मूल्य ₹ १५/-

हसती दुनिया

अंक ७-८-९ • वर्ष १७ वे • पृष्ठे ५२ • जुलै-ऑगस्ट-सप्टेंबर २०२०

हसती दुनिया (मराठी)

अंक ७-८-९ • वर्ष १७ वे • पृष्ठे ५२
• जुलै-ऑगस्ट-सप्टेंबर २०२०

बालकांच्या बौध्दिक आणि आध्यात्मिक विकासाची आगळी वेगळी भेट

(पंजाबी, इंग्रजी व हिंदी भाषेतसुध्दा प्रकाशित)

संपादक
राजेंद्र थोरात (अवैतनिक) • सहसंपादक सुरेश तिर्लोटकर

सजावट व चित्रे
स्वप्निल वि. ऱ्हाटवळ
राजनंदन कृ. पिंपळकर • श्रीकांत द. पाटील

संत निरंकारी मंडळ (चेंबूर) करिता मुद्रक व प्रकाशक श्री. चंद्रकांत अनंत जाधव यांनी ही हसती दुनिया पत्रिका एम.पी.प्रिंटर्स, बी-२२०, फेस-II, नोएडा-२०१३०५, जिल्हा-गौतम बुध्द नगर (उत्तर प्रदेश) येथे छापून संत निरंकारी भवन, ५० मोरबाग रोड, दादर (पूर्व), मुंबई - ४०० ०१४. येथे प्रकाशित केली.

कार्यालयाचा पत्ता
५०, मोरबाग रोड, संत निरंकारी सत्संग भवन,
दादर, मुंबई - ४०० ०१४
ई-मेल marathihastiduniya@gmail.com
Website : www.nirankari.org

लेखकांच्या मताशी सहमत असणे अनिवार्य नाही

देश	1 वर्ष	3 वर्ष	5 वर्ष	11 वर्ष
भारत/नेपाळ	₹ 150	₹ 400	₹ 700	₹ 1500
यू.के.	£ 15	£ 40	£ 70	£ 150
यूरोप	€ 20	€ 55	€ 95	€ 200
अमेरिका	$ 25	$ 70	$ 120	$ 250
कॅनडा/ऑस्ट्रेलिया	$ 30	$ 85	$ 140	$ 300

मासिक पत्रिकेविषयी चौकशीसाठी हेल्प लाईन : ०२२-२४१० ५७४९

स्तंभ

- दोन शब्द ०४
- विचारपुष्प १०
- दादाला विचारु या १२
- शब्दकोडे १३
- हसा मुलांनो हसा १४
- आरोग्याचा मंत्र २२
- वाढदिवसाच्या शुभेच्छा २६
- दिव्यवाणी ३१
- सामान्य ज्ञान ४५
- वैज्ञानिक प्रश्नोत्तरे ४८
- चित्र काढा आणि रंग भरा ५०

चित्रकथा

- आजोबा १६
- किट्टी ३८

विशेष व प्रेरक प्रसंग

- व्यक्तिविशेष ०७
- तेजस्विनी २७
- भ्रमंती २८
- योगासने ३०
- विशेष ३२
- समर्थ दर्शन -भाग ६७ ३४
- मासवविशेष ३६
- मत्स्य जगत ४७
- सुचना ४९

कथा

- पौराणिक कथा ०५
- संत नरसी मेहता ०८
- सुखी जीवनाचा मंत्र २०
- डोळे उघडले २४
- बिरबलाची थोरवी ४२
- संघर्ष हेच जीवन ४३

कविता

- बेंदूर ४६

देशभक्ती

साने गुरुजी एक निस्वार्थ देशभक्त होते. महात्मा गांधीच्या सत्याग्रह चळवळीत ते समर्पित झाले होते. त्यांच्या सभांसाठी व्यवस्था करणे, साफ-सफाई करणे, कार्यकर्त्यांसाठी बांधलेला संडास साफ करणे अशी सगळी कामे ते अतिशय निष्ठेने करीत. गावोगावी जाऊन जनजागृती करीत. खेडोपाडी त्यांनी अनेक सभांमधून जनजागृती केली. या कार्यासाठी पैसा लागे. काही दानशूर व्यक्ती देशकार्यासाठी देणग्या देत; पण त्या पुरेशा नसत.

एरंडोलच्या सभेत साने गुरुजींनी लोकांना देशासाठी त्याग करावा, असे आवाहन केले. गुरुजींच्या तळमळपूर्ण भाषणाचा तेथील श्रोत्यांवर चांगला परिणाम झाला. एक आजीबाई गुरुजींची निस्वार्थ सेवा आणि त्यांचे वक्तव्य याने खूपच प्रभावित झाली. आपणही देशासाठी काही तरी केले पाहिजे असे तिला वाटले. सभा संपताच तिने गुरुजींची भेट घेतली आणि आपल्या पायातील चांदीचे कडे देशकार्यासाठी देणगी म्हणून देण्याची इच्छा दर्शवली. परंतु चांदीचे ते कडे काही केल्या पायातून निघेना. बराच वेळ कार्यकर्त्यांनी प्रयत्न करुन पाहिला, पण व्यर्थ! बराच वेळ झाला. पुढच्या गावात सभा होणार होती त्यामुळे गुरुजींसोबत आलेले काही कार्यकर्ते म्हणाले,"आजी राहू द्या, उद्या पाहू आपण. देणगी देण्याची इच्छा व्यक्त केलीत हेही खूप मोठं आहे." त्यावर आजीबाई म्हणाल्या,"नाही रे बाबा, उद्या सकाळपर्यंत माझं मन बदललं किंवा मीच जिवंत राहिली नाही तर? फक्त इच्छा काय कामाची?" तिची ज्वलंत भावना पाहून ताबडतोब सोनाराला बोलावून ते कडे तिच्या पायातून काढण्यात आले. गुरुजींच्या हाती ती देणगी सोपवतांना तिच्या चेहऱ्यावर समाधानाचे सात्विक भाव तरळून गेले. गुरुजींनी त्या माऊलीच्या चरणी वंदन करत तिचा आशीर्वाद घेतला आणि ते पुढील सभेसाठी रवाना झाले.

मित्रांनो, देश आपला आहे, देशातील बांधव आपले आहेत यापलीकडे जाऊन सद्गुरुने आपल्याला आणखी एक दृष्टी दिलेली आहे ती आहे ज्ञानदृष्टी. ज्ञानदृष्टीने जर आपण सर्वांकडे पाहिले तर सारी आपलीच रुपं आहेत. कोणीही परका नाही मग आपोआपच जगाचं दु:ख पाहून आपलंही हृदय हेलावत. यातून येते 'नरसेवा.' नरसेवा हीच नारायण पूजा आहे. हीच भक्ती आहे. मग ती स्थानिक स्तरावरची असो किंवा व्यापक रुपातील असो. देशबांधवांसाठी ही 'देशभक्ती' बनते!

- राजेंद्र थोरात

अश्वमेध यज्ञाची तयारी व मुनिकुमार

आपले मनोगत प्रकट करीत श्रीरामचंद्र लक्ष्मणाला म्हणाले,"लक्ष्मणा, ऋषीवर वसिष्ठ, वामदेव, जाबाली आणि काश्यप यज्ञपुरोहितांना बोलावून आण. मी त्यांच्या सल्ल्याने अश्वमेध यज्ञ करुन यज्ञाचा शुभलक्षणांनी संपन्न घोडा सोडू इच्छितो." त्याप्रमाणे देवतुल्य, यज्ञपुरोहितांच्या सल्ल्याने व मार्गदर्शनाखाली यज्ञाची तयारी सुरु झाली.

श्रीरामांच्या अनुज्ञेप्रमाणे लक्ष्मणाने वानरराज सुग्रीवला निरोप पाठविला, की विशालकाय वनवासी वानरांसह अश्वमेध यज्ञाच्या महोत्सवाचा आनंद घेण्यासाठी ये. बिभीषणासही निरोप पाठविला,"लंकाधिपती, तू तुझ्या निवडक प्रतिनिधिक राक्षसगणांसह अश्वमेध यज्ञाला अवश्य उपस्थित हो." याशिवाय अन्य देशोदेशीचे राजे, तपोधन ऋषी, ब्रह्मर्षी, त्यांच्या स्त्रिया यांनाही हे राजनिमंत्रण गेले. सूत्रधार, नट, नर्तकी यांनाही हे निमंत्रण पाठवण्यात आले. नैमिपारण्यात गोमतीच्या तटावर विशाल यज्ञमंडप उभा करण्यात आला. यज्ञ निर्विघ्नपणे पार पडावा म्हणून त्या जागेवर

शांतीकार्य करण्यात आले. सर्व प्रकारची अन्नसामग्री, यज्ञसामग्री, धन-धान्य, दही-दूध-तूप, चंदन, सुगंधी द्रव्ये मोठ्या प्रमाणात गोळा करण्यात आली. माता सीतेची एक सुवर्णाची पूर्णाकृती मूर्ती घडविण्यात आली. देशोदेशीच्या सन्माननीय पाहुण्यांना उतरण्यासाठी उत्तमोत्तम निवासस्थाने जागोजागी उभी करण्यात आली.

योग्य मुहूर्तावर यज्ञकार्याला सुरवात झाली. श्रीरामांनी उत्तम लक्षणांनी संपन्न, तसेच मृगासारख्या काळ्या रंगाचा एक घोडा सोडला. ऋत्विजांसह लक्ष्मणाला त्या अश्वाच्या रक्षणासाठी नियुक्त केले. निमंत्रणाप्रमाणे यज्ञासाठी उपस्थित राहिलेल्या राजे-रजवाड्यांनी यज्ञाच्या निमित्ताने श्रीरामांसाठी उत्तमोत्तम भेटवस्तू आणल्या होत्या. तसेच सर्व उपस्थित राजांचा भरत, लक्ष्मण, शत्रुघ्न यांच्या हस्ते सत्कार करण्यात आला. सुग्रीवासह उपस्थित सर्व वानरांकडे अतिथींच्या भोजनाची व्यवस्था सोपविण्यात आली, तर बिभिषणासह उपस्थित त्याच्या सर्व राक्षसांवर ऋषींच्या सर्वतोपरी सेवाकार्याची जबाबदारी सोपविण्यात आली. रीतिरिवाजाप्रमाणे यज्ञाचा घोडा लक्ष्मण व त्याच्या अधिपत्याखालील सेनेच्या संरक्षणात सर्व भूमंडळ फिरुन यज्ञमंडपात यशस्वीरीत्या परत आला. यज्ञसोहळ्यातला एक मोठा भाग पूर्ण झाला. यज्ञकार्य चालू असताना, यज्ञाला उपस्थित असलेल्या सर्व याचकांना ते तृप्त होईपर्यंत भरघोस दान अयोध्यापती श्रीरामांतर्फे देण्यात आले. हार्दिक निमंत्रणाप्रमाणे महर्षी वाल्मिकी आपल्या शिष्यांसह त्या यज्ञासाठी उपस्थित झाले. अशा श्रेष्ठ ऋषिमुनींसाठी सुंदर पर्णशाळा उभ्या करण्यात आल्या होत्या. राजा श्रीरामाने स्वतः वाल्मिकीमुनी व अन्य श्रेष्ठ मुनींचा सत्कार केला.

त्यानंतर वाल्मिकीमुनींनी आपल्या दोन विशेष शिष्यांना बोलावले व अयोध्यापुरीत तसेच सर्व यज्ञपरिसरात फिरुन सुस्वर कंठाने रामकथेचे गायन करण्याची अनुज्ञा दिली. या यज्ञपरिसरात सुमधुर फळा-फुलांचा स्वाद घेत ते दोन कुमार मग श्रीरामकथेचे गायन करीत सर्वत्र संचार करु लागले. महाकवी वाल्मिकींना त्यांना आधीच आदेश आणि उपदेश दिला होता.

"मुलांनो, तुम्ही दोघे कुणाचे पुत्र आहात, असे राजा श्रीरामाने विचारले तर इतकेच सांगा, की आम्ही दोघे बंधू मुनिवर वाल्मिकींचे शिष्य आहोत! सातताराांनी युक्त अशी ही मधुर वीणा हाती घ्या व त्या सात स्वरांच्या झणत्कारात तुमचा सूर मिसळून मुक्तकंठाने गायन करा."

त्या दोन कुमारांच्या गायनाची शैली मोठी अपूर्व होती. वीणेच्या लयीत ते गाणे एकरुप झाले होते. श्रीरामचंद्रांना त्या गायनाविषयी मोठे कुतूहल वाटले. राजा श्रीरामांनी नित्य कर्मातून तसेच यज्ञकार्यातून थोडा वेळ काढून, एक सभा बोलवली. त्यात मुनी, राजे, विद्वान, व्याकरणकार, वयोवृध्द ब्राह्मण, स्वरांचे व संगीत विद्येचे जाणकार, पौरजण, पंडित, वैदिक छंदस्वर यांचे जाणकार, चित्रकार, धर्मज्ञ, वेदांती अशा सर्वांनाच या सभेचे निमंत्रण होते.

वाल्मिकींच्या अनुज्ञेनुसार अयोध्यापती श्रीराम व सर्व सभाजनांच्या उपस्थितीत मग त्या दोन मुनिकुमारांनी रामकथेच्या गायनास सुरुवात केली. मधुर संगीताची वृष्टी सुरु झाली. ते जणू

(पान ११ वर)

राजर्षी शाहू महाराज

शाहू महाराजांचा जन्म २६ जून १८७४ रोजी कोल्हापूर संस्थानात जहागीरदार घाटगे यांच्या घराण्यात झाला. त्यांचे खरे नाव यशवंतराव असे होते. परंतु कोल्हापूरचे छत्रपती चौथे शिवाजी यांच्या अकाली मृत्यूनंतर १७ मार्च १८८४ रोजी कोल्हापूरच्या गादीवर त्यांना दत्तक घेण्यात आले. आपल्या ४७ वर्षाच्या जीवनकाळात त्यांनी अलौकिक असे समाजकार्य करुन जनतेच्या हृदयावर राज्य केले.

सन १८९४ साली त्यांचा राज्यभिषेक झाला. राज्यकारभाराची सूत्रे हाती घेताच त्यांनी गोरगरीब जनतेसाठी सत्ता राबवायला सुरवात केली. दोनच वर्षांनी कोल्हापूर संस्थानात मोठा दुष्काळ पडला. त्यावेळी त्यांनी स्वतः घोड्यावर बसून, प्रसंगी पायी फिरुन जनतेची दुःखे दूर केली.

१९०६ साली त्यांनी अस्पृश्य मुला-मुलींसाठी वसतिगृहे काढली. शाळा काढल्या. त्यांनी अस्पृश्यांच्या भल्यासाठी आदेश काढला, 'अस्पृश्य वर्गास सर्व प्रकारचे शिक्षण मोफत करण्यात आले. सर्व जाती-धर्माच्या मुलांस एकत्र बसविण्यात येत जावे.' त्यांना पुस्तके, पाट्या, पेन्सिली मोफत देण्यासाठी अडीच हजार रुपये मंजूर केले. महार, मांग, रामोशी व बेरड या चार जातींच्या लोकांची हजेरी बंद करण्यात आली.

