

मूल्य ₹ १५/-

हस्ता दानिया (मराठी)

पृष्ठे ५२ • वर्ष १४ वे • अंक ५ • मे -२०१७



हसती दुनिया (मराठी)

बालकांच्या बौद्धिक आणि आध्यात्मिक विकासाची आगळी वेगळी भेट

अंक ५ • वर्ष १४ वे • पृष्ठे ५२ • मे २०१७

संपादक सहसंपादक
राजेंद्र थोरात सुरेश तिलोत्कर

अंतर्गत सजावट

उदय सत्यवान पांगे

आतील चित्रे

हर्षद तांडेल व राजनंदन पिंपळकर

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-४०००१४. 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

वर्गणी	१ वर्ष	५ वर्षे
भारत/ नेपाळ	रु. १५०/-	रु. ७००/-
यु.के.	£ 15	£ 80
युरोप	€ 20	€ 100
अमेरिका	\$ 25	\$ 120
कनाडा/ ऑस्ट्रेलिया	\$ 30	\$ 140

मासिक पत्रिकेविषयी चौकशीसाठी हेल्प लाईन : ०२२-२४१० ५७४९



कथा

- अयोध्येकडे प्रयाण ०६
- भगवद्भक्त लालाजी ०८
- नकली साधू १४
- श्रद्धा आणि शक्ती २३
- संगतीचा परिणाम ४४
- भूतदया ४८



स्तंभ

- दोन शब्द ०४
- शब्दकोडे १०
- दादाला विचारु या ११
- विचारपुष्प १२
- आरोग्याचा मंत्र २४
- वाढदिवसाच्या शुभेच्छा २६
- वैज्ञानिक प्रश्नोत्तरे ३१
- हसा मुलांनो हसा ३२
- सामान्य ज्ञान ४६
- चित्र काढा आणि रंग भरा ५०

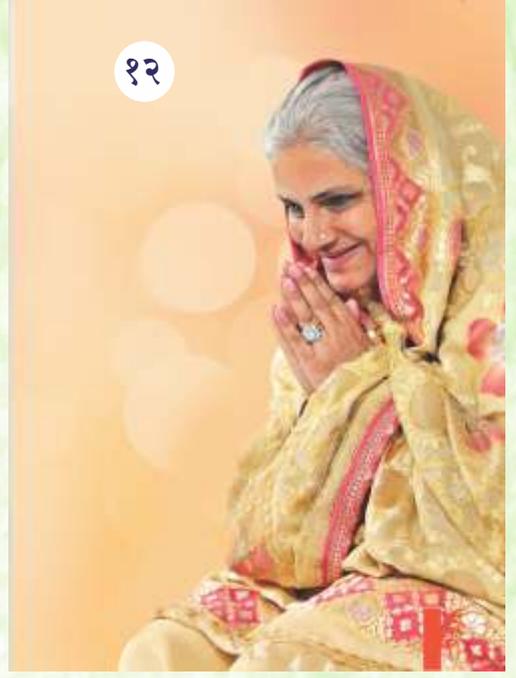


विशेष व प्रेरक प्रसंग

- आचार्य बाळशास्त्री ०५
- तेजस्विनी -६१ २०
- असा लागला दुर्बिणीचा... २२
- महाराष्ट्र दिन २८
- समर्थ दर्शन -३१ ३४
- तापमान मोजणाऱ्या ३५
- कलामांची भाषणे ४२
- दुडक्या चालीचा ४७

मे २०१७

१२



चित्रकथा

- आजोबा १६
- किट्टी ३६



कविता

- कोकण आमचं छान २१
- दोन अक्षरात ईश्वर ३०
- दे मला आई ४३



एक मसीहा ...

मसूरी येथील सत्संग भवनमध्ये बाबा गुरबचनसिंहजी मुक्कामी होते. संध्याकाळी ते फेरफटका मारायला निघाले. त्यांच्यासोबत काही निरंकारी संत देखील होते. पावसाळ्यामुळे भवनपासून मुख्य रस्त्यापर्यंत जाणारा रस्ता काही ठिकाणी कडेला तुटला होता. बाबाजी सहज म्हणाले, ह्या रस्त्याच्या कडेला दगड लावले पाहिजेत. इथं अपघात होण्याची शक्यता आहे. बाबाजींच्या मुखातील शब्द सर्वांनीच ऐकले; पण एक तरुण मात्र केवळ ऐकूनच थांबला नाही तर लगेच कामालाही लागला. भराभर दगड आणून लावू लागला. हा कर्मयोगी तरुण गुरुच्या आशीर्वादाला पात्र ठरला. म्हणूनच पुढे सद्गुरु बाबा हरदेवसिंहजी महाराजांच्या रुपाने मानवमात्राला मानवीय गुणांची प्रेरणा देणारा प्रेरणास्त्रोत ठरला. ३६ वर्षे मिशनची धुरा न थकता त्यांनी समर्थपणे पेलून मिशनला उच्च शिखरावर नेऊन ठेवले. सदैव प्रेमाचीच शिकवण दिली. शत्रुवरही प्रेम करण्याची शिकवण त्यांनी आपल्या जीवनातूनच दिली आहे.

