणखी धागे –दोरे शोधून हा परिक्षातिल भ्रष्टाचार मुळासकट उपटून फेकावा तरच उद्या गुणवंत,ज्ञानवंत,व यशवंत, कर्तव्य निष्ठ अधिकारी, डॉक्टर, इंजिनीअर, वकील, जिल्हाधिकारी, पोलीस अधिक्षक, तहसीलदार पुढे येतील व देशाची धुरा समर्थपणे सांभाळून ही भ्रष्टाचार कीड उखडून फेकतील.

पोरवाल महाविद्यालयात राष्ट्रीय क्रीडा दिन उत्साहात साजरा

ज्योतिर्मय साहित्य

कामठी – सेठ केसरिमल पोरवाल महाविद्यालय, कामठी येथे २९ ऑगस्ट रोजी राष्ट्रीय क्रीडा दिन उत्साहात साजरा करण्यात आला. हॉकीचे महान खेळाडू मेजर ध्यानचंद यांच्या जयंतीनिमित्त हा दिवस साजरा करण्यात आला.

कार्यक्रमाची सुरुवात मेजर ध्यानचंद यांच्या प्रतिमेला पुष्पहार अर्पण करून करण्यात आली. यावेळी विद्यार्थ्यांना क्रीडा, शारीरिक तंदुरुस्ती, शिस्त, संघभावना आणि नियमित व्यायामाचे महत्त्व याबाबत मार्गदर्शन करण्यात आले.

विद्यार्थ्यांनी विविध क्रीडा व शारीरिक उपक्रमांमध्ये उत्स्फूर्त सहभाग घेतला. क्रीडा क्षेत्रात विद्यार्थ्यांनी सातत्याने प्रगती करून महाविद्यालयाचे तसेच देशाचे नाव उज्ज्वल करावे, असे आवाहन यावेळी करण्यात आले.

कार्यक्रमास महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ स्वप्नील दहात उपप्राचार्य श्री विश्वनाथ वंजारी पर्यवेक्षक श्री मेंढे सर, क्रीडा शिक्षिका डॉ मल्लिका नागपूरे स योजक,श्री मा सुरकर सर प्राध्यापक, शिक्षकेतर कर्मचारी आणि विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

कार्यक्रमाच्या यशस्वी आयोजनासाठी क्रीडा विभाग व सर्व शिक्षकांचे सहकार्य लाभले. ‘‘खेळा, तंदुरुस्त राहा आणि निरोगी जीवनाचा स्वीकार करा’’ हा संदेश देत कार्यक्रमाची सांगता झाली.

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

प्रेमातून धर्माकडे-श्रीकृष्णावताराचे रहस्य

पुढे......

ही कथा शाब्दिक अर्थाने शास्त्रात नसली, तरी तिच्यामागील तत्त्व अत्यंत गूढ आणि सत्य आहे—भगवंताची करुणा आणि न्याय यांचा समन्वय.

सुदर्शनचक्र म्हणजे काय?

'सु' म्हणजे शुभ, सुंदर, शुद्ध.

'दर्शन' म्हणजे सत्याची दृष्टी.

सुदर्शन म्हणजे अशी दिव्य दृष्टी जी अधर्माचा अचूक वेध घेते.

म्हणून सुदर्शनचक्र हे केवळ शस्त्र नाही; ते ईश्वराच्या न्यायाचे चक्र आहे.

भगवद्गीतेत भगवान अर्जुनाला सांगतात—

"तस्मादुत्तिष्ठ कौन्तेय युद्धाय कृतनिश्चयः।"

म्हणजेच, अन्यायासमोर शांत बसणे हा धर्म नाही. धर्मासाठी उभे राहणे हेच खरे कर्मयोग आहे.

समर्थ रामदासस्वामी म्हणतात—

धर्मासाठी मरावे ।मरोनि अवघ्यासि मारावे ।
मारिता मारिता घ्यावे ।राज्य आपुले ॥

याचा अर्थ द्वेषाने लढणे नव्हे; तर धर्मासाठी निःस्वार्थपणे उभे राहणे.

आज आपल्याला सुदर्शनचक्र हातात घ्यायचे नाही; पण आपल्या जीवनात विवेकाचे, सत्याचे, प्रामाणिकपणाचे आणि धर्मनिष्ठेचे सुदर्शन जागृत करायचे आहे.

अधर्माचा आरंभ बाहेर नसतो; तो आपल्या मनातील काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद आणि मत्सर यांपासून होतो.

ही षड्रिपू नष्ट करणारेच खरे सुदर्शन आहे.

संत ज्ञानेश्वर माऊली म्हणतात—

"जे जे भेटे भूत । ते ते मानिजे भगवंत ॥"

आणि समर्थ रामदास म्हणतात—

"सामर्थ्य आहे चळवळीचे, जो जो करील तयाचे."

म्हणून प्रेम आणि पराक्रम, करुणा आणि कर्तव्य, भक्ती आणि धर्म—यांचा सुंदर समन्वय म्हणजे श्रीकृष्ण. (क्रमशः)

महावस्त्र नात्यांचं : महावस्त्राचे पदर...

विश्वास देशपांडे, चाळीसगाव, प्रतिक्रियेसाठी : ९४०३७४९९३२

काका (कुटुंबाचा भक्कम आधारस्तंभ)

पुढे.....

त्यांच्याजवळून अनेक गोष्टी शिकायला मिळाल्या. म्हणून नात्यांच्या महावस्त्रातील अतिशय महत्त्वाचा असा हा पदर आहे. माझ्या वडिलांनी देखील त्यांच्या पुतण्यांवर जीवापाड प्रेम केलं. त्यांच्या आजारपणात त्यांच्या जवळ राहून सुश्रुषा केली.

मला दोन भाऊ, दोघेही माझ्यापेक्षा लहान. त्यामुळे माझ्या मुलांना लहानपणापासून त्यांचे प्रेम लाभले. त्यामुळे काका म्हणजे त्यांची अतिशय जिव्हाळ्याची व्यक्ती. घरात कुठलेही कार्य असो, काका सगळ्या प्रसंगात खंबीरपणे उभे राहायचे.

एखादी जबाबदारी त्यांच्यावर सोपवली की मी निश्चिंत असायचो. सायकल शिकवणारे, पहिल्यांदा पोहायला घेऊन जाणारे, जत्रेत फिरवणारे किंवा छोटीशी चूकही समजावून सांगणारे काका माझ्या मुलांच्या बालपणाच्या आठवणींचं केंद्र आहेत. माझी मुलगी जेव्हा जीवावरच्या आजारातून उठली, तेव्हा या दोन्ही भावांच्या डोळ्यातील पाणी मी पाहिले आहे. तिच्या लग्नात माझ्यासारखेच पाणी या दोघांच्या डोळ्यांत तिला सासरी पाठवताना होते. अशा वेळी नात्याची खोली, उबदारपणा आणि महत्त्व जाणवते. अनेक भारतीय कुटुंबांत काकाला वडिलांप्रमाणेच आदराचे स्थान दिले जाते. काका हे केवळ नातं नसतं, तर ती कुटुंबाची एक भक्कम ढाल असते. (क्रमशः)

विचार ते विजय

लेखक - अमोल बोरीकर.मो. 86240 03013

अति विचार आयुष्य कसं थांबवितो..

पुढे.....

लोक काय म्हणतील, हे आपल्या हातात नाही.

पण आपण काय करणार, हे आपल्या हातात आहे.

परिणाम आपल्या हातात नाही.

पण प्रयत्न आपल्या हातात आहे.

समोरचा आपल्याला समजून घेईल की नाही, हे आपल्या हातात नाही.

पण आपण प्रामाणिकपणे बोलू शकतो.

दुसरी गोष्ट— विचार कागदावर लिहा.

मनात फिरणारा विचार कागदावर उतरला की त्याचं ओझं कमी होतं.

स्वतःला विचारा— "ही समस्या आत्ता माझ्यासमोर आहे का, की मी तिची कल्पना करतोय?" हा एक प्रश्न अनेक अनावश्यक भीती दूर करू शकतो.

तिसरी गोष्ट— निर्णय घ्या आणि छोटं पाऊल उचला. पूर्ण रस्ता दिसण्याची वाट पाहू नका.

पहिलं पाऊल टाका. रस्ता पुढे दिसत जाईल.

कारण अनेकदा आपल्याला मार्ग दिसत नाही म्हणून आपण चालत नाही... आणि आपण चालत नाही म्हणून मार्ग तयार होत नाही.

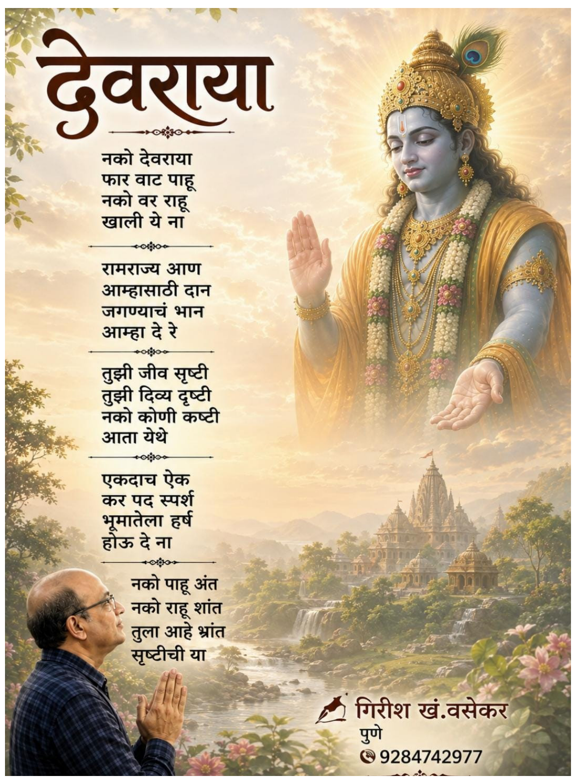
आयुष्य परिपूर्ण निर्णयांची वाट पाहत बसण्यासाठी मिळालेलं नाही.