डॉ. भीमराव रामजी आंबेडकर नावाचा अस्पृश्य महार जातीतील एक तरुण अमेरिकेला जाऊन उच्च विद्याविभूषित झाल्याची माहिती मिळताच छत्रपतींना खूप आनंद झाला. डॉ. आंबेडकर तेव्हा मुंबईतील सिडनेहॅम कॉलेजात अर्थशास्त्राचे प्रोफेसर होते. शाहू महाराजांनी स्वतः मुंबईला

(पान ९ वर)

संत नरसी मेहता

गुजरातमध्ये एक थोर संत होऊन गेले. त्यांचे नाव होते नरसी मेहता. त्यांनी खूप सुरेख भजनं लिहिली. ते आपली पदं मोठ्या तन्मयतेने गात. ठिकठिकाणी जाऊन ते भजन-किर्तन करीत. लोकांमध्ये प्रेम-आपुलकी निर्माण करीत. त्याकाळात जातीभेदाचे मोठे प्रस्थ होते.

एके दिवशी दलित समाजातील एका भक्ताने नरसी मेहतांना विचारले, "महाराज, तुम्ही आमच्या वस्तीत भजन-कीर्तनाला येणार का?" नरसी मेहता म्हणाले, "का नाही येणार? मी जरुर येईन, तुम्ही तयारी करा."

नरसी मेहता ठरलेल्या वेळी दलित वस्तीत गेले. तेथे त्यांनी आपल्या मधुर वाणीत भजन-कीर्तन केले. प्रसाद ग्रहण केला. दलित वस्तीतील सारे भक्त-भाविकगण खूश झाले. सर्वांच्या चेहऱ्यावर आनंद ओसंडून वाहत होता. ही बातमी काही कर्मठ, रुढीवादी लोकांना समजली. त्यांनी नरसी मेहतांना आपल्या समाजातून बहिष्कृत करण्याचा ठराव मांडला. नरसी मेहतांना जातीबाहेर काढल्याने लोकांनी त्यांच्याशी बोलणे बंद केले. त्यांच्याशी कुठलाही व्यवहार करायची बंदी घातली. त्यांना विहिरीवर पाणी भरणे, वस्तूंची

देवाण-घेवाण यावर बंदी घातली. एवढा त्रास सहन करुनही ते शांत राहिले. आपले राहते घर दार व गाव सोडताना समाजातील लोकांना ते म्हणाले, "बांधवांनो, तुम्ही मला जातीतून बहिष्कृत केले, हे फार चांगले झाले. आता मी मुक्त झालो. आतापर्यंत मी ठराविक जातीत, समाजात बांधलो गेलो होतो, तुम्ही मला यातून मुक्त केले. याबद्दल मी तुमचा आभारी आहे. परमेश्वर सर्वांसाठी सारखाच आहे. परमेश्वराने निर्माण केलेली प्रत्येक गोष्ट ही सर्वांसाठी सारखीच आहे. हवा, पाणी, अन्न, सूर्य-चंद्र सर्वांसाठीच आहेत. मग मी तरी एकाच जातीपुरता कसा असेन? मी सर्वांचा आहे, सर्व माझेच आहेत. मी कुणालाही दूर करु शकत नाही."

पुढे नरसी मेहतांनी गावोगावी जाऊन मानवतेचा, हरिभक्तीचा प्रचार-प्रसार केला. अनेक पदे रचली. त्यांची कीर्ती सर्वत्र पसरली. लोकांना त्यांचे महत्व पटले.

पुढे जुनागढमधील तलाजा या त्यांच्या जन्मगावी ज्या लोकांनी त्यांना बहिष्कृत केले होते त्यांनीच त्यांना आदराने पाचारण केले.

गांधीजींना प्रिय असलेलं भजन -

वैष्णव जन तो तेणे कहिए,
जे पीड पराई जाणे रे

हे त्यांनीच लिहिलेलं आहे.

हिंदी महाकवी सूरदासजी सारखीच त्यांनी काव्य निर्मिती केली. अशा या संतकवीने सन १४८० मध्ये आपला देह ठेवला.

❖❖❖

राजर्षी शाहू महाराज

(पान ७ वरुन)

जाऊन त्यांचा सत्कार केला. आणि त्यांना माणगाव परिषदेचे आमंत्रण दिले. महाराजांच्या आमंत्रणाचा स्वीकार करुन डॉ. आंबेडकर जेव्हा करवीर संस्थानातील माणगावात आले तेव्हा महाराजांनी त्यांचे यथोचित आदरातिथ्य केले. आपल्या जाहीर भाषणात त्यांनी आंबेडकरांचा 'मित्र' म्हणून उल्लेख केला. ते पुढे म्हणाले, "डॉ. आंबेडकर हे विद्वानांचे एक भूषणच आहेत." महाराज स्वतः त्यांच्यासोबत भोजनास बसले व त्यांना आग्रहाने यथेच्छ भोजन करायला लावले. नंतर स्वतः रेल्वे स्टेशनवर जाऊन त्यांना मुंबईच्या रेल्वेत बसवून निरोप दिला.

छत्रपतींच्या कार्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करताना डॉ. आंबेडकरांनी सांगितले, की इथून पुढे प्रत्येक बहिष्कृत व्यक्तीने शाहू महाराजांचा २६ जून हा वाढदिवस एखाद्या सणाप्रमाणे आनंदाने साजरा करावा.

७ जून १९२० रोजी मांग-महारादी गुलामांना गुलामगिरीतून पूर्णपणे मुक्त केल्याची राजाज्ञा शाहूमहाराजांनी दिली. दरम्यानच्या काळात डॉ. आंबेडकरांनी आपले अर्धवट शिक्षण पूर्ण करण्यासाठी लंडनला जाण्याची इच्छा व्यक्त केली. तेव्हा शाहू महाराजांनी त्यांना सढळ हाताने मदत करुन लंडनला पाठविले.

असे हे राजऋषी शाहू महाराज वयाच्या सत्तेचाळीसव्या वर्षी ६ मे १९२२ रोजी अनंतात विलीन झाले.

❖❖❖

विचारपुष्प

सध्याच्या परिस्थितीत धैर्य बाळगत स्वत:चे आत्मनिरीक्षण करायचे आहे. स्वत:मधील अस्थिरता मानसिक ताण बाजूला सारुन, दृढ विश्वासाने मिळून मिसळून सत्संग करायचा आहे. दातार सर्वांना धैर्य देवो. हिम्मत देवो. प्राप्त परिस्थिती लवकरच निवळेल हा विश्वास बाळगून आपलं जीवन व्यतीत करतील.

एक बुध्दिमान गृहस्थ होता; परंतु त्याच्यामध्ये त्याला काही तरी कमतरता जाणवत होती. त्याला कुणाचेही बोलणे सहन होत नसे.काही ना काही कारणांवरुन तो नाराज होत असे. भांडत असे. कोणाला समजून घेणे त्याला जमत नसे. आपल्या या कमतरतेवर मात करण्यासाठी त्याने गावापासून दूर अंतरावर घर बांधले. जिथे जवळपास कोणीही फिरवूऽ शकणार नाही. तिथे तो जवळजवळ सात वर्षे राहिला. त्याचवेळी एक व्यक्ती त्याच्या घराजवळ आली. त्या व्यक्तीने त्याला विचारले, की तुम्ही सर्व लोकांपासून लांब, अलिप्त का राहत आहात ? त्यावर तो गृहस्थ म्हणाला, की मी जर कुणाशी बोलू लागलो तर कुठल्या ना कुठल्या कारणावरुन मला राग येतो आणि म्हणून मी लोकांपासून दूर राहतो.

ती व्यक्ती समजदार होती, त्या व्यक्तीने विचार केला, की ह्या गृहस्थाचा हा

मार्ग चुकीचा आहे. त्याने आपल्यातील कमतरता दूर करण्याऐवजी स्वत: दूर झाला. त्याच्यातील कमतरता मात्र तशाच राहिल्या.

एक फोटोग्राफर होता. त्याने एक अप्रतिम फोटो काढला. तो फोटो खूप लोकप्रिय झाला. तेव्हा त्याच्या शिष्यांनी त्याला विचारलं, "सर, तुम्ही एवढा सुंदर फोटो कसा काढला? कोणतं तंत्र वापरलं?" त्यावर फोटोग्राफरने सांगितले, की मी फक्त धैर्य ठेवलं. पूर्ण वर्षभर मी हे दृश्य प्राप्त करण्यासाठी निरीक्षण केलं. कोणत्या दिवशी वातावरण कसे असते, आपल्याला हवे ते दृश्य कोणत्या कालावधीत प्राप्त होऊ शकते हे मी गेल्या वर्षभर पाहत होतो आणि या वर्षी तो दिवस नक्की करत मी ते दृश्य माझ्या कॅमेऱ्यात टिपलं. यासाठी कोणतंही तंत्र वापरलं नाही तर वर्षभर थांबण्याचं, वाट पाहण्याचं धैर्य बाळगलं म्हणून मला ही सफलता मिळाली.

अशाप्रकारे आजकाल धैर्य हे आपल्या जीवनासाठी फार महत्वपूर्ण आहे. धैर्य नसेल तर आपण स्वत:ला सावरु शकणार नाही. धैर्य हा छोटासा शब्द आहे; पण फार महत्त्वाचा आहे.

❖❖❖

अश्वमेध यज्ञाची तयारी व मुनिकुमार

(पान ६ वरुन)

गंधर्वगान होते. त्या मधुर गान-श्रवणाने सर्व श्रोते मुग्ध झाले. गायन करणाऱ्या मुनिकुमारांचे रुपसौंदर्य डोळ्यात भरणारे होते. विशेष म्हणजे त्यांची आकृती-चेहरामोहरा श्रीरामचंद्रांशी मिळताजुळता होता. हे अनेकांच्या लक्षात आले. खालच्या आवाजात सभेत तशी चर्चाही सुरु झाली.

वीस सर्गापर्यंत गायन मुनीकुमारांनी पूर्ण केले. प्रसन्न होऊन श्रीरामांनी भरताला म्हटले, "बंधू, तू या दोन महात्मा बालकांना अठरा हजार सुवर्णमुद्रा सत्वर पुरस्कार म्हणून दे. याशिवाय आणखी काही त्यांना हवे असेल तर तेही दे."

परंतु ते सुवर्णदान त्यांनी ग्रहण केले नाही. मुनिकुमार उत्तरले,"या धनाची काय आवश्यकता आहे? आम्ही दोघे वनवासी आहोत. जंगली फळा-मुळांचा आहार आम्ही करतो. सोने-चांदी वनात घेऊन जाऊन आम्ही काय करु?" श्रीरामांनी मग मोठ्या उत्सुकतेने त्या महान काव्याविषयी दोन मुनिकुमारांजवळ चौकशी केली. त्यावर विनयपूर्वक मुनिकुमार उत्तरले, "महाराज, या काव्याद्वारे तुमच्या संपूर्ण चरित्राचं दर्शन घडविले आहे. त्याची रचना मुनिवर वाल्मिकींनी केली आहे. ते या यज्ञस्थळी उपस्थित आहेत."

"महर्षी वाल्मिकींनी रचलेल्या या महाकाव्यात चोवीस हजार श्लोक व शंभर उपाख्याने आहेत. राजन, या काव्यात सुरुवातीपासून शेवटपर्यंत पाचशे सर्ग व सहा कांडांची निर्मिती केली आहे. त्याशिवाय उत्तरकांडाची रचनादेखील त्यांनी केली आहे."

क्रमश: ...

दादाला विचारू या..!

प्रश्न : जीव, आत्मा आणि परमात्मा म्हणजे काय ?

उत्तर : जीव, आत्मा आणि परमात्मा ह्या तीन गोष्टी वेगवेगळ्या नसून एकाच वस्तूची तीन नावे आहेत. यासाठी आपण एक उदाहरण पाहूया. समजा, आपण राहतो त्या घरासमोर अंगण आहे. अंगणाभोवती आपण भिंतीचं कुंपण बांधलं आहे. आकाशात सूर्य उगवला आहे. त्याची किरणं अंगणात पडलेली आहेत, अंगणाच्या बाहेर पडलेली आहेत. आता अंगणातील किरणं आणि अंगणाबाहेरची किरणं यात काय फरक आहे ? काहीच नाही. अंगणात पडलेली किरणं कुंपणाच्या आत आहेत. ती सीमित झाली असे वाटते बाहेरची किरणं-अंगणातील किरणं असं सांगायला काहीतरी फरक जाणवेल; पण कुंपणाची भिंत तोडली तर किरणांमध्ये फरक सांगता येईल का ? नाही. तसं, आकाशात व इतरत्र पडलेली किरणं म्हणजे 'परमात्मा' म्हटलं तर चार भिंतीच्या आत अंगणात पडलेली किरणं जर स्वत:ला सीमित समजू लागली तर त्यांना 'जीव' म्हणता येईल.

अशाच पध्दतीने देहाच्या आत विराजमान असलेल्या परमात्म्याला 'आत्मा' म्हटलं जातं. देहात असणाऱ्याला आत्म्याला जर भ्रम झाला, की मी देह आहे, तर त्याला जीव म्हटलं जातं. वस्तुत: जीव, आत्मा व परमात्मा एकच आहे.

समुद्र, लाटा व समुद्रावर तरंगणारा बुडबुडा ह्या तीन वेगवेगळ्या गोष्टी दिसत असल्या तरी लाटा समुद्रापासून वेगळ्या नाहीत आणि समुद्राच्या पाण्यापासून तयार झालेला बुडबुडा हा देखील समुद्रापासून वेगळा नाही. बुडबुडा फुटला, लाटा शांत झाल्या तर फक्त समुद्रच राहील तिथे लाटांचं आणि बुडबुड्याचं वेगळं अस्तित्व राहत नाही. तसं ज्ञानी पुरुषाला आत्मस्वरुपाची ओळख झाल्यावर त्याला सर्वत्र परब्रह्मच दिसू लागतं. भेद कुठेच दिसून येत नाही.

❖❖❖❖❖❖

प्रश्न : सेवा, सत्संग व स्मरण या तिन्ही गोष्टीत (कर्म) कुठले तरी कर्म कमी पडले तर त्याचा काय परिणाम होतो ?

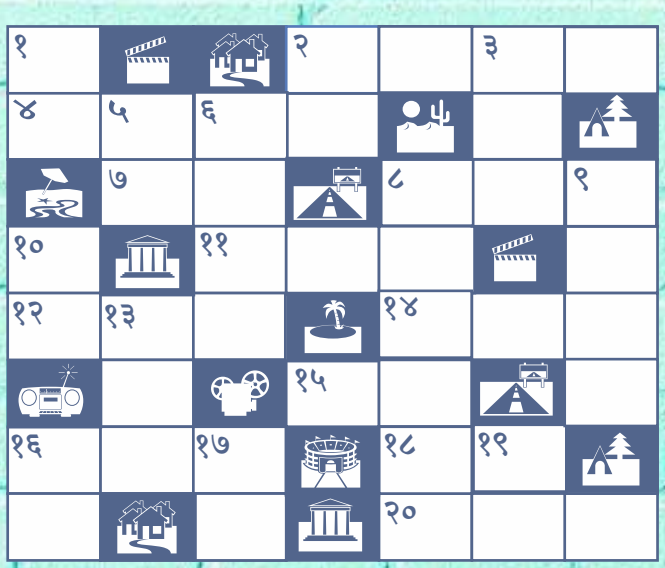
उत्तर : उन्हातून घामाघूम होऊन आल्यावर आपण पंख्याखाली बसतो. पंखा सुस्थितीत असेल तर आपल्याला गारवा प्राप्त होतो. पंखा बंद असेल तर मात्र काहीच उपयोग नाही. पंख्याच्या तीन पात्यांपैकी एखादे पाते जरी कमी असेल तरी त्या पंख्याचा उपयोग होत नाही. तद्वतच सेवा, स्मरण, सत्संगापैकी एक जरी कर्म कमी पडलं तरी इतर दोन कर्माचा व्हावा तसा लाभ होत नाही.