अपकार करणाऱ्यांवरही उपकार करावेत. वाईट वागणाऱ्यांसाठीही भल्याची कामना करावी, ही त्यांची शिकवण ऐकून काहीजणांनी म्हटलं, एकीकडे आपल्यावर अन्याय, अत्याचार होतोय तरीही आपण त्यांच्या भल्याची कामना करायची? हे कसं शक्य आहे? त्यावर बाबाजी म्हणाले, 'तलावाच्या किनारी तळपत्या उन्हात उभे राहून पाण्याच्या शीतलतेचा अनुभव कसा येणार? त्यासाठी तलावात उतरलं पाहिजे. आकंठ डुंबायला हवं. जे पाण्यात डुंबत आहेत तेच शीतलतेचा अनुभव घेत आहेत. तसे, जे या निराकार प्रभु-परमात्म्याशी जोडले गेले. या प्रभुच्या अनुभूतीत दिवस-रात्र राहत आहेत तेच सर्वांच्या भल्याची कामना करू शकतात. तेच सांसारिक दुःख-तापापासून, वैर-द्वेष-ईर्ष्येच्या भावनेपासून दूर आहेत.'

मित्रहो, आज १३ मे. अशी उदात्त शिकवण देणाऱ्या बाबा हरदेवसिंहजी महाराजांचा प्रथम स्मृतिदिन. त्यांच्या पवित्र स्मृतीस शतकोटी वंदन करून त्यांच्या आदेशानुसार सदैव चालत राहण्याचा प्रण आपण करू या!

- राजेंद्र थोरात



‘दर्पण’ कार आचार्य बाळशास्त्री जांभेकर

बाळ गंगाधरशास्त्री जांभेकर : यांचा जन्म १८१२ मध्ये पोंभुर्ले, सिंधुदुर्ग येथे झाला. वडिलांकडे घरीच बालपणी मराठी व संस्कृतचा अभ्यास केला. १८२५ मध्ये मुंबईत आगमन. एज्युकेशन सोसायटीच्या विद्यालयात पाच वर्षे अध्ययन करून जांभेकर इतके विद्वान बनले, की विशीच्या आत प्राध्यापक म्हणून नियुक्त होणारे पहिले भारतीय ठरले.

महाराष्ट्रातील पहिले समाजसुधारक : त्यांनी सतीची चाल, बालविवाह, स्त्रीभ्रूण हत्या, मुलींची विक्री व समाजातील अंधश्रद्धा या गोष्टींना विरोध केला.

पहिले मराठी वृत्तपत्रकार व संपादक : त्यांनी दर्पण हे वृत्तपत्र मराठी व इंग्रजी या दोन्ही भाषेत सुरू केल.

पहिले बहुभाषिकोविद : त्यांना मराठी, संस्कृत, बंगाली, गुजराती, कानडी, तेलुगू, फारसी, फ्रेंच, लॅटिन व ग्रीक या सर्व भाषांचे ज्ञान होते. फ्रेंच भाषेतील नैपुण्याबद्दल फ्रान्सच्या बादशहाकडून त्यांचा मानसन्मान झाला होता.

पहिले अष्टपैलू पंडित : त्यांच्यात सखोल पांडित्य आणि अध्यापनपटुत्व यांचा मिलाप होता. ते गणित व ज्योतिष यात पारंगत होते. त्यामुळे त्यांची कुलाबा वेधशाळेच्या संचालकपदी नियुक्ती झाली होती. शिवाय त्यांना रसायनशास्त्र, भूगर्भशास्त्र, पाशवी विद्या, वनस्पतिशास्त्र, न्यायशास्त्र, इतिहास, मानसशास्त्र या विषयांचे उत्तम ज्ञान होते.

महाराष्ट्रातील पहिले इतिहास संशोधक : प्राचीन लिप्यांचा अभ्यास करून त्यांनी कोकणातील शिलालेख व ताम्रपट यासंबंधी लेखन केले.

लोकशिक्षणाचे आद्य प्रवर्तक : त्यांनी लोकशिक्षणासाठी नेटिव्ह इम्प्रूव्हमेंट सोसायटी या नावाची संस्था काढली. त्या दृष्टीने सार्वजनिक वाचनालये व ग्रंथालये यांचे महत्त्वही बाळशास्त्री चांगले ओळखून होते. १८४५ मध्ये त्यांनी बाँबे नेटिव्ह जनरल लायब्ररी या ग्रंथालयाची स्थापना केली. अध्यापक घडवणाऱ्या नॉर्मल स्कूलच्या संचालकपदी त्यांची नियुक्ती केली गेली.

ज्ञानेश्वरीचे आद्य प्रकाशक : ज्ञानेश्वरी मुद्रिते स्वरूपात त्यांनीच प्रथम वाचकांच्या हाती दिली.

