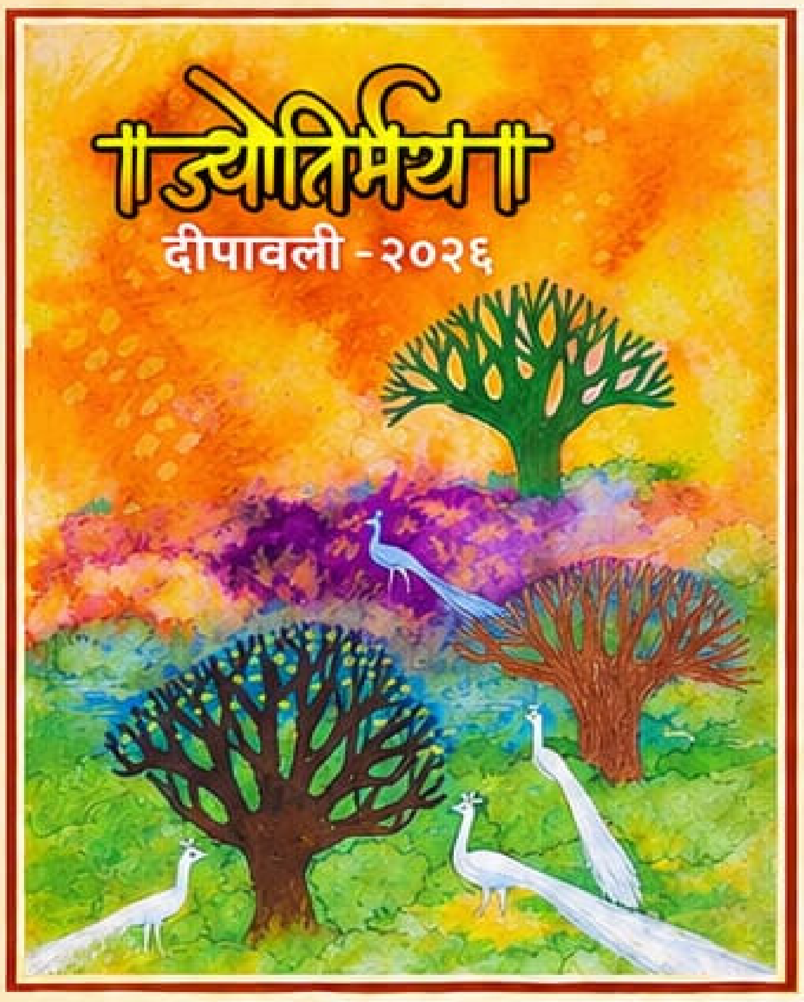
॥ज्योतिर्मय॥

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक २२० वा ❑ भारतीय सौर दिनांक ०३ कार्तिक शके १९४८, रविवार दि.२५ ऑक्टोंबर २०२६ ❑ पाने ६ ❑ मूल्य:निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)



दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्था, सातारा
व
ज्योतिर्मय प्रकाशन, पुणे

आयोजित

ज्योतिर्मय दीपावली - २६
प्रकाशन सोहळा

दिवाळी आणि दिवाळी अंक हे समीकरण शेकडो वर्षापासून चालत आलेले आहे आणि ते अखंड चालत राहणार, कारण दिवाळी अंकाशिवाय दिवाळी अधुरी आहे. “ज्योतिर्मय दीपावली” या नावातच सर्व काही सामावलेले आहे. साहित्याने नटलेला, संपूर्ण कुटुंबासाठी आणि कुटुंबातील प्रत्येकासाठी या अंकात खूप काही आहे.

रविवार, दि. २५ ऑक्टोबर २०२६, कोजागिरी पौर्णिमेच्या शुभमुहूर्तावर “ज्योतिर्मय दीपावली” चे प्रकाशन

श्री. शिरीष चिटणीस

साहित्यिक व संस्थापक-चेअरमन,
दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्था, सातारा
यांच्या शुभहस्ते

ज्योतिर्मय परिवारातील सर्व साहित्यिकांना या प्रकाशन सोहळ्याचे साक्षीदार होण्याचे नम्र आवाहन.

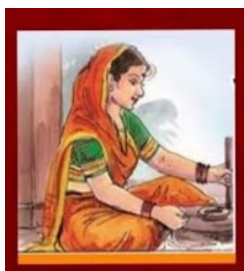
ज्योतिर्मय दीपावली - २६ मधील साताऱ्याचे साहित्यिक

ॲड. शुभदा कुलकर्णी • वैशाली महाडिक • रंजना सानप • स्नेहल यादव • सुरेखा शेजवळ
दीपाली गुरव • विजया देशपांडे • प्रदीप केळुस्कर • माधुरी पळनीटकर • सविता कारंजकर

विनीत
दीपलक्ष्मी नागरी सहकारी पतसंस्था, सातारा

संजय व्यापारी
संपादक, ज्योतिर्मय, पुणे

प्रकाशन स्थळ : दीपलक्ष्मी सांस्कृतिक हॉल, शनिवार पेठ, सातारा
दिनांक व वेळ : रविवार, दि. २५ ऑक्टोबर २०२६, सकाळी ११ वाजता



जात्यावरच्या ओव्या......

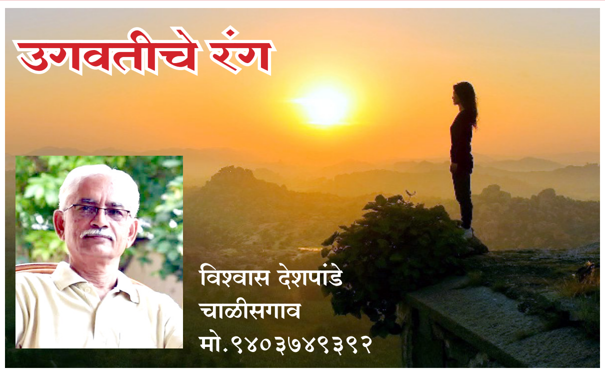
नाही पडलास पाण्या
कणस कोवळे वाळले
पाहून तुझा कोप
आत आतडे तुटले ||९०५||

नाही पडलास पाण्या
घोर लावलास जीवा
कस फेडू आता रिणं
देवा तुम्ही वाट दावा ||९०६||

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

मनोपनिषद अर्थात मनाचे श्लोक-भाग ८२

ज्योतिर्मय साहित्य



देवांनी आणि राक्षसांनी मिळून समुद्रमंथन केले. त्यातून दिव्य अशा चौदा रत्नांसोबतच हलाहल (जहाल विष) देखील बाहेर आले. त्यामुळे सर्व प्राणिमात्रांच्या आणि सृष्टीच्या अस्तित्वालाच धोका उत्पन्न झाला. भगवान शंकरांनी हे हलाहल प्राशन करून सर्व सृष्टी आणि प्राणिमात्रांचे रक्षण केले. पण त्यांचा अंगाचा तीव्र दाह होऊ लागला. तो कशानेच शांत होईना. त्या हलाहलाने त्यांचा कंठ निळा झाला. ते नीलकंठ म्हणून ओळखले जाऊ लागले. विषाचा दाह शांत होण्यासाठी त्यांनी शीतल चंद्र मस्तकी धारण केला. गंगेला देखील मस्तकी धारण केले. पण शेवटी रामनामानेच त्यांचा दाह शांत झाला.

जालीमातील जालीम विषाचा देखील ज्या औषधाने दाह शांत होतो, असे औषध म्हणजे रामनाम आहे. सर्व भव म्हणजे संसाराचे भय हरण करणारे, दुःख दूर करणारे असे हे औषध आहे. ज्याप्रमाणे श्रीरामाचा बाण अचूक शरसंधान करतो, तसे रामनाम म्हणजे रामबाण औषध आहे. आधुनिक विज्ञानाने देखील रामनामाचे महत्व मान्य केले आहे. आजचे मानसशास्त्र आणि न्यूरो सायन्स रामनाम हे प्रभावी साउंड थेरपी आणि ध्यान पद्धतीसाठी अत्यंत उपयुक्त असल्याचे स्पष्ट करतात. तणावमुक्तीसाठी रामनाम ऊर्जा प्रदान करणारे असल्याचे ही आधुनिक शास्त्रे मान्य करतात.

प्रत्यक्ष भगवान शंकर जेव्हा रामनामाच्या आश्रय घेतात तेव्हा आपल्यासारख्या सामान्य नराची काय कथा ? संत तुलसीदासजी म्हणतात, '' रामनाम में पावत पावन, रवी तेजोमय चंद्र सुधा धन.'' रामनाम हे पावन करणारे आहे. ज्याप्रमाणे सूर्याचा तेज आणि चंद्राची शीतलता आपल्याला जीवन प्रदान करते, तसेच हे रामनाम सर्व सुख, परम शांती आणि ऊर्जा देणारे आहे.

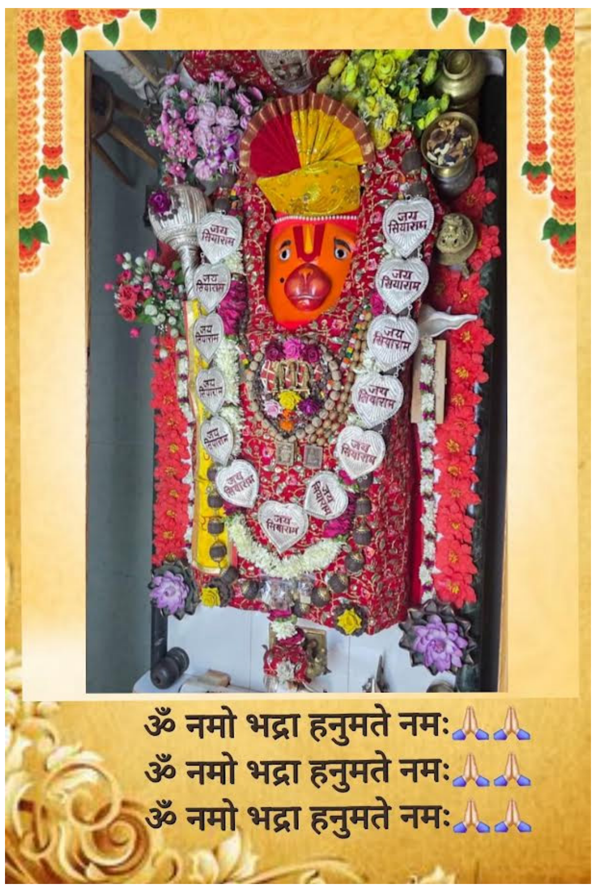
स्वसंवाद : १. ज्याप्रमाणे भगवान शंकरांनी विषाचा दाह शांत करण्यासाठी रामनामाचा आश्रय घेतला, तसा मी माझ्या आयुष्यातील राग, मत्सर किंवा चिंतेचा दाह शांत करण्यासाठी नामस्मरणाचा आधार घेतो का?

२. ''मुखामध्ये रामनाम येणे किंवा त्याची गोडी वाटणे हे भाग्याचे लक्षण आहे,'' हे लक्षात घेऊन मी माझ्या या परम भाग्याचा रोज सुयोग्य वापर करतो का?

३. माझ्या आराध्य दैवताच्या नामावर आणि मंत्रावर माझी संपूर्ण आणि अनन्य श्रद्धा आहे, की माझे मन अजूनही डळमळीत होत असते?

४. संत तुलसीदासांनी म्हटल्याप्रमाणे, रामनामातील सूर्याचे तेज आणि चंद्राची शीतलता अनुभवण्यासाठी मी दिवसातून काही क्षण तरी शांत चित्ताने नाम घेतो का?

(क्रमशः)



|| संजय उवाच... ||

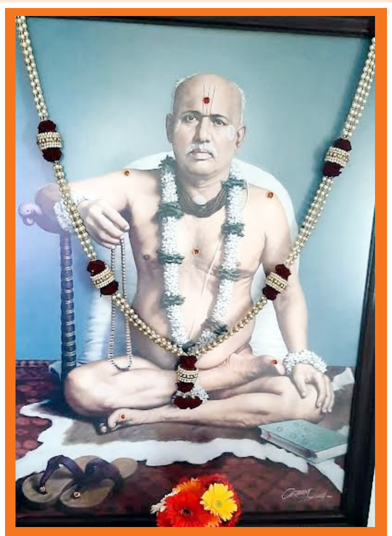
@संजय काव्या पुणे 7743918559

✍️ शिक्षण

शिक्षण हे केवळ पुस्तकी ज्ञानातून नाही तर माणूस प्रत्येक घटनेतून, प्रत्येक अनुभवातून, प्रत्येक प्रसंगातून शिकत असतो व हे शिक्षण त्याला आयुष्य समृद्ध करण्यास मदत करते म्हणून माणसाने कायम शिकत रहावे.

(हे माझे मत आहे पटले तर घ्यावे)

नाम निष्ठेने घ्यावे



श्री ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज

ज्योतिर्मय साहित्य

नाम श्रद्धेने घेणे म्हणजे काय ? तर आपल्या गुरूने, किंवा ज्याच्याबद्दल आपली पूज्य भावना असते अशा व्यक्तीने, सांगितले म्हणून घेणे. अशा श्रद्धेने नाम घेणाऱ्याच्या मनात शंका येत नाही. ही स्थिती फार भाग्याची, पण तितकीच दुर्मिळ. निष्ठेने नाम घेणे म्हणजे शंकारहित नाम घेणे. शंका अनेक तऱ्हेच्या असतात. नाम घेताना भगवंताकडे लक्ष नसले तर त्या नामाचा उपयोग आहे की नाही, नाम घेताना बैठक कोणती असावी, दृष्टी कशी असावी, शुचिर्भूतपणेच नाम घ्यावे किंवा कसे, अशा तऱ्हेच्या अनेक शंका मनात येतात. थोडक्यात असे म्हणता येईल की, आपण जे नाम घेतो ते भगवंतापर्यंत पोहोचते की नाही, ह्या एका शंकेत सर्व शंकांचा समावेश होतो. भगवंत आणि त्याचे नाम एकरूपच असल्याने त्या दोहोंच्या आड काहीच येऊ शकत नाही. एखाद्या व्यक्तीच्या पाठीमागून आपण चाललो असताना आपल्या तोंडून त्याचे नाव उच्चारले गेले तर तो लगेच मागे वळून बघतो. ही जर मनुष्याची स्थिती, तर भगवंताच्या बाबतीत त्याचे नाव त्याच्यापर्यंत पोहोचत नाही हे कसे शक्य आहे ? खरे पाहिले तर भगवंताचे नाव त्याच्याच कृपेने आपल्या मुखात येते; म्हणजे त्याचे नाव तोच घेत असतो; मग नाम भगवंतापर्यंत पोहोचते की नाही ह्या शंकेला वावच कोठे राहिला ? समजा, दोन माणसे जेवायला बसली. त्यांतल्या एकाच्या मनात काही विचार घोळत असून त्याचे जेवणाकडे लक्ष नव्हते, पण हाताने तोंडात एकेक घास घालण्याचे काम चालू होते. दुसरा इसम मात्र लक्षपूर्वक जेवण जेवीत होता. दोघेही जेवून उठले. ह्यात उपाशी कोण राहिला ? दोघांचीही पोटे भरलीच ! तसे, नाम घेतल्यानंतर त्याचा उपयोग झाला नाही असे कसे होईल?