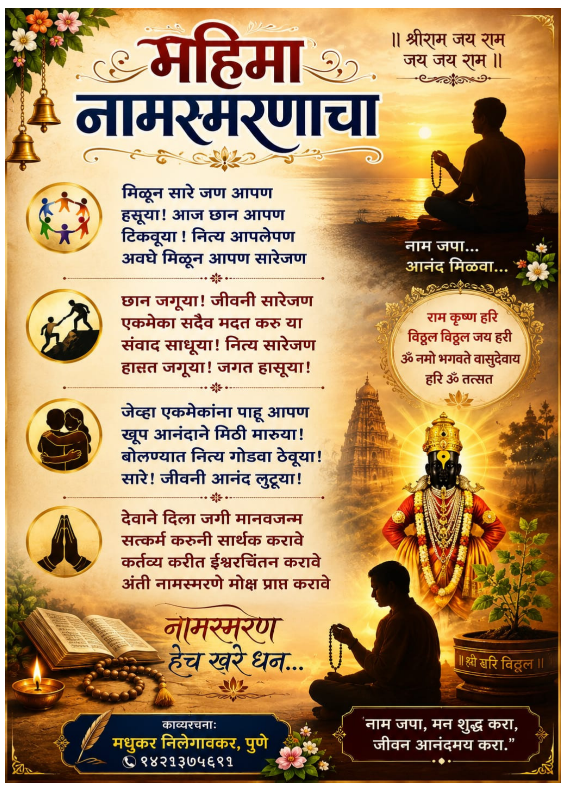
चुका होतील. काही निर्णय चुकतील. काही लोक सोडून जातील. काही स्वप्नं बदलतील.

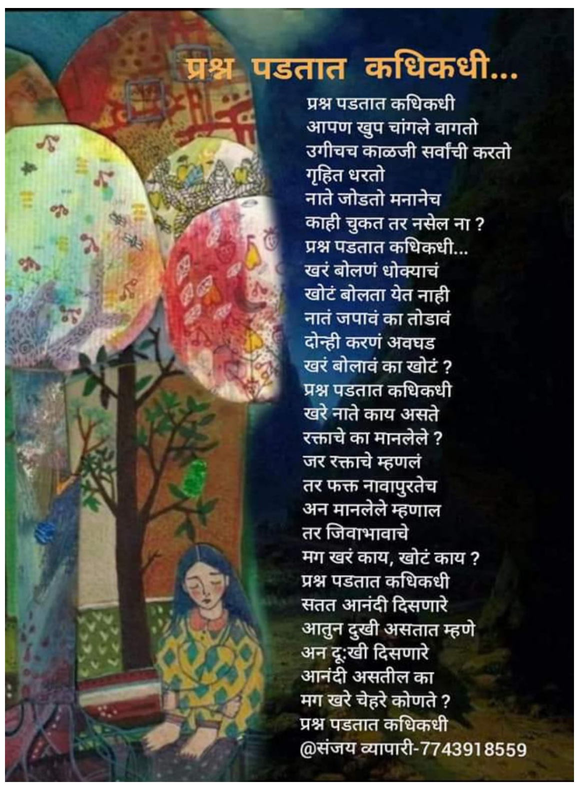
पण त्यातून आपण शिकू. थांबलेलं पाणी कुजतं; वाहणारं पाणी स्वच्छ राहतं. मनालाही तसंच आहे. विचारांना वाहू द्या...

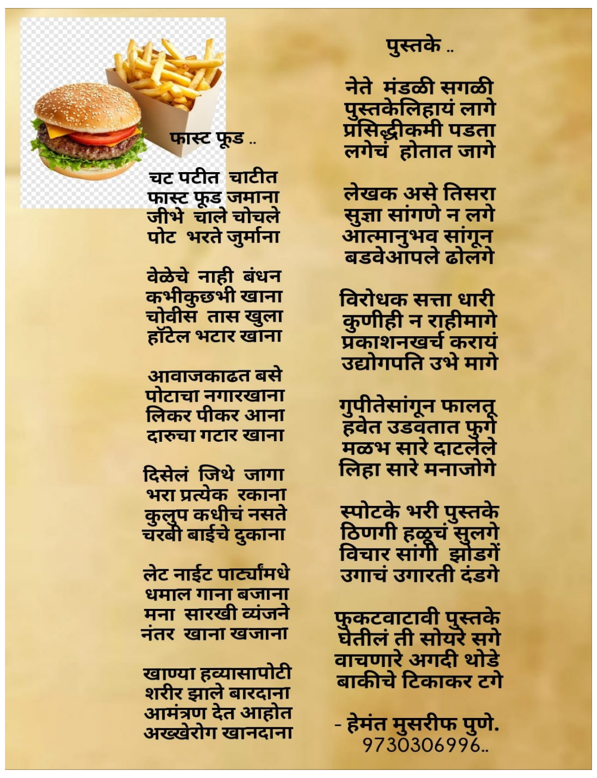
पण त्यात अडकून राहू नका. आज स्वतःला एक वचन द्या—

"मी प्रत्येक विचारावर विश्वास ठेवणार नाही."जेव्हा तुम्ही अति विचारांच्या शृंखला तोडून 'वर्तमानात' जगायला शिकाल आणि विचारांऐवजी कष्टाची कास धराल, तोच तुमच्या आयुष्यातील सर्वात मोठा 'विजय' असेल.ओझे बाळगणे थांबवा, मोकळा श्वास घ्या... आणि 'विचार ते विजय' या प्रवासात थांबलेले आयुष्य पुन्हा वेगाने पळवून दाखवा!









माझ्या मनातील सल: एक न घडलेली भेट

ज्योतिर्मय साहित्य

आयुष्याच्या प्रवासात अनेक गोष्टी घडतात आणि अनेक घडायच्या राहून जातात. ज्या घडतात त्या आठवणींच्या कप्प्यात जमा होतात; पण ज्या राहून जातात, त्या मनात एक हलकीशी कळ आणि अस्वस्थता सोडून जातात. त्यालाच आपण 'सल' म्हणतो. नशिबाचा खेळ, वेळेचे गणित आणि स्वतःचा आळस किंवा दुर्लक्ष यामुळे अनेकदा आपण अशा काही क्षणांना मुकतो, ज्यांची भरपाई आयुष्यभरात कधीच होऊ शकत नाही. माझ्याही आयुष्यात असाच एक सल कायमचा घर करून राहिला आहे. महाराष्ट्राचे लाडके व्यक्तिमत्त्व, आमचे दैवत 'भाई' अर्थात पु. ल. देशपांडे यांची न घडलेली भेट.

'पुलं' हे नाव केवळ महाराष्ट्रासाठी एक लेखक, नाटककार किंवा कलाकार नाही, तर तो एक आनंदोत्सव होता. आमच्या पिढीचे बालपण आणि तारुण्य पुलंच्या समृद्ध लेखनाने, त्यांच्या निखळ विनोदाने आणि त्यांनी निर्माण केलेल्या जिवंत पात्रांनी नटलेले होते. 'बटाट्याची चाळ', 'व्यक्ति आणि वल्ली', 'अपूर्वाई' यांसारख्या कलाकृतींमधील माणसे वाचनात आली की मनातील सगळा ताण पळून जायचा. आजही निराशेच्या मनस्थितीत त्यांचे जादूचे लेखन वाचले किंवा ऐकले की, मनस्थिती बदलून जाते.

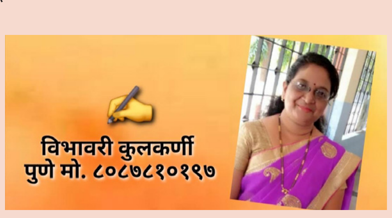
पुलंचे शब्द म्हणजे निव्वळ कागदावरची शाई नव्हती, तर तो मनाला तजेला देणारा आणि जगण्यावर प्रेम करायला शिकवणारा अमृतप्रवाह होता.

माझ्याबाबतीत सर्वात दुर्दैवाची आणि मनात टोचणारी गोष्ट म्हणजे, मी कित्येकदा त्यांच्या पुण्यातील घराच्या अगदी जवळून गेले आहे. त्यांच्या निवासस्थानाजवळून जाताना दरवेळी मनात यायचे, ''आज आत जावे, भाईंना लांबून का होईना एकदा डोळे भरून पहावे, त्यांच्या चरणांना स्पर्श करावा.'' पण दरवेळी मनात एक संकोच आडवा यायचा. इतका मोठा माणूस, आपण अचानक कसे जायचे? किंवा ''अरे, आजही वेळ घाईचा आहे, पुढच्या वेळी नक्की जाऊ,'' असा विचार करून मी तो बेत पुढे ढकलत राहिले.