महाराष्ट्रातील हे आद्य समाजसुधारक, वृत्तपत्रकार, निबंधकार, भाषांतरकार, इतिहास संशोधक, व्याकरणकार, गणितज्ञ, शिक्षणशास्त्रज्ञ व प्रकाशक १७ मे १८४६ रोजी वयाच्या ३४ व्या वर्षी मृत्यू पावले.



अयोध्येकडे प्रयाण

प्रभु श्रीराम व माता सीतेच्या मधुर मिलनाने सर्व देवांना आनंद झाला. इंद्रदेवांनी धारातीर्थी पडलेल्या सर्व वानरवीरांना जीवनदान

दिले. दुसऱ्या दिवशी सारेजण स्नान आदि कर्मे आटोपून शूचिभूत झाले. श्रीराम बिभिषणाला म्हणाले, “मित्रा, आता अयोध्येला जाण्याचे वेध

लागलेत. कधी एकदा माझ्या बंधू भरताला भेटतो असं झालंय.”

बिभिषण म्हणाला, “प्रभु, चिंता नसावी. त्यासाठी कुबेराचं दिव्य पुष्पक विमान सज्ज आहे. पण मला वाटतं, आपण देवी सीता आणि बंधू लक्ष्मणासह इथं काही काळ विश्राम करावा. लंकाधिपती या नात्याने मला सर्व सुग्रीवासह वानर अधिपतींचा सत्कार करायचा आहे.”

त्यावर श्रीराम म्हणाले, “बंधू बिभिषणा, तुझी विनंती मी अमान्य करत नाही. सर्वांचा सत्कार करावास हे उचितच आहे; पण मी जास्त काळ इथं थांबू शकत नाही; भरताला भेटण्यासाठी मी आता उतावीळ झालो आहे. भरत मला अयोध्येला घेऊन जाण्यासाठी चित्रवूट पर्वतापर्यंत आला होता. लक्ष्मणाप्रमाणेच बंधुप्रेमाचा एक आदर्श भरताने माझ्यासमोर ठेवला आहे. याशिवाय माता कौसल्या, सुमित्रा, कैकेयी, मित्र गुहक आणि अयोध्यावासी प्रजाजन सर्वांनाच भेटण्यासाठी मी उत्सुक आहे. माझं इथलं कार्य आता संपलं आहे.”

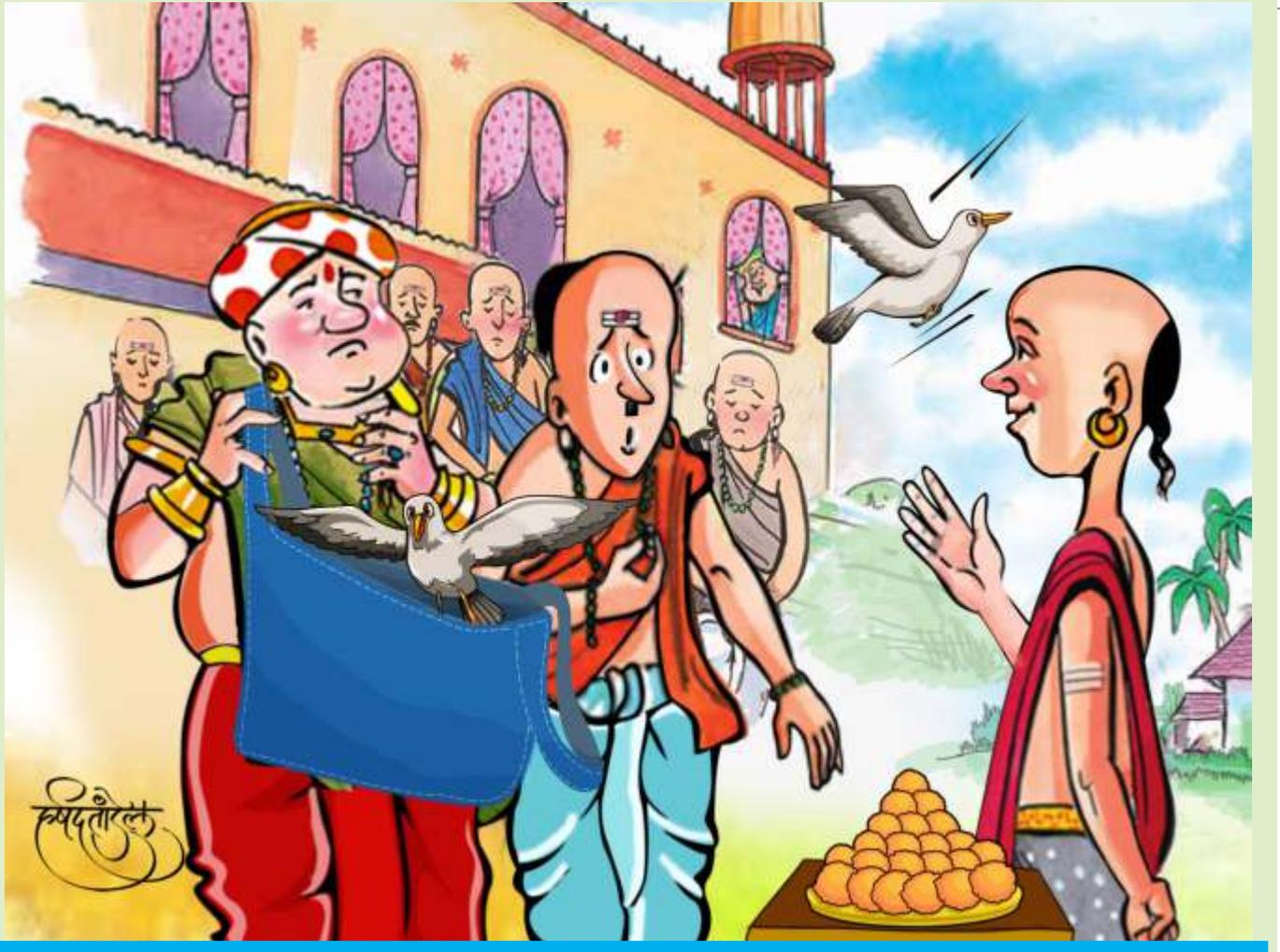
श्रीरामांच्या इच्छेपुढे बिभिषण अधिक काही बोलू शकला नाही. त्याने सुवर्णमंडित पुष्पक विमानाला लगेच पाचारण केले. अतिशय तेजस्वी असे ते विमान रावणाने कुबेराकडून जबरदस्तीने बळकावले होते. ते विमान श्रीरामांच्या चरणस्पर्शाची जणू वाटच पाहत होते. विमान पुष्पवाटिकेत उतरत असताना