समजा, आपण परगावच्या एका अनोळखी इसमाला पत्र लिहून त्याला बोलाविले; तो आला, आणि त्याने सांगितले की, 'तुम्ही ज्याला पत्र पाठविले तोच मी', तर त्याच्या वचनावर विश्वास ठेवून आपण त्याला जवळ करतो. तसे, भगवंताने सांगितले आहे की, 'जेथे माझे नाम तेथे मी पुरुषोत्तम'; तर मग या वचनावर विश्वास ठेवून नाम घ्यावे आणि त्यातच त्याला पहावे, असे का करता येऊ नये ? हीच श्रद्धा. आपण ज्याचे पोटी जन्माला आलो त्याचेच नाव आपण आपल्या नावापुढे लावतो, तसे भगवंताच्या बाबतीत करावे. त्याचेच नावाने जगावे; म्हणजे माझा सर्व कर्ता, रक्षिता, तो एकच असून, त्याच्याशिवाय माझे या जगात दुसरे कोणीही नाही, या भावनेने राहावे. असा जो भगवंताचा होतो, त्याचे महत्त्व भगवंत स्वत:पेक्षाही जास्त वाढवतो.

नामाने भगवंताची प्राप्ती होणार ही खात्री असावी. अशा नामालाच ' निष्ठेचे नाम ' असे म्हणतात.

|| अध्यात्म ||

मधुकर बोरीकर, पुणे

आपले सण, आपले उत्सव शारदीय नवरात्र

■ ललिता पंचमी

तुळजापूर येथे या दिवशी मातेला विशेष अलंकार घालून महापूजा केली जाते. यात मुरली अलंकार, शेषाद्री महा अलंकार, भवानी अलंकार ,असे विविध अलंकार द्वारे मातेला सजविण्यात येते.

■ दुर्गाष्टमी

या दिवशी महा अलंकार पूजा असते. देवीला महिषासुर मर्दिनी स्वरूपात सजवितात. यानंतर होम हवन होते, व पूर्णाहूती दिल्या जाते.

■ महानवमी

होम हवन, घटोत्थापन, विशेष पूजा व सायंकाळी शहराच्या सीमेवर शमीपूजन केले जाते.

विजयादशमी

नगरच्या मानाच्या पलंग पालखी मध्ये तुळजा भवानीचे सीमोलंघन होते.

■ पौर्णिमा

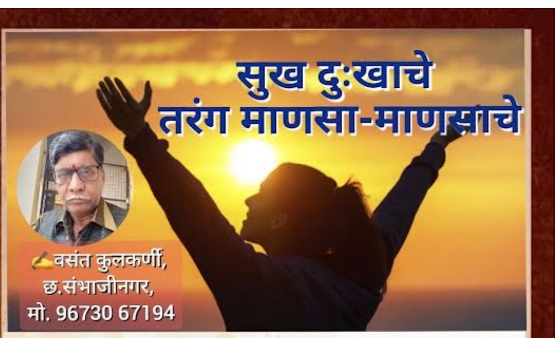
नवरात्र महोत्सव तुळजापूर येथे विजयादशमीला संपत नाही, तर कोजागिरी पौर्णिमेच्या मध्यरात्री, देवीची मूर्ती मुख्य चांदीच्या सिंहासनावर प्रतिष्ठापित केली जाते. या दिवशी सोलापूरच्या शिवलाल तेली समाजातर्फे मानाच्या काठ्या येतात. पुढील तीन दिवस काठ्या सोबत छबिना निघत असतो.

अशा रीतीने जगत् जननी माता भगवती हिचा उत्सव मोठ्या आनंदाने आणि भक्तिभावाने नवरात्रात साजरा होतो.

मातेच्या या क्षेत्रांना नवरात्रात आपण प्रत्यक्ष भेट द्यावी अशी प्रत्येकाची इच्छा असते, पण निदान जाणे शक्य झाले नाही तर, मानसिक दृष्टीने आपण या क्षेत्रांना भेट देऊन येवुयात. मातेला विनम्र भावाने प्रणाम करून हा भाग इथे संपवुयात.

जय जगदंब जय जगदंब

सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे



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

भौतिक विकास पण कसा ?

मित्रांनो आणि वाचकहो, आज मी तुम्हाला विकास व प्रगती म्हणजे काय? तो कसा असावा कसा नसावा याबद्दल माझ्या मतीप्रमाणे सांगतो. बघा हा उपदेश नाही. फक्त मनात आले तसे लिहिले. तर आज सर्वत्र प्रगती समृद्धी आहे हातात जग, बसायला गाडी, राहायला माडी पण या विकासातून जीवनात गोडी नसेल तर.. तसे आपल्या कर्तृत्वाने आपण सर्व क्षेत्रे पादाक्रांत केली पण आपण आपल्या जीवनात कसे वागतो, काय बदल होत आहे.. काय मिळवले आणखी सोपे म्हणजे अन्न भरपूर पण निकस, त्याने पोषण होत नसेल तर? हाच नियम जीवनाला लागू पडतो. बालपण-युवा-वृद्धत्व हे तुम्ही बुद्धी विचार कार्य व पुढच्या पिढीला काय? याचा विचार करून केले तर तो विकास योग्य. जरी आज गावागावात विज, बस, मोबाईल घरेदारे रस्ते, शेती शिक्षण आरोग्य निसर्गाला हात न लावता, म्हणजे त्याची लय योग्य विनम्रता न ठेवता केला का? आपण लहानपणी योग्य आहार विहार विचार शिक्षण अन्न व पर्यावरणात वाढलो तर युवा व प्रौढपणी ऊपयोग होईल. बरोबर ना. हाच नियम सर्व अवस्थेत, सर्व क्षेत्रात, सर्व ठिकाणी, सर्व प्रगती व विकासात, सर्व घराघरात, सर्व शहरी लावला तरच आणि तिच खरी प्रगती नाही तर भाराभर चिंध्या. असो आज एवढे पुरे करतो व मी थांबतो आपण वाचत राहा सुख दुःखाचे तरंग माणसा-माणसाचे. आपला दिवस आनंदी जावो हिच गुरू चरणी प्रार्थना. सुप्रभात.

गार पाणी पिण्याचे दुष्परिणाम

ज्योतिर्मय साहित्य

पचनक्रिया मंदावते : गार पाणी प्यायल्याने पचनक्रिया मंदावते. त्यामुळे अन्न पचायला वेळ लागतो. अपचन, गॅस, ॲसिडिटी यांसारख्या समस्या उद्भवू शकतात.

घसा खवखवणे : घसा खवखवण्याची समस्या उद्भवू शकते. थंड पाणी प्यायल्याने घशातील रक्तवाहिन्या आकुंचन पावतात, ज्यामुळे घसा खवखवतो.

हृदयावर परिणाम : हृदयाची गती कमी होते. यामुळे हृदयावर ताण येतो आणि हृदयाशी संबंधित समस्या उद्भवू शकतात.

डोकेदुखी : थंड पाणी प्यायल्याने मेंदूतील रक्तवाहिन्या आकुंचन पावतात, ज्यामुळे डोकेदुखी होते.

शरीरातील पोषक तत्वे कमी होतात : गार पाणी प्यायल्याने शरीरातील रक्तवाहिन्या आकुंचन पावतात, ज्यामुळे शरीराला आवश्यक पोषक तत्वे मिळत नाहीत.

वजन वाढणे : गार पाणी प्यायल्याने शरीरातील चरबी पचायला वेळ लागतो, ज्यामुळे वजन वाढते.

रोगप्रतिकारशक्ती कमी होते : शरीराची रोगप्रतिकारशक्ती कमी होते. शरीरातील पांढऱ्या रक्तपेशींची संख्या कमी होते, ज्यामुळे शरीराला रोगांशी लढणे कठीण होते.

सांधेदुखी : थंड पाणी प्यायल्याने सांध्यांमधील रक्तवाहिन्या आकुंचन पावतात, ज्यामुळे सांध्यांमध्ये वेदना होतात.

सर्दी आणि खोकला : थंड पाणी प्यायल्याने घशातील श्लेष्मा जाड होतो, ज्यामुळे सर्दी आणि खोकला होतो.

मासिक पाळीतील समस्या : मासिक पाळी दरम्यान गार पाणी प्यायल्याने महिलांना अधिक त्रास होऊ शकतो. गर्भाशयातील रक्तवाहिन्या आकुंचन पावतात, ज्यामुळे मासिक पाळीत अधिक वेदना होतात.

अन्नातील पोषक तत्वे शोषण्यास अडथळा : पचनक्रिया मंदावते, ज्यामुळे शरीराला अन्नातील पोषक तत्वे शोषण्यास त्रास होतो.

शरीरातील ऊर्जा कमी होते : थंड पाणी प्यायल्याने शरीरातील चयापचय क्रिया मंदावते, ज्यामुळे शरीराला ऊर्जा कमी मिळते.

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

प्रभातपुष्प

षटकोळी माझी

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

कोजागिरी पौर्णिमा

शुभ्र चंद्राच्या प्रकाशात
सारे मिळूनी आज
अंबेचे गुणगान करावे
कोजागिरी पौर्णिमेचे महत्व
आहे खुपच खास
दुध अटऊनी प्यावे

गप्पा,गोष्टी,गाण्यांची
मैफील आज जमता
अपार आनंद मनी
चंद्र प्रकाशातील दूध
अमृतासम सुंदर,चविष्ट
कोजागिरी साजरी अंगणी

॥ ज्योतिर्मय ॥

Online Journal of Literature....

साहित्याचे विद्यापीठ

❑ पुणे ❑ वर्ष २ रे ❑ अंक २२० वा ❑ भारतीय सौर दिनांक ०३ कार्तिक शके १९४८, रविवार दि.२५ ऑक्टोंबर २०२६ ❑ पाने ६ ❑ मूल्य:निशुल्क (खासगी वितरणासाठी)

विशेष लेख...

मंदिराची संपत्ती देवाचीच, सरकार केवळ विश्वस्त

– प्रा डॉ सुधीर अग्रवाल

ज्योतिर्मय साहित्य

भारतीय न्यायव्यवस्थेच्या इतिहासात धार्मिक संस्थांचे व्यवस्थापन आणि त्यांच्या मालमत्तेची मालकी यावर नेहमीच सखोल चर्चा झाली आहे. मंदिरांच्या मालमत्तेवर नेमका कोणाचा अधिकार असतो, हा प्रश्न अनेकदा वादग्रस्त ठरला आहे. याच संवेदनशील आणि गुंतागुंतीच्या प्रश्नावर सर्वोच्च न्यायालयाने नुकताच एक अत्यंत महत्त्वपूर्ण आणि ऐतिहासिक स्वरूपाचा निकाल दिला आहे. या निकालाने हे स्पष्ट केले आहे की, मंदिराची मालमत्ता ही पूर्णतः देवाची असते आणि सरकार त्यावर केवळ देखरेख किंवा नियंत्रण ठेवणारे विश्वस्त असते. सरकार कोणत्याही परिस्थितीत अशा धार्मिक मालमत्तेचे मालक होऊ शकत नाही किंवा स्वतःच्या सोयीसाठी ती हडपू शकत नाही. हा निकाल देशातील मंदिर व्यवस्थापन आणि धार्मिक देणग्यांचे संरक्षण या दृष्टीने एक मोठा कायदेशीर मापदंड प्रस्थापित करणारा आहे.

हा संपूर्ण वाद तामिळनाडू राज्याशी संबंधित आहे. इरोड जिल्ह्यातील कोडुमुडी गावातील नागपालयम मरियम्मन-पोन्नाचियाम्मन या मंदिराच्या जमिनीबाबत हा खटला उभा राहिला होता. ऑगस्ट २०१७ मध्ये या मंदिराच्या एका तात्पुरत्या विश्वस्ताने अधिकारांचा गैरवापर करत मंदिराची १ एकर आणि १० सेंट इतकी जमीन थेट तामिळनाडू सरकारला एका बक्षीसपत्राद्वारे दान केली होती. विशेष म्हणजे, या जमिनीवर राज्य सरकारने स्वतःच्या प्रशासकीय कामासाठी चक्क तालुका कार्यालय उभारण्याचा निर्णय घेतला आणि जमिनीची अधिकृत नोंद सरकारी दप्तरी करून घेतली. या बेकायदेशीर हस्तांतरणाला आणि बक्षीसपत्राला काही जागरूक भक्तांनी मद्रास उच्च न्यायालयात आव्हान दिले होते. परंतु, मार्च २०१९ मध्ये उच्च न्यायालयाने त्यांची याचिका फेटाळून लावली आणि सरकारच्या बाजूने कौल दिला. त्यानंतर न्यायाच्या शोधात हे प्रकरण देशाच्या सर्वोच्च न्यायालयात पोहोचले.

याच के. रामलिंगम विरुद्ध तामिळनाडू सरकार या खटल्याचा अंतिम निकाल सर्वोच्च न्यायालयाचे न्यायमूर्ती पी. एस. नरसिंहा आणि न्यायमूर्ती आलोक अराधे यांच्या खंडपीठाने १६ ऑक्टोबर २०२६ रोजी सुनावला. या प्रकरणाची सखोल सुनावणी करताना न्यायालयाने अत्यंत कडक शब्दांत ताशेरे ओढले. भारतीय कायद्यानुसार हिंदू देवतेला एक कायदेशीर व्यक्ती म्हणून मान्यता दिलेली आहे. त्यामुळे संपत्तीची मूळ मालक ही देवताच असते, हे न्यायालयाने अधोरेखित केले. मंदिराची जमीन ही मूळतः देवतेच्या पालनपोषणासाठी आणि देखभालीसाठी दान केलेली इनाम मालमत्ता असते. तामिळनाडू हिंदू धार्मिक आणि धर्मादाय देणगी कायद्याच्या कलम ४१ नुसार, अशा इनाम जमिनीचे बक्षीसपत्र किंवा हस्तांतरण बेकायदेशीर ठरते. सार्वजनिक हिताच्या नावाखाली सरकारने प्रशासकीय इमारत बांधण्यासाठी देवतेची संपत्ती फुकटात किंवा दानाच्या स्वरूपात बळकावणे हा कायद्याचा मोठा भंग असल्याचे न्यायालयाने स्पष्ट केले.

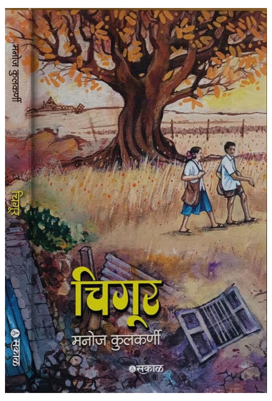
सर्वोच्च न्यायालयाने केवळ कायदेशीर तत्त्वे सांगून न थांबता या प्रकरणात ठोस आणि दंडात्मक कारवाई देखील केली. उच्च न्यायालयाचा निर्णय फिरवत सर्वोच्च न्यायालयाने ते बक्षीसपत्र मुळातच बेकायदेशीर ठरवून रद्दबातल केले. मात्र, या जमिनीवर सार्वजनिक निधीतून आधीच तालुका कार्यालय बांधून पूर्ण झाल्याने, राष्ट्रीय संपत्तीचे नुकसान टाळण्यासाठी न्यायालयाने ती इमारत पाडण्याचा आदेश दिला नाही. त्याऐवजी, राज्य सरकारने ती जमीन भाडेतत्त्वावर वापरावी असा व्यावहारिक मार्ग काढला. जमिनीचे मासिक भाडे १३,२३५ रुपयांवरून वाढवून थेट ३१,००० रुपये करण्यात आले. हे वाढीव भाडे ८ मार्च २०१९ पासून पूर्वलक्षी प्रभावाने लागू करण्यात आले असून दर तीन वर्षांनी त्यात कायदेशीर वाढ करण्याचे बंधनही घालण्यात आले आहे. याव्यतिरिक्त, चुकीच्या कायदेशीर प्रक्रियेचा अवलंब केल्याबद्दल तामिळनाडू सरकारला १,००,००० रुपयांचा दंड ठोठावण्यात आला असून, ही रक्कम ८ आठवड्यांच्या आत मंदिराला देण्याचे आदेश दिले आहेत.