आपण सत्संग आणि नामस्मरण भरपूर करत असलो आणि सेवेकडे दुर्लक्ष केले तर सत्संग व स्मरण देखील कमी कमी होऊ लागते. विश्वासही दोलायमान होऊ लागतो. म्हणून जीवनात पूर्ण आनंदासाठी तीनही कर्मांची पुरेपूर आवश्यकता आहे.

❖❖❖❖❖❖

शब्दकोडे १९०

❍ पूजा अरोडा (रेवाडी-हरियाणा)



उभे शब्द

१. या शहरात ताजमहाल आहे

२. गाढवापुढे वाचली ....., कालचा गोंधळ बरा होता (म्हण)

३. 'विदेही' असे राजा ..... यास म्हटले आहे

५. ..... सज्जना भक्ती पंथेसी जावे (मनाचे श्लोक)

६. पी. सावळाराम हे सिनेमा क्षेत्रात सुप्रसिद्ध ..... होते

८. आग्रा शहराचे पूर्वीचे नाव काय ?

९. भारताच्या उपराष्ट्रपतीच्या निवडणुकीमध्ये ..... आणि राज्यसभेचे सदस्य मतदान करतात

१०. या नदीकाठी पंढरपूर शहर वसलेले आहे

१३. म. गांधी गोळया लागून खाली कोसळले तेव्हा उच्चारलेले शब्द

१६. गौतम ऋषींच्या शापाने अहिल्या ..... होऊन पडली

१७. एक खाद्य पदार्थ

१९. हनुमान हे भगवान श्री ..... भक्त होते

आडवे शब्द

२. रवींद्रनाथ टागोर यांना ..... या काव्य संग्रहासाठी नोबेल पारितोषिक मिळाले

४.संत तुकडोजी महाराजांनी आत्मसंयमनाचे विचार कोणत्या काव्यातून मांडले ?

७. सूनेची मुलगी

८. क्रिकेट टीमचे एकूण खेळाडू

११. आठवा मराठी महिना

१२. विवाहित स्त्रीच्या वडिलांचे घर

१४. जेव्हा भारत स्वतंत्र झाला, धनंजयचे वय १५ वर्ष होते तर धनंजयचा जन्म एकोणीशसे ..... मध्ये झाला

१५. 'पायोजी मैंने रामरतन धन पायो' ही भक्तीरचना संत ..... बाई यांची आहे

१६. हिमाचल प्रदेश राज्याची राजधानी

१८. आंतरराष्ट्रीय परिचारिका दिन मे महिन्याच्या ..... तारखेला साजरा करतात

२०. भारतातील एक संघराज्य क्षेत्रा : ..... आणि दीव

उत्तरे इतरत्र

हसा मुलांनो हसा

कंजूष मालक : अरे रामू, मी जर मित्रांबरोबर बोलत असेल आणि मला आत चहा प्यायला बोलावलं असेल तर म्हणायचं, मालक फोन आला आहे, कळलं ?

रामू : (थोडया वेळाने) मालक, तुमचा फोन आला आहे.

मालक : हो आलोच (मालक गप्पांमध्ये रंगले असल्याने ते उठून घरात गेले नाहीत.

रामू : (पुन्हा थोडया वेळाने) मालक, तुमचा फोन थंड होतोय.

चिंग्याने भंगारमध्ये पडलेली जुनाट सायकल दुरुस्तीसाठी रिपेरिंगवाल्याकडे नेली. सायकलची अवस्था पाहून तो म्हणाला, "ही सायकल दुरुस्त होणं अशक्य आहे." त्यावर चिंग्या म्हणाला, "अहो, पण नेपोलियन तर म्हणतो की या जगात अशक्य असं काहीही नाही आणि तुम्ही म्हणता...." सायकलवाला म्हणाला, "हे बघ इथं वाद घालत बसण्यापेक्षा त्याच्याकडेच घेऊन जा."

काळू -बाळू रात्री तंबू ठोकून झोपले असता त्यांना डास चावू लागले. दोघांनी जाडजूड ब्लँकेट डोक्यावरुन पांघरुन घेतले. थोडया वेळाने बाळूने तोंडावरचे ब्लँकेट दूर केले तर त्याला तंबूत काजवे उडताना दिसले. त्याने काळूला उठवत म्हटले, "अरे हे बघ, डास आपल्याला शोधायला टॉर्च घेऊन आलेत."

मराठीचे सर : मन्या, तू सांग कवी केशवसुत यांच्या जन्म-मृत्यूचा कालावधी काय आहे ?

मन्या : मला माहीत नाही सर !

सर : केशवसुतांची कविता पहा. कवीचा परिचय दिलाय ना त्यात. कंसात काय लिहिलय ते वाच. यापूर्वी कधी वाचलं नव्हतं का ?

मन्या : वाचलं होतं ना, पण मला वाटलं हे त्यांचे फोन नंबर असावेत.

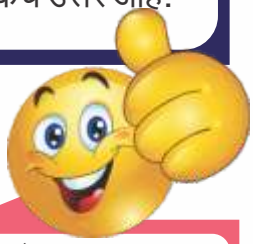
शिक्षक : पृथ्वी गोल आहे, हे सिध्द करणारे तीन पुरावे कोणते ?

यमी : सर, पुस्तकात लिहिलंय पृथ्वी गोल आहे, गाईडमध्ये लिहिलय पृथ्वी गोल आहे आणि तुम्हीदेखील तेच सांगितलंय, यावरुन पृथ्वी गोल आहे हे सिध्द होते.

विन्या पहिल्यांदाच त्याच्या सासरवाडीला गेला. चहापाणी झाल्यावर त्याच्या सासूबाईंनी विचारलं, "जावईबापू, तुमची आवडती डीश कोणती?" विन्या विचार करुन म्हणाला, "स्टीलची....हां जर्मनची हलकी डीश आपल्याला नाय आवडत."

मॅडम : बंड्या, तू लिहिलेली दहाच्या दहा उत्तरं चुकीची आहेत.
बंड्या : नाही मॅडम, माझं फक्त एकच उत्तर चुकलय.
मॅडम : मूर्खा, तुझी वही परत बघ.
बंड्या : मॅडम यातली पाच उत्तरं पप्पांची आहेत, चार मम्मीची आहेत. माझं फक्त एकच उत्तर आहे.

डॉक्टर : (पेशंटला) वसंतराव, तुम्ही तर पाठीचं दुखणं आहे असं म्हणाला होता, पण तुमच्या हृदयाचे ठोके तर खूपच वाढलेले दिसतात.
वसंतराव : दुखणं पाठीचच आहे. पण भिंतीवर तुमची तपासणीची फी वाचून माझ्या हृदयाचे ठोके वाढले.



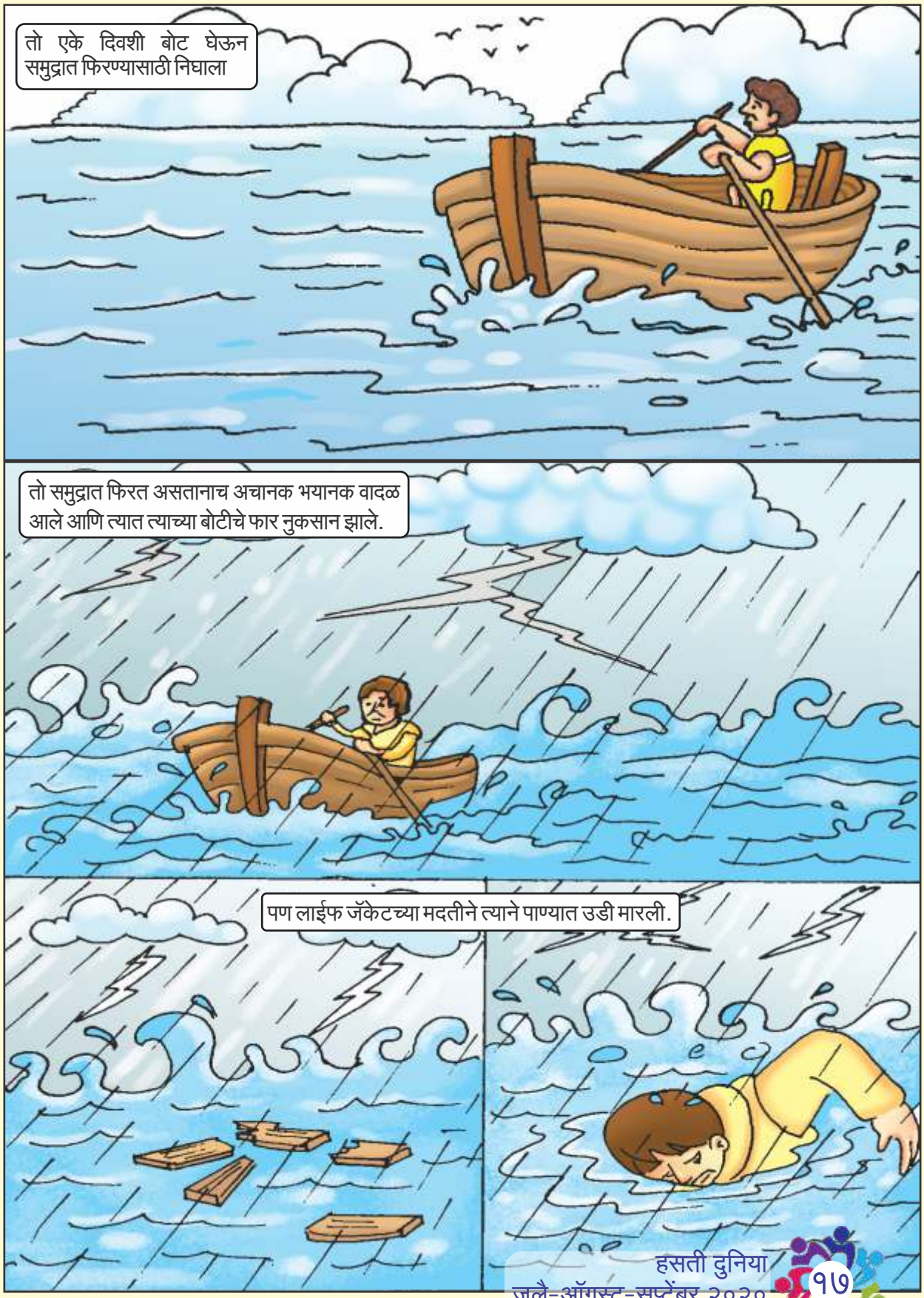
पेशंट : (ऑपरेशन थिएटरमध्ये ठेवलेला फुलांचा हार पाहून) डॉक्टर, हा हार कुणासाठी आणला आहे?
डॉक्टर : हे माझं पहिलंच ऑपरेशन आहे. ते यशस्वी झालं तर तो हार माझ्यासाठी. अयशस्वी झालं तर तुझ्यासाठी.

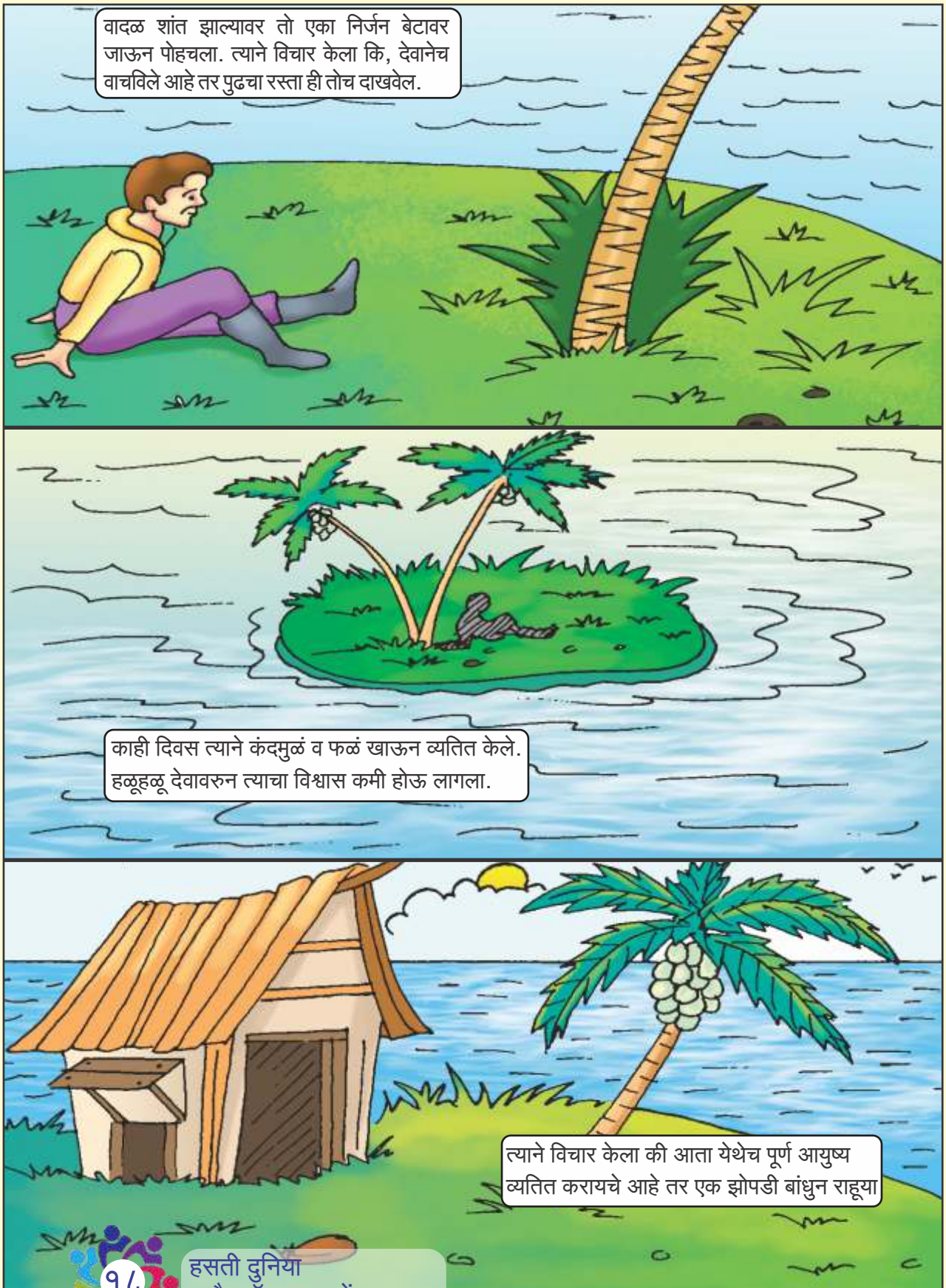
शिक्षक : मुलांनो, आपले पूर्वज कोण होते ठाऊक आहे?.... माकड होते.
दिन्या : नाही सर, पण आमचे पूर्वज वाघ होते. तुमचे पूर्वज माकड असतील.
शिक्षक : कशावरुन?
दिन्या : आमच्या आजोबा, पणजोबांचे आडनावही वाघ होते.

