ज्योतिर्मय

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २२ रे ❑ अंक २१९ वा ❑ भारतीय सौर दिनांक ०२ कार्तिक शके १९४८, शनिवार दि.२४ ऑक्टोंबर २०२६ ❑ पाने ४ ❑ मूल्य:निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

बंद व्हावी दहन प्रथा, नष्ट व्हावी सूड भावना!

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

दसरा (विजयादशमी) हा प्रामुख्याने वाईटावर चांगल्याचा विजय आणि अधर्मावर धर्माचा विजय याचे प्रतीक म्हणून साजरा केला जातो.रामायणातील कथेनुसार,

प्रभू श्रीरामांनी याच दिवशी राक्षसांचा राजा रावणाचा वध करून त्याच्या तावडीतून माता सीतेला मुक्त केले होते.

या विजयाच्या स्मरणार्थ उत्तर भारतात मोठे रावण दहन केले जाते.दसऱ्याच्या (विजयादशमीच्या) दिवशी रावण दहन हे अधर्मी, अन्याय आणि अहंकारावर धर्माचा, सत्याचा आणि चांगुलपणाचा झालेला विजय याचे प्रतीक म्हणून केले जाते.रामायणाच्या कथेनुसार, भगवान श्रीरामांनी रावणाचा वध करून माता सीतेची सुटका केली होती। याच विजयाची आठवण म्हणून दसऱ्याला रावणाचे पुतळे जाळले जातात.

रावणाचे दहन करणे म्हणजे आपल्यामधील अहंकार, लोभ, क्रोध आणि वाईट प्रवृत्तींचा नाश करणे होय.अनेक ठिकाणी रावणासोबत त्याचे म्हणजेच कुंभकर्ण आणि मेघनाद यांच्या पुतळ्यांचेही दहन केले जाते.हा उत्सव वाईटावर चांगल्याचा आणि असत्यावर सत्याचा विजय झाल्याचा संदेश देतो,अशी आख्यायिका आहे. मात्र रावण दहन प्रथा ही बंद व्हायला पाहिजे कारण

रावण दहन ही प्रथा बंद व्हावी आणि यातून तरुणांमध्ये सूड घेण्याची प्रवृत्ती निर्माण होत आहे, हा विचार सध्याच्या काळातील सामाजिक आणि मानसिक बदलांवर एक महत्त्वाचा दृष्टिकोन मांडतो.

या विषयाला दोन बाजू आहेत, ज्यावर समाजात मोठी चर्चा सुरू असते.

प्रथा बंद व्हावी किंवा बदल व्हावा या बाजूचे युक्तिवाद. नकारात्मक मानसिकतेवर प्रभाव काही अभ्यासक आणि नागरिकांचे असे मत आहे की, दरवर्षी शत्रूचे प्रतीक म्हणून कोणाचा तरी पुतळा जाळल्याने तरुणांच्या मनात द्वेष किंवा सूड घेण्याची भावना नकळत वाढीस लागू शकते.

आजकाल राजकीय, सामाजिक किंवा वैयक्तिक मतभेदांवरून जिवंत व्यक्तींचे किंवा विरोधकांचे पुतळे जाळण्याचे प्रमाण वाढले आहे. रावण दहनाच्या प्रतीकाचा वापर करून तरुणांमध्ये ''जे आवडत नाही ते जाळून टाका किंवा नष्ट करा'' अशी हिंसक आणि असहिष्णू मानसिकता तयार होऊ शकते, हा धोका नाकारता येत नाही.ही प्रवृत्ती रावण दहनासारख्या प्रतिकात्मक हिंसेतून प्रेरणा घेते की काय, अशी भीती व्यक्त केली जाते.

आजचा तरुण हा इन्स्टंट युगात जगत आहे. सोशल मीडिया आणि तंत्रज्ञानामुळे त्याला प्रत्येक गोष्टीचे उत्तर त्वरित हवे असते. जेव्हा त्याला एखाद्या सामाजिक किंवा राजकीय अन्यायाविरुद्ध राग येतो, तेव्हा तो व्यक्त करण्यासाठी प्रतीकात्मक दहन हा सर्वात सोपा, दृश्यमान आणि वेगाने लक्ष वेधून घेणारा मार्ग वाटतो. हा संयमाचा अभाव तरुणांना सूडभावाच्या उंबरठ्यावर आणून सोडतो. प्रतीकात्मक दहन आता फक्त रस्त्यावर उरलेले नाही, ते डिजिटल झाले आहे. एखाद्याने स्वतःच्या विचारसरणीच्या विरोधात वक्तव्य केले की, त्याला सोशल मीडियावर ट्रोल करणे, त्याचे चारित्र्यहनन करणे हे एका प्रकारे प्रतीकात्मक दहनच आहे. हा ट्रेंड तरुणांमध्ये ''त्याने आमच्या भावना दुखावल्या, आता आम्ही त्याला धडा शिकवणार'' हा सूडभाव निर्माण करतो.

आजच्या तरुणाईला अनेकदा राजकीय किंवा सामाजिक शक्तींकडून आपल्या फायद्यासाठी वापरले जाते. वैचारिक मतभेदांना वैयक्तिक शत्रूत्वात बदलले जात आहे. संवाद आणि चर्चेची जागा आता हिंसक प्रतीकांनी घेतली आहे. जेव्हा एखादा तरुण पुतळा किंवा प्रतीक जाळतो, तेव्हा तो केवळ एका वस्तूचा दाह करत नसतो, तर तो समोरच्या व्यक्तीच्या अस्तित्वाचा आणि विचारांचा सूड घेण्याची भावना मनात बाळगून असतो.

पुतळे जाळण्यामुळे होणारे वायू प्रदूषण, ध्वनी प्रदूषण आणि पैशांचा अपव्यय टाळला पाहिजे, असे अनेकांचे मत आहे. तसेच, काही विचारप्रवाहांच्या मते रावण हा प्रकांड पंडित, संगीतकार आणि राजा होता, त्यामुळे त्याचे दहन करणे योग्य नाही.

पुतळे जाळल्यामुळे होणारे वायू आणि ध्वनी प्रदूषण टाळण्यासाठी ही प्रथा बंद करावी किंवा ती पर्यावरणपूरक पद्धतीने साजरी करावी, असाही एक मतप्रवाह आहे.

केवळ लाकूड किंवा पुतळे जाळून प्रदूषण आणि साधनसंपत्तीचा अपव्यय करण्यापेक्षा, कालबाह्य झालेल्या आणि समाजाला मागे नेणाऱ्या अनिष्ट प्रथा बंद व्हाव्यात.मनातील सूड, राग आणि द्वेषाची भावना माणसाला आणि समाजाला विनाशाकडे नेते. ही भावना नष्ट झाल्यासच खऱ्या अर्थाने शांतता आणि सलोखा प्रस्थापित होऊ शकतो. आजच्या काळात आपल्याला प्रतिकात्मक दहनापेक्षा विचारांच्या पातळीवर सुधारणा करण्याची आणि एकमेकांबद्दल आदर बाळगण्याची गरज आहे.

प्रथेचे पारंपारिक आणि सकारात्मक महत्त्व:

सत्याचा असत्यावर विजय: ही प्रथा मूळची सूड घेण्यासाठी नसून, माणसाने आपल्या आतील वाईट प्रवृत्ती (काम, क्रोध, लोभ, अहंकार) नष्ट कराव्यात याचे ते प्रतीक आहे. दसरा आणि रावण दहन हे समाजाला एकत्र आणणारे आणि वाईटाचा नाश होणारच हा विश्वास देणारे सण मानले जातात. प्रथा पूर्णपणे बंद करण्यापेक्षा किंवा ती चुकीच्या पद्धतीने वापरण्यापेक्षा, त्यामागचा मूळ उद्देश बदलणे गरजेचे आहे.बाह्य पुतळे जाळण्याऐवजी समाजात पसरलेली अंधश्रद्धा, भ्रष्टाचार, महिलांवरील अत्याचार आणि स्वतःमधील वाईट सवयींचे (उदा. आळस, व्यसनाधीनता) प्रतीकात्मक दहन करणे अधिक प्रगतीकारक ठरेल.

विरोधकांना शत्रू न मानता केवळ वैचारिक मतभेद असणारे व्यक्ती मानण्याची सुजाणता तरुणांमध्ये निर्माण करणे गरजेचे आहे.

तरुणांमध्ये सूड घेण्याची प्रवृत्ती निर्माण होऊ नये म्हणून केवळ प्रथा बंद करण्यापेक्षा, या प्रथेचा मूळ आणि सकारात्मक अर्थ (स्वतःमधील वाईट विचारांचे दहन करणे) तरुणांपर्यंत पोहोचवणे जास्त गरजेचे आहे.

मसापतर्फे म. फुलेंच्या २०० व्या जयंती वर्षानिमित्त राष्ट्रीय साहित्य महोत्सव

२५ ते २७ डिसेंबर ला चर्चासत्र, खा. अमोल कोल्हेंच्या उपस्थितीत समारोप

ज्योतिर्मय साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर – सन २०२६-२७ हे महात्मा जोतीराव फुले यांचे द्विशताब्दी जयंती वर्ष आहे. यानिमित्त महात्मा फुले यांच्या २०० व्या जयंती वर्षाच्या निमित्त त्यांच्या कार्याचा सर्वांगीण वेध घेणारा राष्ट्रीय साहित्य महोत्सव दि. २५, ते २७ डिसेंबर २६ असे तीन दिवस मराठवाडा साहित्य परिषदेने आयोजित करण्याचे ठरविले आहे. याला जोडूनच महात्मा फुले : पर्यायी विचारदृष्टी, चिकित्सा आणि विद्यमान महाराष्ट्र या सूत्रावर चर्चासत्रही घेण्यात येणार असल्याची माहिती शुक्रवारी, २३ रोजी प्राचार्य कौतिकराव ठाले, डॉ. दादा गोरे यांनी पत्रपरिषदेत दिली. या महोत्सवात राज्यातील ३७ अभ्यासक सहभागी होणार असून, महोत्सवाचा समारोप शिरूरचे खासदार अभिनेते डॉ. अमोल कोल्हे यांच्या उपस्थितीत होईल.

चर्चासत्रासाठी महाराष्ट्रातील ज्येष्ठ, मध्यमवयीन आणि नव्या पिढीतील तरुण व आश्वासक अशा तीन पिढ्यांतील अभ्यासकांना निमंत्रित करण्यात येणार आहे. साहित्य महोत्सवाचे उद्घाटन मराठी भाषा मंत्री उदय सामंत यांच्या हस्ते करण्यात येणार आहे. अध्यक्ष म्हणून डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर मराठवाडा विद्यापीठाचे कुलगुरू डॉ. विजय फुलारी हे राहणार आहेत.

या महोत्सवात म. फुल्यांच्या सामाजिक कार्यावर, लेखनावर, विचारविश्वावर, सत्यशोधक समाज व समाजाच्या चळवळींवर, स्त्री शिक्षणावर, विधवा व परित्यक्ता स्त्रीविषयक दृष्टिकोणावर आणि त्यांच्या व त्यांच्या नंतरच्या काळातील समविचारी व्यक्तींशी असलेल्या अनुबंधावर चर्चा होणार आहे.