''आज भेटू, उद्या भेटू'' असे म्हणत दिवस निघून जात होते. घर अगदी जवळ असूनही आणि मनात अलोट प्रेम असूनही, केवळ उद्यावर ढकलण्याच्या वृत्तीमुळे ती भेट लांबणीवर पडत गेली. आणि मग एक दिवस ती दुर्दैवी बातमी आली... भाई हॉस्पिटल प्रयाग मध्ये एडमिट आहेत. हे खात्रीने सांगणारी व्यक्ती म्हणजे आमच्या वाड्यात राहणारी सख्खी शेजारीण,

जी त्या हॉस्पिटल मध्ये नर्स म्हणून कार्यरत होती. तिथेही त्या दिवसात त्यांना बघायला आलोट गर्दी व्हायची. मोठे दिग्गज (पुढारी, नट, वक्ते) व सामान्य व्यक्ती ज्यांनी त्यांच्यावर प्रेम केले असे सगळेच दवाखान्यात गर्दी करायचे. आणि पुढच्या चार दिवसात ती पोकळी निर्माण करणारी बातमी आली, भाई आपल्याला सोडून गेले.

त्या दिवशी मला स्वतःचा खूप राग आला. मनात एक प्रचंड मोठी चूक घडल्याची जाणीव झाली. ज्या माणसाने आपल्या लेखनाने लाखो-करोडो लोकांच्या आयुष्यात आनंदाचे कारंजे फुलवले, ज्याच्या एका वाक्याने चेहऱ्यावर हसू फुलत होते, त्याला प्रत्यक्ष भेटण्याची, त्याच्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करण्याची संधी माझ्या हातात होती; पण मी ती गमावली होती. ती न घडलेली भेट माझ्या मनावर असा एक कायमचा ओरखडा उमटवून गेली, जो आज



इतक्या वर्षांनंतरही तसाच ताजा आहे.

आपण अनेकदा म्हणतो, ''जाऊ दे, नशिबात नव्हते, आपला योग नव्हता.'' स्वतःचे समाधान करण्यासाठी किंवा मनाला समजावण्यासाठी हे शब्द ठीक आहेत; पण अंतरात्म्याला ठाऊक असते की, तिथे नशिबापेक्षा आपलाच हलगर्जी कारणीभूत होतो. ती रुखरुख आयुष्यभर मनात राहते. ''माझ्याकडून असे कसे घडले? मी का नाही गेले?'' ही स्वतःला दिलेली दूषणे आणि हीच चूक पुन्हा पुन्हा आठवून होणारी घालमेल म्हणजेच हा सल.

पुण्यात त्यांच्या नावाचे एक उद्यान आहे. त्यांच्या साहित्यातील व सांस्कृतिक योगदानासाठी त्यांचे नाव या देखण्या उद्यानाला देऊन त्यांचा सन्मान केला आहे. त्या उद्यानात जेव्हा जाण्याचा प्रसंग येतो तेव्हा मनातील सल जाणवत राहतो

पुलंच्या या न घडलेल्या भेटीने मला आयुष्याचा एक खूप मोठा धडा शिकवला. आपल्या जवळच्या, प्रिय किंवा आपण आदर करत असलेल्या माणसांना भेटण्यासाठी किंवा त्यांच्याबद्दल प्रेम व्यक्त करण्यासाठी उद्याची वाट पाहायची नसते. कारण काळ कोणासाठीच थांबत नाही आणि निघून गेलेली वेळ किंवा माणूस कधीच परत येत नाही.

आजही जेव्हा जेव्हा मी पुलंचे पुस्तकाचे पान उघडते किंवा त्यांचे भाषण ऐकते, तेव्हा त्यांचा हसरा चेहरा डोळ्यांसमोर येतो आणि त्याच वेळी मनातील ती जुनी जखम पुन्हा ओली होते.

घराच्या दारापर्यंत पोहोचूनही आत न जाण्याची ती चूक, ती न घडलेली भेट... हा माझ्या मनातील असा सल आहे, जो आयुष्यभर माझ्यासोबत राहील आणि मला वेळेचे अन् माणसांचे महत्त्व सातत्याने आठवून देत राहील.

***

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

क्रांतीकारक भाई भगवान सिंग ज्ञानी

ज्योतिर्मय साहित्य

भारतीय स्वातंत्र्यलढ्याच्या इतिहासात अनेक असे क्रांतीकारक होऊन गेले, ज्यांनी आपले संपूर्ण आयुष्य देशाच्या मुक्तीसाठी अर्पण केले. परंतु त्यांची नावे नेहमीच स्वातंत्र्यलढ्याच्या ऐतिहासिक नोंदीत ठळक स्वरूपात दिसून येत नाहीत. अशा विस्मृतीत गेलेल्या तरीही अत्यंत महत्वाच्या व्यक्तींमध्ये स्वातंत्र्ययोध्दे क्रांतीकारक भाई भगवान सिंग ज्ञानी यांचे नाव अभिमानाने घेतले जाते. ते केवळ गदर चळवळीचे प्रमुख नव्हते तर परदेशात राहून भारतीय स्वातंत्र्य लढ्याला संघटीत रूप देणाऱ्या त्या क्रांतीकारक चळवळीचे प्रतिनिधी होते ज्यांनी मंजूर, स्थलांतरीत भारतीय सैनिक आणि तरुण विद्यार्थी यांच्या मनात-रोमारोमात स्वातंत्र्याची ज्वाला पेटवली. भाई भगवान सिंग यांच्या कार्यात देशभक्ती, क्रांतीकारक जिद्द, शिस्त आणि ध्येयासाठी अपार कष्ट सोसल्याची ऐतिहासिक नोंद आहे. त्यांना भोगावा लागलेला तुरुंगवास हा त्यांच्या जीवनातील स्वातंत्र्यलढ्याला त्यांच्यासाठी व इतरांसाठी राजकीय जाणीव अधिक प्रगल्भ करणारा ठरला. या तुरुंगवासामुळे स्वातंत्र्यलढ्याशी त्यांची नाळ अधिक घट्ट झाली.

भाई भगवान सिंग ज्ञानी हे एक भारतीय राष्ट्रवादी आणि गदर पक्षाचे प्रमुख म्हणून जगप्रसिद्ध आहेत. गदर चळवळीवर लोकमान्य टिळकांचा प्रभाव अत्यंत महत्वाचा होता. टिळकांनी ''स्वराज्य हा माझा जन्मसिद्ध हक्क आहे आणि तो मी मिळवणारच'' ही घोषणा देऊन भारतीय राजकीय मनाला बळ दिले. या घोषणेने सर्व भारतीयांच्या मनात स्वातंत्र्याची ज्योत पेटली गेली. ही घोषणा केवळ नारा नव्हती तर ती एक विचारक्रांती होती. भारतीय जनतेला प्रथमच असे वाटू लागले कि स्वराज्य ही काय दया किंवा कृपा नसून आपला नैसर्गिक जन्मसिद्ध अधिकार आहे. या विचाराने स्वातंत्र्यलढ्याला नैतिक आणि राजकीय अधिष्ठान मिळाले. टिळकांचे विचार जहाल-क्रांतीकारक होते परंतु ते शिस्तबद्ध होते. त्यांच्या विचारांचा आणि कार्याचा प्रभव केवळ भारतातच नव्हे तर जगात जिथे जिथे भारतीय रहात होते त्यांच्यावर ठसला. गदर चळवळीतील नेत्यांनी टिळकांच्या विचारांमधून तसेच केसरी-मराठा या वृत्तपत्राच्या माध्यमातून स्वातंत्र्य लढ्यासाठी अधिक प्रेरणा घेतली. स्वराज्याची कल्पना, ब्रिटिश शासनाविषयी संशय, जनतेच्या शक्तीवर विश्वास आणि वर्तमानपत्रांच्या माध्यमातून जनजागृती या टिळकांच्या कार्यपद्धती गदर संघटनेने स्वीकारीत त्या अंमलात आणित आपली ओळख जगभर पसरवली.

भाई भगवान सिंग ज्ञानी यांचा जन्म २४ जुलै १८८४ रोजी अमृतसर जिल्ह्यातील वार्यरिंग गावात झाला. ब्रिटिशांपासून भारताला स्वातंत्र्य केवळ सशस्त्र क्रांतीव्दारेच मिळू शकते असे त्यांचे ठाम मत शिक्षण घेत असतानाच पक्के झाले होते. विशेषतः भारतामधील वृत्तपत्रे वयाच्या १५ व्या वर्षापासूनच त्यांच्या वाचनात होती. टिळक यांचे मराठा वृत्तपत्र जे इंग्रजीमध्ये प्रकाशित होत होते त्याचाही वाचक वर्ग भारतभर होता. सध्या पाकिस्तानात असलेले पण पूर्वीच्या भारतामधील गुजरानवला येथील उपदेशक कॉलेजमध्ये शीख धर्माचे व्याख्याता म्हणून नियुक्ती झाल्यानंतर भाई भगवान सिंग ज्ञानी क्रांतीकारी कार्यात सहभागी झाले होते. १९०५ ते १९०८ हा काळ स्वातंत्र्यलढ्यासाठी पंजाबच्या राजकीय इतिहासात महत्वाचा. याच काळात क्रांतीकारकांचे नेतृत्व करणारे लाला लजपतराय आणि त्यांचे उजवे हात क्रांतीकारक अजीत सिंग यांचेबरोबर भाई भगवान सिंग ज्ञानी यांचे कार्य पुढे आले. या तिघांनी वेगवेगळ्या मार्गांनी ब्रिटिश सत्तेविरुद्ध जनजागृती केली आणि स्वातंत्र्यलढ्याला नवी दिशा दिली. याच काळात लाल-बाल-पाल हे तिघेही स्वातंत्र्यसेनानी भारतभर प्रसिद्ध झाले. लाला लजपत राय, बाळ गंगाधर टिळक आणि

बिपिनचंद्र पाल यांनी संपूर्ण भारतभर स्वातंत्र्यलढ्यासाठी क्रांतीकारकांची ज्योत प्रज्वलीत केली.