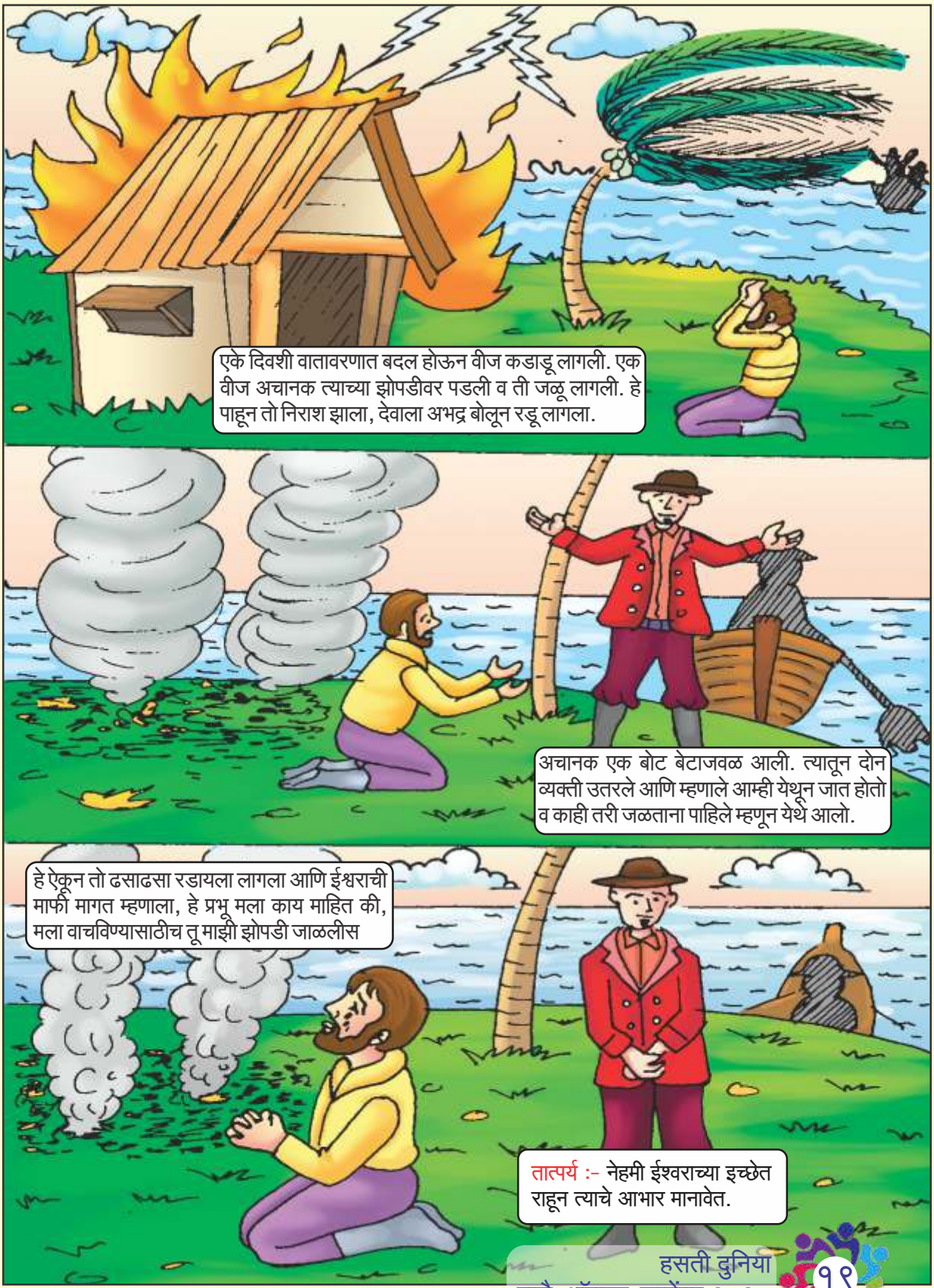
एकदा बुवांचे कीर्तन चालू असताना गणूकाका पटकन उभे राहून चालू लागले. कीर्तन संपल्यावर बुवांनी गंगूबाईंना विचारले, "काय हो, कीर्तन ऐकता-ऐकता तुमचे यजमान उठून निघून का गेले? कुणी आजारी आहे का?"
गंगूबाई ओशाळून म्हणाल्या, "त्यांना झोपेत चालायची सवय आहे."

आजोबा

चित्रांकन
लेखन, रंग
अजय कालडा


तो एके दिवशी बोट घेऊन समुद्रात फिरण्यासाठी निघाला
तो समुद्रात फिरत असतानाच अचानक भयानक वादळ आले आणि त्यात त्याच्या बोटीचे फार नुकसान झाले.
पण लाईफ जॅकेटच्या मदतीने त्याने पाण्यात उडी मारली.


वादळ शांत झाल्यावर तो एका निर्जन बेटावर जाऊन पोहचला. त्याने विचार केला कि, देवानेच वाचविले आहे तर पुढचा रस्ता ही तोच दाखवेल.
काही दिवस त्याने कंदमुळं व फळं खाऊन व्यतित केले. हळूहळू देवावरुन त्याचा विश्वास कमी होऊ लागला.
त्याने विचार केला की आता येथेच पूर्ण आयुष्य व्यतित करायचे आहे तर एक झोपडी बांधुन राहूया


एके दिवशी वातावरणात बदल होऊन वीज कडाडू लागली. एक वीज अचानक त्याच्या झोपडीवर पडली व ती जळू लागली. हे पाहून तो निराश झाला, देवाला अभद्र बोलून रडू लागला.
अचानक एक बोट बेटाजवळ आली. त्यातून दोन व्यक्ती उतरले आणि म्हणाले आम्ही येथून जात होतो व काही तरी जळताना पाहिले म्हणून येथे आलो.
हे ऐकून तो ढसाढसा रडायला लागला आणि ईश्वराची माफी मागत म्हणाला, हे प्रभू मला काय माहित की, मला वाचविण्यासाठीच तू माझी झोपडी जाळलीस
तात्पर्य :- नेहमी ईश्वराच्या इच्छेत राहून त्याचे आभार मानावेत.

कथा

सुखी जीवनाचा मंत्र

धैर्यशील नावाचा राजा अतिशय पराक्रमी होता. तो प्रजेची उत्तम काळजी घेत असे. दरबारात येणाऱ्या साधु-संत-फकिरांचा सन्मान करी. गुणवंतांच्या गुणांची कदर करी. सारं काही सुरळीत चालू होतं; पण हे राजाच्या प्रधानाला खटकत होतं. काही तरी कट-कारस्थान करुन राज्य बळकावण्याचा त्याचा डाव होता. त्याच्या उपद्रवामुळे राजाला अनेकदा दु:खी व्हावे लागे.

एकदा दरबारात एक फकीर आला. राजाने त्याचा आदर-सत्कार करत विचारले, "बाबा, मी कायम आनंदी राहीन, असा काही मंत्र आहे का?" फकीर म्हणाला, "होय राजन, आहे असा मंत्र!" फकीराने झोळीतून एक तावीत काढला. त्या तावीतमध्ये एक कागद ठेवला. तावीत बंद करुन तो राजाला देत म्हणाला, "या तावीतमध्ये जो कागद आहे, त्यावर मी मंत्र लिहिला आहे; पण अट अशी

आहे, की ज्यावेळी तुझ्या जीवन-मरणाचा प्रसंग तुझ्यापुढे निर्माण होईल अशा आणीबाणीच्या प्रसंगी तू हा तावीत उघडून तो मंत्र वाच. तेव्हाच तो तुझ्या कामाला येईल."

राजाने मोठ्या श्रध्देने तो तावीत आपल्याजवळ ठेवला. कालातंराने प्रधानाने कपट कारस्थान करुन राज्यात बंडाळी माजवली. राजाच्या विश्वासू सरदारांना कैदेत टाकले. आणि एका बेसावध क्षणी राजालाही कैद केले. दुसऱ्या दिवशी राजाला सुळावर चढवण्याचा हुकूम त्याने दिला. राजाचा एक अत्यंत विश्वासू सेवक होता त्याने स्वत:चा जीव धोक्यात घालून राजाची सुटका केली व आपला घोडा सोबत दिला. रात्रीच्या काळोखात राजाला सीमेपलीकडे जायचे होते. राजा वाऱ्याच्या वेगाने निघाला. इकडे प्रधानाला ही वार्ता कळताच त्याने सैनिकांची मोठी तुकडी राजाच्या मागावर पाठवली. राजा एका पर्वताच्या शिखरापर्यंत पोचला. पाठीमागून सैनिकांची तुकडी येताना त्याने पाहिली. आता काय करावे? पुढे जावे तर खोल दरी आहे, मागे फिरावे तर सैनिकांकडून पकडले जाऊ. जीवन-मरणाचा प्रश्न निर्माण झाला. अशा आणीबाणीच्या प्रसंगी त्याला फकिराने दिलेल्या तावीतची आठवण झाली. त्याने घोड्याला सोडून दिले आणि दरीत उतरुन एका खडकाआड लपून बसला. त्याने तावीज उघडून त्यातील कागद काढला. त्यावर लिहिले होते, 'हाही क्षण निघून जाईल, कोणतीही गोष्ट कायम राहत नाही'. हे वाक्य वाचून राजाला धीर आला. त्याचे मन शांत झाले. थोड्या वेळाने प्रधानाचे सैनिक तिथे पोचले. त्यांनी पाहिले, राजाचा घोडा दिसतोय. याचा अर्थ राजा दरीत पडून त्याचा अंत झाला असणार. ते परत फिरले.

इकडे राजा मजल-दरमजल करत दुसऱ्या नगरीत पोचला. शेजारील राजाची मदत घेऊन त्याने आपले राज्य पुन्हा जिंकून घेतले आणि दुष्ट प्रधानाला सुळावर चढवले.

राजाच्या जीवनात पुन्हा आनंदाचे क्षण आले. पण राजा मात्र शांत होता. उत्साहाच्या भरात मोठे-मोठे समारंभ नाही, की मिरवणूक नाही. पुन्हा तो प्रजेच्या कल्याणासाठी योजना आखू लागला. त्यावेळी महाराणीने विचारले, "महाराज, राज्यात एवढा आनंद-उत्सव चालू असताना आपण मात्र अगदी शांत कसे?" त्यावर राजा म्हणाला, "राणीसाहेब, मला सुखी जीवनाचा मंत्र मिळाला आहे. त्यानुसार कुठलीच गोष्ट कायम टिकणारी नाही. मग कधी आनंदी तर कधी दु:खी का व्हायचं? हाही क्षण निघून जाणार आहे. आपण फक्त येणाऱ्या क्षणांचं स्वागत करायचं. कारण सुखही कायम राहत नाही आणि दु:खही कायम राहणार नाही म्हणून सुखात नाचू नये आणि दु:खात खचू नये."

❖❖❖

मध

मध म्हणजे निर्सगाने मानवाला दिलेले एक अनमोल वरदान आहे. प्राचीन काळी निसर्गदत्त मधुर पदार्थ म्हणून केवळ मधाचीच माहिती माणसाला होती. अनेक धार्मिक विधींमध्ये रीतीरिवाजात, सामाजिक कार्यक्रमात मधाचा वापर प्रामुख्याने करत असत. चिकित्सा विज्ञानानेही एक पौष्टीक आहार म्हणून मधाला मान्यता दिलेली आहे. मधामध्ये आढळून येणारे प्रमुख घटक पुढे सविस्तरपणे सांगितले आहेत.

शर्करा(साखर) :- मधाचा गोडपणा हा त्यात असलेल्या शर्करेमुळे आहे. मधात शर्करेचे प्रमाण ७०% ते ८०% असते. मधातील शर्करेत ग्लुकोज आणि फ्रुक्टोज जवळपास सम प्रमाणात असतात. ही शर्करा रक्तात सहजपणे शोषली जाते आणि तिचे रुपांतर उर्जेत होते.

प्रोटीन्स व ॲमिनो ॲसिड्स :- प्रोटीन्स व ॲमिनो ॲसिड्सचे प्रमाण वेगवेगळ्या मधात कमी जास्त असते. ज्या फुलांपासून मध जमा करण्यात आलेला आहे. त्यावर हे प्रमाण अवलंबून असते!

व्हिटॅमिन्स :- मधामध्ये अनेक प्रकारची व्हिटॅमिन्स असतात. ती माणसाच्या दृष्टीने फार महत्त्वाची नसली, तरी मधातील इतर घटकांबरोबर पूरक आहार म्हणून ती उपयुक्त असतात. भूक वाढविणारे व्हिटॅमिन बी कॉम्प्लेक्स मधात आढळते!

एंझाइम्स :- हे पाचनशक्ती वाढविण्यास उपयुक्त असतात. फुलातील रसाचे मधात रुपांतर होत असताना मध गोळा करणाऱ्या मधमाशांच्या शरीरातील स्त्राव त्यात मिसळल्याने ती मधात येतात.

खनिजे (मिनरल्स) :- मधात सुमारे ११ खनिजे व १७ अंशिक तत्व आढळतात. या खनिजांचे प्रमाण मधाच्या प्रकारावर अवलंबून असते. जो मध गडद रंगाचा असतो, त्यात खनिजांचे प्रमाण जास्त असते.

उपचारात उपयुक्तता :- प्राचीन काळापासून मधाचा अनेक आरोग्य उपचारात उपयोग केला जात आहे. जखमेवर, भाजल्यावर जखमा बऱ्या होण्यासाठी मध हे एक रामबाण मलम म्हणून वापरला जातो. आयुर्वेदातील अनेक औषधांमध्ये मधाचा वापर केला जातो. सहजपणे पचणे आणि दुष्परिणाम (साइड इफेक्टस) नसणे हे मधाचे वैशिष्ट आहे.

मध हे एक प्रकारचे नैसर्गिक औषध आहे. दररोज दोन चमचे मधाचे सेवन केल्याने शरीर निरोगी, ऊर्जावान, स्वस्थ राहते, परंतु थंडीमध्ये याचे सेवन केल्यास मधाचे खूप फायदे प्राप्त होतात.

प्रतिकारशक्ती वाढविण्यास मदत होते. पचन शक्ती सुधारते.

शरिरात शक्ती आणि ताजेपणा राहण्यास मदत होते.

ज्यांना खाज खरुज याचा त्रास नेहमी असतो अशा रुग्णांनी एक ग्लास पाण्यात एक चमचा मध घालून सकाळी रिकाम्या पोटी नियमितपणे घ्यावे.

गाजरांच्या रसामध्ये दोन लहान चमचे मध घालून ते नियमीत प्राशन केल्यास दृष्टी क्षमता वाढते तसेच डोळ्यांतून पाणी येणे यांसारखे आजार बरे होण्यास मदत होते.

आयुर्वेदामध्ये उच्च रक्तदाबासाठी मधाचा उपयोग करणे अत्यंत फायदेशीर असल्याचे सांगितले आहे. दोन लहान चमचे मध एक चमचा लसणाच्या रसामध्ये नियमित घेतल्याने रक्तदाब संतुलित राहतो.

जर तुम्हाला सर्दी, पडसे किंवा छातीत कफ झाला असेल तर चहामध्ये किंवा हलक्या गरम पाण्यात मध टाकून प्यायल्याने खूप फरक पडतो.

मधाचे नियमित सेवन केल्यास रक्तशुध्दी होते तसेच हृदयाशी संबधित आजार होण्याची शक्यता खुप कमी होते.

मधाचे सेवन केल्याने व्हिटामीन ए,बी आणि सी शरीरास मिळण्यास मदत होते. आर्यन, कॅल्शियम, सोडियम, फॉस्फरस आणि आयोडीन शरीरास पूरक प्रमाणात मिळते. शरीर ताकदवान होते.

दररोज दोन चमचे मधाचे सेवन केल्यास केसांची चांगली वाढ होते तसेच केस गळण्याची समस्या दूर होते.

थंड पाण्यामध्ये मध मिसळून दररोज पिल्यास त्वचेचा रंग साफ होतो तसेच चेहऱ्यावर एक प्रकारची कांती दिसून येते.