नाटक व जलसे

या महोत्सवात पहिल्या दिवशी संध्याकाळी महात्मा फुल्यांचे तृतीयरत्ननाटक आणि दुसऱ्या दिवशी निवडक सत्यशोधक जलशांचे आयोजन करण्यात येणार आहे. याची जबाबदारी डॉ. गणेश शिंदे यांच्यावर सोपविण्यात आली आहे.

नव्या इमारतीत लिफ्ट बसवणार

मसापच्या कार्यालयासाठी बांधलेल्या नवीन इमारतीचे उद्घाटन नुकतेच झालेले आहे. या इमारतीत जनरेटरसह लिफ्ट बसवण्यासाठी लागणारा सर्व खर्च डॉ. डी. वाय. पाटील विद्यापीठाचे कुलपती डॉ. पी. डी. पाटील यांनी देण्याचे कबुल केले आहे. लिफ्ट बसवण्यासाठी आवश्यक असलेले काम परिषद लवकरच सुरू करीत आहे. सहा महिन्याच्या आत नव्या इमारतीत लिफ्ट बसवण्यात येईल आणि परिषदेचा सर्व कारभार या इमारतीतून सुरू होईले. यावेळी कार्यवाह दादा तौर, कोषाध्यक्ष रामचंद्र काळुंखे, डॉ. विष्णू सुरासे उपस्थित होते.

नवरात्री निमित्त कवींनी लुटले कवितेचे सोने; समरसता साहित्य परिषदेचे कवी संमेलन रंगले

ज्योतिर्मय साहित्य

छत्रपती संभाजीनगर (प्रफुल्ल कुलकर्णी,पुणे)- सरस ते साहित्य, समरस तो साहित्यिक या ब्रीद वाक्याला धरून चालणाऱ्या समरसता साहित्य परिषद, जिल्हा छत्रपती संभाजीनगर द्वारे प्रबोधनात्मक काव्य मैफिल घेण्यात आली.नवरात्रीच्या शुभसंध्येला १७ ऑक्टोबर रोजी कवींनी केला कवितेचा जागर.

डॉ हेडगेवार रुग्णालयाच्या परिसरात दत्ताजी भाले रक्तपेढीच्या सभागृहात रसिकांनी नवरात्रीच्या मंगलमय वातावरणात शब्दांचा सुगंध, कवितांचा गंध आणि साहित्याचा आनंद घेतला

कवी संमेलनाचे अध्यक्षपद प्रा. ज्ञानेश्वर कुलकर्णी (वतनी) ह्यांनी भूषविले तर प्रमुख अतिथी म्हणून ज्येष्ठ गझलकार प्रफुल्ल कुलकर्णी (पुणे) उपस्थित होते. गझलकार गिरीश जोशी ह्यांनी बहारदार सूत्र संचालनाने

मैफलीची रंगत वाढविली. कवयित्री संगीता चव्हाण, रूपाली पाटील यांनी मान्यवरांचा परिचय करून दिला.

कवी सतीश डिवरे ह्यांनी स्वागत सोहळ्याचे सूत्र संचालन केले. कवयित्री मृणाल देशपांडे ह्यांनी प्रास्ताविकातून परिषदेची भूमिका मांडली.यावेळी

परिषदेचे शाखा अध्यक्ष नागनाथ काजळे ह्यांची उपस्थिती होती.श्री संजय बाजी पाटील यांनी आभारप्रदर्शन केले. रूपाली पाटील यांनी जोडण्याचा पूल व्हायचं आहे मला माणसातल्या माणुसकीला जोडायचं आहे मला.. तसं अवघडच आहे म्हणतात,, पण मला खरंच अवघड नाही वाटत..अशी कविता सादर केली. तर गिरीश जोशी यांनी होऊन काजवा कशास मिणमिणायचे, सूर्यासमान एकदा चमकून जायचे ही गझल सादर केली.

पंडित वराडे ह्यांनी कितीक उरले श्वास अंतरी कळले का हो? असेल कुठला घास आखरी कळले का हो? ही गझल सादर केली श्रावण भवर ह्यांनी उध्वस्त या जीवांचे यल्गार पाहिले मी सृजन जीवनाचे शृंगार पाहिले मी ही कविता सादर केली. या काव्य मैफलीत ज्येष्ठ कवयित्री माधुरी चौधरी, अजय त्रिभुवन सुनील उबाळे, विजय पांचाळ, अंजली दीक्षित रुपाली पाटील, ऋषभ कुलकर्णी आशिष सोनार श्रावण भवर, सतीश डिवरे, विनोद सोनकांबळे संगीता चव्हाण, शरद सिरास, मृणाल देशपांडे पंडित वराडे, लता गवळी, कैलास कोळपकर योगेश अक्कर, उद्धव देशपांडे, अर्जुन गायकवाड इत्यादी कवींनी प्रबोधनात्मक कवितेचे सोने लुटले. या मैफलीसाठी मृणाल देशपांडे, अर्चना देवधर,अंजली दीक्षित,प्रा.निलेश कड ,सतीश डीवरे, गिरीश जोशी ह्यांनी श्रम घेतले.

संगीत हे केवळ मनोरंजन नसून मानसिक प्रसन्नतेचे प्रभावी माध्यम- शिरीष चिटणीस

दीपलक्ष्मी पतसंस्था व सुहाना सफर सिंगर्स क्लबची संयुक्त मैफिल संपन्न

ज्योतिर्मय साहित्य

सातारा – ''संगीत हे केवळ मनोरंजनाचे साधन नसून माणसाच्या धकाधकीच्या आयुष्यात आनंद, समाधान आणि मानसिक प्रसन्नता निर्माण करणारे प्रभावी माध्यम आहे. संगीतामुळे माणसे एकत्र येतात, परस्परांमधील स्नेहभाव वाढतो आणि सामाजिक संवादालाही चालना मिळते,'' असे प्रतिपादन दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्थेचे संस्थापक अध्यक्ष शिरीष चिटणीस यांनी केले.

दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्था मर्यादित, सातारा व सुहाना सफर सिंगर्स क्लब, सातारा यांच्या संयुक्त विद्यमाने आयोजित ''मस्ती भरा है समा'' या हिंदी गीतांच्या सुश्राव्य मैफलीत ते बोलत होते. दीपलक्ष्मी सांस्कृतिक हॉल, शनिवार पेठ, सातारा येथे हा कार्यक्रम पार पडला. यावेळी ते प्रमुख पाहुणे म्हणून बोलत होते.या कार्यक्रमासाठी हेमंत कासार, विजय साबळे,राजेंद्र पाटील,प्रदीप देशपांडे,डॉ सारिका देशपांडे आणि इतर प्रमुख

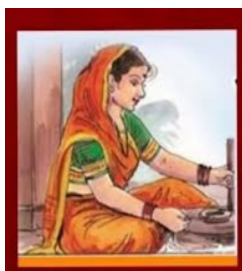
पाहुणे म्हणून उपस्थित होते.

या मैफलीत विजय साबळे, शिरीष खुटाळे, डॉ. सुनील पटवर्धन, डॉ. हेमंत मांडवे, डॉ. सुहास पाटील, चंद्रशेखर बोकील, सचिन शेरकर, मिलिंद हर्षे, शिवकुमार, सलाम अली, मंजुषा पोतनीस, सुषमा बगाडे, स्मिता शेरकर, कविता शिवकुमार, रेवती बंड, ममता नरहरी, दिपाली घाटगे, श्रुती बेंद्रे, स्मिता कोरपे, कलाचंद आणि मीनाक्षी मांडवे या गायक कलाकारांनी आपली गायनकला सादर केली. ''माना हो तुम बेहद हसी'', ''पंछी बनू उडती फिरू मस्त गगन मे'', ''फ लोका तारोका सबका कहना है'' ''एक हजारो मे मेरी बहना है'', ''रोज शाम आती थी मगर ऐसी ना थी'', ''प्यार दीवाना होता है मस्ताना होता है'' ''हर खुशी से हर गम से बेगाना होता है'' यासारख्या अनेक लोकप्रिय गीतांनी वातावरण गायकांनी सुरेल केले. कलाकारांनी गीतांची केलेली निवड, सादरीकरणातील सहजता आणि रसिकांनी दिलेली उत्स्फूर्त दाद यामुळे कार्यक्रमाला रंगत आली. कार्यक्रमाची संकल्पना व संयोजन विजय साबळे यांनी केले, तर सुसंवाद दिपाली गीते यांनी साधला. ध्वनी व्यवस्था सचिन शेवडे यांनी पाहिली.

मराठी भाषेने हिंदी व मराठी चित्रपटसृष्टी आणि संगीत क्षेत्राला दिलेले योगदान महत्त्वाचे असल्याचे शिरीष चिटणीस यांनी नमूद केले. कराओकेच्या माध्यमातून अनेक बाथरूम सिंगर्स घराबाहेर आले असून त्यांना आपली कला सादर करण्यासाठी व्यासपीठ मिळाले आहे, असे ते म्हणाले. प्रत्येकाकडे शास्त्रीय संगीताची मोठी बैठक असेलच असे नाही; मात्र संगीताची आवड आणि सादरीकरणाची इच्छा असलेल्या सर्वसामान्य व्यक्तीलाही या माध्यमामुळे संधी मिळते. त्यामुळे लोक एकत्र येत आहेत, असेही त्यांनी सांगितले.

फ्लॅट संस्कृतीमुळे कमी होत चाललेला सामाजिक संवाद आणि एकमेकांच्या सुख-दुःखात सहभागी होण्याची भावना अशा सांस्कृतिक उपक्रमांमुळे पुन्हा वाढीस लागत आहे, असे चिटणीस यांनी अधोरेखित केले.

यावेळी चिटणीस यांनी येत्या ८ नोव्हेंबर २०२६ रोजी शाहूपुरी चौकामध्ये दीपलक्ष्मी नागरी पतसंस्थेतर्फे आयोजित केल्या जाणाऱ्या ''दिवाळी पहाट'' या कार्यक्रमाला सर्वांनी उपस्थित रहावे, असे आवाहन केले. कार्यक्रमाला मोठ्या संख्येने रसिक उपस्थित होते.



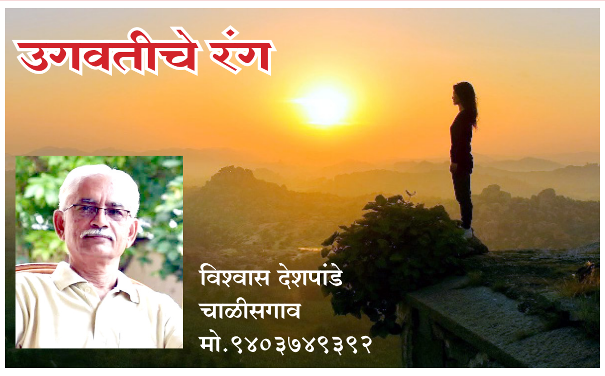
जात्यावरच्या ओव्या......

नाही पडलास पाण्या
करपल उभ पिक
तुला सोसवल नाही
बळीराजा च सुख ||९०३||

नाही पडलास पाण्या
आटल्या विहीरी
एका थेंब पाण्यासाठी
पाखर उडे भिरभिरी ||९०४||

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ८२



ज्योतिर्मय साहित्य

बहू नाम या रामनामी तुळेना ।
अभाग्या नरा पामरा हे कळेना ।
विषा औषध घेतले पार्वतीशे ।
जिवा मानवा किंकरा कोण पूसे ? ||८२||

अर्थ : रामनामाची तुलना अन्य कोणत्याही नामाशी होऊ शकत नाही. परंतु जी माणसे पारमार्थिक दृष्ट्या अभागी असतात, त्यांना (रामनामाचे हे महत्व) कळत नाही. अहो, प्रत्यक्ष भगवान शंकरांनी विषाचा दाह शांत करण्यासाठी रामनाम हे औषध म्हणून घेतले. मग आपल्यासारख्या सामान्य जीवांची त्यासमोर किंमत काय ?