अजित सिंग हे शेतकरी प्रश्नावर थेट आंदोलन करणारे नेते होते. त्यांनी करभार, जमीनधोरणे आणि शेतकऱ्यांवरील अन्याय याविरुद्ध आवाज उठवला. ''पगडी संभाळ जट्टा'' चळवळीमुळे ते सर्वसामान्य शेतकऱ्यांमध्ये लोकप्रिय झाले. त्यांच्या भाषणांमुळे आणि संघटनशक्तीमुळे पंजाबमध्ये असंतोषाची मोठी लाट उसळली. लाला लजपतराय हे पंजाबमधील मोठे राष्ट्रवादी नेते आणि विचारवंत होते. त्यांचे लेखन, भाषणे आणि सार्वजनिक भूमिका यामुळे तरुणांमध्ये स्वाभिमान आणि स्वराज्याची भावना निर्माण झाली. अजीत सिंग यांच्या आंदोलनाला त्यांचा वैचारिक आणि राजकीय आधार मिळाला, त्यामुळे दोघांची जोडी पंजाबमधील जहाल राष्ट्रवादी चळवळीचे केंद्र बनली. भाई भगवान सिंग ज्ञानी हे या राष्ट्रवादी वातावरणाशी जोडलेले महत्वाचे क्रांतीकारक होते. विशेषतः अजीत सिंग यांच्याबरोबरील त्यांचे क्रांतीकारक कार्य याच काळात महत्वाचे ठरले. पंजाबमधील आंदोलन तीव्र झाले आणि ब्रिटिश सरकारने कठोर कारवाई सुरू केली. अजीत सिंग आणि लाला लजपतराय यांना लक्ष करण्यात आले.या दडपशाहीमुळे पंजाब मधील युवक आणि कार्यकर्त्यांमध्ये संताप वाढला. या तिघांचे कार्य एकाच प्रवाहातील वेगवेगळ्या पैलुंशी नियडीत होते. अजीत सिंग यांनी प्रत्यक्ष आंदोलन उभे केले, लाला लजपतराय यांनी त्याला वैचारिक ताकद दिली आणि भाई भगवान सिंग ज्ञानी यांनी याच चळवळीला साहित्यिक आणि देशभक्तीपर सूर दिला. त्यामुळे पंजाबमधील स्वातंत्र्यलढा अधिक व्यापक आणि प्रभावी बनला. १९०८ मध्ये लाला लजपत राय यांच्या अटकेनंतर भाई भगवान सिंग ज्ञानी यांना भारत सोडून बनावट नावाने ब्रम्हदेशात जावे लागले. त्या दिवसापासून त्यांनी सयाम, हाँगकाँग, शांघाय, हवाना, अमेरिका, जर्मनी आणि कॅनडा येथे प्रवास केला आणि पुढील ४५ वर्षाहून अधिक काळ ते आपल्या कुटुंबाला कधीही भेटू शकले नाहीत.

१९१० मध्ये बनावट ओळख धारण करून ब्रह्मदेशातून हाँगकाँगला भाई भगवान सिंग ज्ञानी हे गेले आणि तिथे स्थायिक झाले. हाँगकाँगमध्ये शीख मंदीर समितीने त्यांची तेथील गुरुव्दाराचे ग्रंथी म्हणून नियुक्ती केली. १९११ व १९१२ मध्ये त्यांना दोनदा अटक करण्यात आली. यानंतर एप्रिल १९१३ मध्ये ते कॅनडाला स्थलांतरीत झाले. जिथे भाई ज्ञानी यांच्या ब्रिटिशविरोधी कारवाया यामुळे विल्यम चार्ल्स हॉपकिन्सन या कॅनडा सरकारच्या इमिग्रेशन अधिकाऱ्याने त्यांच्यावर लक्ष केंद्रीत केले. भाई भगवान सिंग ज्ञानी हे गुरुद्वारा-नेते, राष्ट्रवादी प्रचारक होते. त्यांनी ब्रिटिश साम्राज्यवादाचा आणि कॅनडा सरकारच्या भारतीयांविषयीच्या भेदभावपूर्ण धोरणाचा उघड विरोध केला. त्यामुळे हॉपकिन्सच्या दृष्टीने भाई ज्ञानी हे संशयास्पद आणि धोकादायक राजकीय व्यक्ती ठरले. भाई भगवान सिंग यांच्यावर शस्त्रे मिळविण्याचा प्रयत्न केल्याचा आरोपही करण्यात आला. कोमागारा मारू प्रकरणाच्या काळात ते अमेरिकेत जाऊन जहाजावरील लोकांसाठी शस्त्रे मिळविण्याचा प्रयत्न करीत होते. हॉपकिन्सने भाई भगवान सिंग ज्ञानी यांना कॅनडातून बाहेर काढण्यासाठी त्यांच्यावर राजकीय आंदोलन भडकवणे, भारतीयांना सरकारविरोधात उभे करणे आणि सार्वजनिक सुव्यवस्थेला धोका निर्माण करणे असे आरोप लाऊन भारतीय राष्ट्रवादी नेतृत्वाची कॅनडातून हकालपट्टी केली. **(क्रमशः)**

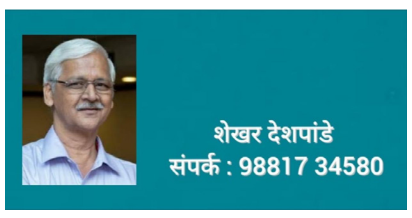
आम्ही बेबी बुमर्स....

ज्योतिर्मय साहित्य

आजकाल सगळीकडे जेन जी हा शब्द बऱ्याच वेळा कानी पडतो. आधी कळायचं नाही हे जेन झी म्हणजे काय आहे ? तर असं कळलं की जेन म्हणजे जनरेशन आणि त्याला दिलेलं विशेषण झी. काल परवाच व्हॉटसएपवर एक पोस्ट वाचण्यात आली त्यामधे कुठल्या कालावधीत जन्मलेली माणसं आहेत त्यांना कुठलं विशेषण दिलेलं आहे किंवा त्या पिढितिल लोकांना काय संबोधले आहे, चला एक नजर टाकू या.

पिढी	जन्मवर्ष	२०२६ मधिल वय
सायलेंट जनरेशन	१९२८ - १९४५	८१ - ९८ वर्षे
बेबी बुमर्स	१९४६ - १९६४	६२ - ८० वर्षे
जेन एक्स	१९६५ - १९८०	४६ - ६१ वर्षे
जेन वाय	१९८१ - १९९६	३० - ४५ वर्षे
जेन झी	१९९७ - २०१२	१४ - २९ वर्षे
जेन अल्फा	२०१३ - २०२४	२ - १३ वर्षे
जेन बिटा	२०२५ च्या नंतर	० - १ वर्ष

तर ह्या तक्त्यावर नजर टाकली की कळतं आपल्याला कुठलं विशेषण लागू पडतं. मी स्वतः बेबी बुमर्स ह्या समुहातील आहे. नावाची गंमत वाटली मी काय किंवा माझ्याबरोबरची मंडळी बेबीचे बाबा झालो, बाबाचे आजोबा झालो. असो नावात काय आहे ? तसं पाहिलं तर आम्हाला म्हातारं , टकलं , डंगरं अशी इतरही विशेषणं लावली जातात. अलिकडिल काळात अजुन एका गोंडस नावाची भर पडली आहे, ते म्हणजे सिनियर सिटिझन. प्रत्येक पिढीची काही वैशिष्ट्ये असतात, वेगळेपण असतं.



मला स्वतःला असं वाटतं की, आम्ही बेबी बुमर्सनी लहानपण खुप एन्जॉय केलं. कारण आमच्या वेळेला विटीदांडू, लगोरी, कबड्डी,

खो खो, आट्यापाट्या, भोवरा, गोट्या, पतंग इत्यादि खेळ होते. ह्या शिवाय स्टँप जमवणे , बसची किंवा रेल्वेची तिकिटं जमवणे , कोल्ड्रिंक्सच्या बाटल्यांचे बिल्ले जमवणे, सिगारेटची रिकामी पाकिटं गोळा करणे असे बरेच छंद असायचे. क्रिकेट सुध्दा होतं की आमच्या लहानपणी, पण तेव्हा टेस्ट क्रिकेट असायचं. टिव्ही नव्हते त्यावेळी, रेडिओवर कॉमेंट्री ऐकायची मजा काही औरच होती. तेव्हा रेडिओ सिलोनवर बिनाका गितमाला ऐकणं, किंवा विविध भारतीवर गाणी ऐकणं म्हणजे पर्वणीच असायची. आमच्या लहानपणी संपर्कासाठी फोन वगैरे नव्हते, असायचं पत्र साधं पोस्टकार्ड किंवा इनलँडलेटर. तातडीने काही कळवायचे असेल तर टेलिग्राम ज्याला तार म्हणारचे.

तार मिळाली की माणूस पहिल्यांदा हा विचार करत असे कोण बरं गचकलं असेल ? कारण बहुतेक करुन अशा कारणासाठीच तार पाठवली जायची.