त्याच्या किनाऱ्याला नादमधुर घंटिकेची झालर किणकिण आवाज करत होती. आतमध्ये रत्नजडीत सुवर्णआसने होती.

बिभिषण हात जोडून श्रीरामांसमोर उभा राहिला. त्याचा निरोप घेत श्रीराम म्हणाले, “बिभिषणा, प्राणांची पर्वा न करता लढणाऱ्या या साऱ्या वानरवीरांचा तू यथोचित सत्कार करून त्यांना निरोप द्यावास हे उत्तम. यांच्यामुळेच तू लंकापुरीवर विजय मिळवलास. हे राक्षसराज, जो राजा सेवकात प्रेम उत्पन्न करत नाही, दान आणि मान देत नाही त्यांच्या चरितार्थाची काळजी घेत नाही त्याला त्याची सेना सोडून जाते.”

श्रीरामांनी बिभिषणाबरोबरच वानरराज सुग्रीवाचाही निरोप घेतला. त्यालाही किष्किंधानगरीत सुखाने राज्यकारभार सांभाळावा असा सल्ला दिला. श्रीराम माता सीतेसह विमानात आरूढ होण्यासाठी निघाले असताना बिभिषण हात जोडत म्हणाला, “प्रभु! आम्हीही तुमच्यासोबत अयोध्यापुरीला येऊ इच्छितो. तुमचा राज्याभिषेक पाहण्याची आणि माता कौसल्येचा चरणस्पर्श करण्याची आमची इच्छा आहे.” त्यावर सुग्रीव व इतर वानरांनीही अशीच इच्छा प्रकट केली. तेव्हा श्रीरामांनी प्रमुख वानरगणांसह सुग्रीव व बिभिषणाला त्याच्या काही मंत्र्यांसह येण्याची अनुज्ञा दिली. सारे विमानात स्थानापन्न झाल्यावर ते हंसयुक्त पुष्पक विमान अलगद आकाशात झोपावले.

○ क्रमशः



कथा

भगवद्भक्त लालाजी

सुमारे अडीचशे वर्षापूर्वीची ही गोष्ट आहे. सौराष्ट्र प्रांतात लालाजी नावाचे एक थोर भगवद्भक्त होऊन गेले. बालपणापासून त्यांना भगवद्भक्तीची आवड होती. भजन गाणे, साधुसंतांचा आदर-सत्कार करणे, त्यांची सेवा करणे त्यांना मनापासून आवडे.

लालाजींच्या वडिलांचा घोंगडी विकण्याचा धंदा होता. लालाजी आता सोळा वर्षांचे झाले होते. त्यांना आता आपल्या उद्योगात सहभागी करून घ्यावे या हेतूने त्यांचे वडील त्यांना

आपल्या दुकानात बसवू लागले. एके दिवशी घोंगड्यांचा मोठ्ठा गट्टा सोबत देऊन त्यांना शेजारच्या गावी आठवड्याच्या बाजारात पाठवले. तिथे ते दुकान मांडून बसले. संध्याकाळपर्यंत जेमतेम चार-पाच गिन्हाईक आले. थंडीचे दिवस असल्याने अंधारही पडू लागला होता. तेवढ्यात दहा-बारा साधुंचा जत्था त्यांना दिसला. कडाक्याच्या थंडीत अंगावर केवळ पातळ उपरणे घेतलेल्या साधुंची त्यांना दया आली. त्यांनी सर्व साधुंना आपल्या जवळचे