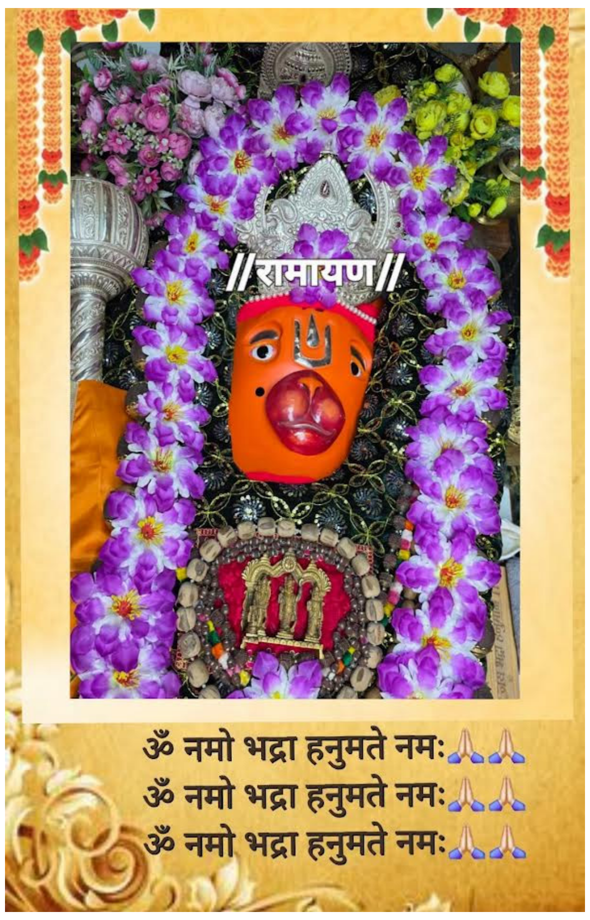
(तुळेना - तुलना होऊ शकत नाही, अभागी नर - पारमार्थिक दृष्टया दुर्दैवी व्यक्ती, पार्वतीशे - भगवान शंकर/ पार्वतीचे पती, किंकर - चाकर/दास)

विवेचन : या श्लोकामध्ये देखील अन्य श्लोकांप्रमाणे समर्थ रामनामाचे महत्व आपल्या मनावर ठसवत आहेत. श्रीराम हे समर्थांचे आराध्य दैवत. त्यामुळे साहजिकच त्यांना रामनामापुढे अन्य कशाचेही महत्व वाटत नाही. रामनामाची तुलना अन्य कशाशीही होऊ शकत नाही असे त्यांना वाटते. आणि त्यांना असे वाटणे हे अगदी बरोबर आहे. रामरक्षेचा समारोप करताना बुधकौशिक ऋषींनी रामनामाचे महत्व सांगताना, '' सहस्रनाम तत्तुल्यं रामनाम वरानने '' असे म्हणतात. अर्थात या श्लोकात भगवान शंकर पार्वतीला रामनामाचे महत्व सांगताना म्हणतात की राम राम या नामातच माझा जीव रमतो. रामनाम हे विष्णूच्या सहस्त्र नामांची बरोबरी करणारे आहे. खरे तर रामनामाचे महत्व स्पस्ट करणारे एवढे मोठे उदाहरण दिल्यानंतर अन्य काही सांगण्याची आवश्यकताच राहत नाही. पण तरीदेखील माता जशी तळमळीने आपल्या मुलाला एखादी गोष्ट समजावून सांगते, तसेच समर्थ आपल्याला सांगत आहेत.

आपली ज्या कोणत्याही देवतेवर श्रद्धा असेल, त्या देवतेचे नाम हे अत्यंत श्रेष्ठ आहे असे आपल्याला वाटले पाहिजे. आपण जर शंकराची भक्ती करीत असू तर ओम नमः शिवाय या मंत्रावर आपली दृढ श्रद्धा असली पाहिजे. आपण जर विष्णूचे भक्त असू तर ओम नमो भगवते वासुदेवाय या मंत्रावर आपली दृढ श्रद्धा असली पाहिजे. तसेच रामनामाचे महत्व श्रीरामाच्या भक्तांना वाटले पाहिजे. ते सांगण्यासाठीच समर्थांची एवढी तळमळ !

पण समर्थ म्हणतात,'' जी माणसे पारमार्थिक दृष्टया अभागी असतात त्यांना रामनामाचे हे महत्व (सांगूनही) कळत नाही. म्हणूनही असे जीव अभागीच आहेत. मुखामध्ये रामनाम यायला किंवा त्याची गोडी वाटायला देखील काही तरी पूर्वसंचित हवे. मुखात रामनाम येणे किंवा रामनाम घ्यावेसे वाटणे हे खरोखरच भाग्याचे लक्षण आहे. ज्यांना तसे वाटत नाही ते जीव अभागी !

(क्रमशः)



|| संजय उवाच... ||

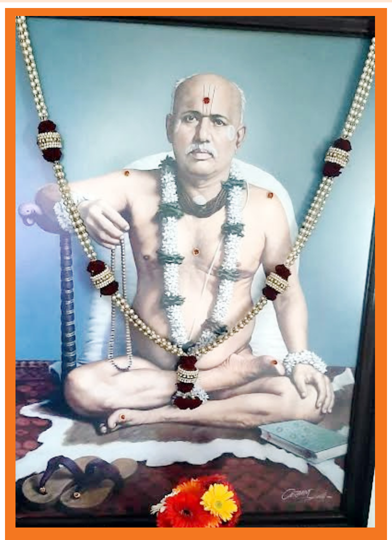
@संजय काव्या पुणे 7743918559

✍️चौकट

चौकट म्हणजे एक प्रकारचे बंधन, मर्यादा. चौकट चांगलीही आणि वाईटही, कारण बऱ्याच गोष्टी चौकटीत राहून केल्या की फायदा होतो व बऱ्याच मर्यादा ओलांडल्या की नुकसान. म्हणून याचा योग्य वापर केला पाहिजे.

(हे माझे मत आहे पटले तर घ्यावे)

नाम व इतर साधने



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

नवविधा भक्तीचा श्रवण, कीर्तन, विष्णु-स्मरण इत्यादि क्रम हा सृष्टि क्रमाला धरून आहे. मनुष्यप्राणी जन्माला आला की शिकायला सुरुवात करतो ती श्रवणापासूनच. मुके लोक बहिरे असलेच पाहिजेत, कारण श्रवण न झाल्याकारणानेच त्यांना बोलता येत नाही. मनुष्यप्राणी ज्या देशात जन्माला येतो त्या देशाची भाषा बोलतो. म्हणून, श्रवणानंतर कीर्तन, म्हणजे बोलणे; आणि बोलणे झाल्यानंतर कृती, म्हणजे नामस्मरण, असा स्वाभाविक क्रम लागतो. नामस्मरण होऊ लागले की आपले काम झाले, कारण पुढल्या सर्व भक्ती नामस्मरणात येतात. त्यांच्याकरिता निराळी खटपट करण्याचे कारण नाही. एका इसमाला दुसऱ्या एकाला भेटण्यासाठी नऊ मैल अंतरावर असलेल्या ठिकाणी जायचे होते, म्हणून तो घरातून निघाला. पण तीन मैल चालून गेल्यावर, ज्याला भेटायचे होते तोच मनुष्य त्याला भेटला. अशा वेळी, आपले काम झाले म्हणून तो जसा पुढे जाण्याच्या खटपटीत पडणार नाही, त्याचप्रमाणे तिसरी म्हणजे नामस्मरणभक्ती केल्याने पुढल्या सहाही प्रकारच्या भक्तींचे फळ मिळते.

भगवंताच्या स्मरणात सर्वस्व आहे ही अगदी खूणगाठ बांधून ठेवा. भगवंताचे स्मरण हे कसे आहे ? बाकी सगळ्या गोष्टी, सगळी सत्कर्मे, दानधर्म म्हणा, तीर्थयात्रा म्हणा, पारायण म्हणा, बाकीच्या सगळ्या गोष्टी ह्या इंद्रियांसारख्या आहेत. ही सगळी इंद्रिये मानली तर भगवंताचे स्मरण हा प्राण आहे. बाकीची सर्व इंद्रिये जरी असली आणि प्राण नसेल, तर इंद्रियांचा काही उपयोग नाही. तेव्हा नामस्मरण हा प्राण समजून तुम्ही प्रपंचात सुखी राहा. कर्तव्याला चुकू नका, कर्तव्य करीत असताना परमात्म्याचे स्मरण राखा; मुखामध्ये राम असू द्या. भक्ताने उपाधी बेताची, म्हणजे गरजेपुरतीच ठेवावी. भगवंताचे अनुसंधान न चुकेल एवढीच उपाधी असावी. तसेच, पचेल तेवढेच, म्हणजे आनंदाने जेवढे करवेल तितकेच नामस्मरण करावे. ते कष्टाने करू नये, कारण त्यापासून आनंद होणार नाही. नामात प्रेम येणे जरूर आहे, याकरिता ते नाम अत्यंत आवडीने आणि त्याच्याशिवाय दुसरे काही साधायचे नाही आहे, अशा भावनेने घेतले पाहिजे, म्हणजे त्यात प्रेम येईल. नामात प्रेम येणे ही फार उच्च कोटीची स्थिती आहे. ती अगदी सहजासहजी प्राप्त होणारी नाही. म्हणून यातले मर्म ओळखून योग्य तऱ्हेने आणि चिकाटीने सतत नामस्मरणाचा अभ्यास ठेवणे जरूर आहे. ' भगवंताच्या नामाशिवाय मला काही कळत नाही ' असे ज्याला कळले त्याला सर्व कळले.

नामस्मरणाची बुद्धी झाली की आपले काम झाले.

***

|| अध्यात्म ||

मधुकर बोरीकर, पुणे

आपले सण, आपले उत्सव शारदीय नवरात्र

■ कोजागिरी पौर्णिमा

या दिवशी रात्री माहूर गडावर भक्ती गीत गायनासाठी ख्यातनाम गायक यांना निमंत्रित करण्यात येते. रात्रीच्या प्रसन्न वातावरणात, गडावर मातेच्या दरबारात बसून, ते गातात. या गायनाने लोक मंत्र मुग्ध होतात. यानंतर आटवलेल्या दुधाचा नैवेद्य मातेस दाखविल्या जातो, व प्रसाद म्हणून हे दूध श्रोत्यांना प्यायला मिळते. गडाच्या आजूबाजूला दूर पर्यंत पसरलेले घनदाट वन, व चांदण्यात उजळून निघालेला गड, एक वेगळाच भाव निर्माण करून जातो.

श्रीक्षेत्र तुळजापूर येथील उत्सव

महाराष्ट्राचे आराध्य दैवत असणारे माहूर प्रमाणेच तुळजापूर येथेही नवरात्र उत्सव मोठ्या संख्येने व भक्तिभावाने साजरा होतो.