तसं पाहिलं तर आम्ही म्हणजे बेबी बुमर्सनी इतर जेनच्या तुलनेत बदल किंवा स्थित्यंतरं होताना खुप पाहिली आहेत. सुरवातीला वॉल्व्हचे रेडिओ होते, गाण्याच्या रेकॉर्ड्स असायच्या नंतर ट्रान्झिस्टर आले, टेपरेकॉर्डर त्यानंतर टू इन वन आले, सिडी प्लेअर असे बदल आम्ही पाहिले. आमच्या पिढीच्या लहानपणी प्रिमिअर पद्मिनीची फियाट व अँबेसेडॉर ह्या दोनच गाड्या दिसायच्या. मुंबईत आधी ट्राम होत्या, नंतर बेस्टच्या बसेस धावताना दिसू लागल्या. देव आनंद, राज कपूरसारख्या ढगळ बेलबॉटम पँटस आम्ही पण वापरल्या आहेत, केसांचे कोंबडेही काढले होते की. काय सांगू तुम्हाला इराणी हॉटेलमध्ये बन मस्का व चहाचा आस्वाद घेत, सिगारेटच्या धुराची वलयं सोडत तासनतास मित्रांबरोबर गप्पांच्या मैफली रंगवलेल्या आहेत. ब्लॅक अँड व्हाईट सिनेमाला इस्टमनकलर तसेच ब्लॅक अँड व्हाईट टिव्हीला कलर टिव्ही झालेला पाहिला. व्हि. सि. आर., सिडी प्लेअर, कॉप्म्प्यूटरस्, मोबाईल इत्यादींचा जन्म झाल्या पासुन त्यांचा झालेला उदय पाहिला आहे की आम्ही. उदाहरणं द्यायची तर अजुन बरीच देता येतील.

विज्ञानाने नवनवीन शोध लावले, तंत्रज्ञान विकसित झाले , औद्योगिक क्षेत्रात क्रांती झाली. बदल हे होतच असतात, पुर्वीपासुन होत आले व पुढे पण होत राहतील. त्या त्या वेळच्या परिस्थितीनुसार आपल्याला जुळवून घ्यावे लागते आणि आमच्या पिढीने ते केलं. आव्हानं बरीच होती समोर, पण हार न मानता केला सामना. आमच्या आयुष्याच्या मध्यावर कॉप्म्प्यूटरस् आले, घेतलं आम्ही जुळवून. अर्थात सगळ्या गोष्टी काही सोप्या नव्हत्या पण पर्याय नव्हता. हळूहळू शिकलोकी आम्ही पण ऑनलाईन व्यवहार करायला, ॲमेझॉन, फ्लिपकार्ट वरून वस्तू मागवणं, ओला उबर वरून कॅब बुक करणं, इतकच काय स्विगी झोमॅटो वरून खाद्यपदार्थ मागवणं जमतं की आम्हाला. है सर्व सांगून उगिच फुशारकी मारायची नाही आहे.

आपण म्हणतो पुढची पिढी फार हुशार आहे, दोन पावले आपल्या पुढे आहे वगैरे. खरं आहे, पुढची पिढी नक्कीच हुशार आहे त्याबाबत काहीच दुमत नाही. पुढची काय आधिची पिढी देखील हुशार होती, आम्हाला त्यांच्या विषयी आदर आहे. त्यावेळची परिस्थिती वेगळी होती, त्यांच्याही काही अडचणी असतील, त्यांच्यापुढिल आव्हाने

वेगळी असतिल. त्यांनाही संघर्ष करावा लागला असेल. परंतु जेन वाय व जेन झींचा जर विचार केला तर त्यांना बऱ्याचशा गोष्टी आयत्या मिळाल्या आहेत. अलिकडिल काळात ज्या गोष्टी विकसित झाल्या, नविन तंत्रज्ञान हे सर्व त्यांच्या बालपणापासूनच ते पहात आलेले आहेत. ठिक आहे पुढेही आणखी तंत्रज्ञान विकसित होईल, नवनविन शोध लागतील. हे काही भांबणार नक्कीच नाही. हे सर्व वाचल्यावर तुमच्या लक्षात येत असेल सुरवातीला म्हंटल्याप्रमाणे आमच्या म्हणजे बेबी बुमर्स च्या पिढीने इतर जेनच्या तुलनेत बदल किंवा स्थित्यंतरं खुप पाहिली आहेत. तर हो आम्ही आहोत बेबी बुमर्स .

***

संवादाअभावी कुटुंबाची आणि समाजाची बदलणारी स्थिर संतुलनाची दिशा!

ज्योतिर्मय साहित्य

सध्याच्या एकविसाव्या शतकातील तिसऱ्या दशकामध्ये कुटुंब व्यवस्था आणि समाज व्यवस्था ढवळून काढणा-या तसेच, कुटुंब व्यवस्था आणि समाज व्यवस्था अस्थिर करणा-या अनेक अनेक घटना रोज अनेक गावांत व अनेक शहरांमध्ये घडत आहेत. घटना घडल्यानंतर मग, त्याच्या बातम्या दैनिक वर्तमानपत्रातून वाचायला, व अनेक टिव्ही चॅनेलवरुन त्या बातम्या व्हिडिओसह पाहायला

आणि ऐकायला मिळतात. १.मुख्य म्हणजे, सर्वं जनता त्या घटनांच्या बातम्या लक्षपूर्वक पाहात असते. ऐकत असते आणि वाचतही असते. या घटना सध्याच्या काळात नित्यनेमाने जगात घडत चालल्या आहेत. याबाबत समाजा समाजातील कुटुंबात घडत चालल्या आहेत. त्याबद्दल आजच्या काळातील कुटुंबातील सदस्यांना, गावातील, जिल्ह्यांतील व राज्यातील जनतेला व शासकीय कर्मचारी, अधिकारी व शासकीय यंत्रणेस व शासनालाही वारंवार घडणा-या त्या घटनांचे थोडेही गांभीर्य राहिलेले नाही असेच दैनिक वर्तमानपत्रांतील प्रकाशित झालेल्या बातम्यांवरुन दिसून आले आहे. महाराष्ट्र राज्यात रस्ते अपघातात जखमी झालेल्या, गंभीर जखमी झालेल्या व मृत्युमुखी पडलेल्या माणसांचे, बायकांचे प्रमाण दिवसेंदिवस खूप वाढत चालले आहे. कुठल्याही गावात व शहरात अपघाताविना एकही दिवस गेलेला नाही. ही आजच्या एकविसाव्या शतकातील तिसऱ्या दशकातील बहुतांशी गावांची आणि शहरातील वाहतुकीची परिस्थिती आहे. महाराष्ट्र राज्यातील अनेक शहरांतील तसेच, राज्यमार्ग व अनेक महामार्गांची परिस्थिती तर खूप भयानक झाली आहे. त्या रस्त्यांवर मोठे मोठे खड्डे इतके झाले आहेत की, खड्डयांचा रस्ता आहे का! रस्त्यात खड्डे आहेत हे समजून येत नाही. बरं हे रस्तेही

तयार करुन फार कालावधी झालेला नसतो. कोट्यवधी रुपये खर्च करून तयार केलेले शहरांतील व राज्य महामार्गांचे चार सहा महिन्यांतच अनेक खड्डयांनी ग्रस्त होतात. पावसाळ्यात हे खड्डे पावसाच्या पाण्याने पुर्णपणे भरलेले असतात. त्यामुळे वाहन धारकांना ते खड्डे दिसून येत नाहीत. त्यामुळे, कित्येकांची वाहने खड्ड्यात जावून अपघात होतात. तसेच, अनेक जण गंभीर जखमी होतात. कित्येक जण तर मृत्युमुखी पडतात.

पण, यावर कोणत्याही शहराच्या मनपाकडून, ठेकेदारांकडून व शासनाकडून ठोस परिणामकारक अशी कार्यवाही होत नाही. यासाठी, सर्व शहरांतील जनतेनेच आता संघटीतपणाने महानगरपालिकांच्या

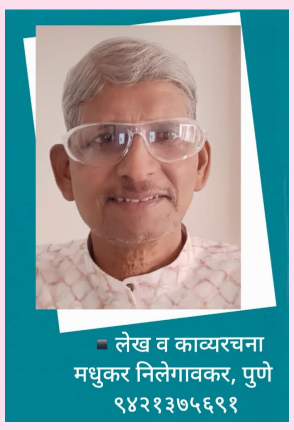
व शासकीय यंत्रणांच्या निष्क्रियतेच्या विरुध्द प्रखरपणे आवाज उठविला पाहिजे. सर्वसामान्य माणसांना, महिलांना, लहान मुलेमुली यांना दैनंदिन जीवन जगत असताना

अनेक समस्यांना सामोरे जावे लागत आहे. त्यामुळे, सर्वांना त्यांचे जीवन जगणे कठीण झाले आहे. त्यांच्यासमोर अनेक समस्या निर्माण झाल्या आहेत.२. लहान मुलेमुली घरासमोर खेळताना किंवा बाजारात जाताना, येताना अनेक भटक्या कुत्र्यांनी अशा लहान मुलांमुलींना त्यांच्यावर हल्ला करून त्यांना गंभीरपणे जखमी केल्याच्या व त्यांना लचके तोडून ठार मारल्याच्या खूप घटना घडल्या आहेत. तसेच, वारंवार घडत आहेत. याबाबतच्या बातम्या वर्तमानपत्रात छापून आल्या आहेत. तसेच, विविध चॅनेलवरही दाखविण्यात आल्या आहेत. याबाबत शासकिय व निमशासकीय यंत्रणांकडून ठोस कार्यवाही होत नाही हेच दिसून आले आहे. तसेच, दिसून येत आहे. याबाबत योग्य ती ठोस कारवाई करण्याबाबत न्यायालयानेही संबंधित

शासकीय व निमशासकीय आदेशितही केलेले आहे. ३. एकविसाव्या शतकाच्या आजच्या या

तिसऱ्या दशकात विविध समाजाच्या अनेक कुटुंबाकुटुंबात एकमेकांमधील दैनंदिन संवादा अभावी मनामनांमध्ये गैरसमज निर्माण झाले आहेत. त्यामुळे, नात्यानात्यांतील आपलेपणाची दरी खूप रुंदावत चालली आहे.