हा महत्त्वपूर्ण निकाल देशभरातील सरकारी नियंत्रण असलेल्या मंदिरांसाठी एक दिशादर्शक खूणगाठ आहे. आजवर अनेकदा असे निदर्शनास आले आहे की, सार्वजनिक हिताचे कारण पुढे करत धार्मिक संपत्तीचा वापर इतर कामांसाठी केला जातो. परंतु, या निकालाने व्यवस्थापन आणि मालकी यातील सीमारेषा अतिशय ठळक केली आहे. सरकारी अधिकाऱ्यांनी केवळ मालमत्तेचे नियमन, देखरेख आणि संवर्धन करण्यावरच आपले लक्ष केंद्रित केले पाहिजे. देवतेच्या संपत्तीचे पावित्र्य राखणे आणि तिचे मूळ उद्दिष्ट अबाधित ठेवणे ही केवळ भाविकांचीच नव्हे, तर लोकशाहीत सरकारचीही मोठी जबाबदारी आहे, हाच व्यापक आणि स्पष्ट संदेश यातून दिला गेला आहे.

मनोज कुलकर्णी यांच्या चिगूर कादंबरीला ‘अक्षरबंध प्रतिष्ठानचा राज्यस्तरीय पुरस्कार

ज्योतिर्मय साहित्य

नाशिक – लेखक आणि पत्रकार मनोज कुलकर्णी यांच्या चिगूर कादंबरीला यंदाचा ‘अक्षरबंध प्रतिष्ठानचा मानाचा राज्यस्तरीय पुरस्कार जाहीर झाला आहे. अक्षरबंध प्रतिष्ठानतर्फे आयोजित केलेल्या २०२४-२०२५ च्या राज्यस्तरीय ‘अक्षरबंध साहित्य पुरस्कारांची घोषणा आज प्रतिष्ठानचे अध्यक्ष प्रवीण जोंधळे यांनी केली.



अक्षरबंध पुरस्कारासाठी राज्यभरातून आणि राज्याबाहेरील साहित्यिकांच्या तीनशे साहित्यकृती आल्या होत्या. पुरस्काराचे स्वरूप प्रत्येक साहित्यकृतीसाठी रोख रुपये ३००० आणि स्मृतिचिन्ह असे आहे. पुरस्कारांमध्ये सर्वोत्कृष्ट कादंबरीसाठी छत्रपती संभाजीनगर येथील लेखक मनोज कुलकर्णी यांच्या ‘चिगूर कादंबरीची निवड करण्यात आली.

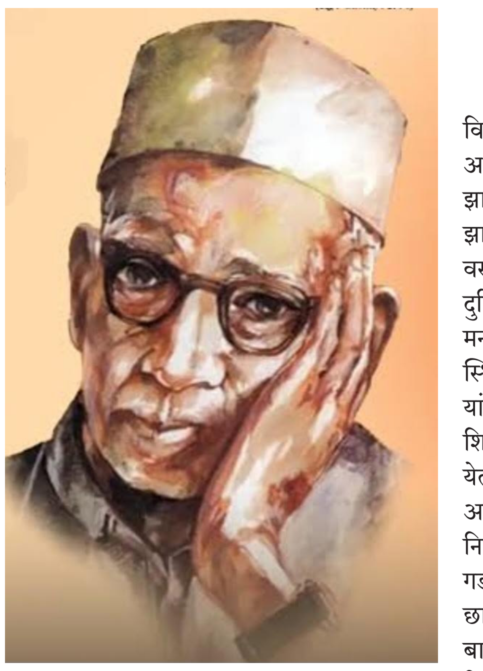
कथासंग्रहासाठी मुंबई येथील डॉ. सुनीता चव्हाण यांच्या ‘इच्छामरण, काव्यसंग्रहासाठी चांदवड येथील सागर जाधव यांच्या ‘माती मागतेय पेनकिलर, बालसाहित्यासाठी घुणकी, कोल्हापूर येथील डॉ. श्रीकांत पाटील यांच्या ‘सागरलाटा, समीक्षाग्रंथासाठी सोलापूर येथील डॉ. शिवाजी शिंदे यांच्या ‘निवडक स्त्री आत्मकथने, ललितसंग्रहासाठी ठाणे येथील डॉ. नरेंद्र पाठक यांच्या ‘वानोळा, आत्मकथनासाठी वडगाव, पुणे येथील संतोष शिंदे यांच्या ‘पटयारा आणि अनुवादासाठी पुणे येथील विद्या अंबिके यांच्या ‘भाषा देहबोलीची या साहित्यकृतींची परीक्षकांनी निवड केली आहे.

या सर्व पुरस्कारांचे वितरण नाशिक येथे लवकरच करण्यात येणार असल्याची माहिती उपाध्यक्ष सप्तर्षी माळी यांनी दिली. यावेळी सचिव डॉ. साई बागडे, कोषाध्यक्ष सुवर्णा घुगे, विश्वस्त कल्याणी बागडे, डॉ. गणेश मोगल, योगेश विधाते आदी उपस्थित होते.

तेथे कर माझे जुळती

ज्योतिर्मय साहित्य

ज्ञानपीठ विजेते साहित्यिक वि.स.खांडेकर यांनी कोल्हापूर येथे १९६३ साली आंतरभारती विद्यालय चालू केले. त्या विद्यालयातील ८ वी च्या पहिल्या बॅचचे विद्यार्थी हे प्राचार्य सुनीलकुमार लवटे हे होते. त्यांना खांडेकर यांचा ओळीने ४ वर्षे सहवास आणि मार्गदर्शन मिळाले. लवटे सरांचे आयुष्य घडविण्यात खांडेकर यांचा मोठा सहभाग.वि.स. खांडेकर निधन पावल्यानंतर या शाळेचे नामकरण वि.स. खांडेकर प्रशाला विद्यालय करण्यात आले आहे. प्राचार्य सुनिलकुमार लवटे यांनी वि.स. खांडेकर यांचे अप्रकाशित साहित्य पुस्तकरूपाने प्रकाशित करण्याचा ध्यास घेऊन आतापर्यंत बत्तीस पुस्तके प्रकाशित केली असून आठ पुस्तके लवकरच ते प्रकाशित करीत आहेत. माझ्या लोकमंगल ग्रुप शिक्षण संस्थेच्या लोकमंगल हायस्कूल नागेवाडी-कुशी या शाळेसाठी वि.स. खांडेकर यांचे साहित्यावरील ग्रंथसंपदा लवटे सरांनी भेट दिलेली आहे. वि.स. खांडेकर यांचे जिथे जिथे लिखाण आढळेल ते वाचण्याचा माझा प्रयत्न असतो. विशेषतः वि.स.खांडेकर हे नव्या उमेदीच्या साहित्यिकांना बळ देण्याचे, त्यांची ग्रंथसंपदा प्रकाशक मिळवून देऊन प्रकाशित करण्यासाठी धडपडत असत. वि.वा. शिरवाडकर (कुसुमाग्रज) यांचे पहिले कवितेवरील पुस्तक विशाखा हे वि.स. खांडेकर यांनी प्रकाशित केले होते.



१९३१ च्या सुमारास वि.स. खांडेकर पणजीला व्याख्यानाच्या निमित्ताने गेले होते. ज्यांच्या घरी ते उतरले होते, त्यांनी दुपारी जेवण झाल्यानंतर खांडेकर यांना चाळण्याकरीता म्हणून वर्तमानपत्रे आणि पुस्तके दिली. त्यातले प्रतिभा हे बा.भ.बोरकर या गोमंतकीय कवीचे पुस्तक खांडेकर चाळत होते. या पुस्तकातील पहिल्या कविता वाचत असताना त्या कवितांमध्ये क्वचितच सुंदर शब्दरचना असल्याचा त्यांना प्रत्यय आला. बालकवींच्या आणि तांब्याच्या छायेत वाढलेल्या एका होतकरू कवींची रचना यापेक्षा त्या काव्यसंग्रहाला अधिक महत्व द्यायला वि.स.खांडेकर तयार नव्हते. झोपेची गुंगी वाढत असतानाच प्रतिभा या काव्यसंग्रहातील माझी आगबोट ही कविता खांडेकर यांच्या नजरेला पडली. माझी आगबोट या कवितेतला किनाऱ्यापासून दूरदूर जाणाऱ्या कवितेतला विरही प्रवासी म्हणतो...

आशेने मी आकाशात पाहियलें जधी
तुझी प्रेमपुष्पें शुभ्र आली वाटे तधी
परि हाय । पक्षी ते ग, स्वैर वा-यामधी
सान बाळापरी मज कुणी फसवीत ग ?

या कवितेने खांडेकर यांना बोरकरांच्या विषयी मोठे कुतूहल निर्माण झाले. नाद, शब्द, अर्थ, कल्पना, भावना या सर्वांचे या कवितेत झालेले सुरस संमेलन पाहून खांडेकर चकित झाले. लहान मुलाने खेळायला घेतलेल्या विविध वस्तूंत एखाद्या कुशल शिल्पकाराने बनविलेली दुर्मिळ मूर्ती आढळावी, अशी खांडेकर यांच्या मनाची प्रतिभा या संग्रहातील ही कविता वाचून स्थिती झाली. खांडेकर यांनी बा.भ. बोरकर यांची लगेचच चौकशी केली. बोरकर मुंबईत शिक्षक आहे हे कळल्यावर ते जेव्हा गोव्यात येतील तेंव्हा शिरोड्याला येऊन त्यांना भेटावे असा निरोप ठेऊन ते शिरोड्याला परतले. पण या निरोपाबरोबर वि.स.खांडेकर यांचे गुरु राम गणेश गडकरी यांनी त्यांना दिलेला ‘खूप लिहा. पण छापण्याच्या मोहाला बळी पडू नका.’ हा गुरुमंत्र बा.भ.बोरकर या नवोदित कवीला देण्याचा ते विसरले नाहीत.

शिरीष चिटणीस
सातारा ७५८८६५०५१

वि.स.खांडेकर यांना त्यानंतर दोन वर्षात कोणत्याही मराठी मासिकात बा.भ. बोरकर यांची कविता पहायला मिळाली नाही. आपण दिलेल्या गुरु मंत्राचा भलताच परिणाम होऊन बा.भ. बोरकर या कविने काव्यलेखन सोडून दिले की काय हे त्यांना कळेना. पण आश्चर्य घडले. १९३३ च्या ऑगस्ट-सप्टेंबरमध्ये बा.भ.बोरकर शिरोड्याला वि.स.खांडेकर यांच्याकडे नुकतीच रचलेली कविता स्वतःशीच गुणगुणत पोहोचले. बा.भ. बोरकर त्यांच्या नव्या कविता दाखविण्यासाठी खांडेकर यांचेकडे आले होते. त्यांनी खांडेकर यांना सांगितले कि, तुम्ही सांगितल्याशिवाय मी माझा पुढचा संग्रह छापणार नाही. बोरकर यांची कलेवरची निष्ठा आणि आत्मविकासासाठी चाललेली दुर्दम्य धडपड पाहून खांडेकर चकित झाले. बोरकर यांच्या नव्या कवितांच्या रचनेत कितीतरी चांगल्या कविता होत्या. तीनचार दिवस खांडेकर यांनी बोरकर यांना आपल्या घरी मुक्कामाला ठेऊन घेऊन त्यांच्यासमवेत त्यांच्या कविता वाचल्या. गुण-दोषांची चर्चा केली. काव्यविषयी, वाङ्‌मयाविषयी खूप चर्चा केली. बा.भ.बोरकर यांची तेथे कर माझे जुळती ही कविताही यातच होती.

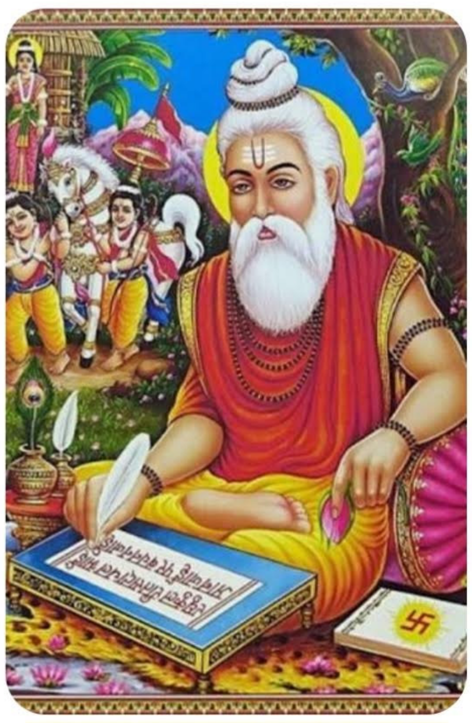
अशा प्रकारची चर्चा १९३० ते १९७० च्या दशकात साहित्यिकांमध्ये होत असे ज्याचा फायदा नवोदित लेखक-कवींना मिळत असे. ‘मनोहर’ मासिकाचा मे १९४९ सालामधील बा भ बोरकर यांच्यावरील विशेषांक आहे, ज्यामध्ये वि स खांडेकर यांचा ‘काव्यवाटिकेतील कलमी आंबा’ हा लेख आहे. या लेखात वि स खांडेकर म्हणतात,१९३३-३४ पर्यंत लिहिलेल्या कवितांपेक्षाही बोरकर यांच्या काव्यात गेल्या १५ वर्षात सर्व काव्य-गुण प्रफ ुल्लित झाले आहेत. किंबहुना निरनिराळ्या दशकांत कवितेचे निशाण डौलाने फडकत ठेवणाऱ्या आधुनिक कवींची नावे घ्यायची झाली तर केशवसुत-टिळक, बालकवि-गोविंदाग्रज आणि यशवंत-माधव जुलियन याचप्रमाणे कुसुमाग्रज-बोरकर या जोडीचाही मराठी इतिहासकारला उल्लेख करावा लागेल.

महर्षी वाल्मिकी जयंती: आद्यकवी आणि रामायणाचे शिल्पकार

ज्योतिर्मय साहित्य

कूजन्तं राम रामेति मधुरं मधुराक्षरम् ।
आरुह्य कविताशाखां वन्दे वाल्मीकिकोकिलम् ।।
यः पिबन् सततं रामचरितामृतसागरम् ।
अतृप्तस्तं मुनिं वन्दे प्राचेतसमकल्मषम् ।।

कवितारूपी वृक्षाच्या शाखेवर आरूढ होऊन ‘राम! राम!’ अशी मधुर अक्षरे मधुर स्वरात गाणाऱ्या कोकिळासमान महर्षी वाल्मीकींना मी वंदन करतो. श्रीरामांच्या चरित्ररूपी अमृतसागराचे सतत प्राशन करूनही जे अतृप्तच राहिले, त्या निष्पाप, प्रचेता ऋषींचे पुत्र असलेल्या महर्षी वाल्मीकींना मी वंदन करतो.



हिंदू पंचांगानुसार महर्षी वाल्मिकींची जयंती दरवर्षी आश्विन महिन्यातील पौर्णिमेला साजरी केली जाते. यावर्षी अश्विनी पौर्णिमा अर्थात शरद पौर्णिमा किवां कोजागिरी पौर्णिमा २६ ऑक्टोबर रोजी आहे. पौराणिक आणि प्रादेशिक आख्यायिकांनुसार, महर्षी वाल्मिकींचा जन्मोत्सव किंवा त्यांचा प्रगटोत्सव याच तिथीला मानण्याचे मुख्य कारण म्हणजे पारंपारिक लोकमान्यता. उत्तर भारत, महाराष्ट्र आणि इतर राज्यांमध्ये प्राचीन काळापासून चालत आलेल्या प्रथेनुसार आश्विन पौर्णिमेचा दिवस महर्षी वाल्मिकींच्या प्रकट होण्याशी जोडला गेला आहे.