मंचकी निद्रा

नवरात्रा पूर्वी पाच दिवस, तुळजापूर येथील मातेची मूर्ती सिंहासना वरून काढून मंचकावर निद्रे साठी निद्रास्थितीत ठेवली जाते. घटस्थापनेच्या दिवशी पुन्हा विधिवत ती सिंहासनावर आरुढ होते.

छबिना

तुळजापूर येथेही देवीच्या मूर्तीला विशिष्ट वाहनावर व पालखीत बसून मिरवणूक निघते व मंदिर परिसरातून भक्ती गीत गात, भजने म्हणत, ही पालखी फिरते.

नाम ध्यान पण कसे?

मित्रांनो, आधुनिक आणि वैज्ञानिक यांनी सुद्धा हे अनेक वेळा सांगितलं आहेकी, हे संपूर्ण जग, विश्व चालवणारी एक अदृश्य शक्ती आहे. म्हणजेच "बिंग बॅग"थेअरी.. अगदी हिच गोष्ट आपणास अध्यात्म यातून मिळते.."अध्यात्म" ची सोपी व्याख्या नाम - ध्यान - जप याने येते. म्हणजे मदमत्सराच्या अधिन माणसाला नामाचे महत्त्वच समजलेले ऊमजलेले नसते.? "महत्व" समजण्यासाठी "सामर्थ्य" असावे लागते. "मनोपनिषद" म्हणते मनाला ध्यास लागला पाहिजे... हा छंदच शरीराल पुन्हा पुन्हा तिकडे ओढ घ्यायला लावतो.. "गोविंद गोविंद, मना लागलिया छंद" म्हणून नामापुरते तत्व नाही रे अन्यथा. मत्सर हेवा निर्माण झाल्यावर काय होत? कोटीची संपत्ती पण मनस्वास्थ नसेल तर? संत देव मानव ज्या स्रीपोटी जन्म घेतात त्या स्रीला अनीतीने वागविणे किती निंद्य? म्हणून आचरण शुध्द निष्काम नाम व सद्गुरूला शरण हे केले पाहिजे! भगवंताचे नाम घेणे, त्याची गोडी लागणे जशी लहान मुलांना लागते तशी, उपकरणाशिवाय नाम घेता येणे व असे नाम घेणे म्हणजे द्यान येणे होय!उत्तम गुण थोडाच असला तरी तो पूर्ण जीवन सुधारतो..श्रीखंडात चक्का व साखर किती तरी असते पण केशर किती थोडं घालावे लागते!!

शेवटी मित्रांनो,"पाणी हे जसे आपल्या शरिराचे जीवन आहे..तसेच नाम हे मनाचे जीवन आहे!" या वाक्यातील क्रम लक्षात घ्या... पाणी - शरीर - जीवन नाम-मन-जीवन पहिल्या क्रमात पाणी बाहेर तर मन-जीवन आत पण दुसर्या क्रमात नाम-मन-व जीवन तिनही आपल्या आत, शरीरातच आहेत हेच आहे अध्यात्म!! आज एवढ्या गोष्टी पुरे.. आपण वाचत राहा सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे . आपला दिवस आनंदी जावो हिच गुरू चरणी प्रार्थना. सुप्रभात.

नस दबणे म्हणजे नेमके काय? शरीरात नैसर्गिकरीत्या काय घडते?

ज्योतिर्मय साहित्य

आपण अनेकदा ऐकतो, ''माझी नस दबली आहे'', ''मणक्यात गॅप आहे'', ''हातापायांत मुंग्या येतात.'' पण नस म्हणजे काय आणि ती दबली की शरीरात नेमके काय घडते, हे समजून घेऊया.

१. आपल्या शरीरात नसांचे काम काय असते?

आपल्या शरीरात मेंदू, मज्जारज्जू आणि मज्जातंतू मिळून मज्जासंस्था तयार करतात.

मेंदू हा नियंत्रण केंद्रासारखा काम करतो. मज्जारज्जू हा संदेशांची देवाणघेवाण करणारा मुख्य मार्ग आहे, तर मज्जातंतू शरीराच्या विविध भागांपर्यंत संदेश पोहोचवतात.

उदाहरणार्थ, आपण गरम वस्तूला हात लावला, तर त्वचेतील संवेदनाग्राहक उष्णतेची माहिती मज्जासंस्थेकडे पाठवतात. शरीर त्वरित हात मागे घेण्याची क्रिया करू शकते. याला *रेफ्लेक्स ॲक्शन म्हणतात.

म्हणजेच, मज्जातंतू आपल्याला स्पर्श, वेदना, उष्णता जाणवण्यासाठी आणि स्नायूंच्या हालचाली करण्यासाठी मदत करतात.

२. मग नस दबली कशी जाते?

मणक्यांमधून बाहेर पडणाऱ्या मज्जातंतूंच्या मुळांना काही कारणांमुळे दबाव येऊ शकतो. उदाहरणार्थ:

- मणक्यांमधील डिस्कचा भाग बाहेर फुगणे
- हाडांची वाढ किंवा झीज झाल्यामुळे मज्जातंतू जाण्याची जागा अरुंद होणे.
- मनगट किंवा कोपरासारख्या भागात मज्जातंतूवर सतत दबाव येणे.

यामुळे मज्जातंतूंच्या कार्यावर परिणाम होऊ शकतो. मात्र, प्रत्येक डिस्क फुगल्यामुळे नस दबतेच असे नाही.

३. नस दबल्यावर मुंग्या आणि वेदना का होतात?

मज्जातंतूंमधून संदेश विद्युत आणि रासायनिक प्रक्रियांद्वारे प्रवास करतात. त्यांच्यावर दबाव किंवा दाह निर्माण झाल्यास हे संदेश वाहून नेण्याच्या कार्यात अडथळा येऊ शकतो.

त्यामुळे:

- हातापायांत मुंग्या येऊ शकतात.
- जळजळ किंवा बधिरपणा जाणवू शकतो.

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

- मानेतील मज्जातंतूवर परिणाम झाल्यास वेदना हातापर्यंत जाऊ शकतात.
- कंबरेतील मज्जातंतूवर परिणाम झाल्यास वेदना नितंबातून पायापर्यंत जाऊ शकतात.
- गंभीर परिस्थितीत स्नायूंची ताकद कमी होऊ शकते.

*४. प्रत्येक मुंग्या येण्यामागे नस दबलेली असते का?

नाही! मधुमेहामुळे मज्जातंतूंचे नुकसान होणे, व्हिटॅमिन १२ ची कमतरता, दीर्घकाळ एकाच स्थितीत बसणे किंवा इतर कारणांमुळेही मुंग्या येऊ शकतात.

म्हणूनच लक्षणे वारंवार जाणवत असतील तर डॉक्टरांकडून योग्य तपासणी करून घेणे महत्त्वाचे आहे.

५. नस दबली तर काय करावे?

- योग्य तपासणीनंतर डॉक्टरांच्या सल्ल्याने उपचार घ्यावेत.
- गरजेनुसार फिजिओथेरपी आणि सुरक्षित व्यायाम करावेत.
- बराच वेळ एकाच स्थितीत बसणे टाळावे आणि नियमित हालचाल करावी.
- स्वतःहून औषधे घेणे किंवा मणका जोराने चिरकवणे टाळावे.

महत्त्वाची सूचना : अचानक पायांची ताकद कमी होणे, गुप्तांगाभोवती बधिरपणा येणे किंवा लघवी-शौचावरील नियंत्रण जाणे अशी लक्षणे आढळल्यास तातडीने रुग्णालयात जावे.

प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी

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

शब्द

शब्द असती पहा
धारदार असे शस्त्र
जपून जरा वापरावे
वेळ निघून गेल्यावर
सर्वकाही संपते म्हणून
वेळीच खरे सावरावे

शब्दांचे आहेत इथे
सर्वजण खरे पूजारी
दौलत सुंदर,छान
शब्द असे आधार
सारस्वतांचा तेच श्वास
पूजनाचा खास मान

बालेवाडीत कौशल्य विकास उपक्रमाचा उत्साहात शुभारंभ

शालेय विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी कौशल्य विकास प्रशिक्षण हाच योग्य पर्याय! उद्योगपती श्री. अशोकजी करवा यांचे प्रतिपादन

ज्योतिर्मय साहित्य

बालेवाडी, पुणे (डॉ. श्याम कुलकर्णी यांच्याकडून) शालेय शिक्षणाला केवळ पुस्तकी ज्ञानाची मर्यादा न राहता त्याला प्रात्यक्षिकांची जोड मिळणे ही काळाची गरज आहे. विद्यार्थ्यांमधील सुप्त कलागुणांना वाव मिळावा, त्यांच्या कल्पकतेला चालना मिळावी आणि बालवयातच स्वावलंबनाचे संस्कार रुजावेत, यासाठी कौशल्य विकास प्रशिक्षण हा अत्यंत उपयुक्त पर्याय आहे, असे प्रतिपादन पुण्यातील प्रसिद्ध उद्योगपती श्री. अशोकजी करवा यांनी केले.

बालेवाडी येथील स्व. बाबुराव शेठ गेणुजी महानगरपालिका प्राथमिक शाळेच्या प्रांगणात आज सकाळी आयोजित कौशल्य विकास प्रशिक्षण उपक्रमाच्या उद्घाटनप्रसंगी ते बोलत होते.

पुण्यातील उद्योगपती श्री. अशोकजी करवा, वित्त सल्लागार तथा सनदी लेखापाल (सी.ए.) श्री. रवीजी काबरा यांच्या सौजन्याने आणि चैतन्य स्किल डेव्हलपर्सचे संस्थापक व तज्ज्ञ प्रशिक्षक श्री. संजय देशपांडे यांच्या विशेष प्रयत्नांतून हा अभिनव उपक्रम साकार होत आहे.

पुस्तकी ज्ञानाबरोबरच प्रत्यक्ष कृतीतून शिक्षण !

सुमारे नऊ महिने चालणाऱ्या या प्रशिक्षण उपक्रमात विद्यार्थ्यांना इलेक्ट्रिकल, इलेक्ट्रॉनिक्स, सुतारकाम (कारपेंट्री), प्लंबिंग, बोलकी बाहुली (टॉकिंग डॉल), रिमोट व ड्रोन निर्मिती, रांगोळी, ज्वेलरी डिझायनिंग अशा विविध विषयांचे सैद्धांतिक ज्ञान आणि प्रात्यक्षिक प्रशिक्षण दिले जाणार आहे.

या माध्यमातून विद्यार्थ्यांची निरीक्षण शक्ती, कल्पकता, आत्मविश्वास आणि तांत्रिक कौशल्य विकसित करण्याचा प्रयत्न आहे. शिक्षणाबरोबरच श्रमप्रतिष्ठा आणि स्वावलंबना ची जाणीव निर्माण करणारा हा उपक्रम विद्यार्थ्यांच्या भावी आयुष्याला निश्चितच उपयुक्त दिशा देणारा ठरणार आहे.

कार्यक्रमाची सुरुवात विद्यार्थ्यांच्या सुमधुर स्वागत गीताने झाली. यावेळी सादर करण्यात आलेल्या टॉकिंग डॉलच्या प्रात्यक्षिकाने उपस्थितांची मने जिंकली. दोन विद्यार्थ्यांनी आपल्या निरागस, पण समर्पक शब्दांत व्यक्त केलेल्या प्रतिक्रिया विशेष लक्षवेधी ठरल्या.