त्याच्या परिणामांमुळे कुटुंबातील वातावरण व कुटुंब व्यवस्था विस्कळीत होत चालली आहे. तसेच, कांही कुटुंबच्या कुटुंबं नष्ट झाल्याच्या घटना घडल्याच्या बातम्या दैनंदिन वर्तमानपत्रातून प्रसिद्ध झाल्या आहेत व टिव्ही चॅनेलवरुन दाखविण्यात आल्या आहेत. याचेच एक ताजे उदाहरण म्हणजे नुकतेच छत्रपती संभाजीनगर येथे खवड्या डोंगरावर झालेल्या घटनेने समाजमन ढवळून निघाले. केवळ १८ वर्षांच्या मुलाने



टोकाचे पाऊल उचलून उंच डोंगर गाठला. त्याला वाचविण्यासाठी आईवडील डोंगरावर चढले. त्याला आत्महत्येपासून वाचविण्यासाठी त्यांनी खूप प्रयत्न केले. त्याला तुला सगळं घेवून देतो म्हणाले. पण, त्याने ऐकले नाही. त्याला वाचविण्याच्या प्रयत्नात वडील व आई अशा तिघांचाही दुर्दैवी मृत्यू झाला. अख्खं कुटुंब उध्वस्त झालं. त्याचं नाव कुणाल होतं.तो खूप हुषार होता. त्याचं डॉक्टर बनण्याचं स्वप्न होतं.

वरवर पाहता ही घटना काही क्षणांचा राग असे दिसून येते. परंतु, या घटनेनंतर त्यांच्या घरातील अनेक वाद चव्हाट्यावर आले असे समजले. घरात अनेक वर्षांपासून सततचे वाद आणि त्यावर काहीच उपाययोजना होत नाही! असे कुणालला वाटले असावे. कारण कुटुंबातील प्रत्येक सदस्यांत रोज संवाद होणे अत्यंत आवश्यक आहे. म्हणजे कुटुंबातील एकता, आपलेपणा टिकून राहतो. त्यामुळे, कुटुंब व्यवस्था मजबूत होते. अन्यथा, संवादाअभावी कुटुंबाकुटुंबाचे विघटन होते.४. अजून काही घटना अशाच प्रकारच्या घडल्या आहेत. उत्तर भारतातकोटा नावाच्या शहरात अत्यंत उच्च दर्जाच्या शैक्षणिक संस्था आहेत. **(क्रमशः)**

खरच स्त्रिया सुरक्षित आहेत?

ज्योतिर्मय साहित्य

एक संधी तरी द्या स्त्रियांना माणूस म्हणून जगण्याला स्त्री शक्ती जाणिव ठेवण्यालासमजून घ्या त्या सुप्त शक्तीलाअशी याचना करण्याची वेळ भारतीय ग्रामीण महिलाना '' यत्र नार्यस्तू पूजंते रमंते तत्र देवता '' हे घोष वाक्य असलेल्या आपल्या भारत देशात यावी ही निश्चित अभिमानाची गोष्ट नाही. आज अनेक क्षेत्रात प्राविण्य मिळवून प्रगतीची शिखरे गाठणाऱ्या, उच्च शिक्षित ज्ञान संपन्न शहरी स्त्रीया आहेत. प्रत्येक क्षेत्रात त्यानी आपले स्थान स्वकष्टातून आत्म विश्वासातून निर्माण केले आहे. त्यांना समाज स्थैर्य देवून त्यांचा अनेक स्थरावर अभिनंदनात्मक सत्कार होत असतात पण ग्रामीण स्त्रीयांचे हे वास्तव आहे काय? त्याना स्थैर्य देण्यास समाज आज जागृत अवस्थेत आहे काय? अर्धनारी नटेश्वराचा आदर्श बाळगणारा भारतीय समाज आपल्याच परिसरातील स्त्रीयांच्या संरक्षणा साठी समर्थपणे त्यांच्या पाठीशी उभा आहे काय? स्वातंत्र्याचा आनंद त्यांच्या पदरी पडतो काय? त्याचा त्यांना काही फायदा घेता येतो काय?

शेतात राबते माय माझी
झूंजते,काबाड कष्ट करूनी
अर्धपोटी रहाते, पाणी पिऊनी
का? असे भिजवीता ह्याना
दु:खद धो धो पाऊस सरीनी.
अशी च आर्त हाक येते
गरिबांच्या मुलांच्या मना तूनी

पण त्याला समाज सकारात्मक प्रतिसाद देतो काय? त्यांना पुरुषा बरोबरीचा सन्मान थोड्या अंशानी मिळतो काय? सर्वसामान्य स्त्री ची ओळख समाजाला करून देण्यात येवून तिच्यातील सकारात्मक सेवेचा उल्लेख केला जातो काय? पुरुषी अहंकारामुळे ह्याचे महत्व कमीच दाखविले जाते. साधे उदाहरण आपल्या समोर देता येईल. आज आरक्षण पद्धती मुळे अनेक ग्राम पंचायती मध्ये स्त्री सरपंच किंवा पंचायत समिती अध्यक्ष निवडून येतात, पण अधिकार मात्र पति राज किंवा पुत्र राज बंधु राज गाजवत असतात त्यासाठी सरकारला फतवा काढावा लागतो की अशा प्रकारचा हक्क कोणी पुरुषानी गाजवू नये . स्त्रीयाना नेहमीच माता, पत्नी, मुलगी, म्हणूनच परिचय करून देण्यात धन्यता मानणारे अनेक भारतीय आहेत. कारण त्यांचे कौतुक करण्या साठी ह्या पुरुष प्रधान संस्कृतीस जपणाऱ्या वृत्तीच्या लोका ना आज ही खरच कमी पणा वाटतो. पण अशा नकारार्थी वातावरणातही आपल्या अंगभूत गुणानी राष्ट्राला उज्वल भविष्याकडे नेताना काही ग्रामीण महिला दिसतात त्याचा आपल्याला अभिमान वाटला पाहिजे.

वंशाचा दिवा पुरुषच असावा हा आप्पलपोटेपणा जपण्यातच काही जुन्या महिला अन् पुरुष आजही गुंतलेले आहेत . हे चित्र आजही दिसत आहे . थोडा फार फरक झाला आहे हे ही कबूल करावे लागेल पण हा नकारात्मक अंध:कार कधी दूर होणार ?त्यासाठी स्त्रीयांच्या संरक्षणार्थ समर्थपणे कोण उभा राहणार आणि स्त्रियांचे विकास पर्व कधी फलद्रूप होणार ? का हा प्रश्न तसाच

लोंबकळत अनुत्तरीत राहुन काळ पुढे निघून जाणार . बदल हा जीवनाचा स्थायी भाव असतो हे तत्व यांना कधी लागू पडणार ह्याचे समाजाने ही लक्षात घेणे नको काय? पण लक्षात कोण घेतो ह्याचीच आपण वाट पाहत बसणार.

आजच्या भारतीय ग्रामीण किंवा काही अंशी शहरी स्त्रियांचे जीवन जगण्या बद्दल चे चित्र किती भयावह आणि असुरक्षित आहे हे रोजच्या वृत्तपत्रात, आकाशवाणी वरील किंवा दूरदर्शन वरील बातम्या वरून, मन व्यथित होवून ह्या कुटुंबा मधील व्यक्ती ना किती गोंधळ ल्या सारखे होते ह्याची कल्पना करणे खूप कठीण तर आहेच पण भविष्यात खरच गरीब लोका ना संरक्षण मिळेल का ? ह्याची शाश्वती वाटत नाही. पुरुषी वासनेचा पूर क्षमेल का ? अधर्मी वागणूक, अन्याय, अत्याच्यार, शाररिक शोषण, स्त्रीभ्रूण हत्येचे हृदय पिळवटून टाकणारी प्रकरणे आपण उदासीन मनाने पहात असतो. प्रसंगी हळहळ व्यक्त करून आपणही नैराश्यात जातो, हतबल होतो, पण हा विषय बंद न होता मागच्या पानावरून पुढेच जातो पण बदल होण्याचे लक्षणे मात्र दिसत नाहीत. ह्या पैकी एखादा व्यक्ती अन्याय दूर करण्याचा प्रयत्नही करतो, मध्यस्थी करण्याचा प्रयत्न करतो तोच बदनाम होवून शेवटी हतबलतेने विझून जातो. अन् पुन्हा कधी पुढे येण्याचे धाडस अभावाने करीत असतो. काही जन प्रथमतः उत्साहाने पुढे येतात प्रतिकार करण्या साठी प्रेरित ही होतात पण त्याच्यात नि:स्वार्थ वृत्तीचा अभाव असल्यामुळे प्रभावी पणे काम पूर्ण करू शकत नाही. शेवटी आपल्याला काय करायचय म्हणून आपल्या वाटानी निघुन जाणारेही खूप असतात. अशी दुबळी समाजवृत्ती अन्यायाविरुद्ध पेटून उठत नाही हेच खरे आहे. त्यासाठी गामीण महिलानीच पुढे येवून आपण पुरुषाच्या हातचे बाहुले नाहीत ह्याची जाणीव ठेवून वागले पाहिजे.