भारतीय संस्कृतीत आणि साहित्यात महर्षी वाल्मिकी यांचे स्थान अत्यंत अद्वितीय आणि पूजनीय आहे. त्यांना संस्कृत भाषेचे आद्यकवी आणि जगातील सर्वात महान महाकाव्य असलेल्या रामायणाचे रचनाकार म्हणून ओळखले जाते.

महर्षी वाल्मिकींचे जीवन हे मानवी जीवनातील परिवर्तनाचे सर्वात मोठे आणि प्रेरणादायी उदाहरण मानले जाते.

रामायण महाकाव्याची निर्मिती: जगातील पहिली कविता

महर्षी वाल्मिकींनी रचलेले रामायण हे केवळ एक पुस्तक नसून भारतीय संस्कृतीचा पाया आहे. या महाकाव्याच्या निर्मितीमागे एक अतिशय सुंदर आणि भावनिक प्रसंग आहे. एकदा वाल्मिकी ऋषी तमसा नदीच्या काठावर विहारासाठी गेले होते. तिथे त्यांनी क्रौंच पक्षाच्या जोडप्याचे प्रेम पाहिले. तेवढ्यात एका पारध्याने (शिकारीने) बाण मारून त्यातील नर पक्षाला खाली पाडले. मादी पक्षाचा विरह पाहून वाल्मिकी ऋषींच्या मुखांतून अत्यंत दुःखात आणि करुणेने एक श्लोक बाहेर पडला:

मा निषाद प्रतिष्ठां त्वमगमः शाश्वतीः समाः।
यत्क्रौंचमिथुनादेकमअवधीः काममोहितम्।।

हा श्लोक संस्कृत साहित्यातील पहिला श्लोक मानला जातो आणि वाल्मिकींना यातूनच आद्यकवी ही पदवी मिळाली. त्यानंतर भगवान ब्रह्मा यांच्या प्रेरणेने त्यांनी महर्षी नारदांकडून प्रभू श्रीराम यांच्या संपूर्ण जीवनाची माहिती घेतली आणि २४,००० श्लोकांचे भव्य दिव्य रामायण महाकाव्य रचले.

सामाजिक संदेश आणि वाल्मिकी जयंतीचे महत्त्व

वाल्मिकी जयंतीचा सण आपल्याला केवळ एका ऋषींचे स्मरण करून देत नाही, तर तो आपल्याला परिवर्तनाचा संदेश देतो. रत्नाकरासारखा व्यक्ती जर आपल्या कर्माने आणि तपश्चर्येने महर्षी बनू शकतो, तर जगात कोणतीही व्यक्ती आपल्या वाईट सवयी सोडून महान बनू शकते.

आजच्या आधुनिक युगातही महर्षी वाल्मिकींचे विचार आणि रामायणमधील आदर्श आपल्याला योग्य मार्गावर चालण्याची प्रेरणा देतात. त्यांचे जीवन म्हणजे अंधाराकडून प्रकाशाकडे आणि पापाकडून पुण्याच्या मार्गावर जाण्याचा एक दीपस्तंभ आहे. वाल्मिकी जयंती हा दिवस आपल्याला आपल्या प्राचीन संस्कृतीचा आणि महान साहित्याचा अभिमान बाळगण्याची संधी देतो.

शांडिल्यगोत्रोत्पन्नभालेरावमुकुन्दोहऽम्
छत्रपतीसम्भाजीनगरम्
विद्युतसन्देशसम्पर्कसूत्रम् – bhalerao.mukund@gmail.com
भ्रमणभाषक्रमान्क – ८३०८८३५३१३

साहस

ज्योतिर्मय साहित्य

ढगांच्या गर्दीत भरून आलेल्या आभाळात मनही आज भरून आलं. आणि हळव्या मनाला ते चिंब चिंब करून गेलं. कधीतरी असं होत एखादी गोष्ट जिव्हारी लागते. आणि मनाला हळवी करून जाते. अशीच ती एक गोष्ट मनाला स्पर्शून गेली.

वेलीवर झाडाला आलेली फुले सगळीच सारखी नसतात हो ना! काही किती वेगळी असतात, काही जराशी दुर्लक्षित तर काही थोडीशी शांत गुमसुम आणि अशा आयुष्याच्या एका वळणावर एक कल्ली वाटेला चालताना पायाशी आलेल्या त्या अंगारातून चालताना साहसाचा, आत्मविश्वासाचा सहारा मिळतो आणि समोर दिसते ती एक सुंदर वाट. तशी ती सुंदर म्हणजे सुंदर अशी नाही. पण त्याला साहस म्हणावे तर वावगे नाही.

विचार करायचा झाला तर ओठांवर हसू आणि डोळ्यात आसू ही वाट किती दूर जाते माहीत नाही तिचा नाही अंत ना पार, खरंच कधी कधी काही चेहरे खूप काही सांगून जातात. अगदी बोलके असतात. आणि अशा त्या एका क्षणाला मन एका हळव्या वाटेवर जाऊन ढसा ढसा रडते. मुक मनाच्या हुंकारातून..

शब्दातून शब्दात गुंफते. आणि ओठांवर येतात त्या ओळी

एककल्ली वाटेला
पायाखाली अंगार
नको भीती मनी तुझ्या
जीवनाचा तूच शिल्पकार

मनाचा मनाशी संवाद होता. प्रगल्भतेच्या जाणिवा रुंदावतात आणि आत्मविश्वासाच्या बळावर आलेल्या परिस्थितीला तोंड देण्याची नैसर्गिक शक्ती जगण्याचे बळ देते. आणि जीवनाच्या वाटेवर असणारा अंधकार

बाजूला सारून चेहऱ्यावर आनंद आणण्याचा तो केविलवाणा प्रयत्न

ओठावर हसू डोळ्यात आसू
वाट किती जाते अंतपार
बांधुनी एक मुठ हिंमत
नको
हरू, देशील जीवना आकार

डोळ्यात येणाऱ्या त्या लांब अश्रूमागे आतमध्ये कुठेतरी दडलेली ती आर्त तळमळ तिचा तो अंतपार त्या हसण्यात विरून जाते. आणि मनाचे साहस हिंमत हरू न देता जीवनाला एक आकार देते.आणि नव्या वाटेवर आव्हान पेलण्यास तयार करते. आणि मग म्हणावेसे वाटते,

कवेत पेलशील तू आभाळ,

नको घेऊ तू अश्रूंचा आधार
नको सांडू उसासा ,साहसातून
होईल जीवन नौका पार.

आभाळ कवेत पेलताना जीवनारूपी सागरात आलेल्या वादळामुळे कधीतरी उसासा भरून येतो आणि असा भरून आलेला उसासा सांडताना आतून उसनत असताना आजूबाजूला सांगणारे खूप असतात पण ते म्हणतात ना ते हे ज्याचे त्यालाच सोसावे लागते. पण एक आधाराचा हात म्हणा की शब्द म्हणा की आपले पणाचा सहारा नव्या दमाने उठयाला नवी प्रेरणा देऊन जाते आणि मग..

पडले तरी चालेल, पण
तरीही नाही थांबणार
वादळात ही एक ज्योत
न डगमगता तेवत ठेवणार.

शेवटी काय प्रयत्न करणे आपल्या हातात असते. शेवटी त्याचे फळ किती मिळेल माहीत नाही.किती तरी वेळा पडले तरी वादळात एक ज्योत तेवत ठेवताना हाताला मनाला लागलेले चटके जीवन संघर्षाची कहाणी सांगून जातात. आणि जीवन संघर्षाची कहाणी ऐकताना भरून आलेल्या आभाळात सरी बरसने हे क्रमप्राप्त असावे. असे मला वाटते.

भरून आल्या आभाळात
सरीबरोबर आल्या धारा
डळमळत्या मनाच्या छेडीत तारा
आत्मविश्वासाचा मिळे त्यास
सहारा.

भरून आलेले ते आभाळ रिते होते आणि मग येतो तो स्वच्छ सुंदर श्रीप्रकाश आणि जीवनाच्या अंधारल्या वाटा स्वच्छ सुंदर नितळ दिसू लागतात. आणि सकारात्मकतेच्या एका वाटेवर प्रसन्नतेने ऊन सावल्या एका नव्या प्रवासाच्या वाटेवर मार्गस्थ होतात.

आणि अव्याहत पणे सुरू असलेला त्यांचा प्रवास सुरू राहतो.

(क्रमशः)

जिल्हास्तरीय डॉजबॉल स्पर्धेत स्वामी विवेकानंद कनिष्ठ महाविद्यालयाच्या मुली उपविजेत्या!

१९ वर्षांखालील मुलींच्या संघाची उल्लेखनीय कामगिरी; खेळाडूंचे महाविद्यालयाकडून अभिनंदन

ज्योतिर्मय साहित्य

जळगाव/गोकुळसिंग राजपूत – शालेय जिल्हास्तरीय डॉजबॉल स्पर्धेत स्वामी विवेकानंद कनिष्ठ महाविद्यालयाच्या १९ वर्षांखालील मुलींच्या संघाने उत्कृष्ट खेळाचे प्रदर्शन करत उपविजेतेपद पटकावले. या यशामुळे महाविद्यालयाच्या क्रीडा क्षेत्रातील शिरपेचात आणखी एक मानाचा तुरा रोवला गेला असून, खेळाडूंचे सर्वत्र कौतुक होत आहे.

या स्पर्धेत महाविद्यालयाच्या मुलींनी सांघिक समन्वय, जिद्द, चिकाटी आणि उत्कृष्ट खेळाच्या जोरावर अंतिम फेरीपर्यंत मजल मारली. संघाने केलेल्या या उल्लेखनीय कामगिरीमुळे महाविद्यालयाचा नावलौकिक वाढला आहे.

उपविजेत्या संघातील खेळाडू

१. पूनम प्रवीण वाणी, नयन योगेश चऱ्हाटे, कृष्णा संजय मोरे, लिना अनिल यावलकर, नंदिनी सुरेश माळी, तेजस्वी प्रकाश चौधरी, सलोनी गुणवंत पाटील, सायली गजानन घुले, पायल वाल्मीक मराठे, हर्षदा गणेश गवळी, नेहा अबरे.

या संघाला महाविद्यालयाचे क्रीडा शिक्षक डॉ. रणजीत पाटील यांचे मार्गदर्शन लाभले. त्यांच्या मार्गदर्शनाखाली खेळाडूंनी सराव, शिस्त आणि सांघिक भावना यांच्या जोरावर स्पर्धेत उल्लेखनीय कामगिरी केली. या यशाबद्दल एम.जे. स्वायत्त महाविद्यालयाचे प्रभारी प्राचार्य डॉ. केतन नारखेडे, के.सी.ई. सोसायटी कनिष्ठ महाविद्यालयाचे समन्वयक प्रा. आर. बी. ठाकरे, प्रा. स्वाती बऱ्हाटे, उपप्राचार्य प्रा. राजश्री महाजन, पर्यवेक्षिका प्रा. शिल्पा सरोदे, कला व वाणिज्य शाखेचे समन्वयक प्रा. उमेश पाटील, विज्ञान शाखेचे समन्वयक प्रा. गुणवंत वंजारी आणि जिमखाना समितीच्या चेअरमन प्रा. वर्षा पाटील यांनी खेळाडूंचे अभिनंदन केले.

यावेळी सर्व मान्यवरांनी खेळाडूंच्या मेहनतीचे व यशाचे कौतुक करत त्यांच्या पुढील क्रीडा वाटचालीसाठी शुभेच्छा दिल्या. या यशामुळे महाविद्यालयातील विद्यार्थ्यांना क्रीडा क्षेत्रात अधिक चांगली कामगिरी करण्याची प्रेरणा मिळाली आहे.

उन्नतीच्या विठाई वाचनालयाला दिडशे पुस्तकांची भेट

ज्योतिर्मय साहित्य

पुणे – वाचन संस्कृतीचा प्रसार, प्रचार आणि संवर्धन करण्याच्या उद्देशाने सुप्रसिद्ध सिनेअभ्यासक धनंजय कुलकर्णी – मांडाखळीकर यांनी स्वतःच्या संग्रहातील जवळपास दिडशे पुस्तके ग्रंथभेट स्वरुपात उन्नती सोशल फाउंडेशन अंतर्गत विठाई वाचनालयाला दिली. पिंपळे सौदागर येथील उन्नतीच्या कार्यालयात उन्नती सोशल फाउंडेशनचे संचालक संजय भिसे, विठाई वाचनालयाचे प्रमुख रमेश वाणी, आनंद हास्य योगा क्लबचे बाळकृष्ण चौधरी आदिंची यावेळी प्रमुख उपस्थिती होती.

गेल्या आठ वर्षांपासून उन्नती संस्थेतर्फे विठाई वाचनालय परिसरातील वाचकांच्या सेवेत कार्यरत असून मराठी, हिंदी , इंग्रजी भाषेतील जवळपास सात हजार पुस्तके वाचकांसाठी उपलब्ध करुन देण्यात आली आहेत. मराठी भाषेला अभिजात दर्जा प्राप्त झाल्याच्या पार्श्वभूमीवर उन्नतीच्या विठाई वाचनालयाला धनंजय कुलकर्णी यांनी भेट स्वरुपात दिलेली विविध विषयांवरील पुस्तके परिसरातील वाचकांच्या विचारसमृद्धीत निश्चितच भर घालतील असा विश्वास यावेळी संजय भिसे यांनी व्यक्त केला.

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

॥ 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

५. सद्गुरू काय करतात?याच प्रश्नाचे समर्थांचे उत्तर

तैसा नव्हे स्वामीराव । करी जन्ममृत्य वाव ।
समूळ अज्ञानाचा ठाव । पुसून टाकी ॥११॥

हेच आपल्या संपूर्ण मालिकेचे मध्यवर्ती वाक्य आहे.

गणेश–अज्ञानभ्रांतिछेदका.
शारदा–शब्दाचें अभ्यांतर उकलून दावी.
सद्गुरू–समूळ अज्ञानाचा ठाव पुसून टाकी.
म्हणजे प्रवास हळूहळू बाहेरून आत येतो.

६. मग गुरु–शिष्य भेदाचे काय?

समर्थांची नदीची उपमा आपण भाग ७ मध्ये पाहिली–

कां सरिता गंगेसी मिळाली। मिळणी होतां गंगा जली ।
मग जरी वेगळी केली। तरी होणार नाहीं सर्वथा॥१३॥

आणि–

तैसा नव्हे शिष्य वेगें । स्वामीच होये ॥१४॥

इथे "स्वामीच होये" याचा अर्थ शिष्य देहाने गुरु होतो असा नाही.

हा स्वरूपाभेदाचा तात्त्विक संकेत आहे.

गुरु शिष्याला काही नवीन आत्मतत्त्व देत नाही.

तर–"मी वेगळा आहे" या अज्ञानाचा आधारच निवृत्त होतो.

नदी गंगेत गेल्यावर नदीचे पाणी नष्ट होत नाही.

भेदाची स्वतंत्र ओळख विरघळते.

अद्वैतातही तसेच–

दोन आत्मे एक होत नाहीत;द्वैताची कल्पनाच निवृत्त होते.

७. आणि मग राघव कुठे येतो?

आता पहिल्या मनाच्या श्लोकाकडे परत येऊया–

गणाधीश जो ईश सर्वां गुणांचा ।मुळारंभ आरंभ तो निर्गुणाचा ॥
नमूं शारदा मूळ चत्वार वाचा ।गमूं पंथ आनंत या राघवाचा ॥१॥

इथे "गमूं पंथ" हा शब्द अत्यंत सुंदर आहे.

राघव म्हणजे केवळ शेवटी आठवायचे आराध्यदैवत नाही. "राघवाचा पंथ" म्हणजे साधकाने चालायचा परमार्थमार्ग.