या प्रसंगी समाजसेवक श्री. राहुलदादा बालवडकर, पोलीस पाटील श्री. कांबळे,चैतन्य गायन कक्ष्याचे पी. डी. दादा, श्री. दयानंद चिखलकर,शालेय पालक प्रतिनिधी श्री. गणेश चव्हाण, श्री. जगदीश झंवर, श्री. सरदेसाई, सेवानिवृत्त लष्करी अधिकारी श्री. शिंदे, ज्युडो-कराटे प्रशिक्षक प्रा. प्रमोद खांडेकर यांच्यासह पालक, शिक्षकवृंद आणि विद्यार्थी मोठ्या संख्येने उपस्थित होते.

कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन सौ. प्रा.सुपर्णा सरदेसाई यांनी प्रभावीपणे केले, तर प्रभारी मुख्याध्यापिका श्रीमती मोरे मॅडम यांनी उपस्थितांचे आभार मानले.

या उपक्रमाच्या यशस्वी आयोजनासाठी श्रीभगवती सेवा आश्रमाचे श्री. गिरीधर राठी, डॉ. श्याम कुलकर्णी, सौ. सुपर्णाताई सरदेसाई, श्रीमती सुकेसनी मोरे आणि शिंदे मॅडम यांनी विशेष परिश्रम घेतले.

शिक्षणाला कौशल्याची जोड आणि संस्कारांना कृतीची दिशा देणारा हा उपक्रम म्हणजे उद्याच्या स्वावलंबी, सृजनशील व आत्मविश्वासू पिढीच्या जडण-घडणी साठी टाकलेले एक आश्वासक पाऊलच म्हणावे लागेल!

जागतिक पोलिओ दिन

ज्योतिर्मय साहित्य

आज २४ ऑक्टोबर, आजचा दिवस संपूर्ण जगात जागतिक पोलिओ दिन म्हणून साजरा केला जातो. पोलिओ मुक्तीसाठी मोलाचे योगदान देणारे शास्त्रज्ञ जॉन सॉल्क यांचा आज जन्मदिवस. जॉन सॉल्क आणि त्यांच्या टीमने पोलिओची पहिली लस शोधून काढली म्हणून त्यांचाच जन्मदिन जागतिक पोलिओ दिन म्हणून साजरा करण्याचा निर्णय जागतिक आरोग्य संघटनेने घेतला. आजच्या दिवसाकडे पोलिओशी दिलेल्या यशस्वी लढ्याचे प्रतीक म्हणून पाहिले जाते. जागतिक आरोग्य संघटनेने १९९८ सालापासून पल्स पोलिओची मोहीम हाती घेतली. जानेवारी व फेब्रुवारी महिन्यातील रविवार पोलिओ रविवार म्हणून साजरा केला जातो. पोलिओ रविवारच्या नंतरच्या आठवड्यात ० ते ५ वयोगतील बालकांना घरोघरी जाऊन पोलिओचा डोस पाजला जातो. त्यासाठी व्यापक प्रमाणावर जनजागृती केली जाते. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या मार्गदर्शनाखाली आपल्या आरोग्य यंत्रणेने भारतातून पोलिओ मुक्तीसाठी अथक प्रयत्न केले. अमिताभ बच्चन, मोहम्मद कैफ इत्यादी व्यक्तींनीही दूरचित्रवाणीवरून जनजागृती केली. शासन, प्रशासन, आरोग्य यंत्रणा यांच्या अथक प्रयत्नातून आज भारत पोलिओ मुक्त झाला आहे. २७ मार्च २०११ या दिवशी जागतिक आरोग्य संघटनेने भारत पोलिओ मुक्त झाल्याची घोषणा केली. अर्थात सव्वाशे कोटी लोकसंख्या असलेल्या आपल्या देशाला पोलिओ मुक्त करणे ही वाटते तितकी सोपी गोष्ट नव्हती. सुरवातीला तर पालक आपल्या बालकांना पोलिओ डोस देण्यास तयारच होत नसे. आपल्या बालकांना पोलिओ डोस पाजण्यास पालक निरुत्साही होते. लोक घरातून बाहेरच पडत नसत. पालकांचा निरुत्साह असला तरी आरोग्य खात्यातील कर्मचारी हिरमुसले नाही. त्यांनी त्यांचे काम चालूच ठेवले. एखादे व्रत हाती

श्याम ठाणेदार
दौंड जिल्हा पुणे
९९२२५४६२९५

घेतल्या प्रमाणे देशातील आरोग्य कर्मचारी पोलिओ मुक्तीसाठी झटत होते. आरोग्य कर्मचाऱ्यांच्या प्रयत्नांना लवकरच यश मिळाले. १९९९ साली पोलिओच्या तीन विषाणूंपैकी दुसरा विषाणू नष्ट झाला मात्र पहिल्या आणि तिसऱ्या प्रकारचा विषाणू अजूनही कार्यरत होता. उत्तरप्रदेश, मध्यप्रदेश, बिहार या राज्यात दूषित पाण्यामुळे जुलाब,उलट्यांचे प्रमाण अधिक असल्याने तिथे तोंडावाटे दिलेली लस उपयुक्त ठरत नव्हती. तेंव्हा वैद्यकीय संशोधकांनी मुरदाबाद या गावात पोलिओची एक गुणी लस म्हणजे १,२,३ विषाणूंची लस वेगवेगळी प्रत्येक जन्मलेल्या बाळास दिली. मात्र देशातील सगळ्या बालकांपर्यंत असा कार्यक्रम पोहचवणे अशक्य होते. त्यानंतर पुन्हा त्यात संशोधन करण्यात आले. सर्वांना उपयुक्त अशा लसीची मात्रा तयार झाल्यानंतर देशात पोलिओ मुक्तीची मोहीम वेगाने राबवण्यात आली. त्याचा परिणाम म्हणजे आज पोलिओमुक्त मुक्त भारत अशी आपली ओळख बनली आहे. भारत जरी पोलिओमुक्त झाला असला तरी जगातून पोलिओचे अजूनही समूळ उच्चाटन झाले नाही. आफ्रिका खंडातील काही देशात तसेच आशिया खंडातील पाकिस्तान, अफगाणिस्तान, सीरिया या देशात अजूनही पोलिओचे रुग्ण आढळून येतात. या देशातूनही पोलिओ लवकरच हद्दपार होईल आणि जग लवकरच पोलिओमुक्त होईल अशी आशा करूया.

***

विरोधाचे सह-अस्तित्व

ज्योतिर्मय साहित्य

''परस्पर विरोधी तत्व सोबत राहणारच''
चांगल्या सोबत वाईट येणारच. सुखाच्या मागे दुःख येणारच... म्हणजे अटळ होते. म्हणजे सोबतच होते. जे सोबत आहे त्याला टाळून कसे चालणार. असे नव्हे तर त्याला नियम म्हणून स्वीकारायला हवे. वास्तविक पाहता संवेदनेला सुख आणि दुःख हे नाव आपणच दिले.

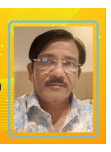
शरीर आहे परंतु काळाच्या प्रभावाने त्याच्या अवस्था बदलतात. म्हणून जन्मासोबत जरा म्हणजेच म्हातारपण, जर्जर होणे आहे. आणि जरा सोबत मृत्यू आहे. सौंदर्यासोबत अभिशाप आहे.

ऊन-सावलीला आपण खेळ म्हणतो, तो खेळ नसतो, ते एका आश्रयाला एका जागेवर दोन अस्तित्व असतात. एक अदृश्य झाल्यावर दुसरे प्रकट होते. सुख आणि दुःखाचे असेच आहे.

तपस्वी गर्मीत ही साधना करतो. आपल्याला एसीतही घाम फुटतो.सुखाला सुख मानता आलं पाहिजे दुःखालाही दुःख न मानता ते गृहीत धरून त्याचे सुखात रूपांतर करता आले पाहिजे. आणि हे रूपांतर करण्यापेक्षाही महत्त्वाची एक गोष्ट आहे, ती म्हणजे समत्व आणि समभाव. मानलं तर दुःख आहे तुम्ही मानलं तर पूर्ण वेळ सुख आहे.

माणूस लाभामध्ये सुख आणि अ-लाभांमध्ये दुःख मानतो. प्राप्तीमध्ये सुख आणि अ-प्राप्तीमध्ये दुःख मानतो. मनाप्रमाणे घडले तर चांगले पण मनाच्या विरुद्ध घडले तर वाईट. थोडक्यात व्यक्त व्हायचे झाले तर अपेक्षापूर्तीमध्ये सुख आणि अपेक्षाभंगांमध्ये दुःख असेच मनुष्य मानतो.

© बलराज संघई
(एम.ए. अहिंसा शांति शोध)
छत्रपती संभाजीनगर
9420015108



नाण्याला दोन बाजू नसतातच. ते पूर्ण नाणं असतं. आपल्या व्यवहारासाठी आपण त्याला दोन बाजू दिल्या. बाजू हा आपला दृष्टिकोन आणि व्यावहारिक उपयोग. माणसांनी प्राण्यांना नाव दिले. प्राणी नाव घेऊन जन्माला आले नव्हते. नाहीतरी माणसाला सगळं आपल्या सोयीप्रमाणे असावं वाटतं. आणि जिथे सोय होत नाही तिथेच दुःखाचा जन्म होतो.

जगातला एक सर्वात मोठा सिद्धांत आहे, आणि तो हा की:

''विरोधी युगलांचे सह-अस्तित्व असते''

अंधकार आणि प्रकाश, ऊन सावली, सुख दुःख, जन्म मृत्यू, प्रेम विरह, अस्तित्व नास्तित्व, जीव आजीव, गति स्थिती... इत्यादी अनेक जितक्या परस्पर विरोधी गोष्टी आहेत तितक्यांचे सह - अस्तित्व असते आणि दोन्ही एकाच वेळी एका जागी असतात. सुख आणि दुःख सोबत राहणारच. बरे आणि वाईट केव्हाही कोणतेही अनुभव हे का पाठोपाठ येणारच कारण ती सोबतच होते. हे नियमानुसार मानून चालावे.

सर्व तत्वांचे सर्वसमावेशक व्यापक असा हा अस्तित्वाचा सिद्धांत प्रत्येकाने मान्य करायला हवा.

या मान्यतेनुसार मनाला प्रशिक्षित केलं तर समत्व भावाचे आणि सुखच सुख असेल.

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

विचार ते विजय

लेखक - अमोल बोरीकर.मो. 86240 03013

स्वत:ला बदललं की परिस्थिती बदलते!

पुढे.....

एक प्रश्न स्वतःला विचारायला हवा—जी परिस्थिती आज माझ्या हातात नाही, तिच्याबद्दल दुःख करत बसण्याऐवजी माझ्या हातात असलेल्या गोष्टींमध्ये मी काय बदल करू शकतो?

माझं कौशल्य वाढवू शकतो का? माझ्या वेळेचा योग्य उपयोग करू शकतो का? माझ्या बोलण्याची पद्धत सुधारू शकतो का? चुकीच्या सवयी बदलू शकतो का? मदत मागायला शिकू शकतो का?

कारण बदलाची सुरुवात नेहमी मोठ्या निर्णयानेच होते असं नाही. कधी ती एका छोट्या सवयीने होते. कधी एका प्रामाणिक कबुलीने होते. तर कधी स्वतःला आरशात पाहून विचारलेल्या एका प्रश्नाने होते—"मी ज्या आयुष्याची अपेक्षा करतोय, त्यासाठी आज स्वतः काय करतोय?"