एकेक घोंगडे देऊन टाकले आणि प्रसन्न मनाने घरी निघाले. त्यांच्या शेजारीच दुकान मांडून बसलेला त्यांचा जोडीदार तोही त्यांच्यासोबत परतीला निघाला. लालाजींनी साधुंना फुकट घोंगड्या देऊन टाकल्या त्यामुळे त्यांना आता वडिलांची खूप बोलणी खावी लागतील असे त्याला वाटले. पण तसे काहीच घडले नाही. त्याला मोठे आश्चर्य वाटले. दुसऱ्या दिवशी त्याने लालाजींच्या वडिलांना कालचा सारा प्रकार सांगितला. वडिलांनी सर्व घोंगड्या मोजून पाहिल्या; पण एकही घोंगडी कमी झालेली दिसली नाही. त्यांनाही मोठे नवल वाटले. त्यांनी स्वतः जाऊन साधुंना भेटून खात्री करून घेतली. तेव्हा सर्व साधुंनी लालाजींच्या उदारतेची आणि सेवाभावनेची प्रशंसा केली. लालाजींसारखा उच्च कोटीचा भगवद्भक्त पुत्र आपल्याला लाभला याचा वडिलांना अपार आनंद झाला.

लालाजींची कीर्ती दिवसेंदिवस वाढतच होती. जस जशी कीर्ती वाढू लागली, तस तसे त्यांचे विरोधकही वाढू लागले. लालाजींचा द्वेष करणाऱ्या एका विरोधकाने त्यांना चार-चौघात खोटं ठरवण्यासाठी एक योजना आखली. दोन मेलेले पक्षी पिशवीत घेऊन लालाजींकडे गेला. लालाजी भजन-कीर्तनात तल्लीन होते. भजन संपल्यानंतर ते सर्वांना आपल्या हाताने प्रसाद वाटू लागले. तो विरोधकही रांगेत उभा राहिला. लालाजींनी त्याला प्रसाद देण्यासाठी हात पुढे केला. त्यावर तो म्हणाला, लालाजी, माझ्या पिशवीत काय आहे हे तुम्ही जोपर्यंत सांगत नाही तोपर्यंत मी प्रसाद घेणार नाही. त्यावर लालाजी विनम्रपणे म्हणाले, त्यात दोन जिवंत पक्षी आहेत.

विरोधक म्हणाला, अहो, तुम्ही एवढे मोठे भगवद्भक्त असूनही खोटं बोलताहात. हे पक्षी मी सकाळीच मारले आहेत. असे म्हणत त्याने पिशवी उघडली. तर दोन्ही पक्षी भुरकन आभाळात उडून गेले. फजिती करण्यासाठी गेलेला विरोधक स्वतःच फजित पावला. लालाजींचा अध्यात्मातील अधिकार त्याने मान्य करत त्यांचे शिष्यत्व पत्करले.

एकदा गावातील वतनदार ठाकूर मदारसिंह त्यांच्याकडे एक समस्या घेऊन आले. ते म्हणाले, लालाजी, जेव्हा मी भोजनास बसतो तेव्हा माझ्या ताटात मला रक्त-मांस दिसू लागते. आज तुम्ही माझ्या घरी भोजनाला चला आणि या संकटातून मला मुक्त करा. ठाकूर मदारसिंहाच्या आग्रहास्तव ते त्यांच्या घरी गेले. भोजनाची ताट वाढली. लालाजींनी भोजन ग्रहण करण्यापूर्वी हात जोडून नामस्मरण केले. त्यांच्यासोबत सर्व नामस्मरणात सहभागी झाले. लालाजींनी पहिला घास मदारजींच्या मुखात घातला व नंतर भोजन ग्रहण केले. मदारजींनीही लालाजींच्या मुखी पहिला घास भरवला नंतर ते जेवू लागले. त्या दिवशी आणि त्यानंतरही ठाकूर मदारसिंहाना कसलीही बाधा झाली नाही. लालाजींनी या मागचे रहस्य समजावताना सांगितले, की ईश्वराच्या नामाने भोजन पवित्र होते. स्वतःच्या मुखात घास घालण्याआधी नैवेद्य अर्पण करावा. ईश्वर सर्व जीवांमध्ये आत्मरूपाने प्रकट असल्याने तो नैवेद्य सजीवाला अर्पण करावा. त्यावेळी स्वयं ईश्वराला आपण घास भरवतो असा भाव मनी असला तर ते भोजन प्रसाद बनते.

□□□

○ विकास अरीडा (रेवाडी-हरियाणा)



१५४

१			२			३
	४					
५					६	
		७				
८				९		१०
		११				
१२				१३		

आडवे शब्द

१. श्रीगणेशाचे एक नाव
४. गौतम बुद्धांचे पहिले प्रवचन जिथे झाले ते स्थळ (सारनाथ / सासवड)
५. जागतिक रेडक्रॉस दिन मे महिन्याच्या तारखेला साजरा करतात.
६. नाही त्याला डर कशाला ? (म्हण)
७. अकबराने स्थापन केलेला धर्म : - ए-इलाही
८. एक महिला बॅडमिंटनपटू : नेहवाल
९. मुलाचा किंवा मुलीचा नातू
११. चरित्र हाच खरा आहे
१२. जेव्हा भारत स्वतंत्र झाला, धनंजयचे वय १५ वर्ष होते तर धनंजयचा जन्म एकोणीशसे मध्ये झाला.
१३. कीबोर्डव्यतिरिक्त कॉम्प्युटर स्क्रीनवरील करसर ला ने नियंत्रित केले जाते.