गणेशाने–बुद्धीतील भ्रांतीचा छेद केला.
शारदेने–वाणी आणि विचाराचा अंतरंग उलगडला.
सद्गुरूने–अज्ञानाचा मूळ ठाव पुसला.
आता साधकाला चालायचे आहे–"गमूं पंथ आनंत या राघवाचा."

८. (इथे एक अत्यंत महत्त्वाची गोष्ट हा क्रम मी समर्थांनी स्वतः "गणेश = पहिली पायरी, शारदा = दुसरी, सद्गुरू = तिसरी, राघव = चौथी" असा स्पष्ट सिद्धांत मांडला आहे असे म्हणणार नाही.तसा थेट मजकूर आपल्याकडे नाही.)

महावस्त्र नात्यांचं : महावस्त्राचे पदर...

विश्वास देशपांडे, चाळीसगाव, प्रतिक्रियेसाठी : ९४०३७४९९३२

'गुरू' - अज्ञानातून प्रकाशाकडे नेणारा चैतन्यदीप

गुरूंसमोर राजाही कसा नम्र असावा, याचा हा जागतिक आदर्श आहे. प्रत्यक्ष गुरूंचे परब्रह्म असणाऱ्या भगवान दत्तात्रेयांनी सुद्धा निसर्गातील चराचराकडून शिकत २४ गुरू केले होते!

छत्रपती शिवाजी महाराज आणि समर्थ रामदास स्वामी यांच्या नात्यातील एक प्रसंग तर गुरुनिष्ठेचे अजोड उदाहरण आहे. समर्थ शिवथरघळीत असताना राजे त्यांच्या दर्शनासाठी गेले. त्या काळात महाराजांनी तांबूल (विडा) खाणे वर्ज्य केले होते. समर्थांना ही गोष्ट ठाऊक होती. तरीही निघताना समर्थांनी शिवरायांच्या हातावर स्वतः तांबूल ठेवला. महाराजांनी कोणताही विचार न करता तो लागलीच मुखात टाकला. समर्थांनी विचारले, "राजे, आपण तर तांबूल खाणे सोडले होते ना?" त्यावर शिवरायांनी दिलेले उत्तर निष्ठेची पराकाष्ठा सांगणारे होते–"स्वामी, आम्ही तांबूल भक्षण केलाच नाही; आम्ही जे काही ग्रहण केले, तो आपल्या हाताचा पवित्र 'प्रसाद' समजूनच ग्रहण केला!" अशी अढळ निष्ठा शिष्याच्या ठायी असावी लागते.

अध्यात्ममार्गात आपल्या आत्मस्वरूपाचा शोध घेणे हेच अंतिम साध्य असते. समर्थ रामदास स्वामी मनाच्या श्लोकात (श्लोक १४१) सांगतात–

"म्हणे दास सायास त्याचे करावे ।"
"जनीं जाणता पाय त्याचे धरावे ।"
"गुरु अंजनेवीण तें आकळेना ।"
"जुने ठेवणें मीपणें आकळेना ॥"

आपला धर्म, वेद आणि आत्मज्ञान म्हणजे समर्थांच्या भाषेत 'जुने ठेवणें'–अर्थात अक्षय सुखाचा गुप्त ठेवा! पण देहबुद्धी आणि 'मला सर्व कळते' या अहंकाराने तो झाकोळला जातो. पूर्वी जमिनीखाली पुरलेले गुप्त धन पाहण्यासाठी डोळ्यात सिद्ध अंजन घातले जाई. तसेच आत्मज्ञानाचा हा महानिधी पाहण्यासाठी सद्गुरूंच्या कृपेचे अंजन डोळ्यात घालावे लागते.

विचार ते विजय

लेखक - अमोल बोरीकर.मो. 86240 03013

साधेपणातलं सौंदर्य आणि सामर्थ्य

एका गावात दोन माणसं राहत होती. एकाकडे मोठा बंगला, महागडी गाडी, ब्रँडेड कपडे आणि संपत्तीचा डामडौल होता. दुसरा साध्या घरात राहणारा, साधे कपडे घालणारा आणि आपल्या कामाशी प्रामाणिक असणारा माणूस होता.

गावात एखाद्याच्या घरी दुःख आलं, तर दुसरा माणूस सर्वात आधी तिथे पोहोचायचा. कोणाच्या मुलाच्या शिक्षणासाठी मदत हवी असली, तर तो आपल्या परीने हात पुढे करायचा. वृद्ध माणसाला रस्ता ओलांडताना पाहिलं, तर त्याचा हात धरायचा. कुणाचं मन दुखावलं असेल, तर स्वतःहून माफी मागायला त्याला कमीपणा वाटायचा नाही.

एक दिवस गावात मोठा कार्यक्रम झाला. दोघांचाही सत्कार करण्यात आला. पहिल्या माणसासाठी टाळ्या वाजल्या; दुसऱ्या माणसासाठी लोकांच्या डोळ्यांत पाणी आलं.

कारण पहिल्या माणसाकडे पाहून लोकांना त्याची संपत्ती आठवत होती; दुसऱ्या माणसाकडे पाहून त्यांना त्याने दिलेलं प्रेम आठवत होतं.

त्या दिवशी गावाला एक गोष्ट समजली–माणसाची उंची त्याच्या राहणीमानाने ठरत नाही; तर त्याच्या वागण्याने, विचारांनी आणि दुसऱ्यांच्या आयुष्यात त्याने निर्माण केलेल्या आपलेपणाने ठरते.

आजच्या जगात प्रत्येकाला काहीतरी वेगळं दाखवायचं आहे. कपडे कसे आहेत, गाडी कोणती आहे, घर किती मोठं आहे, मोबाईल किती महागडा आहे, समाजात किती प्रतिष्ठा आहे–या गोष्टींवरून माणसाचं मोल ठरवण्याची सवय वाढत चालली आहे.

दुसऱ्यापेक्षा सुंदर दिसावं, अधिक श्रीमंत वाटावं, अधिक प्रसिद्ध व्हावं, यासाठी माणूस धडपडतो आहे. या धडपडीत तो कधी स्वतःच्या स्वभावापासून दूर जातो, तर कधी दुसऱ्याचं अनुकरण करताना स्वतःचं वेगळेपणच हरवून बसतो.

पण खऱ्या सौंदर्याला दिखाव्याची गरज नसते.

आईच्या चेहऱ्यावरच्या सुरकुत्यांत तिच्या त्यागाचं सौंदर्य असतं. वडिलांच्या कष्टाळू हातांत जबाबदारीचं सामर्थ्य असतं. साध्या कपड्यांत कामावर जाणाऱ्या प्रामाणिक माणसाच्या व्यक्तिमत्त्वात स्वाभिमान असतो. आणि कोणताही गाजावाजा न करता दुसऱ्याच्या डोळ्यांतील अश्रू पुसणाऱ्या हातांत माणुसकीचं खरं वैभव असतं.

यासाठी महागड्या वस्तूंची गरज नसते. लागते ती फक्त संवेदनशील मनाची!

साधेपणा म्हणजे आपल्याकडे काय नाही, याची खंत नव्हे; तर आपल्याकडे जे आहे, त्यात आनंदाने जगण्याची आणि जे नाही, त्यासाठी स्वाभिमानाने प्रयत्न करण्याची वृत्ती.

साधा माणूस म्हणजे कमकुवत माणूस नव्हे. उलट, स्वतःची किंमत सिद्ध करण्यासाठी सतत दुसऱ्याला कमी न लेखणं, यश मिळालं तरी पाय जमिनीवर ठेवणं, अपयश आलं तरी स्वतःला सावरणं आणि अधिकार असूनही नम्र राहणं–यासाठी मोठं सामर्थ्य लागतं.

ज्याला स्वतःच्या गुणांची जाणीव आहे, त्याला प्रत्येक वेळी स्वतःचं कौतुक करून घेण्याची गरज नसते. ज्याचा स्वाभिमान मजबूत आहे, तो दिखाव्यासाठी कर्जाचा बोजा उचलत नाही. ज्याचं मन समृद्ध आहे, तो दुसऱ्याच्या यशाने जळत नाही; उलट त्याच्या आनंदात सहभागी होतो.

साधेपणा माणसाला स्वतःशी प्रामाणिक राहायला शिकवतो. गरजा आणि हव्यास यांतील फरक समजावतो. अनावश्यक स्पर्धेपासून दूर ठेवतो आणि जीवनातील खऱ्या मूल्यांची जाणीव करून देतो.

जगासमोर मोठं दिसण्यासाठी मुखवटा घालावा लागतो; पण मनाने मोठं होण्यासाठी स्वतःसारखं राहण्याचं धैर्य लागतं.

स्वतःला सिद्ध करण्यासाठी आयुष्य खर्च करू नका. स्वतःला घडवण्यासाठी, माणसं जोडण्यासाठी आणि कोणाच्या तरी आयुष्यात थोडासा आनंद पेरण्यासाठी जगा.

कारण साधेपणाचं सौंदर्य चेहऱ्यावर दिसतं; पण त्याचं सामर्थ्य दुसऱ्याच्या मनात उमटतं.

आणि शेवटी माणसाच्या आयुष्याचं खरं यश हे नसतं की त्याच्याकडे किती मोठं घर होतं; तर हे असतं की त्याच्या साध्याशा उपस्थितीने किती घरांत आनंद फुलला!

मोठं होण्यासाठी श्रीमंती आवश्यक नाही; मन श्रीमंत असलं की साधं आयुष्यही असामान्य बनतं!

ज्या दिवशी तुम्ही बाह्य दिखाव्याचा पाश तोडून साधेपणाच्या मार्गावर चालायला सुरुवात कराल, त्याच दिवशी तुमच्या 'विचार ते विजय' या महाप्रवासाला एक विलक्षण ताकद, शांतता आणि खरीखुरी उंची प्राप्त होईल!

हे जरनल संपादक व प्रकाशक संजय व्यापारी यांनी विंग बी३, फ्लॅट नं.७०१, व्हिसलिंग पाम्स हौ.सो., मानकर चौक, कस्पटे वस्ती, वाकड, पिंपरी–चिंचवड, महाराष्ट्र ४११०५७ येथून प्रकाशित केले. (पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची आहे. या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या प्रत्येक बातमी, लेख व जाहिरातींशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. सर्व वाद पुणे न्यायालयाच्या कक्षेत) E-mail-jyotirmaysahitya@gmail.com, Mob. 7743818559

दवाखाना

प्रतिजैविकांचा गैरवापर

ज्योतिर्मय साहित्य

नमस्कार मैत्रांनो!

आजच्या लेखाची सुरुवात अशा कांही विचित्र आकड्यांनी करणार आहे, ज्यांच्यावरून मी लेखासाठी हा विषय का निवडलाय हे आपल्या लगोलग ध्यानात येईल.

*भारतात सेल्फ-मेडिकेशनचे (स्वतःची औषधे डॉक्टरांच्या सल्ल्याविना स्वतःच खरेदी करणे) प्रमाण सुमारे ६४% आहे. महाराष्ट्रात (बहुदा प्रगत राज्य असल्याने!) हे प्रमाण अंदाजे ७६% आहे.

*जगातील ४०% प्रतिजैविके भारतात निर्माण करण्यात येतात. मात्र डॉक्टरांच्या सल्ल्याविना आपल्या देशात अंदाजे ६२% लोक बहुदा सर्दी खोकल्यासाठी ही औषधे वापरतात (जागतिक स्तरावर हे प्रमाण अंदाजे ३०% आहे.)

*लॅन्सेट या ख्यातनाम साप्ताहिक मेडिकल जर्नलच्या एका संदर्भावर आधारित एक आकडेवारी भयचकित करणारी आहे. भारतातील दवाखान्यांत भरती झालेल्या ८३% रुग्णांच्या शरीरात बहु-औषध प्रतिरोधक जीव (मल्टी ड्रग रेझिस्टन्ट ऑरगॅनिझम्स) अर्थात सुपरबग्ज आढळतात. (हेच प्रमाण पाश्चात्य देशात, उदाहरणार्थ, अमेरिकेत २०% तर नेदरलँड्समध्ये ११% आहे.)

मंडळी, हे आकडे % प्रमाणे आहेत तेव्हा आपल्या अवाढव्य लोकसंख्येनुसार किती शून्य कुठे वापरायचे याचा विचार करता-करता डोके शिणेल.

वरील सर्व आकडे 'प्रतिजैविकांचा गैरवापर' या अतिशय महत्वाच्या डेस्टनेशन सेंटरवर येऊन थांबतात. प्रतिजैविकांचा गैरवापर म्हणजे डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय, चुकीच्या कारणासाठी किंवा चुकीच्या पद्धतीने प्रतिजैविक औषधे घेणे. आज ही एक अत्यंत गंभीर वैद्यकीय समस्या बनली आहे.

आजकाल बहुदा व्यायामात रॅपिड वॉक खूप सोपा व्यायाम म्हणून बघितला जातो. साधा रस्त्यावरील असेल तर बिनखर्चाचा, मात्र आधुनिक जिममध्ये रग्गड पैसे मोजून केलेला! हा वॉक म्युझिक ऐकत करणे तसेच स्टेप काउंट करणे खूप प्रचलित आहे. रोजचे १०००० स्टेपचे टार्गेट कम्प्लिट केल्याशिवाय कांही मंडळींना झोप लागत नाही. हे वॉक करणे जितके नॉर्मल समजल्या जाते, तितक्याच सहजरित्या प्रतिजैविके घेतल्या जातात. "मला बघा किती अत्याधुनिक एन्टीबायोटिकविषयी माहिती आहे!" इतक्यावरच न थांबता अशा (तज्ञ?) मंडळींना व्हाट्सअपवर त्याचा प्रचार आणि प्रसार झाला नाही तर रात्रीची नीट निद्रा लागत नाही. खरे पाहिले तर

ज्या विषयातले जितके कमी जाणकार, तितक्याच अधिकारवाणीने ते दर्शवणारे समाजमाध्यमी महाभाग आपल्याला आसपास नक्कीच आढळतील. त्यात काय मोठेसे म्हणता म्हणता हा प्रतिजैविकांचा गैरवापर ही मोठ्ठी वैश्विक समस्या बनली आहे.

आपण प्रतिजैविकांचा कसा आणि किती गैरवापर करतो ते बघून घेऊ!

गेल्या ६२ भागांत आपण फक्त जिवाणूंवर (बॅक्टरिया) चर्चा करतोय. जिवाणूजनित रोगांवर प्रभावी असलेल्या प्रतिजैविकांचा वापर त्याच संसर्गासाठी करायला हवा. हा अत्यंत सोपा नियम. मात्र विषाणूजनित (व्हायरस) वर अशी प्रतिजैविके वापरून आपण त्यांना निरुपयोगी बनवून टाकले आहे. ही औषधे सर्दी, खोकला, फ्लू किंवा डेंग्यू यांच्यासारख्या (विषाणूजन्य) आजारांवर तोडगा नाहीत. त्यामुळे या प्रतिजैविकांची दारुण अवस्था न घर का न घाट का अशी झाली आहे.

प्रतिजैविकांचा गैरवापर मोठ्या प्रमाणात होण्याची इतर प्रमुख कारणे बघू या.