आपल्या धाडसी कृतीतून पुरुषाना योग्य समज देण्याची कृती करून आत्म संरक्षणाचा कित्ता गिरवला पाहिजे. अशा बोटावर मोजण्या इतक्याच स्त्रिया असतात पण त्यांना इतर समदु:खी स्त्रिया नी उर्जा निर्माण करून सहकार्य करून आपुलकी दाखवून खऱ्या अर्थाने मनात द्वेश न ठेवता अहंकाराचा त्याग करून साथ दिली पाहिजे. ज्याना शक्य आहे त्यानी प्रबोधन करण्यास प्रसंगी आर्थिक मदत शक्ती ही स्त्री शक्ती वाढवावी. हीच काळाची आज काल झेप घेणे आवश्यक आहे. ह्याचा अवलंब केला तर स्त्रियाना खऱ्या अर्थाने निर्विघ्नपणे जगणे शक्य होणारे आहे. अहिल्या बाई होळकर, सावित्रिबाई फूले, किंवा इतर धाडसी समाज सुधारक होवून गेल्या त्यांचा आदर्श डोळ्यासमोर ठेवून प्रयत्न केला पाहिजे आपले स्थान सुरक्षित ठेवून आत्मसन्मान स्व प्रयत्नातून मिळविला पाहिजे.

स्त्रियानी आत्म सन्मानाला ही महत्व दिले पाहिजे, शिक्षणाला महत्व दिले पाहिजे, शक्ती नाही तरी युक्तीने त्या अन्यायावर हल्ला केला पाहिजे. सगळेच शिवाजी होवू शकत नसतात पण जो होतो त्याचे शिलेदार होण्यास आपल्याला काहीच हरकत नसते. पुरुष प्रसंगी चकाकणारेच आहेत पण चकाकते सोनेच असते असे नसते, ह्याचा विचार वरचढ वागणाऱ्या पुरुषा बद्दल केला पाहिजे. त्यामुळे योग्य निर्णयाचा उपयोग करून सकारात्मक तेची भावना ठेवून, संयमाचा अवलंब करून ती अघोरी कृत्य करण्याची वृत्ती ठेचून काढली सर स्त्रियाच्या आत्म सन्मानाला कोणी ठेच पोहचवणार नाही.

वास्तवीक स्त्री हीच खरी धूर्तपणे संसार चालक असते, संस्काराची जननी असते. स्त्रियानी आपल्या बळावर समाज रूढी पुढे नेण्यासाठी नेतृत्व करून आपल्यावरील अन्यायाला दूर केले पाहिजे. कोठल्याही गोष्टीला न डगमगता स्वबळावर आत्म संरक्षणाचे कार्य केले पाहिजे. त्या साठी आपण मिळविलेले ज्ञान खर्ची घातले पाहिजे. निराधार स्त्रियांना मदतीचा हात निस्पृह तेने दिला पाहिजे आणि सकारात्मक कार्य करणाऱ्या साठी उर्जा देवून स्थियांचा दबावगट निर्माण करण्याची अन तो फुटीरते पासून दूर ठेवण्याची काळजी घेतली पाहिजे. मगच त्या कृत्याला गोडवा येणारा असतो. पुरुष मंडळी नी दंडवत घातले नाही तरी आपल्या संरक्षणासाठी ते मदतीचा हात मागे घेणार नाहीत. ऐव्हड जरी साध्य झाले तरी स्त्री उपद्रव समस्या काही प्रमाणात कमी होऊ शकते.

स्वातंत्र्य वीर सावरकर आपल्या पत्नीला समजावताना एकदा म्हणाले होते '' सामान्य संसाराचा विचार केला तर कावळे चिमण्या देखील संसार करता त अन्याय सहन करतात पण सहस्त्रो घरी सोन्याच्या धूर निघेल असा विवेक आपल्यात असला अन् सत्कार्यासाठी, संकट निवारण्या साठी. यशस्वी प्रतिकार करण्याचे धाडस केल्यास आपल्या जीवनातली नकळत आनंद कळस गाठण्याचे भाग्य आल्या शिवाय राहणार नाही. ह्याचा सकारात्मक विचार वर्तमानात स्त्रिया ने केल्यास यश दूर राहणार नाही.

आता तर आपण स्वातंत्र्यात आहोत मग संस्कृती, आत्मक्लेश दूर करण्यासाठी लढलेतर त्यात गैरकाय आहे ? आज भारत देश सकारात्मक प्रगति कडे वळत आहे तेव्हा स्त्री शक्तीने आत्म संरक्षणा साठी मागे रेंगाळले न पाहिजे. म्हणजे यत्र नार्यस्तू पुजीते ह्याचे ज्ञान महत्व सर्वा पर्यंत पोहचेल.

**

पालकांचा वाढता स्क्रीन टाइम, मुलांच्या विकासाला मारक

ज्योतिर्मय साहित्य

आजच्या डिजिटल युगात मुलांना स्क्रीनपासून दूर ठेवण्याचा सल्ला दिला जातो; परंतु एक महत्त्वाचा प्रश्न अनेकदा दुर्लक्षित राहतोपालक स्वतः किती वेळ स्क्रीनवर असतात? मुलांना मोबाईल कमी वापरायला सांगणारे आई-वडील स्वतः सतत स्मार्टफोनमध्ये व्यस्त असतील, तर त्याचा मुलांच्या विकासावर काय परिणाम होतो?

नॉर्वेमधील नुकत्याच प्रकाशित झालेल्या एका अभ्यासाने या प्रश्नाला महत्त्वपूर्ण दिशा दिली आहे.

नॉर्वेमधील ७४७ मुलांचा अभ्यास केला गेला

१७ ऑगस्ट २०२६ रोजी जामा पेड्रिअटीक मध्ये प्रकाशित झालेल्या या भविष्यातील आजार आणि भीतीच्या अभ्यासात नॉर्वेमधील ७४७ मुलांचा अभ्यास करण्यात आला.

मुलांचे सुरुवातीचा सरासरी वय सुमारे ४.९ वर्षे होते आणि त्यांचा ५ ते ७ वर्षे या कालावधीत तीन टप्प्यांत पाठपुरावा करून त्यावर अभ्यास करण्यात आला.

संशोधकांनी मुलांचा स्वतःचा स्क्रीन वापर, डिजिटल उपकरणांची मालकी, आई-वडिलांचा सोशल मीडिया वापर आणि विशेषतः मुख्य पालकाचा दररोजचा स्मार्टफोन स्क्रीन टाइम यांचा मुलांच्या भाषिक विकासाशी संबंध तपासला.

मुलांची भाषा समजण्याची क्षमता दोन प्रमुख निकषांनी मोजली गेलीशब्दसंग्रह (आणि व्याकरण समजण्याची क्षमता) पालकांचे शिक्षण आणि कुटुंबाचे उत्पन्न यांसारखे घटकही विश्लेषणात विचारात घेण्यात आले.

अभ्यासातील एक महत्त्वाचा निष्कर्ष असा होता की मुख्य पालकाच्या स्मार्टफोन स्क्रीन टाइमचा संबंध मुलांच्या शब्द आकलनाच्या वाढीच्या वेगाशी आढळला.

अभ्यासानुसार, पालकाच्या स्मार्टफोन वापर साधारण: चार तास पकडला आणि त्यांच्या वापरात दररोज आणखी १ तासाची वाढ झाल्यास मुलांच्या शब्द आकलनाच्या वार्षिक वाढीचा वेग काही प्रमाणात कमी असल्याचे दिसून आले. प्रत्येक अतिरिक्त तासासाठी वार्षिक तपासणी मध्ये सरासरी ०.४२ गुणांची घट आढळली. याचा अर्थ असा नाही की ''पालकांनी एक तास मोबाईल वापरला म्हणून मुलाची भाषा ०.४२ गुणांनी नक्की कमी होते.'' हा अभ्यास संबंध दाखवतो; तो थेट परिणाम सिद्ध करत नाही. हे ही लक्षात घेणे गरजेचे आहे. पालकांचा मोबाईल मुलांच्या भाषेवर कसा परिणाम करू शकतो? यामागे एक महत्त्वाची संकल्पना आहे. अश्या विकसित तंत्रज्ञानामुळे पालक-मुलांच्या संवादात होणारा व्यत्यय.

उदाहरणार्थ, मुलगा आईला एखादी गोष्ट सांगत असताना आई सतत व्हॉट्स अप पाहत असेल, तर वडील मुलासोबत खेळताना वारंवार फोनकडे पाहत असतील किंवा जेवताना पालक सोशल मीडियामध्ये गुंतले असतील, तर मुलाला मिळणारे प्रत्यक्ष लक्ष आणि संवाद कमी होऊ शकतो.

भाषेचा विकास केवळ पुस्तकांमधून किंवा शाळेत होत नाही. लहान मुलांच्या डोळ्यात डोळा मिळवून बोलणे, प्रश्न विचारणे, उत्तर देणे, गोष्ट सांगणे, मुलाच्या बोलण्याला प्रतिसाद देणे आणि एकत्र खेळणे हे भाषिक विकासाचे महत्त्वाचे अनुभव आहेत.