समोरची व्यक्ती बदलेल की नाही, हे आपल्या हातात नसतं; पण तिच्याशी आपण कसं वागायचं आणि स्वतःचा सन्मान कसा जपायचा, हे आपण शिकू शकतो.

आज स्वतःला तीन प्रश्न विचारा-माझ्या आयुष्यात मला नेमकं काय बदलायचं आहे?

त्या बदलासाठी मी आज कोणतं एक छोटं पाऊल उचलू शकतो?

मला अडवणारी परिस्थिती आहे की माझी एखादी सवय, भीती किंवा विचारपद्धतीही आहे?

उत्तरं शोधा आणि आजच सुरुवात करा.

लक्षात ठेवा—वाऱ्याची दिशा बदलण्याची ताकद आपल्याकडे नसते; पण त्या वाऱ्यात आपली शिडं कशी उभारायची, हे आपण शिकू शकतो.

म्हणून परिस्थितीला दोष देत आयुष्य थांबवू नका. स्वतःला कमी लेखून स्वप्नं सोडू नका.

आजचा एक विचार बदला, एक सवय सुधारा, एक कृती करा.

कारण कदाचित उद्या तुमचं आयुष्य एका मोठ्या चमत्कारामुळे बदलणार नाही; तर आज तुम्ही केलेल्या एका छोट्याशा बदलामुळे त्याला नवी दिशा मिळालेली असेल!

परिस्थिती बदलण्याची वाट पाहू नका;

स्वतःमध्ये बदल घडवण्याची सुरुवात करा.

कारण आयुष्याचा प्रत्येक दरवाजा आपल्या हाताने उघडता येईलच असं नाही, पण त्या दरवाजापर्यंत पोहोचण्यासाठी चालायला सुरुवात करणं मात्र आपल्या हातात असतं!

स्वतःला बदला, तुमची ऊर्जा वाढवा आणि पराभवाच्या अंधारातून यशाच्या प्रकाशाकडे पाऊल टाका. कारण स्वतःमध्ये घडवलेली ही छोटीशी आन्तरिक क्रांतीच तुमच्या 'विचार ते विजय' या महाप्रवासाची सर्वात मोठी पायरी ठरते!

महावस्त्र नात्यांचं : महावस्त्राचे पदर...

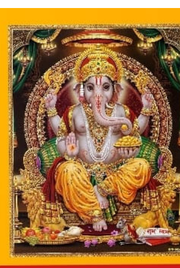
विश्वास देशपांडे, चाळीसगाव, प्रतिक्रियेसाठी : ९४०३७४९९३२

'गुरू' - अज्ञानातून प्रकाशाकडे नेणारा चैतन्यदीप

एकाच वेळी जर समोर सद्गुरू आणि साक्षात परमेश्वर उभे राहिले, तर मी आधी सद्गुरूंच्याच चरणांवर मस्तक ठेवीन; कारण ज्या परमेश्वराला शोधण्यासाठी आयुष्य वेचले, त्या परमेश्वराची ओळख मला सद्गुरूंनीच करून दिली आहे! असे म्हणतात की, एखाद्या वेळी दैव किंवा ईश्वर कोपला तरी सद्गुरू त्याला सांभाळून घेतात; पण जर सद्गुरूच कोपले, तर साक्षात ईश्वरही आपले रक्षण करू शकत नाही—एवढी अमाप शक्ती सद्गुरुकृपेत असते.

आषाढ शुद्ध पौर्णिमा ही आपण 'व्यास पौर्णिमा' म्हणजेच 'गुरुपौर्णिमा' म्हणून साजरी करतो. महर्षी व्यासांना भारतीय संस्कृतीचे आद्यगुरू मानले जाते. त्यांनी चार वेद, अठरा पुराणे आणि महाभारतासारख्या महाकाव्याची पुनर्रचना करून मानवी जीवनातील धर्मशास्त्र, मानसशास्त्र आणि तत्त्वज्ञान समृद्ध केले.

इतिहासात श्रीराम आणि श्रीकृष्ण हे जगताचे आदर्श आणि साक्षात परब्रह्माचे अवतार होते; तरीही त्यांनी गुरुकुलात जाऊन गुरूंची सेवा केली. श्रीकृष्ण आणि बलराम जेव्हा महर्षी सांदिपनींच्या आश्रमात निघाले, तेव्हा ते राजपुत्र असूनही मथुरेहून उज्जैनला रथात न बसता, सैन्याचा तोरा न मिरवता अनवाणी पायी चालत गेले! कारण गुरूंच्या दारात जाताना सत्तेचा दर्प, मिजास किंवा अधिकार उंबरठ्याबाहेरच काढून ठेवायचा असतो; तिथे संपूर्ण शरणागती लागते. आश्रमात लाकडे फोडण्यापासून ते झाडलोट करण्यापर्यंतची सर्व कामे श्रीकृष्णाने सामान्य शिष्याप्रमाणे केली.



॥ श्री गणेश चिंतन ॥

समर्थ रामदास स्वामी कृपेने मनाचे श्लोक व दासबोधाच्या आधाराने "गणेश उत्सवात १० दिवस नियमित एक गणेश चिंतन करू या कारण "जो स्वतः शुभ झाला तोच शुभारंभ करू शकतो"

कृतज्ञ मी कृतार्थ मी, भगवंत हृदयस्थ आहे 🙏 अपर्णा परांजपे कात्रज पुणे

जे उठवी शब्दांकुर । वदे वैखरी अपार ।
जे शब्दाचें अभ्यांतर । उकलून दावी ॥२॥

हा टप्पा अत्यंत महत्त्वाचा आहे.
बोध झाला—पण तो शब्दात कसा उतरतो?
शब्द बाहेर येतो तो वैखरीतून.
पण समर्थांना केवळ उच्चार नको आहे.
ते म्हणतात—"जे शब्दाचें अभ्यांतर उकलून दावी."
म्हणजे शब्दाच्या बाह्य आवरणापलीकडे जाऊन त्याचा अंतरंग अर्थ उलगडणे.इथेच आपल्याला आपल्या आधीच्या चर्चेतील एक सुंदर सूत्र मिळते—शब्द ऐकणे एक गोष्ट;शब्दाच्या अंतरंगातील तत्त्व जाणणे दुसरी.

३. आणि शारदा शेवटी कुठे घेऊन जाते?
समर्थ म्हणतात—

जे परमार्थमार्गींचा विचार ।निवडून दावी सारासार ।
भवसिंधूचा पैलपार ।पाववी शब्दबळें ॥ १२॥

इथे "सारासार" हा शब्द लक्षात ठेवावा.
शब्द → विचार → सारासारविवेक → परमार्थ.
म्हणजे शास्त्रवाचनाचा उद्देश माहिती वाढवणे नाही.
विवेक जागा करणे हा त्याचा उद्देश आहे.
आणि म्हणूनच पुढे शारदेला समर्थ म्हणतात

जे निर्गुणाची वोळखण । जे अनुभवाची खूण ।
जे व्यापकपणें संपूर्ण । सर्वांघटीं ॥१८॥

शारदा केवळ वाणीची देवता राहत नाही.
वाणी → विवेक → निर्गुणाची ओळख → अनुभव. हा तिचा आध्यात्मिक विस्तार आहे.

४. मग सद्गुरू का? शारदेनंतर लगेच सद्गुरुस्तवन.
ही रचना स्वत:मध्येच विचार करण्यासारखी आहे.
समर्थ म्हणतात—

आतां सद्गुरु वर्णवेना । जेथें माया स्पर्शों सकेना ।
तें स्वरूप मज अज्ञाना । काये कळे ॥१॥

इथे शब्दांची मर्यादा उघड होते.
शारदा शब्दाचा अंतरंग उलगडते.
पण सद्गुरुतत्त्व?"जेथें माया स्पर्शों सकेना."
म्हणजे ज्याचा निर्देश शब्द करतात, त्या सत्याला शब्द पूर्णपणे पकडू शकत नाहीत.म्हणून—

न कळे न कळे नेति नेति । ऐसें बोलतसे श्रुती ।
तेथें मज मूर्खाची मती । पवाडेल कोठें ॥२॥

हा ज्ञानाचा पराभव नाही.हा ज्ञानाला स्वत:च्या मर्यादेची जाणीव होणे आहे.

कालजयी कलेचा अक्षरवेध : 'मुघल–ए–आझम'

ज्योतिर्मय साहित्य

कला कालं जयत्येव
हृदये वसति ध्रुवम् ।
सौन्दर्यं शाश्वतं तस्याः
रसिकान्मोहयेत् सदा ।।
– गीताव्रतसाधना

कला ही काळावर विजय मिळवते आणि हृदयात अढळपणे वास करते. तिचे शाश्वत सौंदर्य रसिकांना कायमच भुरळ घालत असते.

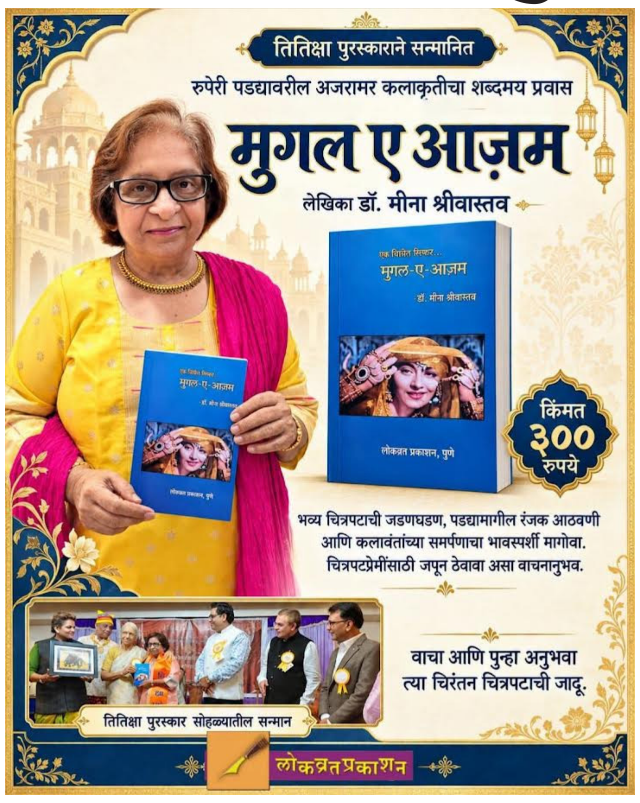
कलेचे खरे सौंदर्य यातच सामावलेले आहे की, ती काळाच्या सीमांवरही सहज मात करते आणि पिढ्यानुपिढ्या रसिकांच्या अंतःकरणात चिरंतन स्वरूपात जिवंत राहते. भारतीय रुपेरी पडद्यावरील मुघल–ए–आझम हा चित्रपट याच शाश्वत आणि अलौकिक सौंदर्याचे एक मूर्तिमंत उदाहरण आहे. अशा या अजरामर कलाकृतीवर डॉ. मीना श्रीवास्तव यांनी अत्यंत आस्थेने आणि अभ्यासाने लिहिलेले हे पुस्तक प्रकाशित करण्याची संधी आपल्याला लाभणे, ही खऱ्या अर्थाने एक विलक्षण अनुभूती आणि आपल्या प्रकाशनाचा एक मोठा सन्मानच आहे.