*डॉक्टरांनी सांगितलेला प्रतिजैविकांचा पूर्ण डोस पूर्ण अवधीकरता न घेणे. ताप उतरला किंवा इतर लक्षणे कमी झाली की तो कोर्स बंद करणे. दूरदृष्टीने (?)योजनाबद्ध कार्य करत असा संसर्ग झालाच तर डॉक्टरांकडे न जाता उरलेल्या गोळ्या स्वतःच ठरवून दिलेल्या मात्रेत घेणे म्हणजे जिवाणूंना चरण्यासाठी तुमचे शरीररुपी रान मोकळे! प्रिया वाचकांना माझे नम्र निवेदन आहे की भलेही तुम्ही कोणाच्या बापाचे ऐकत नसाल, पण तुमचा ज्यांच्यावर भरवसा आहे अशा डॉक्टरकडे जाऊन त्यांचे म्हणणे लक्षपूर्वक ऐका, शंका असल्यास

लेखिका
डॉक्टर मीना श्रीवास्तव

तिथल्यातिथे त्यांच्याकडून तिचे निवारण करून घ्या. प्रतिजैविके म्हणजे लिमलेटच्या गोळ्या नव्हेत मंडळी. यात अजून महत्वाचं म्हणजे ही तुमची वैयक्तिक नसून तर सामाजिक जबाबदारी आहे. तुमच्यासारखे पाचपन्नास लोक मिळून या प्रतीजैविकांची वाट लावत आहेत. कदाचित याची व्याप्ती तुमच्या ध्यानीमनी नसेल म्हणून मी हा विषय विस्ताराने चर्चेस घेतलाय.

एकदा का कळले की डॉक्टर एका विशिष्ट संसर्गासाठी तेच विशिष्ट प्रतिजैविक देतात, मग या ज्ञानाचा उपयोग करीत आपले कुटुंबीय, शेजारी वगैरेंना तेच प्रतिजैविक वापरण्यास सांगणे, किंवा दुसऱ्याने सांगितले म्हणून ते घेणे अत्यंत चुकीचे आहे. स्वतः स्वतःचा इलाज करू नये! त्यासाठीच डॉक्टरांनी इतकी वर्षे घाम गाळून वैद्यकीय प्रशिक्षण घेतले आहे ना! ज्याचे काम त्याला करू द्या. ज्यांना महागडे इलाज परवडत नाही, त्यांच्यासाठी सरकारी रुग्णालये आहेत. गुगल गुरुजी किंवा तत्सम तथाकथित ज्ञानी स्रोतांचा वापर करून स्वतः डॉक्टर होत फार्मसीतून प्रतिजैविके विकत घेत ती खाणे: देव न करो, डॉक्टरांकडे जाण्याचा खर्च वाचवण्याच्या नादात आपल्याला अशा प्रतिजैविकांचा दुष्परिणामांमुळे दवाखान्यात डबल खर्च करावा लागेल.

कोणे एकेकाळी पेनिसिलीन हे अल्पप्रमाणात उपलब्ध असलेले प्रतिजैविक दुसऱ्या महायुद्धादरम्यान फक्त जखमी सैनिकांना देण्यात येत होते. इतकेच नव्हे तर त्यांच्या मूत्रातून ते विलग करून त्याचा वापर होत होता. 'बेडपॅनमधून प्राप्त झालेले प्रतिजैविक' म्हणून ते ओळखल्या जात होते. मात्र संशोधन करणाऱ्या प्रयोगशाळांच्या अथक प्रयत्नांतून पेनिसिलीनचे भरघोस पीक हाती लागले आणि बाजी पलटली. आता हजारो टन पेनिसिलीन तयार व्हायला लागले. पण आपले चतुर जिवाणू कच्च्या गुरुचे चेले नव्हते. प्रतिजैविकांच्या माऱ्याला हे कसे पुरून उरले, त्याच्या सुरम्य सुरस कथा सूक्ष्मजीवशास्त्रातले तज्ज्ञ आपल्या संशोधनपत्रिकांतून रंगवून सांगू लागले. जशी सैनिकांची पहिली फळी धारातीर्थी पडल्यावर नव्या जोमाने नवीन सैनिकांची कुमक पाठवण्यात येते, तद्वतच आणखी जालीम प्रतिजैविके तयार करून बाजारात उपलब्ध करण्यात आली.

हाय प्रोटीन यम्मी पिझ्झा मफिन्स

ज्योतिर्मय साहित्य

सध्याच्या धावपळीच्या लाईफस्टाईलमुळे बहुतेक जणांना कॉम्पुटर,लॅपटॉपसमोर बसून दिवसभर काम करावे लागते. त्यामुळे व्यायाम कमी आणि मानसिक ताण,थकवा यांचा परिणाम म्हणून वजन वाढते. प्रोटीन कमी पडते. विशेषतः शाकाहारी व्यक्तींना तरी प्रोटीनची खूपच कमतरता भासते. वेळे अभावी सतत बाहेरच्या चटपटीत पदार्थ, जंकफूड यांना जीभ सोकवलेली असते अशावेळी हा असा नाश्ता घेतला तर बाहेरचे चटपटीत विसरून हेच बनवून खाल,शिवाय प्रोटीन भरपूर प्रमाणात असल्यामुळे हेल्दी सुद्धा आहेच. मग वेळ कशाला दवडायचा? लगेंच पहा ना!

साहित्य:

२०० ग्राम पनीरचे चौकोनी तुकडे, अर्धी वाटी मुगाची डाळ, एक चमचा चण्याच्या डाळीचे पीठ, अर्धी वाटी बारीक चिरलेली कांद्याची पात..नसेल तर बारीक चिरलेला कांदा , बारीक चिरलेला कोबी.. कॉर्न.. टोमॅटो..सिमला मिरची सगळे मिळून एक वाटी,आवडत असतील तर मशरूम घातल्यास उत्तम!, १ चमचा आले,लसूण पेस्ट, १ चमचा चिलीफ्लेक्स, १ चमचा शेजवान चटणी, १ चमचा टोमॅटो सॉस, थोडासा पिझ्झा मसाला, चवीसाठी मीठ, बटर, चीझ.

कृती:

प्रथम मुगाची डाळ चार पाच तास आधी भिजवून ती बारीक वाटून घ्यावी. मग त्यात बेसन घालून चवीनुसार मीठ घालावे

भज्याच्या पिठाप्रमाणे हे सैलसर बनवावे

व हे बॅटर झाकून पाच..सात मिनिटे ठेवावे.

बॅटर मुरेपर्यंत एका बाऊल मध्ये पनीरचे तुकडे घेऊन त्यात बटर,चीज सोडून बाकी सारे साहित्य घालून चवीनुसार मीठ घालून सगळे छान एकजीव करावे.

त्यानंतर गॅसवर आप्पेपात्र गरम करण्यास

ठेवावे. ते व्यवस्थित गरम झाले की गॅस बारीक करून त्यातथोडेसे बटर किंवा तेल लावून घ्यावे. मग त्यात अगदी अर्धाचमचा बॅटर घालून आप्पेपात्र गोल फिरवून हे बॅटर खोलगट वाटीप्रमाणे त्यात पसरावे किंवा ब्रशने ,चमच्याने जसे सोपे पडेल तसे लावून त्याची वाटी बनवावी व त्यात हे बनवलेले पनीरचे सारण भरावे वरून चीझ घालून त्यावर झाकण ठेवावे. मंद आचेवर हे छान वाफवावे म्हणजे चीझ ही

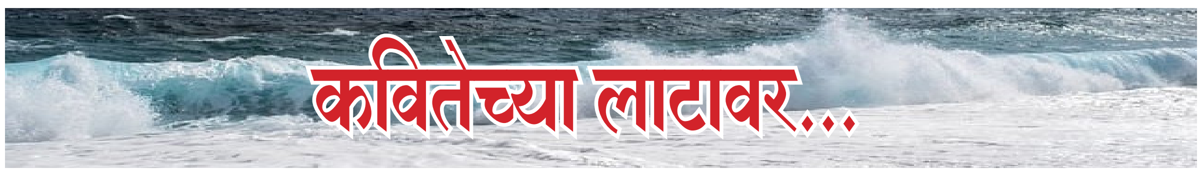
मस्त मेल्ट झाले की त्याचा आणि सॉस,मसाला ,पनीर यांचा सुरेख पिझ्झ्या सारखा स्वाद येतो. मग हे उघडून आप्प्यांच्या प्रमाणे खाली काढून सर्व्हिंग डिश मध्ये काढून त्यावर टोमॅटो केचप, पिझ्झा मसाला घालून गरम गरम सर्व्ह करावेत.

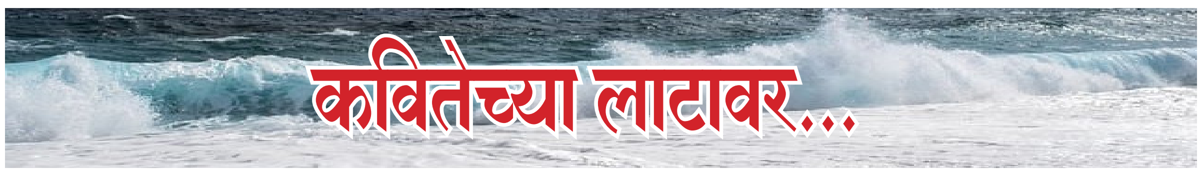
वैशिष्टय:

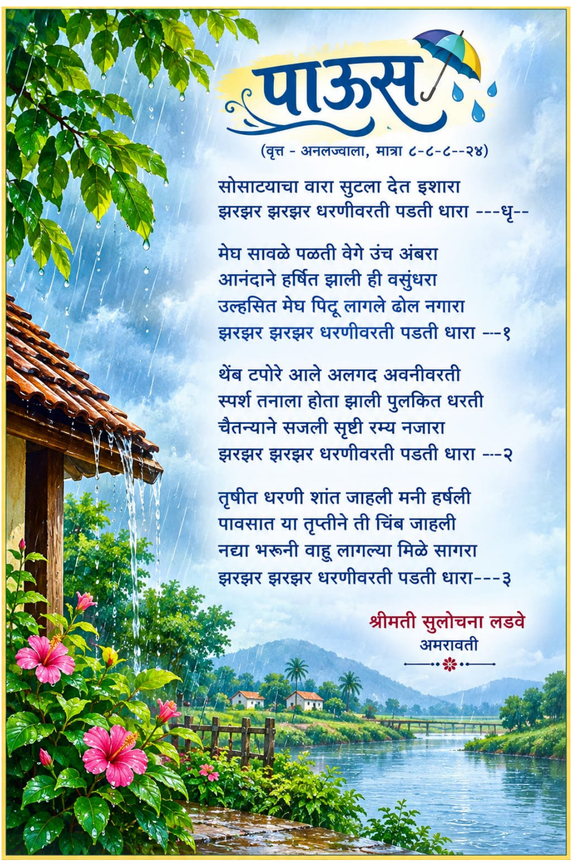
हे मुगाच्या डाळीमुळे व बेसन घातल्यामुळे हेल्दी आणि स्वादिष्ट बनतात. खाली त्याची कुरकुरीत वाटी बनते ती खाताना खूप मजा येते. शिवाय डाळी, पनीर,कॉर्न, भाज्या यात भरपूर प्रोटीन असते. ते आरोग्यासाठी खूपच उपयुक्त, पोषक असते तर पिझ्झा मसाला, त्यातील भाज्या, मसाला, केचप ,बटर,मेल्ट झालेले चीझ यांचा एकत्र स्वाद तर इतका सुरेख पिझ्झ्यासारखा येतो की खाण्याचा मोह आवरणे खूपच कठीण आहे. दिसायला पण चाट कटोरी सारखे , पण वरुन चीझ ,केचप वगैरे मुळे खायला तरी इतके यम्मी लागतात की पोट भरले तरी अजून खावेसेंच वाटतात. शिवाय हे हेल्दी असून वजन कमी करण्यासाठी उत्तम असतात. त्यात आवडीनुसार मोड आलेली कडधान्य

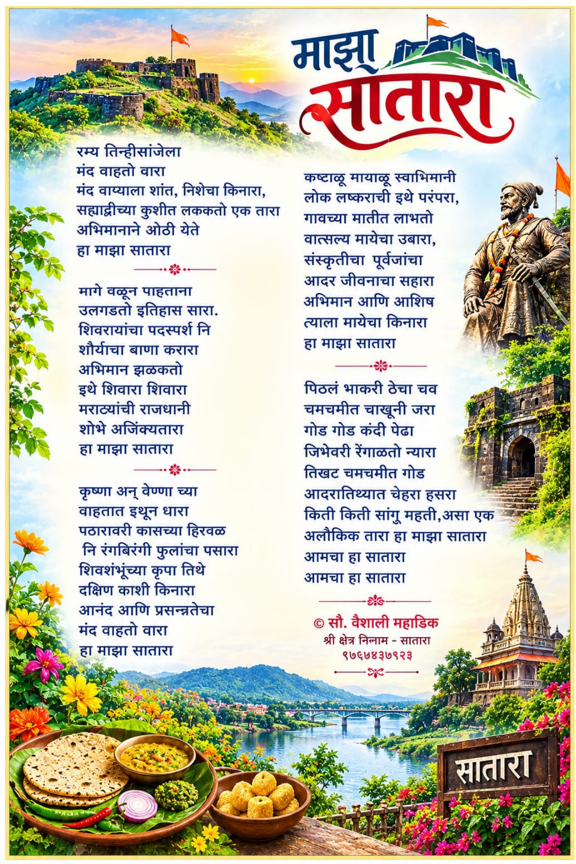
घातली तरी उत्तमच!चला,सुटले ना तोंडाला पाणी? घ्या मग लगेंच बनवायला.

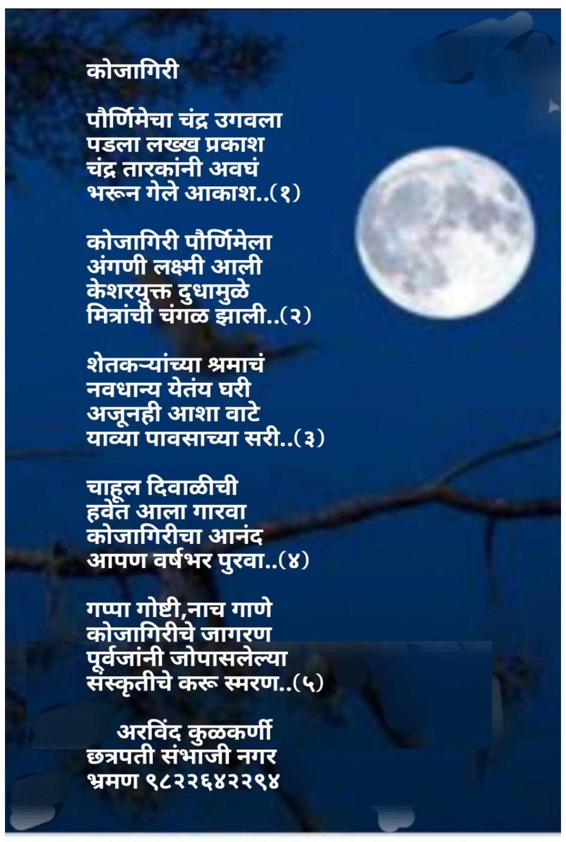
****

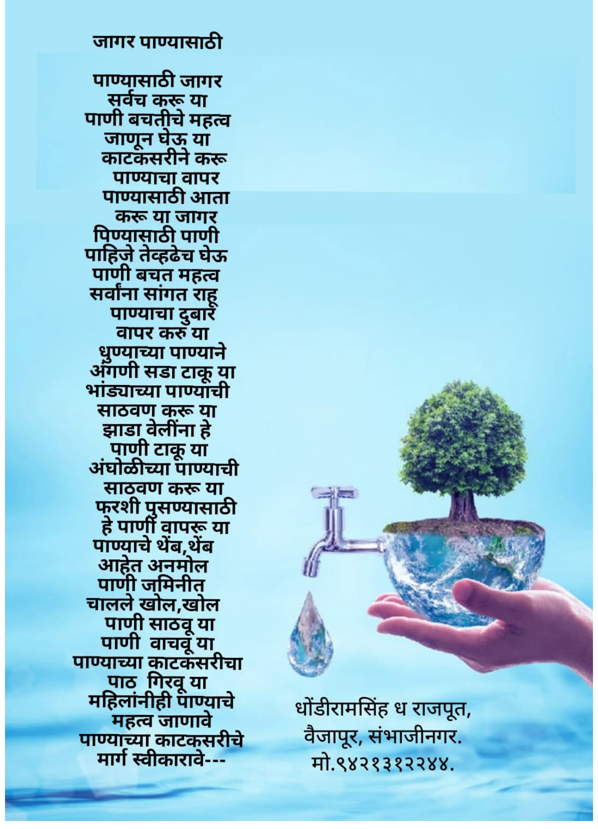












हे जरनल संपादक व प्रकाशक संजय व्यापारी यांनी विंग बी३, फ्लॅट नं.७०१, व्हिसलिंग पाम्स हौ.सो., मानकर चौक, कस्पटे वस्ती, वाकड, पिंपरी-चिंचवड, महाराष्ट्र ४११०५७ येथून प्रकाशित केले. (पीआरबी कायद्यानुसार संपादकीय जबाबदारी यांची आहे. या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या प्रत्येक बातमी, लेख व जाहिरातींशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. सर्व वाद पुणे न्यायालयाच्या कक्षेत) E-mail-jyotirmaysahitya@gmail.com, Mob. 7743818559