उभे शब्द

१. बारा महिन्याचे एक
२. राजीव गांधी खेळरत्न पुरस्कार प्राप्त करणारा पहिला भारतीय बुद्धिबळ खेळाडू :
- आनंद
३. शांती व अहिंसेचे प्रतीक असणारा पक्षी
४. एप्रिल आणि जून महिन्यातील दिवसांची बेरीज
५. पटवर्धन यांना कोकणचे गांधी म्हणून ओळखतात
६. सोपे या शब्दाचा विरुद्धार्थी शब्द
७. निरंकारी जगतातील एक श्रेष्ठ मराठी गीतकार
९. पनामा सिटी ही देशाची राजधानी आहे
१०. एक औषधी वनस्पती जी घरासमोर लावतात.

उत्तरे इतरत्र

श्रद्धाला विचारु या

प्रश्न : ब्रह्मज्ञानीला कर्मफळ भोगावे लागते का ?

उत्तर : ब्रह्मज्ञानी व्यक्तीचं कर्म हे सर्वांच्या भल्यासाठी, हितासाठी असतं. ब्रह्मज्ञानी कधीही कुणाचं अहित करत नसतो. किंबहुना त्याच्या हातून कुठलही वाईट कर्म घडत नाही, कारण तो प्रभु-परमात्म्याशी जोडलेला असतो. परंतु जर त्याच्या हातून एखादं वाईट कर्म घडलं तर तो प्रभु-परमात्म्याशी जोडलेला नाही असं समजावं. ते कर्म त्याच्या स्वतःच्या अहमचं किंवा कर्ताभावाचं असतं. एखादं कर्म भले परोपकाराचं जरी असलं आणि त्यात स्वतःच्या कर्तेपणाची जाणीव असली तरीही ते कर्माचे फळ ज्ञानीला भोगावे लागते. प्रभु-परमात्म्याच्या स्मरणात केलेलं कर्म निष्काम कर्म असतं. त्याचं कर्मफळ त्याला भोगावं लागत नाही.

प्रश्न : ईश्वराची कृपा होणे म्हणजे नक्की काय ?

उत्तर : एखादी अशक्य गोष्ट शक्य होणे किंवा आप्राप्य वस्तू प्राप्त होणे अथवा मनाची इच्छा पूर्ण होणे म्हणजे ईश्वराची कृपा अशी सर्वसाधारण मनुष्याची धारणा असते; परंतु अध्यात्मात या गोष्टींना कृपा म्हटलं जात नाही.

मनुष्य जन्म प्राप्त होणे, सतोगुणी किंवा सदाचरणी जीवन असणे, ब्रह्मज्ञानप्राप्तीची (ईश्वरदर्शनाची) तळमळ जागृत होणे, भगवंताशी जोडणारे माध्यम म्हणून संतांच्या द्वारे पूर्ण सद्गुरु प्राप्त होणे आणि सद्गुरुच्या कृपेने ब्रह्मज्ञान प्राप्त होणे म्हणजे ईश्वराची कृपा होय.

प्रश्न : पूर्वी ऋषी-मुनी तपश्चर्या का करत असत ?

उत्तर : ईश्वरदर्शनाची तळमळ किंवा अलौकिक सिद्धी-शक्ती प्राप्त करण्यासाठी पूर्वी ऋषी-मुनी तपश्चर्या करत असत. याचा अर्थ असा नाही, की आता ब्रह्मज्ञान प्राप्त झालं म्हणजे तपश्चर्येची गरज नाही. खरं तर ज्ञान प्राप्तीनंतरच तपाचरण होत असतं. पाच प्रण-तीन कर्मे यांचं तंतोतंत पालन काया-वाचा-मनाने करणे हेच खरं तप आहे. त्यामुळेच ब्रह्मज्ञान टिकून राहते. म्हणून ज्ञानीयाला तर तपाचरणाची अधिक गरज आहे.

प्रश्न : भक्ताची अवस्था कशी असते ?

उत्तर : ज्याप्रमाणे कमळाचे फूल पाण्यात असते; पण पाण्याचा लेप ग्रहण करत नाही. तसे, भक्त जगात राहतो. सारे व्यवहार करतो पण त्यात आसक्त होत नाही.