जगातील दम्याच्या रुग्णांसाठी मध हे एक वरदानच ठरु शकेल. कारण मध आले आणि काळी मिरी पावडर यांच्या समप्रमाणातील मिश्रणाच्या नियमित सेवनाने दम्याच्या आजारामध्ये खात्रीलायक फरक पडतो.

मलावरोध, हायपर ॲसिडीटी आणि स्थूलपणा घालवण्यासाठी एक चमचा मध हलक्या गरम पाण्यात अर्ध्या लिंबाच्या रसामध्ये घेणे अत्यंत उपयुक्त ठरते.

❖❖❖

डोळे उघडले

गोविंद नावाचा एक शेतकरी होता. तो आपल्या आई आणि बायकोसोबत रहात होता. तो प्रामाणिकपणे कष्ट करत असे. त्यांना मुलबाळं नव्हती. थोडी फार जमीन होती त्यावर मेहनत करुन तो तिघांची गुजरान करीत असे. शेतीतून जे काही मिळेल त्यातून तो पैसे राखून ठेवीत असे. चांगल्या कामाला हातभार लावी. त्याची बायकोही गोरगरीबांना पै-पैशाची सेवा करी.

यावेळी गोविंदने ऊस लावला होता पीक चांगलं आलं. शेताच्या जवळच एक चर खणून कढईची सोय केली होती. तेथे गूळ तयार होत होता. तो आपला ऊस तेथे नेऊन टाकत होता.

एक दिवस गोविंद आपल्या आई आणि पत्नीसोबत आपल्या शेतावर काम करत होता. इतक्यात एक वाटसरु घोड्यावरुन तेथे आला आणि म्हणाला, 'मला खुप तहान लागली आहे. ऊसाचा ताजा रस प्यायला मिळेल का?'

वाटसरुला थांबायला सांगून गोविंद म्हणाला, "ठीक आहे, बसा तर खरं! थोडा वेळ आराम करा आणि भरपूर रस प्या. मी आता आणतो तुमच्यासाठी."

त्या गोविंदाचे ते बोलणे ऐकून त्या घोडेस्वाराला खूप आनंद झाला. त्याने गोविंदाची खूप स्तुती केली. तोपर्यंत म्हातारीने ताजे ताजे ऊस तोडून आणले. गोविंदने त्यातले चांगले चांगले निवडून चरकात टाकले. पण हे काय? इतके ऊस पिळूनही अवघा अर्धाच प्याला भरला.

सर्वांना आश्चर्य वाटले. इतका चांगला उस असूनही एवढाच रस कसा?

तरीपण तो काही बोलला नाही. रसाचा प्याला त्याने वाटसरुला दिला. एवढ्याने काय होणार? त्याने आणखीन मागितला. गोविंदने आणखीन उस तोडला आणि चरख्यात टाकला पण रसाचा एक टिपूसही बाहेर पडला नाही.

आता मात्र गोविंद चांगलाच पेचात पडला त्याची पत्नीदेखील चिंतित झाली. अतिथी देवो भवो असे मानणारी ही माणसं दु:खी झाली. शेवटी न राहून गोविंद म्हणाला, "दादा, तुम्ही तर काही जादू केली नाहीना? माझा ऊस इतका रसाळ असताना हे कसं काय झालं? सगळा रस सुकुन गेला की काय?"

यावर वाटसरु म्हणाला, "मी कशाला काय जादू करु? मला काय त्यातून मिळणार आहे?" तेव्हा गोविंदची म्हातारी आई म्हणाली, "मग आमचंच नशीब खोटं! देवाची कृपा नाही आमच्यावर. नाहीतर आमचा राजा तरी वाईट असला पाहिजे. कारण असं विपरित कधी झालं नाही."

हे ऐकून तो वाटसरु हात जोडून म्हणाला, "आजी, अगं मीच तो राजा आहे. आपल्या प्रजेची हालहवाला पाहण्यासाठी वेष बदलून हिंडतो आहे. पण खरंच हे सगळं माझ्यामुळे झालं आहे हे कळलं मला." राजाचं हे बोलणं ऐकून गोविंद घाबरुन गेला. तो म्हणाला, "महाराज क्षमा करा, आपण दयाळू आहात. आपल्यामुळे काही झालं नाही. माझी म्हातारी काहीतरी खोटं सांगत आहे." राजा त्यावर अपराधी भावनेने हात जोडत म्हणाला, "नाही म्हातारी आई खोटं बोलत नाही. तुझं हे पीक पाहून मी विचार केला, यावेळी राज्यात चांगलं धान्य आलंय, तेव्हा शेतकऱ्यावर आणखी सारा बसवायला काय हरकत आहे? पण आता असं नाही करणार."

तुझ्या सारखा गरीब शेतकरी लोकांची प्रामाणिकपणे सेवा करतो आहे त्याच्यावर हा भार कशासाठी? गोविंद म्हणाला, "महाराज, आणखी ऊस तोडून आणतो; माझं शेत संपलं तरी चालेल; पण रस निघालाच पाहिजे." यावेळी ऊस चरकात टाकला अन् काय आश्चर्य! रसानं भांडी भरुन गेली.

राजा भरपूर रस प्यायला अन् गोविंदला धन्यवाद देऊन निघून गेला. कारण आज एका गरीब आणि प्रामाणिक शेतकऱ्याने त्याचे डोळे उघडले होते.

- शिवहरी वानरे, बुलढाणा

वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा

राजवर्धन अधव

चिन्मयी म्हाप्रलकर

हर्षिता वलेकर

मीत जाधव-सुयोग शेलार

राजनंदिनी जाधव

शिवांश कोंडूसकर

रिधान रोकडे

संचित आगिवले

शीशा सुर्यंवशी

सुहानी सावर्डेकर

श्रिया पवार

शिवंश गाडेकर

स्पृहा मुळे

पहिली परिचारीका

जागतिक कीर्तीची पहिली परिचारीका म्हणून फ्लोरेन्स नाइटिंगल ओळखल्या जातात. त्यांचा जन्म इटली देशातील फ्लोरेन्स गावी १२ मे १८२० रोजी झाला. त्या श्रीमंत ब्रिटिश कुटुंबात लहानाच्या मोठ्या झाल्या. त्यांनी विवाह करुन आनंदात रहावे असे त्यांच्या आई-वडिलांना वाटत होते; परंतु लोकांची सेवा करण्याचे त्यांनी ठरविले. तुर्कस्थान आणि इटलीमधील जखमी सैनिकांची सेवा करण्यासाठी त्या ब्रिटीशांच्या हॉस्पीटलमध्ये दाखल झाल्या. त्या काळात त्यांचे कार्य कौतुकास्पद होते. जखमी सैनिकांची त्या विशेष काळजी घेत. त्यामुळे त्या देशासाठी लढणाऱ्या जवानांची माताच बनल्या होत्या.

रात्री अपरात्री बोलावणे आले की हातात दिवा घेऊन त्या तिथे पोहचत. म्हणून त्यांना 'दि लेडी वुइथ दि लॅम्प' हे नाव दिले गेले आणि त्याच नावाने प्रसिध्द झाल्या. लंडनच्या सेंट थॉमस हॉस्पीटलमध्ये परिचारीका प्राशिक्षण सुरु केले. हॉस्पीटलमधील सेवा कार्यात ज्या उणिवा होत्या त्या दूर करण्यासाठी अहोरात्र प्रयत्न केले. मानवजातीच्या कार्यात सेवेचे एक महान क्षेत्र स्त्रियांना उपलब्ध करुन दिले. जीवनात हजारो लोकांची सेवा केली. स्त्रियांना या कार्यात प्रवृत्त केले.

जगातील इतिहासातील त्या पहिल्या परिचारीका ठरल्या वेळेप्रसंगी स्वत:च्या पदरचे पैसे खर्च करुन औषधोपचार दिले. लोकांची सेवा करताना स्वत:च्या प्रकृतीचीही काळजी घ्यावीशी वाटली नाही. वयाच्या ९०व्या वर्षी लंडन शहरात आपला देह ठेवला त्यांचे कार्य आजही प्रेरणादायक आहे.

जशी कापराची ज्योत उजळते, जळते, संपते. 'मी सुंदर होते' हे सांगण्यासाठी ती मागे उरत नाही प्रकाश देऊन ती संपून जाते. इतरांना प्रेरणा देऊन जाते तशी!

❖❖❖

कोप्पेश्वर मंदिर व बारा मोटांची विहीर

कोल्हापूरपासून ४७ किलोमिटर अंतरावर महाराष्ट्रातील अप्रतिम मंदिरापैकी एक असं खिद्रेश्वरचं श्री कोप्पेश्वर मंदिर आहे. शिरोळे तालुक्यात कृष्णा नदीच्या काठावरील हे शिलाहार शैलीचं मंदिर उभारायला चालुक्य राजवटीत सुरवात झाली होती. साधारणतः १२व्या शतकात घडवलेल्या या मंदिरावरील कोरीवकाम आणि रचना खरोखरच थक्क करणारी आहे. साडेचार-पाच फुटांच्या ज्या जोत्यावर हे मंदिर उभारलेलं आहे, त्यात सुरेख अशी हत्तींची ओळ कोरलेली आहे, जणू या गजराजांच्या पाठीवर हे मंदिर तोललेलं आहे. या मंदिराचं मुख्य वैशिष्ट्य म्हणजे इथला ४८ खांबांवर तोललेला स्वर्ग मंडप. नावाला साजेशी कलाकुसर असलेल्या या मंडपाच्या मध्याभागीच वर्तुळाकार छत उघडं आहे, त्यामुळे थेट स्वर्गाकडे जाण्याचा रस्ताच मोकळा ठेवला असावा असं वाटतं. या शंकराच्या मंदिरात नंदी नाही. कारण माहेरच्या कार्यात अपमान झालेल्या सतीने स्वतःला यज्ञात झोकून दिल्यावर शिवशंकराला कोप आला आणि इथला कोप्पेश्वर प्रकटला. त्या वेळी सती पार्वतीबरोबर गेलेला नंदी तिची वाट बघत आजही जवळच्या येडूर गावात

पाहायला मिळतो.खजुराहो आणि कोणार्कच्या कोरीव मंदिरांच्या तोडीचं हे मंदिर आजही पर्यटकांची वाट पाहत आहे. गेल्या काही दिवसात मात्र 'कट्यार काळजात घुसली' चित्रपटाच्या शुटिंगमुळे या स्थानाला जरा ग्लॅमर आलं आहे.

मुंबई किंवा पुण्याहून कोल्हापूरकडे एक्सप्रेस वेने येत असाल तर वाटेत 'लिंब' नावाच्या गावात एक स्टॉप अवश्य घ्या. कारण इथे आहे बारा मोटांची विहीर. राजस्थान आणि गुजरातमधील देखण्या स्टेपवेल्स अर्थात पायऱ्यांच्या विहिरी पाहिल्या असतील. पण आपल्या महाराष्ट्रातही तशा प्रकारच्या विहिरी आहेत. त्यातली एक म्हणजे लिंब गावातील बारा मोटांची विहीर. या विहिरीजवळ लावलेल्या फलकावरुन ही अष्टकोनी विहीर सौ. विरुबाईसाहेब भोसले यांनी १७व्या शतकात बांधल्याची माहिती मिळते. विहिरीकडे पाहिल्यावरच नावाप्रमाणे कधी काळी या विहिरीवर बारा मोटा सहज चालत असतील याची खात्री पटते. शिवलिंगाच्या आकारातील या विहिरीचा व्यास ५० फूट आहे, तरी खोली ११० फूट आहे. मध्यभागी पाण्याचं कुंड आणि त्या भोवती दगडात बांधलेली दालनं अशी या विहिरीची रचना आहे. विहिरीच्या आतल्या भागातील कलाकुसर आणि त्यावरील शिल्लक रंग तिच्या ऐतिहासिक वैभवाची साक्ष देतात. मात्र अशी वैशिष्ट्यपूर्ण विहीर मुख्य हायवे लगत असूनही पर्यटकांच्या रस्त्यापासून दूरच राहिली आहे. जाता जाता आणखी एक अशीच विहीर कराडमध्ये आहे, पंताच्या गोटात असलेली ही विहीर 'नकट्या रावळाची विहीर' म्हणून ओळखली जाते.

❖❖❖

उपयुक्त शशांकासन

आजकालच्या धावपळीच्या आणि ताण-तणावांनी भरलेल्या जीवनामुळे प्रत्येक जण काहीसा त्रासलेला असतो. नोकरीतील कामाची दगदग, सुट्टी न मिळणे, मोठ्या जबाबदाऱ्या त्यातून येणारा ताण हा अनुभव कित्येक जणांना येतो. अगदी स्वत:चा व्यवसाय असला, तरी ताण आलाच. विद्यार्थ्यांना चांगले मार्क्स मिळण्याचे टेन्शन, नोकरी शोधणाऱ्यांना नोकरी मिळण्याचे टेन्शन, संसारातल्या अडचणी अशा किती तरी प्रकारचं हे प्रत्येकाला असतचं. त्यामुळे राग येणे, चिडचिड होणे या गोष्टी नित्याच्या झाल्या आहेत. त्यामुळे तुमच्या जीवनावर परिणाम होतो. तणावावर मात करण्यासाठी एक आसन महत्त्वपूर्ण ठरु शकतं, ते आहे शशांकासन. यकृत, स्वादुपिंड, किडनी, आतडी यांना हे आसन बळ देतं.

त्यामुळे बध्दकोष्ठता, गॅस, भूक न लागणे, अपचन, मधुमेह या विकारांत हे आसन फायद्याचे ठरते. हृदय, फुप्फुसं, डोळे आणि मेंदूला निरोगी ठेवणारं हे आसन आहे. मेंदूला होणारा रक्तपुरवठा वाढवून स्मरणशक्ती वाढण्यास यामुळे मदत होते.

काय काळजी घ्याल ?

कंबर आणि मानेचं दुखणं असेल तर हे आसन करु नये.

कसं कराल ?

वज्रासनात बसा. श्वास घेत हात वर उचला. हात एवढ्या वर खेचा की कंबरेवरही ताण येईल. आता हळूहळू श्वास सोडत कंबर पुढच्या बाजूनं झुकवा. पूर्णपणे पुढे झूकून डोकं जमिनीवर टेकवा. हाताचे तळवे आणि कोपर समोरच्या जमिनीवर टेकवा. डोळे बंद करुन श्वासोच्छवासाची गती सामान्य ठेवा. जेवढा वेळ शक्य आहे तेवढा वेळ या स्थितीत थांबून राहा. नंतर श्वास घेत पुन्हा पूर्वस्थितीमध्ये परत या. तीन ते पाच वेळा करावे.

❖❖❖

दिव्य वाणी

रेल्वेने एक प्रवासी प्रवास करत होता. तेवढ्यात तिकिट तपासणीस आला. त्याने त्याच्याकडे तिकिट मागितले. त्यावर प्रवासी म्हणाला, कमाल आहे तुमची! मी आताच इतरांना बसायला जागा करुन दिली. मी या डब्यात चढल्यापासून सर्वांना विनोदी चुटके सांगून हसवतोय, त्यांचे मनोरंजन करतोय. माझे कपडे तर पहा, किती महागडे आहेत. मोठ्या घराण्यातला आहे मी. तुम्हाला माहीत नाही, या शहराचा सर्वात मोठा अधिकारी माझा नातेवाईक आहे. त्यावर तिकिट तपासणीस म्हणाला, हे बघा, तुमच्यामध्ये सगळे गुण असतील. तुमचे नातेवाईक खूप मोठ्या हुद्यावर असतील, त्याच्याशी मला काहीही कर्तव्य नाही. या गाडीने प्रवास करणाऱ्या प्रवाशांची तिकीटं तपासायची एवढंच माझं काम आहे. जो प्रवास करत आहे, त्याच्याकडे तिकीट असणं गरजेचं आहे.