संत ज्ञानेश्वरांनी म्हटले आहे, ''जे जे दिसे सुंदर, ते ते ईश्वराचे रूप.'' कलेच्या प्रांतातही जेव्हा एखादी कृती ईश्वरीय प्रेरणेने साकारते, तेव्हा ती काळाच्या पटलावर महाकाव्य बनून राहते. १९६० मध्ये प्रदर्शित झालेला मुघल–ए–आझम हा चित्रपट भारतीय चित्रपटसृष्टीच्या इतिहासातील असेच एक भव्य महाकाव्य होते. या चित्रपटाच्या प्रत्येक फ्रेममध्ये ओतप्रोत भरलेली भव्यता, प्रत्येक संवादात जाणवणारा प्रेमाचा आणि त्यागाचा उत्कट अनुभव, आणि प्रत्येक गाण्यातून व्यक्त होणारी अव्यक्त भावना; या सर्वच गोष्टींनी या चित्रपटाला अजरामर केले आहे. सलीम आणि अनारकलीची प्रेमकथा आपण अनेकदा ऐकली आणि पाहिली असली, तरीही ती आजही तितकीच ताजी आणि जिवंत वाटते, कारण ती प्रेमकथा म्हणजे केवळ एक कथा नसून कलेच्या भव्यतेचे रचलेले एक अत्यंत सुंदर स्वप्न होते.

डॉ. मीना श्रीवास्तव यांनी या स्वप्नाचा प्रवास, त्यामागची निर्मिती प्रक्रिया आणि त्यातील संघर्ष इतक्या प्रभावीपणे शब्दबद्ध केला आहे की, तो वाचताना आपण थेट त्या सुवर्णकाळात जाऊन पोहोचतो. त्यांचे हे लेखन केवळ कोरडी माहिती देत नाही, तर त्यामागे दडलेल्या तरल संवेदना, कलाकारांचे सर्वोच्च त्याग आणि दिग्दर्शक के. आसिफ यांची उत्तुंग दूरदृष्टी आपल्यापर्यंत अत्यंत प्रामाणिकपणे पोहोचवते.

डॉ. श्रीवास्तव यांच्या लेखणीत एका बाजूला संशोधकाची अचूकता आहे, तर दुसऱ्या बाजूला त्यांच्या काव्यप्रतिभेची उत्कटताही जाणवते; जी अनारकलीच्या अश्रूंनाही अगदी सहजपणे शब्दबद्ध करते. तेरी महफिल में या गाण्यानंतरचे निर्भीड संवाद असोत, किंवा जब प्यार किया तो... या गाण्यातून व्यक्त होणारी अनारकलीची आर्त आतुरता असो, प्रत्येक क्षणाचा भावनिक आणि कलात्मक अनुभव हे पुस्तक आपल्याला पुन्हा एकदा नव्याने देते.

या ग्रंथात मुघल–ए–आझमच्या निर्मितीच्या अनेक रंजक, सुंदर आणि काही वेळेस मन हेलावून



टाकणाऱ्या वेदनादायी आठवणींचा मोठा खजिना दडलेला आहे. दिग्दर्शकांना प्रत्येक गोष्टीत परिपूर्णता हवी होती. म्हणूनच प्यार किया तो डरना क्या या एका गाण्यासाठी त्यांनी त्या काळी बारा लाख रुपये खर्चून लाखो आरशांचा शीशमहाल उभा केला. एका दृश्यात जमिनीवर सांडणाऱ्या मोत्यांचा आवाज खराखुरा यावा, यासाठी नकली मोत्यांऐवजी खरे मोती वापरले गेले. पण या झगमगणाऱ्या वास्तवापेक्षाही अधिक हृदयस्पर्शी कथा आहे, ती अभिनेत्री मधुबालाची! या चित्रपटाच्या चित्रीकरणादरम्यान ती अतिशय गंभीर आजाराने त्रस्त होती, तरीही तिच्या चेहऱ्यावर तिने त्या वेदनेची पुसटशी छटाही कधी दिसू दिली नाही. अनेकदा तर ऑक्सिजन सिलिंडर जवळ ठेवून तिने हे चित्रीकरण पूर्ण केले.

एखाद्या कलाकाराने आपल्या कलेसाठी केलेले हे सर्वोच्च समर्पण आपल्याला त्या पडद्यामागे दडलेल्या वास्तवाची जाणीव करून देते. म्हणूनच, अनारकलीच्या डोळ्यांतून वाहणारे अश्रू केवळ अभिनयाचा भाग न वाटता, त्या वेदनेची खरीखुरी अभिव्यक्ती वाटतात.

या पुस्तकाचे एक अत्यंत महत्त्वाचे वैशिष्ट्य म्हणजे, हिंदी चित्रपटावर इतके सखोल आणि उच्च दर्जाचे लेखन मराठीत होणे. यातून डॉ. मीना श्रीवास्तव यांनी हे सिद्ध केले आहे की, कलेला कोणत्याही भाषेची मर्यादा नसते. उत्तमाचे कौतुक करण्यासाठी कलासक्त हृदय नेहमीच उदार असावे लागते.

हे पुस्तक केवळ चित्रपटप्रेमींसाठीच नव्हे, तर साहित्य, संस्कृती आणि कलेचा अभ्यास करणाऱ्या प्रत्येकासाठी एक अनमोल ठेवा आणि संदर्भ दस्तऐवज ठरणार आहे. खऱ्या अर्थाने, हे पुस्तक म्हणजे हिंदी चित्रपटाचा मराठी भाषेने केलेला एक अत्यंत सुंदर साहित्यिक सन्मान आहे.

डॉ. मीना श्रीवास्तव यांनी आपल्या संवेदनशील लेखणीतून मुघल–ए–आझमच्या अजरामर सौंदर्याला जे साहित्यिक रूप दिले आहे, त्यामुळे तो सिनेमा आजही आपल्या मनात तितकाच जिवंत राहतो. त्यांचे या अप्रतिम निर्मितीसाठी मनःपूर्वक अभिनंदन आणि खूप खूप आभार!

आपल्याला खात्री आहे की, हे पुस्तक वाचकांच्या मनातही कायमचे घर करेल आणि मुघल–ए–आझम सारख्या कालातीत कलाकृतीची आठवण सतत ताजी ठेवेल.

– लोकव्रत प्रकाशन, पुणे

आईचा राग

ज्योतिर्मय साहित्य

(मागील अंकावरून)

एकमेकांवर डूख धरून चालत नाही प्रत्येकाला प्रत्येकाची गरज असते हे विसरून चालत नाही.

आईला आपल्या लेकरांनी चांगलं शिकावं, स्वतःच्या पायावर उभं राहावं, आयुष्यात यशस्वी व्हावं आणि चुकीच्या वाटेवर जाऊ नये, असं मनापासून वाटतं. याच अपेक्षांमधून कधी तिचा आवाज चढतो, कधी शब्द कठोर होतात. मात्र प्रत्येक रागामागे प्रेमच असतं असं पण नाही बरका...

कधी आईही थकलेली, दुःखी किंवा तणावात असते. तिच्याही भावना समजून घेणं गरजेचं आहे. आईलाही मन आहे हे विसरता कामा नये. आई म्हणजे तुम्ही जसं डमरू वाजवाल तसं डमरू वाजवणारी वस्तू नाही. आईच्या मनातील मुक संवेदना वाचायला शिका.

मुलं मोठी होतात, स्वतःचं विश्व निर्माण करतात. आईच्या सूचना त्यांना जुनाट वाटू लागतात. तिच्या काळजीला हस्तक्षेप समजलं जातं. पण तो हस्तक्षेप नसून त्याच्या पुढच्या वागण्याला दिशा देण्याचा काम असतं. जर का जीवनाची देशा चुकत असेल तर ते दिशा दाखवण्याचा काम आईच करते ना! आयुष्यभर आपल्या मुलाला चांगलं कोण जाणतं?

तेव्हा आईच्या मनात एक प्रश्न निर्माण होत असतो... ज्यांच्यासाठी आयुष्यभर धडपडले, त्यांना आज माझे शब्द नकोसे का वाटतात? विचारही नकोसे वाटतात. आणि आईच्या शब्दांचा अर्थ वेगवेगळ्या काढला जातो. कारण त्यांच्या पंखात बळ आलेलं आहे.

मुलांच्या पंखात बळ आईच घालते पण आईला विसरू नये असे मला असे वाटते.

मुलांच्या पंखात बळ दिलं की ते स्वैर फिरायला मोकळे होतात असं नाही... आकाशाला गवसणी घाला पण पाय जमिनीवर ठेवा आणि आकाशाला गवसणी घालताना आई–वडिलांना विसरू नका ज्यांनी तुम्हाला जीवन दिल आहे... आणि ज्यांनी तुम्हाला लहानपणी सावरलेल आहे त्यांना विसरून कसे चालेल...

आईला प्रत्येक वेळी महागड्या भेटवस्तूंची गरज नसते. कधी तिचं म्हणणं शांतपणे ऐकून घेणं, कधी प्रेमाने तिच्या खांद्यावर हात ठेवणं, तर कधी ''आई, तू काळजी करू नकोस, मी आहे ना!'' एवढे शब्दही तिच्या मनाला आधार देतात.

बघा बरं प्रयत्न करून... म्हणा बरं आई मी आहे तुझ्यासाठी... त्या माऊलीला किती आनंद होतो हे तिच्या चेहऱ्यावर पाहून तुम्हाला समजेल.

हा!आणि तुम्ही सुद्धा आई होणारच आहात ना!आई झाल्यानंतर तुमच्या मनाला कसे वाटते आणि तुमच्या आईशी तुम्ही कसे संवाद करत होतात हे निश्चित फरक जाणून बघा.

आई आहे तोपर्यंत तिची काळजी घ्या. आई हा शब्द खूप मोठा आहे.... व्यापक आहे... त्या शब्दाची व्याप्ती विसरू नका.

आईचा राग समजून घ्या.. पण तिच्या रागामागचं दुःखही ओळखा. कारण आईलाही प्रेम हवं असतं, समजून घेणारी माणसं हवी असतात आणि तिच्या भावनांना महत्त्व देणारं आपलं माणूस हवं असतं. ते आपलं माणूस आपलीच मुलं असतात ना! जर मुलांनीच आईला समजून घेतलं नाही तर बाकी कोण येणार आहे समाजातलं???

लेखिका -
वसुधा वैभव नाईक,
पुणे. मो. 9823582116

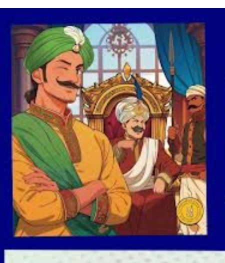
आईच्या रागाला उत्तर रागाने देण्यापेक्षा, तिच्या मनाला समजून घेणाऱ्या प्रेमाने द्या. कारण आईच्या मनाला जपणं, हीच नात्याची खरी श्रीमंती आहे...

नात्याची किंमत ओळखून नाते जपण्याचा मनापासून प्रयत्न करावा. आई आणि मूल हे नाते खूप जबरदस्त आहे त्याचा विचार मनातून व्हावा... आनंदाने नाते फुलवा...