□□□

आपल्या कर्मनि सुधारणा घडवू या

प्रत्येकाला वाटतं, की आपण सुखा-समाधानांनं जीवन जगावं आणि ते रास्त देखील आहे. परंतु सुखा-समाधानाचं जीवन जगण्यासाठी मिळकतदेखील कष्टाची असावी लागते. घरात येणारा धन-दौलत-पैसा हा जर प्रामाणिकपणे कमवलेला असेल तर त्या घरात सुख-शांती-समाधान नांदू लागते. प्रत्येक व्यक्तीचं हे कर्तव्यच आहे, की त्याने आपल्या कुटुंबाला सुखा-समाधानाचं जीवन प्राप्त करून द्यावं. परंतु बऱ्याचदा असंही दिसून येतं, की मनुष्य पैशासाठी प्रामाणिकपणाचा मार्ग सोडून वाममार्गाकडे, वाईट मार्गाकडे वळतो. आपल्या फायद्यासाठी इतरांना लुबाडतो. भ्रष्टाचाराचा मार्ग अवलंबतो. अशी व्यक्ती आपल्या कुटुंबाला सुखा-समाधानाचं जीवन देऊ शकत नाही.

अशा लोकांकडे पाहून बरेच जण म्हणतात, की हे जग खूपच वाईट आहे. जगात चांगुलपणा, प्रामाणिकपणा राहिलाच नाही; परंतु या जगात फक्त दोन-चार लोकच राहत नाहीत, तर त्यात आपण सारेच येतो. चला, असं मानूया, की जग वाईट आहे, पण हे मानवा, तुला एक सज्जन माणूस होण्यापासून कुणी अडवलांय. सरळ मार्गाने,



प्रामाणिकपणाने पुढे चालत राहण्यात कोण आडकाठी करत आहे? चांगल्या गोष्टी आचरणात आणायला कोण अडवत आहे?

पूज्य निरंकारी राजमाताजी देखील म्हणत, की कुणी मिरच्या विकत असेल तर त्याला विकू द्या; पण आपण मात्र साखरेचाच व्यापार करायचा आहे. थोडक्यात, कुणी कटुवचन बोलत असले तरी आपण त्याच्यासारखे न बनता आपली वाणी गोड आणि भाषा प्रेमाचीच ठेवायची आहे.

बाबाजींनी आपल्याला हेच शिकवलय, की जर आपल्याला जगात बदल घडवून आणायचा असेल तर आधी स्वतःमध्ये बदल घडवून आणायला पाहिजे. आणि अशी माणसं बोलण्याने नाही तर आपल्या कर्माने जगामध्ये सुधारणा घडवून आणतात.

□□□

दिव्य वाणी

ज्यांच्या नावाबरोबर महानता जोडली जाते, तेव्हा त्यांचं कर्मही महान असायला हवे. जर त्यांचं कर्म महान बनले नाही, त्यांचे बोल, त्यांची दृष्टी महान बनली नाही, तर त्यांचं कर्म त्यांच्यासाठी दुःखाला कारण ठरते. जसं, एखादा माणूस शिडीवरून पडतो तेव्हा त्याला जास्त लागत नाही, पण जो खूप उंचावरून पडतो, तेव्हा त्याला किती लागतं हे सर्वांना माहित आहे. त्याप्रमाणे ज्यांचा आपण महापुरुष म्हणून सत्कार करतो, जे महापुरुषांच्या श्रेणीमध्ये येतात, त्यांचेही कर्म जर तसे नसेल तर त्यांच्या दुःखाविषयी आपण कल्पना करू शकतो.

म्हणून संतजन, महापुरुष नेहमी अशी कामना करतात, प्रभु-परमात्म्याकडे प्रार्थना करतात, हे दातार! कृपा कर जी उच्चावस्था तू प्रदान केली आहेस, ती अवस्था अशीच कायम राहो, ही अवस्था अशीच उच्च राहो, पण मन नेहमी नम्र बनून रहावं, मन नेहमी संतांचं बनून रहावं. वाद-विवाद, वैर-इर्ष्या, विरोधरहित राहून या हरिच्या रंगात रंगून रहावं.



- सद्गुरु बाबा हरदेवसिंहजी महाराज



कथा

नकली साधू

एक साधू होता. तो जगभरातील सर्व तीर्थस्थाने फिरला होता. त्याच्या आश्रमात दररोज नित्यनेमाने होम-हवन चालूच असायचे. त्याला एक महान साधू समजून लोक त्याच्या आश्रमात जमा व्हायचे.

एके दिवशी रात्री त्याला स्वप्न पडले, की तो मरण पावला आहे आणि चार रस्त्याच्या मध्यभागी येऊन उभा राहिला. तिथूनच एक

रस्ता स्वर्गाकडे, एक रस्ता नरकाकडे, एक पृथ्वीकडे तर एक रस्ता मोक्षाकडे जात आहे. त्या चौकात मधोमध एक देवदूत उभा होता. प्रत्येक माणसाला तो त्याच्या-त्याच्या कर्मानुसार योग्य त्या मार्गाने पाठवत होता. हा साधू जरासुद्धा घाबरला नाही. कारण त्याने भरपूर तीर्थयात्रा केल्या होत्या. दरदिवशी धूपारत्या करणं, नैवेद्य अर्पण करणं, जपतप,