सांगण्याचा भावार्थ हाच आहे, की मनुष्याला जर हा भवसागर तरुन जायचं असेल, जीवाची भटकंती थांबवायची असेल तर त्याला निजघराची ओळख करायला हवी. या जीवन प्रवासात ज्ञानरुपी तिकीट असेल तरच सुटका आहे; अन्यथा चौऱ्यांशीची बेडी ठरलेली आहे.

- बाबा हरदेवसिंहजी महाराज

दीपस्तंभ

मित्रांनो, करोनामुळे लॉकडाउनच्या काळात तुम्ही बरेच काही केले असेल. त्यातही तुम्ही सद्गुरु मातार्जीच्या वचनांचे पालन केले असेलच. दासने सुध्दा सद्गुरु मातार्जीच्या वचनांवर चालण्याचा प्रयत्न केला आणि मिशनचे साहित्य वाचले.आणि महाराष्ट्रात निरंकारी मिशनचे ज्ञान कसे रुजू झाले व या ज्ञानाचा वटवृक्ष कसा झाला याची थोडी फार माहिती मिळाली. तुम्ही संत निरंकारी मिशनचे 'ज्योती स्तंभ' व 'अनमोल रत्न' हे पुस्तक वाचली असतीलच. त्यात मिशनसाठी योगदान देणाऱ्या संतांची जीवनी आहे. आपण त्यांच्या गुरुभक्तीची, निष्काम सेवेची प्रेरणा व त्यांच्या कार्याचा आदर्श घेत असतो. तसेच मिशनच्या सुरुवातीचा काळ तुम्ही पुस्तकांमधून वाचला आहेच.

कदाचित तुम्हाला हेही ज्ञात असेलच, की ज्योती स्तंभ या पुस्तकात महाराष्ट्रात सद्गुरु आदेशाने सत्यज्ञानाच्या प्रचार प्रसाराची गंगा घेऊन येणारे 'ऋषी व्यासदेवजी'. त्यांचे योगदान आणि त्यांनी केलेले कार्य हे लेखनबद्ध असलेल्या जीवनीतून कळतेच. त्यांनी महाराष्ट्रातील मुंबई या नगरीत महात्मा काहनसिंहजींच्या दादर इथल्या राहत्या घरी पहिला सत्संग सुरु केला. तेव्हा दोन ते तीनच कुटुंबच. पण ते इतक्यावरच समाधानी न राहता स्वत:हून एकटे मुंबईतील झोपडपट्टी आणि वस्तीत जाऊन तेथील रहिवाशी लोकांना एकत्रित करुन त्यांच्याशी प्रभु-चर्चा करीत. त्यांच्या या प्रयत्नांनी मुंबईसारख्या भागात सत्संगची दिवसेंदिवस मोठ्या प्रमाणात वाढ होऊ लागली. मिशनच्या प्रचाराने इतका वेग घेतला, की ठाणे, कल्याण, उल्हासनगर आदि शहरातही घौडदौड सुरु झाली. मग ब्रह्मज्ञानाचा ज्ञानदीप महाराष्ट्राच्या कानाकोपऱ्यात व खेडोपाड्यात प्रज्वल्लीत करण्यासाठी त्यांना महाराष्ट्रातील संतांची बहुमोलाची साथ लाभली.

शहनशाह बाबा अवतारसिंहजी महाराजांकडून ब्रह्मज्ञान प्राप्त झालेले पांडुरंग तात्याबा कदमजी यांचे मराठीसह हिंदी भाषेवर प्रभुत्व आणि संतवाणी, धर्मग्रथांचे पठन असल्यामुळे मुंबईतील मराठी भाषिकांपर्यंत हे ज्ञान पोहचवण्यात महत्त्वपूर्ण योगदान लाभले. ऋषीजींच्या खांद्याला खांदा लावून त्यांनी दुर्गम भागातही सत्यज्ञानाचा प्रकाश पसरवण्यात अग्रगण्य भूमिका निभावली. महाराष्ट्रातील सेवादलच्या सुरुवातीपासूनचे ते सेवादार होते. शिक्षक, संचालक, क्षेत्रीय संचालक, प्रचारक, ज्ञानप्रचारक, समागम कमिटी अशा अनेक सेवा सद्गुरु कृपेने लाभल्या. तसेच संत निरंकारी मंडळाच्या ५१ सदस्यीय अखिल भारतीय समितीचे सदस्यही होते. ऋषीजींनंतर पुण्याच्या झोनल

इंचार्जच्या रुपात अखेरच्या श्वासापर्यंत त्यांनी सेवा निभावली. सत्संग करा आणि इतरांना प्रेरणा द्या असाच ते संदेश देत राहिले.

जिथे मिशनचा प्रचार प्रसार बोली भाषेतून होतच होता तिथे सद्गुरुच्या आदेशानुसार महाराष्ट्रात मराठी पत्रिका १९६५ सालापासून सुरु करुन मासिकांद्वारे सत्याचा संदेश लेखणीच्या माध्यमातूनही देण्यात आला. त्याची पूर्ण जबाबदारी ऋषीजींनी गोविंद सिताराम फणसेजी यांच्याकडे सुफुर्त केली. त्यांच्या लेखणीद्वारे अनेक बुद्धिजीवी सज्जन मिशनशी परिचित होऊ लागले. त्यांनी मिशनच्या साहित्यात दिलेले योगदान न विसरणारे आहे.त्यांच्या कारकिर्दित संपूर्ण अवतार वाणीचा मराठी अनुवाद, मराठी भाषेतील पहिले स्वतंत्र पुस्तक 'देवाची ओळख', मराठी भाषेत हसती दुनिया पत्रिकेची व विशेषांकाची सुरुवात झाली. सद्गुरु कृपेने त्यांना सेवादार, ज्ञानप्रचारक, संपादक, महाराष्ट्र पत्रिका-प्रकाशन प्रभारी, समागम कमिटी या सेवांसह संत निरंकारी मराठी अवलोकन समितीचे संयोजक व ५१ सदस्यीय अखिल भारतीय समितीची सदस्यता लाभली.

जिथे लेख वाचनातून मिशनची ओळख होत होती तिथेच गीत व कवितांच्या माध्यमातूनही भजनी व गायकी मंडळीही सत्यज्ञानाशी जोडू लागली. याचे श्रेय जाते सद्गुरु कृपेने वरदहस्त लाभलेले मिशनचे महान गीतकार व कवीवर्य दिनादास अर्थात दिनकर सखाराम किर्वे! शहनशाहजींनी त्यांना 'महाराष्ट्रकवी दिनादास' ही उपाधी बहाल केली. त्यांच्या भक्तीगीतात खऱ्या भक्तीचे मर्म, खऱ्या ईश्वराचे रहस्य, मानवी जीवनाची दैन्यावस्था आणि अज्ञानता, सद्गुरु आणि संत महात्म्यांनी मानवतेला उजाळा देण्यासाठी दिलेल्या सत्याचा आवाज यावर भावपूर्ण शब्दांच्या माध्यमातून प्रकाशझोत टाकल्याने सत्यज्ञानाच्या प्रचाराला गती मिळाली.

खेडोपाड्यात मिशनचे ज्ञान पोहचू लागल्यावर अनेकजण स्वानुभवाने मिशनच्या विचारधारेशी जोडू लागले. गावातील रहिवाश्यांकडून त्रासही झाला पण ते डगमगले नाहीत. अशीच एक निष्ठावान आणि भारदस्त व्यक्तीमत्त्व असलेली विभूती गणपत (बाप्पा) मांडवकरजी! जीव गेला तरी बेहत्तर पण निरंकारी मिशन सोडणार नाही अशी भूमिका शेवटपर्यंत न डगमगता ठेवली. बाणेदार वृत्ती, स्पष्टवादी, दृढ निश्चयी सद्गुरुचा निष्ठावंत सेवक आजीवन गुरुदरबारीची सेवा करत मिशनच्या कार्यात योगदान दिले. सेवादार, ज्ञानप्रचारक, जिल्हाप्रमुख अशा विविध सेवा त्यांनी केल्या.

असे अनेक संत महात्मा आहेत ज्यांनी मिशनच्या प्रचार-प्रसारात महत्त्वपूर्ण भूमिका निभावली आहे. नामदेव वाडेकरजी, बालरुप आझादजी, जवाहरजी, बाळकृष्ण सुर्वेजी, अनंत पवारजी, जलालुद्दीन सय्यदजी, यादव सुतारजी, सदानंद पाटीलजी, तुकाराम घाडीगावकरजी, छगन पांचाळजी, लक्ष्मण पाटीलजी, वासुदेव ओझरकरजी, लालचंदजी, माता कांताजी, यशवंत अडितजी, गणपत बनेजी, अशोक कुलकर्णीजी, मनोहर दुग्गलजी जितकी नाव घेतली जातील तितकी

(पान ३७ वर)

समर्थ दर्शन : भाग - ६७

उद्धव गोसावींचे कीर्तन

श्रेष्ठांना भेटून त्यांच्या सहवासात चार दिवस राहून शिवाजी महाराज समर्थांकडे परत आले. समर्थांनी त्यांना विचारले, "काय बाप्पा, श्रेष्ठांच्या परीक्षेकरिता गेला होता, तेव्हा ते परीक्षेस उतरले की नाही?" त्यावर राजे भावनिक होत म्हणाले, "स्वामी, मी काय परीक्षा करणार? परंतु आपली कृपा असूनही मानवी देहबुध्दीने मनात बदल झाला. आपण दोघे देहाने वेगळे असलो तरी एकच आहोत हे समजले. आता श्रेष्ठांच्या आज्ञेप्रमाणे रघुपतींचे निस्सीम दास कसे व्हावे, हे सांगून माझे मनोरथ पूर्ण करावे."

समर्थ म्हणाले, "फजिती होऊ नये म्हणून तुमच्या शंकेचे निवारण करतो. ऐका,

देहबुध्दीच्या कल्पनेतून बाहेर पडावे, जन्ममरणातून मुक्त व्हावे, यासाठी सद्गुरुस शरण जावे, ही प्रथम पायरी आहे. नंतर उपासना-आराधना करावी. उपासना करत असताना सिध्दी प्राप्त होतात. पण त्यात गुंतल्यास मुख्य ध्येयापासून दूर व्हाल. मूळ ध्येय जन्म-मरणातून मुक्त होणे हे आहे. यासाठी रिध्दी-सिध्दीत न गुंतता मुख्य ध्येयाकडे लक्ष देऊन संकल्पबुध्दीने श्रीगुरुंच्या आज्ञेप्रमाणे आचरण ठेवावे. म्हणजे श्रीकृपेने धनीपणा प्राप्त होतो. कुठलेही चमत्कार श्रीकृपेकरुन होत असतात. पण त्यात गुंतल्यास मुद्दलाची नाही होते. यास्तव सारे काही श्रीरघुरामास समर्पित करावे."

समर्थांच्या उपदेशाने शिवरायांच्या मनातील संशयाची निवृत्ती झाली. नंतर दोन दिवस तिथे राहून त्यांची आज्ञा घेऊन ते प्रतापगडाकडे रवाना झाले.

समर्थ एकदा चाफळच्या मठात असताना शिवराय त्यांना भेटावयास आले; तेव्हा समर्थांनी उध्दवाला कीर्तन करण्याची आज्ञा केली. कीर्तनाची तयारीदेखील फार उत्तम केली होती. समर्थ गादीवर बसले होते. आजुबाजूला सेवेकरी व शिवरायही होते. उध्दव गोसावी अत्यंत भक्तीयुक्त अंत:करणाने कीर्तन करत होते. त्यामुळे मारुती स्वत: त्यादिवशी टाळ धरुन उभे राहिले. ही गोष्ट उध्दव गोसावी यांच्या लक्षात आली नाही; पण समर्थांच्या लक्षात आली. कीर्तनामध्ये उध्दव गोसावी यांनी उपासना, वेदांत आणि अद्वैत याविषयी उत्कृष्ट प्रतिपादन केले. ते प्रेमभराने मागे पुढे सरकत, गिरक्या घेत त्यामुळे त्यांच्या मागे उभ्या असलेल्या मारुतीच्या अंगाचा शेंदूर त्यांच्या अंगरख्याला लागे. कीर्तन संपता संपता उध्दव गोसावींचा संपूर्ण अंगरखा शेंदूर लागल्यामुळे लाल होऊन गेला होता.

ही एकरुपता, हे प्रेम पाहून समर्थ खूप प्रसन्न झाले आणि उद्गारले, "शाब्बास उध्दवा, शाब्बास!" नंतर आरती झाल्यावर समर्थ म्हणाले, "आता मृदुंगास नमस्कार करुन येऊन बसावे." त्याप्रमाणे उध्दवाने मृदुंगास नमस्कार केला व तो समर्थांजवळ येऊन बसला. समर्थ पुढे म्हणाले, "आता यापुढे कीर्तन उभ्याने करु नये कारण मारुतीस श्रम पडतात."

तेव्हापासून या संप्रदायी मंडळीत कीर्तनापूर्वी व नंतर मृदुंगाला नमस्कार करतात.

❖❖❖

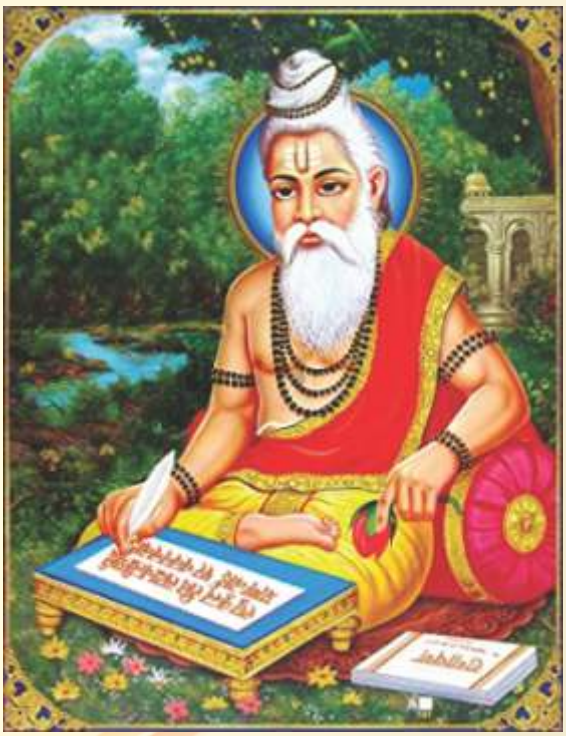
व्यासपौर्णिमा

आषाढातील पौर्णिमेला व्यास पूजन करतात. या दिवशी ऋषिमुनींचे पूजन करण्याची प्रथा आहे. प्रत्येक ऋषीने मानवी संस्कृती स्थापनेत महत्वाची भूमिका बजावली आहे. परंतु व्यासांनी या साऱ्याचे एकत्रीकरण करुन महाभारत नावाचा ज्ञानकोष निर्माण केला. हा ग्रंथ पाचवा वेद मानला जातो.

संस्कृतीसंदर्भातील विचार व्यासांनी महाभारत या ग्रंथांतून अतिशय साध्या, सोप्या, सरळ भाषेत मांडले. मुनिनामप्यहम व्यास असे सांगून भगवान श्रीकृष्णानेही त्यांची स्तुती केली आहे. मानवी संस्कृतीच्या संदर्भात मूलगामी विचार मांडणाऱ्या, त्यावर भाष्य करणाऱ्या आणि त्याचा प्रसार करणाऱ्यांना व्यास म्हणावे, असा पायंडाही व्यासांनी पाडला.