तुमचा आमचा संजू

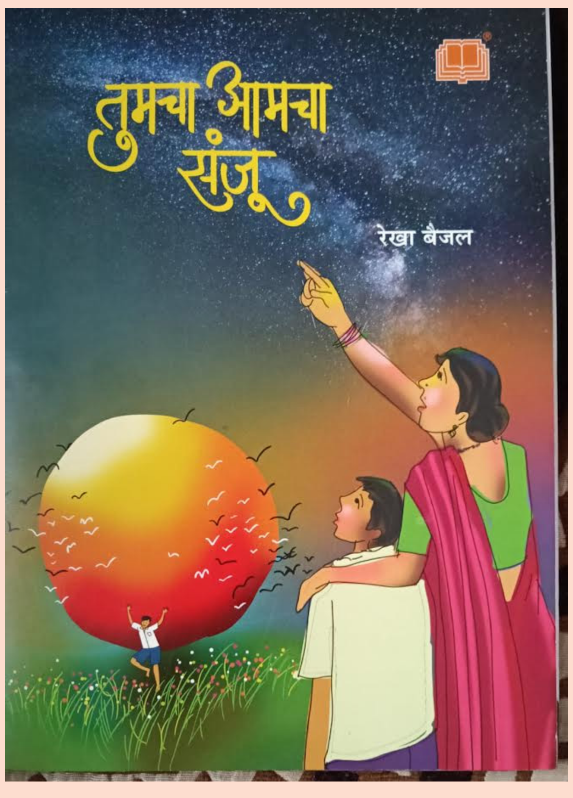
ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

जालना येथील महाराष्ट्राच्या ख्यातनाम जेष्ठ लेखिका रेखा बैजल यांची बालकादंबरी खास जाणीवपूर्वक अतिशय उत्तम आशय संस्कार शिदोरी घेऊन लिहिलेली. शाळेचा पहिला दिवस संजू हा सोयगावच्या शाळेत जातो.तिथे त्याचे व्यवहार आणि ज्ञान याची शाश्वती येते. तो ज्या ग्रामीण भागात होतो तिथं विद्यार्थ्यांकडून शेती करून घेतली जात होती. म्हणजे पेरणी, नींदणी, खूरपणी, खुडणी असे कष्टवंत शब्द तिथल्या मुलांना नवे होते. शाळेसमोर झाडी असली पाहिजे.संजूचे बाबा कृषी अधिकारी होते.त्यांनी शाळेच्या आवारात लावण्यासाठी झाडांची रोपटे दिली.संजूला आत्मविश्वासाचे नवे बळ कसे मिळाले. केवळ मार्क मिळवीने म्हणजे हुशार नाही तर कौशल्य आत्मसात करा असा सल्ला देणारे बळ संजूची आई देते मार्क कमी पडले म्हणून आई वडील रागवतील म्हणून आत्महत्या करणारे मुलं आहेत. प्रत्येकाकडे एक गुणवत्तेचे कौशल्य असते.इथे संजू ला विज्ञान विषयात वर्गात प्रथम आहे.पण गणित या विषयामध्ये दोन गुण कमी पडले म्हणून लाल रेघ मिळाली तरीही तो पुढच्या वर्गात जाऊ शकतो. म्हणून आपण आपल्या मनाशी स्पर्धा केली पाहिजे. आपली क्षमता आपण ओळखली पाहिजे. हे तंत्रज्ञानाचे युग असले तरी आपण सतत प्रयत्न करीत राहिले पाहिजे. ज्ञान घेण्यात कधीचं कुणी मागे राहता कामा नये म्हणून नवनवे कौशल्य आत्मसात केले पाहिजे.स्पर्धा आहे म्हणून आपण स्पर्धा करणे सोडू नये.पण आपल्या मनात विवेकी भावना असली पाहिजे योग्य अभ्यास ही आपली जबाबदारी आहे.ग्रह तारे चंद्र सूर्य हवा पाणी ध्वनी प्रकाश यात किती चैतन्य असते. मुलांनी आपले पवित्र मन या सृष्टीच्या निर्मितीचा आनंद घेत यातचं देव पाहवा. मग मन शांत निवांत करण्यासाठी मनुष्यबळ वाढविण्यासाठी देवाची निर्मिती केली. मनोबळ वाढवता येते ते ज्ञान साधनेने.

म्हणून आपण कल्पनेचे देव केले आहे.ते मन भक्ती, प्रार्थना आराधना करीत. मनचित्त एकाग्र करतो.आपण आपला आत्मा तल्लीन केला की मन शांत होते. तीच देवाची कृपावंत प्रार्थना असते. विज्ञानाने हे सारे सिध्द केले आहे. जसे वटवाघूळाचे तीव्र कंपन, कुत्रा वासाने माणसे ओळखतो, गाय बैलांना मांजरी यांना अंधारात दिसते.

म्हणून हे वैश्वविक चैतन्य म्हणजे देव. संजू आपल्या आईच्या विचारांचे संस्कार शिदोरी घेतो. जलजागृती रेखा बैजल मॅडम यांनी या बालकादंबरीत मुलांच्या मनावर आजचे वास्तव मांडले आहे. आज जो हवा पाणी ध्वनी यांचा स्वैर संचार चालू आहे. म्हणून जल जंगल जमीन ही आपल्या निर्मिकांची अद्वैत शक्ती आहे.इथे आपण आपल्या सृष्टीचा नाश करतो आहोत हा बहुमूल्य संदेश लेखिकेने दिला आहे. मराठवाड्याचा दुष्काळ व पाण्याची महती इथे सांगितली आहे.अनाथाचा आश्रम इथे विशाल या विद्यार्थ्यांची करुण कथा येथे शेतकरी बाप,कर्ज नापिकीमुळे आत्महत्या. एक मन पिळवटून टाकणारं बापाचं पत्र आहे. अनाथश्रमाला बैजल मॅडम सढळ हाताने मदत करतात ती मुलं कृतज्ञचा भाव विशाल ठेवतो.

सुट्टीध्येही विनंती करून अभ्यासाकरिता थांबतो.लोकसेवा आयोगाची परीक्षा देऊन मला अधिकारी होऊन या अनाथ आश्रमातील कष्टकरी शेतकरी गरीब अनाथ मुलांसाठी मला कार्य करायचं आहे.हे ध्येय व ध्यास पाहून बैजल साहेब त्याला मदत



करतात.संजू हे सारे अनुभव साक्षात अनुभवतो. पाणी आडवा पाणी साठवा इथे संजूला रात्री स्वप्न पडते तहानेने तो व्याकुळ झाला.तो झोपेतचं पाणी मागतो आहे.आई त्याला उठवते. कारण एका म्हाताऱ्याचे

माठा जवळ पाण्याची राखण करतांना संजूने पाहिला होता. इथे लेखिका तथागत गौतम बुद्धांच्या परिव्रज्याची गोष्ट येते. धरणं नद्या आटली पाणी विकत मिळते.

पाण्यासाठी युद्ध होईल. पाणी हे संपूर्ण सृष्टीसाठी अत्यंत महत्त्वाचे आहे.अंधश्रध्दा इथे एक वैज्ञानिक दृष्टीकोनातून अतिशय समर्पक उत्तर दिल्या जाते. अनिस घ्या माध्यमातून हे अंधश्रद्धा निर्मूलन हा वस्तू पाठ मनस्वीपणे दिला आहे. जीवनमार्ग बालमनावर संस्कार शिदोरी देताना बालगृहात राहणाऱ्या मुलांना वही पुस्तके दप्तर देऊन त्यांना आनंद दिला. माझी आई म्हणून

मित्राच्या मम्मीला केलेले मार्गदर्शन अतिशय मोलाचे आहे. मुलांवर डॉ, इंजिनिअर होण्याचा आग्रह. खरंतर आपल्या रुची व आवडीनुसार निर्णय घेऊन आनंद घेत इतरांना मदत करणे.मोठं होतांनापालकं म्हणून आजच्या वर्तमानाची अस्वस्थ दखल ही बालकादंबरी देऊन जाते कारण आजच्या वयात आलेल्या मुलामुलींच्या हातात खेळणे म्हणून मोबाईल आले आहे. यातून या पौगंड अवस्थेतील लेकरांना अतिशय तरलं सुज्ञपणाची जाणिव ही बालकांदबरी करून देते हेच या कांदबरीचे मोठे श्रेयस आहे. लेखिका रेखा बैजल मॅडम यांनी त्यांच्या सृजनशील स्नेहाळू भावनेचा शिक्षकी संस्कार या कादंबरीतून बालक पालक आणि आजचे वास्तव लेखिकेने अतिशय समर्पक व समृद्ध मांडले आहे. अतिशय सुंदर सुविचाराची पेरणी ही

संस्काराचे उद्बोधन करणारी आहे. तसेच आजही सुशिक्षित उच्चविद्याविभूषित म्हणून घेणारेही अंधश्रद्धेचे बळी पडतात आहेत. याचीही वैज्ञानिक दृष्टीकोनातून मन उघडणी केली आहे. या कादंबरीतील संजू हा तुमचा आमचा हा संस्कार शिदोरी घेऊन येणारा नायक आहे. पुढे

तो सोळा सतरा वर्षाचा होतो तेव्हा त्या मुलांवर शारीरिक मानसिक बौद्धिक क्षमतेचा जो स्त्री पुरुष लैंगिक आकर्षण या विषयी जसा गुड टच बॅड टच हे पौगंड अवस्थेतील अतिशय सुक्ष्म तरलं तरंग लेखिकेने सविनय सांगितले आहे. म्हणून ही बालकादंबरी श्रेष्ठ तर आहेच एक सृजनशील अभ्यासक अध्यापकांची शिदोरी आहे. आजच्या समकालीन वास्तवाची प्रखर जाणीव लेखिकेने करुन दिली आहे. रेखा बैजल मनोगत तितकेच महत्त्वाचे आहे जसे ''श्रीमंत किंवा वेल टु डू अशा कुटुंबातल्या मुलांना गोष्टींमधून का होईना पण गरिबी, दुष्काळ, पाण्याचं महत्त्व इ. विषयाची ओळख करून द्यायला हवी.नकारकसा असतो आणि कसा पचवायचा हे कळायला हवं. माझ्या तुमचा आमचा संजू मध्ये मी हाच प्रयत्न केला आहे.संजूची आई संवेदनक्षम संजूला कृतिप्रवण करते.आम्ही दोघं बालगृहात काम करतो त्यामुळे त्यांच्या समस्या जाणल्या आहेत. त्या मांडायचा प्रयत्न केला आहे. पौंगड अवस्थेतल्या जाणिवा,संवेदना प्रगल्भ करण्याची गरज आहे.आणि या जाणिवा प्रगल्भ करण्याचा प्रयत्न कादंबरीतून येतो'' (पृ.५.मनोगत) ही नितळ निर्लेप निस्पृह बालमनाप्रती असलेला भावानुबंध या कादंबरीने दिला आहे.सविनय ऋणाईत.अभिनंदन व शुभेच्छा.

बालकादंबरी : तुमचा आमचा संजू

लेखिका : रेखा बैजल

प्रकाशक:-दिलीपराज प्रकाशन प्रा.लि.पुणे

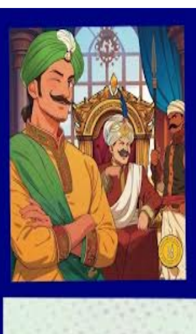
मुखपृष्ठ व रेखाटने : सरदार जाधव पृष्ठ ९२ किंमत:-१५०/रुपये

✍️पुस्तक परिचय
डॉ प्रभाकर शेळके,
जालना

वाचक व्यासपीठ अंतर्गत गिरीश जोशी उलगडणार त्यांचा गझल प्रवास

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

जीवन विकास ग्रंथालय आयोजित वाचक व्यासपीठ उपक्रमांतर्गत आयोजित, १० व्या साप्ताहिक बैठकीत प्रसिद्ध गझलकार गिरीश जोशी हे त्यांच्या बहुचर्चित मी दिवा विझवला नाही या गझलसंग्रहावर मनमोकळा संवाद साधणार आहेत. त्यासोबतच आतापर्यंतचा गझल प्रवास उलगडणार आहेत तसेच काही निवडक बहारदार गझल ऐकणार आहेत. हा कार्यक्रम सोमवार, २६ ऑक्टोबर २०२६ सायंकाळी ठीक ६:०० वाजता, जीवन विकास ग्रंथालयाचे ग्रंथमित्र भा.बा. आर्वीकर सभागृह, १९५, टिळक नगर, छत्रपती संभाजीनगर येथे होईल. आपणास नम्र विनंती की या साहित्यिक संवादाचा आनंद घेण्यासाठी जास्तीत जास्त संख्येने उपस्थित राहाव असे आवाहन न्या. अंबादासराव जोशी (अध्यक्ष), डॉ. राजशेखर बालेकर (कार्यवाह), नितीन कंधारकर (कोषाध्यक्ष), नृसिंह कुलकर्णी (सहकार्यवाह) ह्यांनी केले आहे.



मुलांसाठी बोधकथा

आर.पी. दुसे, 94 22202747

हे ही सरेल...

हे ही सरेल हे वाक्य सर्वांनीच लक्षात ठेवण्या सारखे आहे. कारण जेव्हां जेव्हां सत्व परिक्षेचे प्रसंग येतील तेव्हां मनाला धीर देण्या यशाच्या साठी हेच शब्द आपल्या सोबत असतील. यशाच्या शिखरावर पोहचल्यावर हुरळून न जाता हेच शब्द आपल्याला सावध करतील.

आनंदाचे दुःखाचे किंवा भावनांचे असते तसेच नात्याचे ही असते. आपल्या आयुष्यात येणारी बरीचशी नाती आपल्या समवेत काही दिवस आनंदाने सुखाचे पाऊल चालल्यावर वेग वेगळ्या मार्गानी निघून जातात. काही नाती आपणच घट्ट धरून बसतो पण ती आपल्या पासून दुरावली जातात पण काही वेळा दुरावलेली माणसे आणि मने काही काळानंतर प्रसंगानुरूप जवळ येतात ही हे रहाट गाडगे सतत चालूच असते. ह्यावरून जीवनाचे सत्य हेच आहे की ते सरणार आहे आणि मृत्यू अवस्था एक ना एक वेळ येणारच आहे. हे अध्यात्म आपण अनेकवेळा ऐकतो पण आपल्या मानवी स्वभावाच्या हट्टीपणा मुळे आणि आत्माभिमाना मुळे ते आपल्या कृतीमध्ये उतरवत नाही पण द्वेषाची लकेर तशीच पुढे ओढतो. उभयपक्षी दुःखात बुडून जातो पण हे ही सरेल. ही भावना जागृत करण्याचा प्रयत्न करीत नाहीत. पण बुद्धि आणि युक्तीचा वापर केल्यास ह्या तीन शब्दातील सत्यता आपल्या मनाला पटल्या शिवाय राहणार नाही.