नॉर्वेच्या पब्लिक हेल्थ संस्थेने २०२२ मध्ये केलेल्या अभ्यासात पालकांच्या मोबाइल स्क्रीन वापराबाबत उपलब्ध २० अभ्यासांचा आढावा घेतला होता. त्यात पालक स्क्रीनमध्ये व्यस्त असताना काही परिस्थितींमध्ये पालकांची संवेदना आणि प्रतिसाद कमी होणे, मुलांमध्ये ताण वाढणे,

नकारात्मकता वाढणे आणि पालक-मुलांचा

एकमेकात संवाद कमी होणे याचे संकेत आढळले होते. मात्र त्या पुनरावलोकनाने दीर्घकालीन परिणामांबाबत पुरावे अपुरे असल्याचेही स्पष्ट केले होते.

मुलांकडे स्वतःचे डिजिटल उपकरण असण्या बाबतही महत्त्वाचा निष्कर्ष ही आला आहे.

नॉर्वेमधील नव्या अभ्यासात आणखी एक निरीक्षण आढळले. ज्या मुलांकडे ४५ वर्षांच्या वयात स्वतःचे डिजिटल उपकरण होते, त्यांचा सुरुवातीचा उपकरण नसलेल्या मुलांच्या तुलनेत शब्द आकलन क्षमता ५.१३ गुणांनी कमी आली, तर व्याकरण क्षमता ४.५६ गुणांनी कमी होती.

पण येथेही सावधगिरी आवश्यक आहे. याचा अर्थ ''डिजिटल उपकरणामुळेच भाषा कमी झाली'' असा निष्कर्ष काढता येत नाही. उपकरण असलेल्या आणि नसलेल्या कुटुंबांमध्ये पालकांचे शिक्षण, घरातील संवादाचे स्वरूप, सामाजिक-आर्थिक परिस्थिती, मुलांच्या आधीच्या सवयी अशा अनेक बाबींमध्ये फरक असू शकतो.

मग पालकांचा स्क्रीन टाइम मुलांच्या स्क्रीन टाइमपेक्षा महत्त्वाचा आहे का?

या अभ्यासाचा सर्वात मोठा संदेश कदाचित हाच आहे की मुलांच्या स्क्रीन टाइमकडे पाहताना संपूर्ण कुटुंबाचा डिजिटल व्यवहार पाहणे आवश्यक आहे.

पालक मुलाला म्हणतात,

''मोबाईल ठेव आणि अभ्यास कर.पण त्याच वेळी पालक स्वतः फोनवर असतील, तर मुलासाठी ''मोठ्यांचे वर्तन'' हेच सर्वात प्रभावी उदाहरण ठरते.

मुलांच्या स्क्रीन वापराचे नियमन केवळ नियम लावून करण्यापेक्षा पालकांनी स्वतः

डिजिटल सवयी बदलणे अधिक अर्थपूर्ण ठरू शकते.

नॉर्वेतील आधीच्या संशोधनानेही २०२२ मध्ये केलेल्या अभ्यासात सुमारे १०,००० संदर्भ तपासून ८३ अभ्यास पूर्णपणे पाहण्यात आले आणि त्यापैकी २० अभ्यासांचा समावेश करण्यात आला. निष्कर्ष असा होता की पालक मुलांसोबत असताना मोबाइलमध्ये गुंतल्यास अल्पकालीन पातळीवर पालकांचा प्रतिसाद, संवाद आणि मुलांच्या भावनिक प्रतिक्रियांवर नकारात्मक परिणाम होण्याचे काही पुरावे आहेत. मात्र दीर्घकालीन परिणामांबाबत पुरेसा ठोस पुरावा उपलब्ध नव्हता.

म्हणूनच २०२६ मधील ७४७ मुलांचा हा अभ्यास महत्त्वाचा ठरतो. तो केवळ ''त्या क्षणी मुलाशी संवाद कमी झाला'' एवढ्यावर थांबत नाही; तर ५ ते ७ वर्षांच्या कालावधीत भाषिक विकासाच्या मार्गक्रमणाकडे पाहतो.

याचा अर्थ पालकांनी मोबाईल पूर्णपणे बंद करावा का? तर नाही.

मोबाईल आणि डिजिटल माध्यमे ही आजच्या जीवनाचा अविभाज्य भाग आहेत. काम, शिक्षण, बँकिंग, संवाद, माहिती आणि सामाजिक संपर्क यासाठी त्यांचा उपयोग आवश्यक असतो.

प्रश्न ''पालक मोबाईल वापरतात का?'' हा नसून,

''मुलासोबत असताना पालक मोबाईलला किती प्राधान्य देतात?'' हा आहे.

विशेषतः मुलगा काही सांगत असताना, जेवताना, खेळताना, झोपण्यापूर्वी, अभ्यास करताना किंवा भावनिकदृष्ट्या पालकांच्या लक्षाची गरज असताना फोन बाजूला ठेवणे अधिक महत्त्वाचे ठरते.

पालकांसाठी काही व्यवहार्य नियम

१. मुलाशी संवाद सुरू झाला की फोन बाजूला ठेवा. मुलाचे बोलणे थांबवून फोन पाहण्याची सवय कमी करा

२. जेवणाच्या वेळी ''फोन-मुक्त'' वेळ ठेवा.

ही वेळ कुटुंबातील प्रत्यक्ष संवादासाठी वापरता येते.

३. मुलाला स्क्रीन कमी करण्यास सांगताना स्वतःही तेच करा.

पालकांचे वर्तन हे मुलांसाठी सर्वात प्रभावी मॉडेल असते.

४. मुलासोबत स्क्रीन वापरायची असेल तर सह-वापर करा.

मुलाने काय पाहिले यावर चर्चा करा, प्रश्न विचारा आणि त्याच्यासोबत सहभागी व्हा.

५. स्क्रीनपेक्षा संवादाला प्राधान्य द्या.

गोष्ट सांगणे, पुस्तक वाचणे, खेळणे, बाहेर फिरणे आणि मुलाशी प्रत्यक्ष बोलणे या गोष्टी भाषिक विकासासाठी महत्त्वाच्या आहेत.

निष्कर्ष : ''मुलाचा स्क्रीन टाइम'' नव्हे, ''कुटुंबाचा स्क्रीन टाइम'' पाहण्याची गरज आहे.

नॉर्वेमधील २०२६ चा अभ्यास आपल्याला एक महत्त्वाचा दृष्टिकोन देतो.

मुलांच्या डिजिटल सवयी या कुटुंबाच्या डिजिटल वातावरणापासून वेगळ्या नाहीत.

७४७ मुलांच्या अभ्यासात पालकांच्या स्मार्टफोन स्क्रीन टाइमचा व मुलांच्या आकलन शक्ती साठी संदेश स्पष्ट आहे की मुलांना मोबाईलपासून दूर ठेवण्यापूर्वी पालकांनी स्वतःच्या मोबाईल वापराकडे एकदा प्रामाणिकपणे पाहणे गरजेचे आहे.

कारण मुलांना आपण काय सांगतो ? यापेक्षा, आपण प्रत्यक्षात काय करतो? हे ते अधिक वेगाने शिकतात. त्यामुळे आता पालकांनी या सर्व गोष्टींचा

विचार करून स्क्रीन टाइम वापरणे अत्यंत गरजेचे आहे

कवयित्री डॉ. सविता लोंढे यांच्या 'खर्ची पडलीत काही स्वप्न' कवितासंग्रहाचा सोमवारी प्रकाशन सोहळा

ज्योतिर्मय साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर – प्रसिद्ध कवयित्री डॉ. सविता लोंढे यांच्या 'खर्ची पडलीत काही स्वप्न' या कवितासंग्रहाचा प्रकाशन सोहळा सोमवार, दि. ३१ ऑगस्ट २०२६ रोजी सायंकाळी ५.३० वाजता आयोजित करण्यात आला आहे.हा प्रकाशन सोहळा मराठवाडा शिक्षण प्रसारक मंडळाच्या शिवछत्रपती महाविद्यालयातील राजमाता जिजाऊ सभागृहात संपन्न होणार आहे. या कार्यक्रमाच्या अध्यक्षस्थानी प्रसिद्ध समीक्षक तसेच मराठवाडा साहित्य परिषदेचे कार्यवाह डॉ. दादा गोरे राहणार आहेत.

प्रसिद्ध साहित्यिक, लेखक, ज्येष्ठ समीक्षक आणि आंबेडकरी विचारवंत डॉ. ऋषीकेश कांबळे यांच्या हस्ते कवितासंग्रहाचे प्रकाशन करण्यात येणार आहे. कार्यक्रमास शिवछत्रपती महाविद्यालयाच्या प्राचार्य डॉ. सी. एस. पाटील यांची प्रमुख उपस्थिती राहणार आहे. तसेच प्रसिद्ध कवी, समीक्षक व कादंबरीकार डॉ. सुदाम राठोड (नाशिक) आणि रमाई मासिकाच्या संपादक प्रा. डॉ. रेखा मेश्राम हे प्रमुख भाष्यकार म्हणून उपस्थित राहणार आहेत.

कवयित्री डॉ. सविता लोंढे यांच्या साहित्यिक प्रवासातील हा महत्त्वपूर्ण टप्पा असून, त्यांच्या 'खर्ची पडलीत काही स्वप्न' या कवितासंग्रहाच्या प्रकाशन सोहळ्यास साहित्यप्रेमी, कवी, लेखक, वाचक आणि नागरिकांनी मोठ्या संख्येने उपस्थित राहावे, असे आवाहन कवयित्री डॉ. सविता लोंढे, सुनील वाघमारे तसेच सहभागी संस्था शिवछत्रपती महाविद्यालय, प्रगतिशील लेखक संघ, शात्तब्दी काव्य मंडळ, आम्ही सिद्धहस्त लेखिका ग्रुप आणि ध्यास गझल समूह यांच्या वतीने करण्यात आले आहे.