म्हणूनच ज्या पीठावरुन (स्थानावरुन) विचारांची निर्मिती होऊन त्याचा प्रसार होतो त्याला व्यासपीठ असे म्हणतात. व्यास या शब्दाचे महत्व पाहा किती मोठे आहे ते. त्यामुळे या व्यासपीठावर बसणाऱ्याचे स्थान किती महत्वाचे असेल ते लक्षात येते.

त्यांनी वैदिक आणि लौकिक ज्ञान अमर्यादरीत्या ग्रहण केले होते. त्यामुळे व्यासोच्छिष्टं जगत सर्वम असे म्हटले जाते. याचा अर्थ व्यासांनी जगातील सर्व विषय हाताळले आहेत, असा आहे.



महर्षी व्यास जीवनाचे खरे भाष्यकार आहेत, कारण त्यांनी जीवन खूप समग्रपणे समजावून घेतले. जीवन म्हणजे केवळ प्रकाश किंवा अंधार नाही. छाया प्रकाशाचा खेळ आहे. सुख-दु:खाचा समन्वय आहे. व्यास म्हणतात, आमचे जीवन काळ्या आणि पांढऱ्या धाग्यांनी विणलेले वस्त्र आहे. त्यामुळे सद्गुण आणि दुर्गुण जीवनात बरोबर पाहायला मिळतात.

प्रतिभेच्या दृष्टिकोनातून विचार केल्यास शेक्सपियर आणि कवी कालिदास हेही व्यासांपुढे फिके पडतात. शेक्सपियरने त्याच्या साहित्यात जीवनाची काळी बाजूच रंगवली. जीवनाविषयी भरभरुन लिहिणाऱ्या कालिदासाने जीवनाची धवल बाजूच तेवढी रंगवली, पण व्यासांनी मात्र या दोन्ही बाजूंचा विचार करुन साहित्य निर्मिती केली आहे. महाभारतात ते सारे पाहायला मिळते. भीम, अर्जुन वा

युधिष्ठिर यांचे दोषही त्यांनी दाखवले. त्याचवेळी खलपात्रे असणाऱ्या दुर्योधन आणि कर्णाचे गुणही दाखविले. जीवनाकडे सम्यक दृष्टीने पाहणारा व्यासांसारखा भाष्यकार म्हणूनच निराळा ठरतो.

व्यासांच्या या महतीमुळे त्यांच्या नावाने ओळखल्या जाणाऱ्या व्यासपीठावर बसणाऱ्या व्यक्तीने अनेक पथ्ये पाळली पाहिजेत. व्यासांना मान्य नसतील, असा एकही विचार व्यासपीठावरुन प्रसृत व्हायला नको. व्यासपीठावर कुणाचीही स्तुती वा निंदा करता येत नाही.

या पीठावर बसणारी व्यक्ती सरस्वतीची उपासक हवी. तिची वाणी सरळ, स्पष्ट, चिंतनगर्भ आणि समाजाला उन्नत्तीच्या पथावर वाटचाल करण्यास मार्गदर्शक अशी हवी. व्यासांच्या या महतीमुळे त्यांना गुरु मानण्यात येते. म्हणूनच पारंपरिक व्यासपौर्णिमा 'गुरुपौर्णिमा' म्हणून साजरी करण्यात येते. निर्जीव वस्तूला वर फेकण्यासाठी सजीवाची गरज असते. त्याचप्रकारे पशुतुल्य मानवाला देवत्वाकडे वाटचाल करायची असेल, तर सद्गुरुची आवश्यकता असते.

मानवाला देव होण्यासाठी आपल्या पशूवृत्तींवर लगाम घालायला हवा. या नियंत्रणाची प्रेरणा त्याला गुरुकडून मिळते. गुरु म्हणजे जो लघू नाही तो. म्हणजेच लघुला गुरु बनवितो तो गुरु. जीवनाला मनाच्या अधीन करतो तो लघु आणि मनावर नियंत्रण मिळवतो, तो गुरु.

गुरु चिंतनशील असायला हवा. जीवनाच्या निसटत्या प्रवाहात स्थिर राहतो तो गुरु. कनक (सोने), कांता (स्त्री) आणि कीर्ती यांच्या झंझावातातही जो स्वतःचे अस्तित्व राखतो तो गुरु. त्याच्या या गुणांमुळेच गुरु हा खरा मार्गदर्शक असतो.

❖❖❖

दीपस्तंभ

(पान ३३ वरुन)

कमीच आहे. त्यांनी त्या काळात मिशनला दिलेले योगदान सदैव चिरस्मरणीय राहणारे आहे.

मित्रांनो, जसे आज तुम्ही व्हाटसॲप, फेसबुक यांसारखे सोशल ॲप फेमस आहेत. तसेच त्यावेळी नाटक क्षेत्राचा बोलबाला होता. त्यावेळी महात्मागणांनी 'आलो याचकारणाशी' या नाट्यशीर्षकाद्वारे प्रचार केला. सत्य प्रचारात याचा उपयोग झाला. परळ, मुंबई या भागातील दामोदर सभागृहात सुरु झालेले हे नाटक महाराष्ट्राच्या विविध जिल्ह्यातील सभागृहात पोहचून सत्याचा प्रचार होऊ लागला. खडतरतेपासून भक्कम इमारतीच्या मिशनचा प्रचार व्यापक आहे.

शेवटी ऐवढेच सांगेन, सत्य ज्ञानाच्या कार्यात ज्यांनी योगदान दिले ते काही सामान्य नव्हते. ते अध्यात्म्याच्या बाबतीत जाणकार होते. तरीही ते मिशनच्या विचारधारेशी जुडले कारण त्यांना सत्यज्ञानाची महत्ता कळाली. म्हणूनच मित्रांनो, तुम्ही जसजसे मोठे व्हाल तसतसे तुम्हाला या दुनियेतील असंख्य गोष्टी कळू लागतील. दुनियेतील झगामगाने तुम्ही आकर्षित व्हाल. पण एकमात्र गोष्ट ध्यानात ठेवा, की आपल्याला हे भक्तीमार्गातले मिशन मिळाले आहे ते अगदी खरे आहे. आणि आपल्या जीवनाला सन्मार्ग देणारे आहे. त्यामुळे तुम्ही भौतिक गोष्टींचा सकारात्मकरित्या जरुर आनंद घ्या पण आध्यात्मिकतेची कास सोडू नका.

संदर्भ : निरंकारी पत्रिका
संकलन व शब्दांकन : अंकित जाधव

किट्टी

चित्रांकन व लेखन :
अजय कालडा

किट्टी बाळा,बरोबर! मुलांनो स्वच्छतेने आपले तन आणि मन दोन्ही निर्मळ व स्वच्छ राहते. तसेच वातावरण देखील शुध्द राहते.
स्वच्छ भारत
स्वच्छ
भारत
मी तर घराच्या आत-बाहेर तसेच आजूबाजूला स्वच्छतेची विशेष काळजी घेतो.
शाब्बास किट्टी! मुलांनो तुम्ही तर पाहीलेच असेल, की मोठमोठे नेते-अभिनेते देशाला स्वच्छ करण्यासाठी या स्वच्छता मोहिमेत सहभागी होत आहेत.

हो, मी टि.व्ही. वर पाहिले आहे, ज्यात लोक रस्त्यांवर झाडू मारुन स्वच्छतेचा प्रचार करत आहेत.
अगदी बरोबर किट्टी! आपल्याला त्यांच्या या विचारधारेला स्विकारायचे आहे. कारण भारत आपला देश आहे. त्याच्या प्रत्येक कानाकोपऱ्याला स्वच्छ ठेवणे आपले कर्तव्य आहे.
तुम्ही अगदी बरोबर बोलत आहात!
आम्ही सुध्दा या मोहिमेत सामिल झालो आहोत आणि स्वच्छतेला अंगिकारले आहे.
खूप छान मुलांनो! आता पासून तुमचे सुध्दा कर्तव्य आहे, की आपल्या आजुबाजुला कचरा न होऊ देणे, कचरापेटीचा नेहमी उपयोग करणे आणि जर कोणी कचरा करताना दिसल्यास त्याला कचरा करु देऊ नका.

आम्ही याचबरोबर रविवारी आमच्या परिसराचा आढावा घेऊ आणि लोकांमध्ये स्वच्छतेविषयी जागृती करु.
खूप सुंदर मुलांनो! आणि तसेही स्वच्छतेच्या कामात लाजायचे नाही, तर घाण-कचरा करताना लाजावे.
बरोबर बोललात! स्वच्छता तर आपली ओळख असली पाहिजे

बिरबलाची थोरवी

बिरबलाची वाढती लोकप्रियता पाहून अनेक जणांना त्याच्याविषयी असूया वाटे. काही सरदार, दरबारी त्याच्याविषयी खोटे-नाटे सांगून राजा अकबराचे मन कलुषित करण्याचा प्रयत्न करीत.

अकबर नेहमीच बिरबलाच्या बुध्दिमत्तेची परीक्षा घेत असे. पण बिरबल कधीच हरला नाही. अकबराचे परीक्षा घेण्याचे काम चालूच राहिले. एकदा अकबर सेनापतीला म्हणाला, "मी तुला माझी अंगठी देतो, ती तू लपवून ठेव. मी सांगितल्याशिवाय कोणाला दाखवू नकोस." बिरबल दरबारात येताच अकबर म्हणाला, "माझी अंगठी हरवलीय ती तू शोधून दे, कारण ती कुठेच मिळत नाहीये." बिरबलाने अकबराला अंगठी केव्हा, कुठे हरवली याची खोलवर चौकशी केली, तेव्हा अकबराला नीट काहीच सांगता आले नाही त्यामुळे बिरबलाला शंका आली. तो म्हणाला, "सम्राट, तुम्ही अंगठी दरबारातल्याच कोणाला तरी दिलेली आहे. ज्याच्याजवळ ती अंगठी असेल त्या

(पान ४४ वर)

संघर्ष हेच जीवन

जीवनात येणारे कठीण प्रसंग कधी आपल्यासाठी त्रासदायक ठरतात तर कधी आपल्यासाठी यशाची शृंखला घेऊन येतात. तुम्ही ते प्रसंग कसे हाताळता यावर सगळं अवलंबून असतं. प्रयत्नांशिवाय यश अजिबात मिळत नाही.

जीव विज्ञानाचा एक शिक्षक आपल्या मुलांना एवढ्याशा फुलपाखरात कसे बदल घडतात, हे शिकवतात. सुरवंटातून बाहेर येण्यासाठी फुलपाखरु जीवाचं रान करते. पुढचे दोन तास तुम्ही हे बघा आणि कोणीच फुलपाखराला मदत करु नका, असं शिक्षक विद्यार्थ्यांना सांगतात. त्यानंतर शिक्षक जातात.

सुरवंटातून फुलपाखरु बाहेर पडण्यासाठी प्रयत्नांची पराकाष्ठा करत होते. एका विद्यार्थ्याला त्या फुलपाखराची दया आली आणि त्याने शिक्षकांचा सल्ला न मानता त्या फुलपाखराला मदत करण्याचा निर्णन घेतला.

कारण त्याला जास्त संघर्ष करावा लागू नये, ही त्यामागे भावना होती.

पण फुलपाखरु थोड्या वेळाने मरुन गेले. जेव्हा शिक्षक परतले तेव्हा काय घडलं हे त्यांना सांगितलं. शिक्षकांनी विद्यार्थ्यांना सांगितलं, सुरवंटाचं होणं हा निसर्गाचा नियम आहे. फुलपाखराचे पंख मजबूत आणि विकसित होण्यासाठी हा संघर्ष गरजेचा आहे. फुलपाखराला मदत करुन त्याला संघर्षापासून वंचित केलं गेलं आणि त्यामुळे ते मेलं.

तात्पर्य : या सिध्दांताला आपण आपल्या जीवनातही लागू करायला हवं. जीवनात संघर्षाशिवाय मिळालेली कोणतीच गोष्ट मौल्यवान वाटत नाही. संघर्ष केल्याशिवाय कुणी चमकू शकत नाही. कारण जिथे दिवा जळतो तिथेच उजेड असतो.

संग्राहक : रंजना भांगरे

बिरबलाची थोरवी

(पान ४२ वरुन)

अंगठीपाशी विषारी विंचू असेल.” बिरबलाचे वाक्य पूर्ण व्हायच्या आतच सेनापतीने स्वत:च्या खिशाला हात लावला. बिरबलाचे लक्ष जातात त्याने हात खाली घेतला. बिरबल चाणाक्षच होता. त्याने अकबराला सांगून सेनापतीला बोलावले व विचारले तुझ्याजवळ अंगठी आहे ती दे!

त्या सेनापतीने काहीही न बोलता गुपचूप अंगठी काढून दिली. अकबर पाहतच राहिला आणि सर्वांना म्हणाला, “बिरबलाची बुध्दिमत्ता मान्य करावी हेच चांगले.” नाहीतर स्वत:लाच खाली मान घालावी लागते. सर्व दरबाऱ्यांच्या माना शरमेनं खाली झुकल्या. मनोमन सर्वांनी बिरबलाची थोरवी मान्य केली.

कथा - विनोद अधिकारी

अनमोल वचन

- आनंद आपल्या मनातच आहे, तो बाहेर शोधायला जाऊ नये.
- आयुष्यातील चढ - उतारांचा मोठ्या मनाने स्वीकार करावा. चढ - उतार आयुष्याचा एक भाग आहे.
- आयुष्यात समतोल राखावा. चांगल्या वाईट भावनेत वाहत जाऊ नये.
- टी.व्ही. पाहण्यापेक्षा पुस्तके वाचावीत. वाचलेल्या गोष्टी इतरांना सांगाव्यात.
- जीवनात धन दौलत फक्त उपजिविकेसाठी असते, खरे तर महत्त्व सत्य प्रभू परमात्म्याला दिले पाहिजे.
- जगात निर्मळता नाही. निर्मळता या परमतत्व निराकार ईश्वरात आहे.