ह्याबाबत अकबर आणि बीरबल यांच्या गोष्टी आपणा सर्वांना ज्ञात आहेतच. परमेश्वरानी सर्वांनाच जन्मतः सारखी बुद्धि दिलेली असते त्यात उच्च, निच, चांगली, वाईट अशी वर्गवारी केलेली नसते. पण मनुष्य प्राणी आप आपल्या कर्मा प्रमाणे त्यात ढवळाढवळ करून आपला स्वभाव बनवत असतो. त्यात चांगले वाईट लोक संगतीत येत असतात. त्यामुळे आयुष्य सुधारते किंवा बिघडून जाते पण हे ही सरेल ही भावना मनात असेलतर आत्मभिमान आपोआप गळून पडल्याशिवाय रहात नाही.

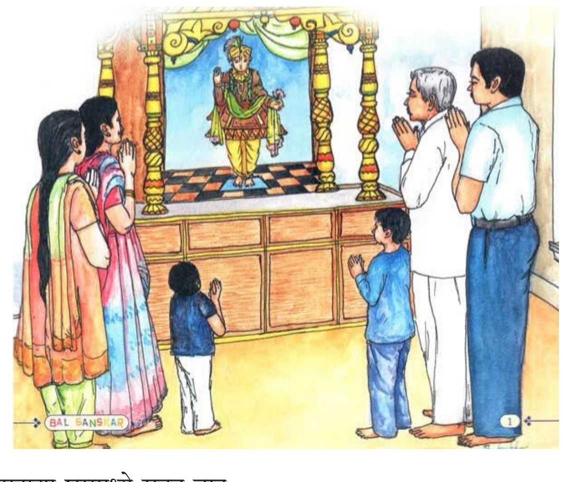
(क्रमशः)

संस्कार वर्ग काळाची गरज...

ज्योतिर्मय 📖 साहित्य

नमस्कार वाचकहो! आज आपण एका अत्यंत महत्त्वाच्या विषयावर विचार मंथन करणार आहोत.खरं तर आज हा विषय तुमच्यासमोर घेऊन येताना मलाही माझ्या अंतरंगात डोकवण्याची संधी मिळाली. आपण आपले आयुष्य आपल्या कुटुंबासमवेत घालवत असतो. समाजामध्ये सर्वांसोबत राहून आपल्या गरजा पूर्ण करून घेत असतो. आपल्या कुटुंबात आपल्या आई वडिलांना इतकीच महत्त्वाची आपली मुलं असतात. आजकाल तर सर्वत्र विभक्त कुटुंब पद्धती आढळून येते.फार फार तर क्वचित एखाद एकत्र कुटुंब पहावयास मिळते. थोडं मागे जाऊन जर पाहिलं तर असं दिसतं की त्या काळातील कुटुंब पद्धती आणि आताच्या कुटुंब व्यवस्थेत फार मोठा फरक आहे. आई-वडील, एक मुलगा किंवा दोन मुले इतकच मर्यादित कुटुंब दिसतं. पूर्वी एकत्र कुटुंब पद्धतीत मुलांवर घरातील वडीलधाऱ्या माणसांचे नकळ संस्कार व्हायचे. समाजात कसं वागाव,घरात येणाऱ्या पाहुण्यांचे आदरतिथ्य कसे करावे,घरातील, घराबाहेरची नाती कशी जपावीत? या सगळ्या गोष्टी मोठ्यांच्या अनुकरणातून मुलं सहज शिकून जायची. कुठलीही गोष्ट त्यांना समजावून सांगण्याची गरज पडत नसे. अजूनही काही घरांमधून असे संस्कार मुलांवर केले जातात. सगळीकडे सारखी परिस्थिती असेल असे नाही.पण आज काळ बदलला आहे पूर्वीचे विचार संस्कृती स्वातंत्र्य यात अमुलाग्र बदल झाला आहे.पाश्चात्त्य संस्कृतीचा प्रभाव आज घराघरांमध्ये दिसून येतो त्यामुळे ज्या गोष्टी मुलांना न सांगताही समजत असत त्या आता समजावून सांगण्याची परिस्थिती निर्माण झाली आहे.

आजची पिढी ही मागच्या पिढीच्या तुलनेत फार मोठ्या प्रमाणावर बदललेली दिसते आणि हा बदल केवळ वैचारिकच नाही तर सर्वच बाजूंनी झालेला दिसतो आणि या सगळ्या बदलाचे मुख्य कारण कोणते असेल तर ते म्हणजे मोबाईल!मोबाईलच्या अतिवापरामुळे नको त्या गोष्टी मुलांना अगदी लहान वयात समजायला लागल्या आहेत आणि त्यामुळेच की काही मुले वयाच्या आधीच प्रौढत्वाकडे वाटचाल करताना दिसत आहेत. मूल जेव्हा जन्माला येते त्या दिवसापासून प्रत्येक गोष्ट ते शिकण्यास सुरुवात करते.आईच्या गर्भातच काही गोष्टींची ओळख त्याला होऊन गेलेली असते.ओळखीचे आवाज, आईचा स्पर्श मुलांना लगेच समजतो.माणूस हा अतिशय बुद्धिमान प्राणी आहे असं म्हटलं जातं.वाढत्या वयाबरोबर मुलांच्या बौद्धिक, शारीरिक विकासामध्ये भरपूर बदल घडून येत असतात.घरातल्या मोठ्या व्यक्तींच्या अनुकरणातून लहान मूल बरेच काही शिकत असते आणि इथेच खरी त्याच्या संस्काराला सुरुवात होत असते.समजा



एखाद्या घरामध्ये सतत वाद विवाद,भांडणे,आरडाओरड होत असेल तर त्याचा परिणाम त्या मुलांवर देखील व्हायला सुरुवात होते. मोठ्या माणसांकडे पाहून पाहून लहान मुलेही तसेच वागायला सुरुवात करतात आणि या वयातच एखादी गोष्ट जर मनात बसली तर ती कायम मुलांच्या लक्षात राहते. कारण या वयात मुलांच्या मेंदूची वाढ ही फार झपाट्याने होत असते. तुम्ही या वयात त्याला जे काही शिकवाल जे काही सांगाल त्याला तो तसाच प्रतिसाद देत राहणार या वयात जर मुलांवर चांगले संस्कार घडवता आले तर आयुष्यभर ते त्याच्या स्मरणात राहतात. उदा. एखाद्या घरात जर नेहमी सकारात्मक वातावरण असेल, परस्परांशी सुसंवाद असेल, वडीलधाऱ्यांचा आदर करण्यात येत असेल, दररोज देवाच्या आराधना केली जात असेल आल्या गेल्याचेही प्रेमाने स्वागत करण्यात येत असेल तर ते मुलही त्याच प्रकारे अनुकरण करेल. त्याच्या जीवनाला योग्य ते वळण देण्याचे काम कुटुंबापासूनच सुरू होते. एक सक्षम चांगला व्यक्ती, कुशल नागरिक बनवणं हे आई-वडिलांच्या हाती आहे.

पूर्वी एकत्र कुटुंब पद्धती अस्तित्वात होती. त्यावेळी मुलांवर नकळत घरातल्या माणसांचे संस्कार व्हायचे आता परिस्थिती बदलली आहे प्रत्येक घरामध्ये इन मीन चार माणसं असतात आणि त्या चार माणसातही प्रत्येक जण आपापल्या मोबाईल मध्ये व्यस्त असतो. त्यामुळे घरातील संवाद जवळपास संपल्यात जमा आहे.प्रत्येकाला आपली आपली प्रायव्हसी पाहिजे असते. ही परिस्थिती का उद्भवली याचा जर विचार आपण केला तर कुठेतरी या सगळ्या गोष्टींना आपण जबाबदार आहोत? सगळीकडे सारखीच परिस्थिती असेल असे नाही पण बहुतेक घरांमध्ये सध्या हे चित्र दिसत आहे ज्या वयात मुलांना आजी आजोबा, ताई दादांकडून बडबड गीते थोर पुरुषांच्या रामायण, महाभारतासारख्या पवित्र ग्रंथांमध्ये असलेल्या गोष्टी सांगावयास हव्या त्या वयात मुलांच्या हातात फोन दिला जातोय. अर्थात ही पिढी स्मार्टच आहे खूप जास्त हुशार आहे पण ही हुशारी चुकीच्या ठिकाणी वापरल्या गेली तर काय फायदा? आपली मुलं हुशार असावीत असं प्रत्येक पालकांना वाटतच असतं आजकालचं युग हे स्पर्धेचे आहे स्पर्धा प्रचंड प्रमाणात वाढली आहे. त्या तुलनेत आपला मुलगा मुलगी मागे राहू नयेत असे आई-वडिलांना वाटत असते ते वाटणे चुकीचे आहे असे मला अजिबात म्हणायचे नाही पण प्रवाहासोबत वाहताना थोडं भान ठेवणं मात्र नक्कीच गरजेचे आहे आणि हे भान आई-वडिलांनी मुलांच्या लक्षात आणून देणे अजून गरजेचे आहे. आपली मुले हीच आपली खरी संपत्ती असतात.त्यांना योग्य मार्गदर्शन करणे योग्य विचार करण्यासाठी प्रवृत्त करणे, कुठे ते भरकट असतील तर त्यांना योग्य तो मार्ग दाखवणे प्रत्येक आई-वडिलांचे कर्तव्य आहे पण पौगंड अवस्थेत मुलांमध्ये फार मोठे बदल होतात शारीरिक वाढ होतानाच मानसिक बदलांना पण ते सामोरे जात असतात या वयात त्यांना मैत्रीची गरज असते मुलांची संगत चांगली आहे का वाईट आहे याकडे लक्ष देणे देणेदेखील गरजेच असतं. कारण याच वेळात मुल भरकटण्याची शक्यता जास्त असते.एकदा का वाट चुकली की पूर्ण आयुष्य चुकत जातं आणि नंतर फक्त पश्चाताप करण्याची वेळ येते.त्यामुळे ती वेळ न येऊ देण्यासाठी आज प्रत्येक पालकांनी सजग असणे गरजेचे आहे.समाज, समाजातील लोक, आजूबाजूला वावरणारे मुले,मुलींचे मित्र किंवा त्यांच्या आई वडील यांचे विचार तर आपण बदलू शकत नाही कारण आजकाल प्रत्येकाला फ्रीडम हवा आहे, स्वतःची अशी स्पेस हवी आहे ही स्पेस हा फ्रीडम देताना मात्र काही मर्यादा आपण घालून देऊ शकतो. आजकाल उच्च शिक्षणासाठी मुलांना बाहेरगावी राहावे लागते आई-वडिलांपासून कुटुंबापासून दूर राहावे लागते. त्यामुळे बऱ्याचशा पालकांपर्यंत काही गोष्टी पोहोचत नाहीत मुलं शिक्षणासाठी बाहेरगावी आहेत हे ते अभिमानाने इतरांना सांगत असतात पण प्रत्यक्षात मात्र परिस्थिती वेगळीच असते बरीच मुलं तर बाहेरगावी गेल्यानंतर अगदी स्वतंत्र झाल्यासारखे बेफाम वागायला सुरू करतात.मध्यंतरी सोशल मीडियावर एक व्हिडिओ व्हायरल झाला होता.साताऱ्याची मुलगी पुण्यातल्या टेकडी परिसरात मद्य धुंद अवस्थेत आढळून आल्याचे दिसले. त्या कोणत्या अवस्थेत आहेत याची त्यांना स्वतः ला देखील कल्पना नव्हती. तेथील स्थानिक लोकांनी त्यांची मदत करून त्यांच्या रूमवर पोहोचवलं. इतका गंभीर प्रकार जर आपल्या अपरोक्ष मुलं करत असतील तर हे सगळं किती भयंकर आहे.फ्रीडमच्या नावाखाली वाटेल ते मुलं करत आहेत आणि दुर्दैवाची गोष्ट म्हणजे काही पालकांना त्याची कल्पना देखील असते पण तरीही ते जाणीवपूर्वक दुर्लक्ष करतात.सगळीच मुलं सारखी नसतात पण हे असंच बिनधास्त वागण्याचं प्रमाण हल्ली फार वाढत चाललं आहे.काही मुलांना आपल्या आई-वडिलांच्या कष्टाची जाणीव असते.ते जिद्दीने आणि मेहनतीने यश मिळवून पुढे जातात पण जी मुलं शिक्षण घ्यायचे म्हणून पर गावी जातात.त्यांच्याकडे पालकांनी दुर्लक्ष करून चालणार नाही आपला मुलगा मुलगी कोठे आहे? काय काय करते? तिचे मित्र-मैत्रिणी यांची माहिती आई-वडिलांना असायलाच हवी.आपणच जर आपल्या मुलांना काही मर्यादा आखून दिल्या तर कदाचित वाईट गोष्टीपासून त्यांना दूर ठेवू शकतो.मुळात मुलं अशी का वागत आहेत याचा जर विचार केला तर असं दिसतं की आपले संस्कार कुठेतरी हरवत चालले आहेत. आपल्या संस्कृतीबद्दल आपल्या धर्माबद्दल मुलांमध्ये स्वाभिमान जागृत करणे हे पालक म्हणून आपले कर्तव्य आहे.त्यासाठी मुलांना अगदी लहानपणापासूनच काही गोष्टींची सवय लावणे आवश्यक आहे. शुद्ध आचार विचार, नैतिकता यांचे धडे त्यांना मिळणे आवश्यक आहेत. एक सक्षम नागरिक एक सुसंस्कृत व्यक्तिमत्व घडवण्यासाठी त्यांच्या भवितव्यासाठी मुलांवर संस्कार करणं खूप गरजेचे आहे. फक्त घरातून नव्हे तर शाळांमधून सुद्धा हे संस्कार घडून आणू शकता येतात. आपली संस्कृती ही आपल्या देशाची ओळख आहे ती टिकवणे आणि आपल्या मुलांकरवी ते टिकवून ठेवणे आपले प्रथम कर्तव्य आहे. म्हणून आज जे बालसंस्कारवर्ग सुरू झालेले आहेत ते यास हेतूने सुरु करण्यात आले आहेत.या बालसंस्कार वर्गांत आपण आपल्या मुलांवर चांगले संस्कार घडवू शकतो.त्यांच्या सर्वांगीण विकासाच्या दृष्टीने आपण त्यांना संस्काराचे बाळकडू देऊ शकतो फक्त या बालसंस्कार वर्गातून नाही तर आपल्या घरातूनच आपल्याला याची सुरुवात करायला हवी. आपली लोप पावत चाललेली संस्कृती, सभ्यता,आपल्या परंपरा यांची ओळख जपण्याची जाणीव मुलांना करून द्यायलाच हवी. ही सुरुवात आपल्यापासूनच करायला हवी. सगळ्यात महत्त्वाचं म्हणजे घरात सुसंवाद असणे फार महत्त्वाचे आहे.फोनचा वापर कमी करून कुटुंबासोबत एकत्र राहून सुसंवाद साधला तर बऱ्याच अवघड वाटणाऱ्या गोष्टी सोप्या होतील तर करणार मग सुरुवात स्वतःपासून..

***

सौ. पल्लवी अभय देशपांडे,
कोथरूड, पुणे
मो. 70201 35391

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