श्री संत ज्ञानेश्वर ब्राह्मण संस्थेचा उपक्रम आकाश कंदिल खरेदीद्वारे दिव्यांगांना आर्थिक मदत

ज्योतिर्मय साहित्य

पिंपळे सौदागर – सामाजिक बांधिलकीचा एक भाग म्हणून पिंपळे सौदागर येथील श्री संत ज्ञानेश्वर ब्राह्मण संस्थेच्या पदाधिकारी आणि सदस्यांनी दिव्यांगांनी तयार केलेल्या आकाश कंदिलांची खरेदी करुन त्यांना दिवाळीच्या पार्श्वभूमीवर आर्थिक मदत केली. गुरुवार दि. २२ रोजी स्व. बाळासाहेब कुंजीर क्रिडांगणाच्या परिसरात झालेल्या मासिक सभेत हा उपक्रम राबविण्यात आला. दिव्यांगांच्या हितासाठी , त्यांना स्वावलंबी बनवण्यासाठी नाशिकच्या सक्षम या संस्थेच्यावतीने विविध उपक्रम राबविण्यात येतात. आकाश कंदिलांची निर्मिती हा त्यापैकीच एक उपक्रम असून अतिशय अल्प दरात उपलब्ध करुन देण्यात आलेल्या आकाशकंदिलांची खरेदी करुन दिव्यांगांना मदत करावी असे आवाहन सक्षम संस्थेचे पिंपरी चिंचवड येथील प्रमुख राजा पटवर्धन आणि त्यांचे सहकारी राजेंद्र देशमुख यांनी केले होते. त्यांच्या आवाहनाला प्रतिसाद देत मासिक सभेसाठी उपस्थित पदाधिकारी आणि सदस्यांनी मोठ्या प्रमाणावर आकाश कंदिलांची खरेदी केली. सदरील मासिक सभेचा प्रारंभ संत ज्ञानेश्वर महाराज यांचे प्रतिमा पूजन आणि दिपप्रज्वलनाने करण्यात आला. त्यानंतर मीनाक्षी कुलकर्णी आणि सुरेखा कुलकर्णी यांनी आदिमाया आदिशक्ती देवीचा महिमा वर्णन करणारे स्तुतीगीत सादर केले. विलास जोशी यांच्या अध्यक्षतेखाली झालेल्या या कार्यक्रमात रमेश भट यांनी प्रास्ताविकात संस्थेच्या प्रगतीसाठी सर्व सदस्यांनी पुढाकार घेण्याचे आवाहन केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन स्नेहा चिंचवडकर यांनी केले तर अनिल कुलकर्णी यांनी आभार मानले.



मुलांसाठी बोधकथा

आर.पी. दुसे, 94 22202747

कर्माचे फळ मिळतेच

पुढे.....

ज्याना त्यानी मदत केली तेलोक त्याला मुक्त कंठाने आशिर्वाद देत असत. त्याच्या नातेवाईका ने त्याला ह्या कृत्याबद्दल समजावले परावृत्त केले पण त्यानी चोरी करणे आणि गरजूना मदत करणे हे आपले ध्येय सोडले नाही. परमेश्वरावर ठाम विश्वास ठेवून त्यांनी आपले कृत्य अव्याहत चालूच ठेवले.

एकदा त्याचेवर असा प्रसंग आला कीं त्याला चोरी करण्यास काहीच मार्ग सापडेना आणि उपाशी पोटी राहण्याचा दुर्धर प्रसंग त्याच्यावर ओढवला . उपाशी पोटी राहण्याचा प्रसंग त्याच्यावर तर आलाच पण आपण नेहमी प्रमाणे गरजवंताला कशी मदत करावी हया काळजीने तो जास्त व्याकूळ झाला . पण त्याला हा विश्वास होता की ज्या परमेश्वरानी चोंच निर्माण केली त्यानीच त्याच्या उदरनिर्वाहाची व्यवस्था केली आहे फक्त प्रयत्न करून त्याचा शोध घेणे गरजेचे आहे. आपल्या रोजी रोटीची व्यवस्था उपरोक्त न्याया प्रमाणे परमेश्वरानी केलीच असेल तो आपल्याला उपाशी थोडाच ठेवणार आहे? ह्याच विचारात तो एका शीव मंदिरात आला विचार तंद्रीमध्ये डोक्याला हात लावून बसला असता त्याची नजर शीवमंदिराच्या घंटे कडेगेले आणि ईश्वर साक्षात्काराची त्याला जाणिव झाली. क्षणैक त्याच्या मनात आनंद लहरी उमटल्या, जवळपास कोणी नाही ह्याची खात्री केली तसेच जवळपास शिडी आहे काय? म्हणून भिरभिरत्या नजरेने शोध घेतला पण शिडी तेथे त्याला सापडली नाही.

घंटी तर चोरलीच पाहिजे हा विचार त्याच्या मनात पक्का झाला कारण त्याला अनेक गरजु लोकांचे चेहरे त्याच्या समोर दिसू लागले

तेव्हा त्यानी शीवलींगावर पाय ठेवूनच घंटी हस्तगत केली आणि समाधानाने त्याकडे पाहु लागला

कारण ती विकून तो स्वतःची भूक भागवून इतराना पण मदत करणार होता तो श शीवलिंगावरून खाली उतरला इतक्यात त्याला त्या गाभाऱ्यात लख्ख प्रकाश दिसला त्याच बरोबर शकर देव दिसले तो मनातून घाबरला आपण शीव लिंगां वर पाय ठेवला ही चूक झाली म्हणून प्रत्यक्ष शंकर प्रगट झाले आता आपल्याला कठोर शिक्षा होणार म्हणून हात जाडून डोळे झाकून उभा राहिला पण शंकराने त्याच्या डोक्यावर आपला वरदहस्त ठेवून त्याला म्हणाले वत्सा घाबरू नकोस कारण लोक माझ्या पिंडीवर बिल्व पत्र, फुले, वाहून आपल्यासाठीच काही मागत असतात पण आज तू स्वतः माझे डोक्यावर चढून आत्मसमर्पण केलेस ते ही स्वतः साठी कमी पण इतर गरजू गरिब लोकासाठी जास्त तळमळीने त्यांच्या कल्याणासाठी करतो आहेस ही चांगली गोष्ट आहेस मला माहित आहे की तू स्वतः आर्थिक दुर्बल आहेस तेव्हा तू चोरी करणे सोडून दे आणि काही व्यापार कर आणि त्यात मन रमव जनसेवा तुझ्या इच्छे प्रमाणे कर. माझातू ला आशिर्वाद आहे . ही घंटा सुवर्णाची होवून तुला हातभार लावील आणि तूला सदैव यश मिळेल पण तुझी सेवा अखंड चालू राहूदे चांगल्या कर्माची फळे रसाळ अन् गोमटी असतात . होय ना ?

कुटुंब प्रमुख हवा आहे ! भाग १५ : मनाचे सामर्थ्य आणि आत्मपरीक्षण

ज्योतिर्मय साहित्य

''आजोबा, काल तुम्ही भर्तृहरीच्या शतकत्रयीविषयी सांगितले होते. आज आम्हाला मनाच्या श्लोकांविषयी पुढे सांगा,'' श्रीराम म्हणाला.

''आज आपण एका महत्त्वाच्या श्लोकाचा अभ्यास करणार आहोत,'' आजोबा म्हणाले.

''तो कोणता आणि महत्त्वाचा का आहे?''

आजोबांनी श्लोक सांगितला,

नको रे मना क्रोध हा खेदकारी।
नको रे मना काम नाना विकारी।।
नको रे मना सर्वदा अंगिकारू।
नको रे मना मत्सरु दंभ भारू।।६।।

''राग, अवाजवी इच्छा, मत्सर आणि अहंकार यांमुळे नात्यांत कटुता निर्माण होते. घरातील मोठ्यांच्या रागावण्याचा परिणाम मुलांच्या मनावरही होतो. म्हणून मुलांच्या चुका समजावून सांगाव्यात, त्यांचा अपमान करू नये आणि स्वतःच्या वर्तनातून संयमाचा आदर्श घालून द्यावा.''

''आजोबा, क्रोध, काम, मत्सर आणि दंभ म्हणजे काय?'' श्रीरामने विचारले.

''क्रोध म्हणजे राग, काम म्हणजे अवाजवी इच्छा, मत्सर म्हणजे दुसऱ्याच्या यशाचा हेवा आणि दंभ म्हणजे नसलेले गुण असल्याचे भासवणे.''

''पण क्रोध इतका वाईट का?'' श्रीरामने विचारले.

''भगवद्गीतेत भगवान श्रीकृष्ण अर्जुनाला क्रोधाचे परिणाम सांगतात

क्रोधाद्भवति सम्मोहः
सम्मोहात्स्मृतिविभ्रमः।
स्मृतिभ्रंशाद्बुद्धिनाशो
बुद्धिनाशात्प्रणश्यति।।
२.६३।।

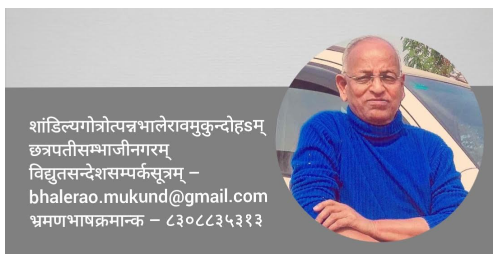
क्रोधामुळे माणसाचे योग्य–अयोग्याचे भान सुटते. त्याची विवेकशक्ती ढळते आणि तो चुकीचे निर्णय घेऊ शकतो.''

''आजोबा, आपल्या घरात भगवद्गीता देवघरात आहे; पण मी अजून वाचलेली नाही,'' श्रीराम म्हणाला.

''ती केवळ देवघरात ठेवून उपयोग नाही. वाचली, समजून घेतली आणि तिच्यातील शिकवण आचरणात आणली पाहिजे,'' आजोबा म्हणाले.

''मला एक उदाहरण द्या ना!''

''समजा, तुला संगणकावर खेळण्यासाठी नवीन खेळ हवा आहे. बाबा म्हणाले, 'परीक्षा झाल्यावर घेऊ.' पण तुला तो आत्ताच हवा आहे. इच्छा पूर्ण झाली नाही म्हणून रागावून बाबांना उलटसुलट बोललास, तर त्यांना वाईट वाटेल. रागाच्या भरात आपण अनेकदा चुकीचे वागतो.''



''पण आजोबा, बाबा माझ्यावर खूप प्रेम करतात. मी त्यांच्यावर रागावत नाही,'' श्रीराम म्हणाला.

''हे चांगलेच आहे! पण इच्छा पूर्ण झाली नाही, तरी प्रत्येकाने संयम राखला पाहिजे. क्षणभर थांबून शांतपणे विचार करावा. मनावर नियंत्रण ठेवणे म्हणजे इच्छा नष्ट करणे नव्हे, तर तिच्या आहारी न जाता योग्य निर्णय घेणे.''

''आता समजले, आजोबा! मी विनाकारण हट्ट धरणार नाही,'' श्रीराम म्हणाला.

''मीसुद्धा नाही,'' श्रुतकीर्ती म्हणाली.

''तुम्ही दोघेही हुशार आणि बुद्धिमान व्हा! आता देवाला आणि आईला नमस्कार करा व अभ्यासाला बसा,'' आजोबा म्हणाले.

''आधी तुम्हाला नमस्कार करतो आणि मग आईला,'' दोघे म्हणाले.

''नाही! आधी आईला नमस्कार करा. 'न मातुः परं दैवतम्', मातेपेक्षा श्रेष्ठ दैवत नाही. म्हणूनच म्हणतात, 'मातृदेवो भव','' आजोबा प्रेमाने म्हणाले.

''कळले, आजोबा!'' दोघेही म्हणाले.

क्रमशः भाग १६ : धैर्य, सहनशीलता आणि नम्रता

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