सामान्य ज्ञान

१. 'गुजरात' राज्याच्या निर्मितीचा दिवस कोणता ?
अ) १ एप्रिल ब) १ मे क) १जून ड)१ जुलै

२.'जागतिक संग्रहालय दिन' कोणत्या तारखेला साजरा करतात ?
अ) १ मे ब) ५ मे क) ८ मे ड) १८ मे

३. 'त्र्यंबक बापूजी ठोमरे' यांचे टोपण नाव काय आहे ?
अ) कुसुमाग्रज ब) अनिल क) बालकवी ड) गोविंदाग्रज

४. १९७४ व १९९९ च्या मे महिन्यात अणुस्फोट चाचणी कोठे करण्यात आली ?
अ) पोखरण ब) गोंडावन क) मालवण ड) कळवण

५. 'कोविड -१९' हा आजार कोणत्या शहरातून जगभर पसरला ?
अ) न्यूयॉर्क ब) पॅरीस क) वुहान ड) रोम

६. 'माझी जन्मठेप' ही कोणाची आत्मकथा आहे ?
अ) पं.नेहरु ब) लो. टिळक क) स्वातंत्र्यवीर सावरकर ड) महात्मा गांधी

७. 'मेरी कोम' हे नाव कोणत्या खेळाशी संबधित आहे ?
अ) बॅडमिंटन ब) बॉक्सिंग क) कुस्ती ड) क्रिकेट

८. विदर्भातील थंड हवेचे ठिकाण कोणते ?
अ) चिखलदरा ब) महाबळेश्वर क) कळसूबाई ड) माथेरान

९. खालीलपैकी कोणाती व्यक्तिरेखा रामायणातील नाही ?
अ)मेघनाद ब) अंगद क) सात्थकी ड) मतंग ऋषी

१०. 'सद्‌गुरु' कोणाला म्हटले आहे ?
अ) दैवी पुरुषाला ब) प्रकाशाला क) ईश्वराला ड) ज्ञानाला

उत्तरे इतरत्र

कवीता

बेंदूर

आला आला सण बेंदूर
बैलाच्या भाळी शोभे शेंदूर ।।१।।

अंगावर मखमलीची झालर
गळ्यात चमके सोनेरी घुंगुर।।२।।

शिंगाला देती चमकदार रंग
सुगंधीत साबणाने न्हाऊ घालती अंग।।३।।

बैलांच्या जीवनाचा सोनेरी क्षण
टिपतात सारे कष्टकरी जन।।४।।

बळीराजा मनात हर्षे
पाहता बैलांचे मन संतोषे।।५।।

वर्षभराची मेहनत आली फळाला
बळीराजाच्या पाहता स्मित हास्यमुद्रेला।।६।।

बैलांविना बेंदूर अधूरा
कष्टकऱ्यांच्या जीवनाचा तोच सहारा।।७।।

बेंदूराची ही किमया मोठी
सणांच्या यादीत याचीच दाटी।।८।।

- भरत चौगले
गारगोटी, कोल्हापूर

कॉम्बटुथ ब्लेन्नी

कॉम्बटुथ ब्लेन्नी हा मासा ब्लेन्नीईडी या कुळातील असून तो खाऱ्या पाण्यातील समुद्री मासा आहे. ब्लेन्नी माशांचे हे सर्वात मोठे कुळ आहे. या कुळात ३७१ जाती आणि ५३ वर्ग समाविष्ट आहेत. कॉम्बटुथ ब्लेन्नी हे मासे ॲटलांटीक, इंडियन आणि पॅसिफिक महासागरात किनाऱ्याजवळील उथळ पाण्यात आढळतात. मात्र त्यांच्यातील काही जाती मचुळ आणि गोड पाण्यात राहणाऱ्या आहेत. कॉम्बटुथ ब्लेन्नी माश्याचे शरीर हे लांबट गोलाकार आकाराचे असते. डोके आणि तोंड हेही गोलाकार आकाराचे पण चपटे असते. शरीराच्या मानाने डोळे मोठे असतात. डोळ्यांपासून शेपटीपर्यंत पाठीचा पंख पसरलेला असतो तर पोटाच्या मध्यापासून ते शेपटीपर्यंत खालच्या पंखाचा आकार असतो. या माशाच्या शरीरावर खवले नसतात. शेपटीचा आकार

अर्धगोलाकृती असतो. त्याच्या जबड्यातील दात हे बारीक आणि कंगव्यासारखे असल्यामुळे तो कॉम्बटुथ ब्लेन्नी या नावाने ओळखला जातो. या कुळातील आकाराने सर्वात मोठ्या जातीतील मासा हा ५३ सें.मी. लांबीचा असतो. त्याप्रमाणात कॉम्बटुथ ब्लेन्नी हा आकाराने बराच लहान आहे. कॉम्बटुथ ब्लेन्नी हा मासा सतत कार्यरत असून विविध रंगांचा असल्यामुळे तो ॲक्वेरियमचे आकर्षण ठरतो. हा मासा दिवसाचा काही काळ समुद्राच्या तळाशी खडकांमध्ये काढतो. कठीण कवचाचे लहान प्राणी, मदुकाय प्राणी, समुद्री किडे, शेवाळं आणि प्लान्कटोन हे यांचे खाद्य आहे. कॉम्बटुथ ब्लेन्नी हे आपला लहान कळप करुन हिंडतात. शिंपल्यात किंवा तळातील खडकात मादी अंडी घालते. नर त्यांचे रक्षण करतो.

-संग्राहक : स्वप्निल वि.म्हाटवळ

प्रश्न : आपले डोळे डोक्याच्या समोरच्या बाजूस का आहेत?

उत्तर : पक्षी आणि मासे यांचे डोळे त्यांच्या डोक्याच्या दोन बाजूंना असल्यामुळे त्यांना जग सपाट दिसते. पण माणसाचे डोळे डोक्याच्या समोरच्या बाजूला असल्यामुळे माणसाला सभोतालचे जग त्रिमित दिसते व आपल्याला खोलीचा किंवा अंतराचा अंदाज येऊ शकतो. आपले दोन्ही डोळे किंचित वेगवेगळी प्रतिमा पाहतात. उदा. डोळ्यासमोर एक पेन्सिल धरा व त्या पेन्सिलीपलीकडील भिंतीकडे पहा. एक डोळा बंद करा व पेन्सिलीकडे बघा. नंतर दुसऱ्या डोळ्याने त्याच पेन्सिलीकडे पहा. तुम्हाला भिंतीच्या पार्श्वभूमीवर पेन्सिल हलल्यासारखी भासेल. कारण प्रत्येक डोळा वेगळ्या कोनातून प्रतिमा निर्माण करतो पण तुमचा मेंदू या प्रतिमा एकत्रित करुन तुम्हाला खोलीची किंवा अंतराची जाणीव करुन देतो. हे सर्व आपले दोन्ही डोळे डोक्याच्या किंवा चेहऱ्याच्या समोरच्या बाजूला असल्यानेच केवळ शक्य होते.

प्रश्न : जेवणापूर्वी हात का धुतले पाहिजेत?

उत्तर : आपल्या सभोवतालच्या हवेमध्ये आपल्या डोळ्यांना दिसू न शकणारे असंख्य सूक्ष्मजंतू म्हणजेच जिवाणू, विषाणू आणि बुरशींचे जंतू मिसळलेले असतात. त्यातले बरेचसे निरुपद्रवी असतात. काही तर चक्क शरीराला उपयोगी असतात. परंतु काही मात्र धोकादायक असतात. ते आपल्या शरीरावर आक्रमण करतात व आपल्या शरीरातील पेशींवर जगून रोगांच्या संसर्गास कारणीभूत होतात. त्यामुळे कुठलीही गोष्ट खाण्यापूर्वी हात स्वच्छ धुतले पाहिजेत. कारण वर उल्लेखिलेले असंख्य जंतु हे आपल्या हातावर असण्याची शक्यता असते. हे सर्व जंतु अन्नातून आपल्या पोटात जाऊन रोगाला आमंत्रण देऊ शकतात. म्हणून जेवणापूर्वी हात स्वच्छ धुवावे. डॉक्टर देखील शस्त्रक्रिया करण्यापूर्वी व केल्यानंतर आपले हात निर्जंतूक करतात.

प्रश्न : पंचकर्म म्हणजे काय?

उत्तर : पंचकर्म ही आयुर्वेदाची एक वैशिष्ट्यपूर्ण चिकित्सा आहे. यात एखादे औषध देऊन शरीरातच रोग जिरवून न टाकता तो रोग शरीरातून बाहेर काढून टाकण्याचा प्रयत्न केला जातो. त्यामुळे रोग समूळ नष्ट होतो.

पंचकर्म उपचारात वमन, विरेचन, नस्य, रक्तमोक्षण हे प्रमुख व महत्त्वाचे असे उपचार आहेत. प्रत्येक रुग्णाला हे पाचही उपचार केलेच पाहिजेत असे नाही. पंचकर्मामध्ये प्रामुख्याने वात, पित्त आणि कफ या तीन दोषांचे शोधन करायचे असते. हे तीन दोष संतुलित असतील तर कोणताही रोग होत नाही. मात्र त्यांच्यापैकी एखादाही दोष वाढला, तर शरीरात रोग निर्माण होत असतो. पंचकर्माने रोग शरीरातून समूळ नष्ट होतो. शरीराला व मनाला प्रसन्नता लाभून इंद्रिये कार्यशील होतात. हा उपचार तज्ज्ञ व्यक्तीच्या मार्गदर्शनाखालीच घ्यावा.

आ. सुलेख साथीजी 'प्रबंध संपादक' म्हणून सन्मानित

दिल्ली : सद्गुरु माता सुदीक्षाजी महाराजांच्या कृपेने संत निरंकारी मंडळाच्या पत्रिका विभागाचे 'प्रबंध संपादक' म्हणून आ. सुलेख साथीजी यांना सेवा प्रदान करण्यात आली. आजही ते पूर्वीप्रमाणे पंजाबी भाषेच्या संत निरंकारी, हसती दुनिया आणि एक नजर पत्रिकांची संपादक म्हणून सेवा निभावत आहेत. ही सेवादेखील ते तशीच पुढे सुरु ठेवतील.

संत निरंकारी मंडळाचे महासचिव आ. पी.एस्. चिमाजी यांनी प्रचार, प्रकाशन-पत्रिका आणि प्रेस पब्लिसिटी विभागाच्या प्रभारी आ. राजमामीजी यांना एका परिपत्रकाद्वारे उपरोक्त माहिती कळवली. आ. साथीजी यांना पत्र-पत्रिकांची वेळेनुसार वितरण व्यवस्था पाहण्याबरोबरच विविध भाषांमध्ये प्रकाशित होणाऱ्या 'संत निरंकारी'च्या लेखकांशी संपर्क करण्याची जबाबदारीही देण्यात आली आहे.

वाचकांसाठी निवेदन

मराठी, गुजराती व नेपाळी भाषेतील निरंकारी पत्र-पत्रिका: संत निरंकारी, एक नजर तसेच हसती दुनियाच्या वाचकांसाठी निवेदन आहे, की पत्र-पत्रिकांचा रेकॉर्ड अपडेट केला जात आहे.

कृपया आपली पत्रिका ज्या नावाने सुरु आहे. ते संपूर्ण नाव, मोबाईल नं. आणि ई-मेल पत्रिका विभागाला ई-मेल: mumbai.patrikavibhag@gmail.com किंवा WhatsApp Mobile no. 8422995778 यावर त्वरीत पाठवा. जेणेकरुन आपला रेकॉर्ड Update केला जाऊ शकेल.

लेखकांसाठी

❖ मराठी, गुजराती आणि नेपाळी भाषांमध्ये प्रकाशित होणारी निरंकारी विशुध्द आध्यात्मिक मासिक पत्रिका आहे. ज्यात अनुभवी लेखकांची रचना प्रकाशित केली जाते. अध्यात्म साहित्य व सर्जनशील समाजाच्या समन्वयाचा प्रयत्न पत्रिका द्वारे केला जात आहे.

❖ मराठी प्रकाशित होणारे पाक्षिक बातमी-पत्र 'एक नजर'ची विषय वस्तु मुख्यत: तात्विक लेख, मिशनच्या आध्यात्मिक व सामाजिक गतिविधींचा आढावा, प्रेरक विभूती इत्यादी आहे. या स्तरावर सुधार तसेच अजून आकर्षक बनविण्यासाठी निरंतर प्रयत्न केले जात आहेत.

❖ मराठीत प्रकाशित होणारी मुलांकरिता अनन्य बौध्दिक विकासाचे बाल मासिक 'हसती दुनिया' यात बोधकथा, ज्ञानवर्धक वैज्ञानिक लेख, कविता समाविष्ट असतात.

उपरोक्त पत्र पत्रिकांमध्ये प्रकाशनार्थ सामग्री जसे लेख, गीत, कथा, कविता, इत्यादी फक्त मराठी पत्रिकांकरिता केवळ ई-मेल- snm.jadhavca@gmail.com(संत निरंकारी पत्रिका), marathihastiduniya@gmail.com(हसती दुनिया), kailasvkute@gmail.com (एक नजर) वर पाठवा.

- सुलेख 'साथी', प्रबंधक संपादक, पत्रिका विभाग

रंग भरा

सामान्यज्ञान प्रश्नोत्तरी

१. ब
२. ड
३. क
४. अ
५. क
६. क
७. ब
८. अ
९. क
१०. ड

शब्द को डे

१ ९ ०

१आ			२गी	तां	३ज ली
४ग्रा	५म	६गी	ता		न
	७ना	त		८अ	क ९रा
१०भी		११का	र्ति	क	ज्य
१२मा	१३हे	र		१४ब	त्ती स
	रा		१५मी	रा	भा
१६शि	म	१७ला		१८बा	१९रा
ळा		डू		२०द	म ण

॥ तू ही निरंकार ॥

सद्गुरुची जर होईल मर्जी सुख शांती नांदेल घरी । सद्गुरुची जर होईल मर्जी प्रकाशित तव मना करी ।
सद्गुरुची जर होईल मर्जी पंगू पर्वत पार करी । अवतार गुरुमर्जी जर होई अशक्य तेही शक्य करी ।

शंकरराव जाधव
मुखी, वाई तालुका

महालक्ष्मी

सर्वांसाठी... सर्वकाही... एकाच ठिकाणी...
लग्न बस्त्याची खास सोय !

अविनाश शंकरराव जाधव
प्रचारक, सातारा झोन

THE COMPLETE FAMILY SHOWROOM

मनमोहक साडया । ड्रेस मटेरिअल । मेन्स वेअर । चिल्ड्रन्स वेअर
। लेडीज वेअर । सुटींग शर्टींग । रेमण्ड सियारामचे विक्रेते

गुरु को सिर पर राखिये, चलिए आज्ञा माहिं ।
कहैं कबीर ता दास को, तीन लोकों भय नाहिं ।

सत्संग वो वैकुंठ जहा पर देव देविया बसते है ।
आनंद ही आनंद जहा पर सुख ही सुख बरसते है।

९९९, हरिहरेश्वर प्रतिक, आय.डी.बी.आय.बँक शेजारी, ब्राह्मणशाही, वाई (जि.सातारा)
फोन नं. : 9766727262 / 8999859073

RNI No. MAH/MAR/2004/15105
Postal Regd. No. MCE/78/2019-2021
WPP Licence No. MR/TECH/WPP-164/East/2019-21
Publishing date on 1st of every month
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office,
Mumbai-400001 on dated 1st of every month

॥ तुही निरंकार ॥

जनार्दन एच्. पाटील
झोनल प्रमुख-नाशिक क्षेत्र

ऑफिस : गाळा नं. १,४,६,८ महावीर इंडस्ट्रियल इस्टेट,
नारिंगी फाटा, विरार (पूर्व),
ता. पालघर, जि. ठाणे - ४०१३०५ (महाराष्ट्र)
कार्यालय : (०२५०) २५२७३२०/९८२२८८५५२६
ई-मेल : rajinustries2010@yahoo.in
janardanpatil6500@gmail.com
वेबसाईट : www.vijayaengineeringworks.com
www.rajindustries.net.in

मे. विजया इंजिनिअरींग वर्क्स

मॅन्यु : स्पेशालिस्ट प्लास्टिक
इंजेक्शन मोल्ड आणि ब्लो मोल्ड
(घेर ओरम टाईप डाईज)

मे. राज इंडस्ट्रीज

मॅन्यु. फार्मास्यूटिकल्स कॅप्स (कोलॅप्सीबल आणि लॅमी ट्युब कॅप्स),
पेस्टीसाईड पॅकेजींग, एच.डी. आणि पी.पी. बॉटल

बाजी कंस्ट्रक्शन कं.

सिडको आणि सरकारमान्य प्राप्त १ रुम हॉल किचन, २ रुम हॉल किचन
दुकानाचे गाळे तसेच इन्डस्ट्रीअल गाळे कर्ज सुविधांसहित योग्य भावात मिळतील.

जनार्दन ह्. पाटील
अंचित रा. पाटील

राकेश च. पाटील
कुशल रा. पाटील