होमहवन करणं ह्या सर्व गोष्ठींचा त्याला फार अभिमान होता. त्यामुळे न घाबरता हा साधू देवदूताच्या समोर उभा राहिला. देवदूताला त्याने आपले नाव सांगितले रामभगत. नाव सांगताच देवदूताने त्याला नरकाच्या दिशेने जाण्याचा इशारा केला. त्यावर रामभगत त्याला म्हणाला, “तुम्ही मला ओळखत नाही? तुमचा काहीतरी गैरसमज झाला आहे. मी जगातील सर्व तीर्थयात्रा केल्या आहेत. सर्व देवी-देवतांच्या मंदिरात जाऊन त्यांचं दर्शन घेतलं आहे.” त्यावर देवदूत त्याला म्हणाले, “हे तुझं सर्व कर्म व्यर्थ गेलं; ते काही कामाचं नाही. तू स्वतःला मोठा रामभगत म्हणवतोस; पण तू त्या रामाची खरी भक्तीच केलेली नाहीस.” हे ऐकून साधू थोडा नरमला. देवदूत म्हणाला, “तू आणखी काय केलंस आयुष्यात?” त्यावर रामभगत म्हणाला, “मी होम-हवन केले.” त्यावर देवदूत म्हणाला, “अरे पण तू ते होमहवन लोकांकडून सामुग्री मागून आणून करत होतास. त्याचं पुण्य तुला कसं काय मिळेल? अजून काही निराळं केलं आहेस का?” रामभगत म्हणाला, “मी नाम-जप करत होतो. मी राम-राम असे लिहून अनेक चोपड्या भरल्या आहेत.” त्यावर देवदूत म्हणाला, “अरे पण त्या चोपड्यांवरच्या राम नामाचा काय उपयोग? खरोखरच तू त्या रामाला पाहिलं आहेस का?” त्यावर साधू म्हणाला, “नाही.” देवदूत म्हणाला, “त्याचा काही एक फायदा नाही. अजून आठवून सांग,

असं कोणतं एखादं कर्म केलं आहेस का जे तुला वाचवू शकेल?” त्यावर रामभगत म्हणाला, “मी रोज जप करायचो.” देवदूत म्हणाला, “तू जप लोकांना दाखविण्यासाठी करत होतास. कोण आलं आहे हे पाहण्यासाठी हळूच डोळे उघडून पाहायचास. त्यानंतर मोठ्याने म्हणायला सुरुवात करायचास. ह्या सर्वांतून तुला काहीच मिळालेले नाही. तुला आता ह्या कर्माचा काहीच उपयोग नाही. एवढं सर्व करण्यापेक्षा एखाद्या ब्रह्मज्ञानी महात्म्याला भेटून सत्संग केला असतास तर तुला तुझ्या गुरुनेच मोक्षपदाला जोडले असते.”

हे शब्द ऐकल्याबरोबर त्या साधूचे डोळे उघडले आणि स्वप्नातील दृष्य पाहिल्याने तो बैचेन झाला आणि तो ब्रह्मज्ञानी संत महात्म्याच्या शोधात निघाला.



लोखंडाला कोणी नष्ट करू शकत नाही. ते गंजूनच नष्ट होत जातं. तसं, माणसाला त्याची विचारधारा त्याचं अस्तित्व नष्ट करून जाते.

विहिरीतील पाण्यात टाकलेली बादली आडवी झाल्याशिवाय त्यात पाणी भरले जात नाही, तसे विनम्र झाल्याशिवाय ज्ञान जीवनांत उतरत नाही.

चित्रांकन : दीपक मेहरा (दिल्ली)

आजोबा

चित्रांकन - रंग : अजय कालडा

नक्कल करण्यात देखील हवी योग्यता व बुद्धी

मुलांनो, एका पर्वताच्या शिखरावर एक गरुड राहत असे आणि त्याच पर्वताच्या पायथ्याशी एक कावळा आपले घरटे बांधून राहत असे.

कावळा फारच आळशी होता. अन्न शोधण्यासाठी तो कोणतीही मेहनत करत नसे. तो नेहमी असा विचार करत असे, की त्याची शिकार त्याला आपोआपच मिळावी; अन्न शोधण्यासाठी कुठेही जावे लागू नये.

ज्या झाडावर कावळा राहत होता; त्या झाडाच्या सभोवताली ससे राहत असत.



त्यांना पाहून कावळा नेहमी विचार करत असे, की हे सुंदर-सुंदर ससे आपल्याला खायला मिळाले तर किती मजा येईल.

गरुड कधी-कधी पर्वतावरून खाली झेप घेऊन सश्यांची शिकार करत असे.



मे २०१७

१७

एके दिवशी कावळा भुकेने फार व्याकूळ झाला. तो झाडाच्या फांदीवर बसला होता. झाडाच्या खाली फिरणाऱ्या सशांना पाहून कावळ्याच्या तोंडाला पाणी सुटले.



कावळ्याने विचार केला, की आपण देखील गरुडासारखी सशांची शिकार करूया.



कावळा फार उंच उडाला आणि गरुडासारखा तीव्र गतीने जमिनीवर येऊन त्याने सशाला पकडण्याचा प्रयत्न केला.

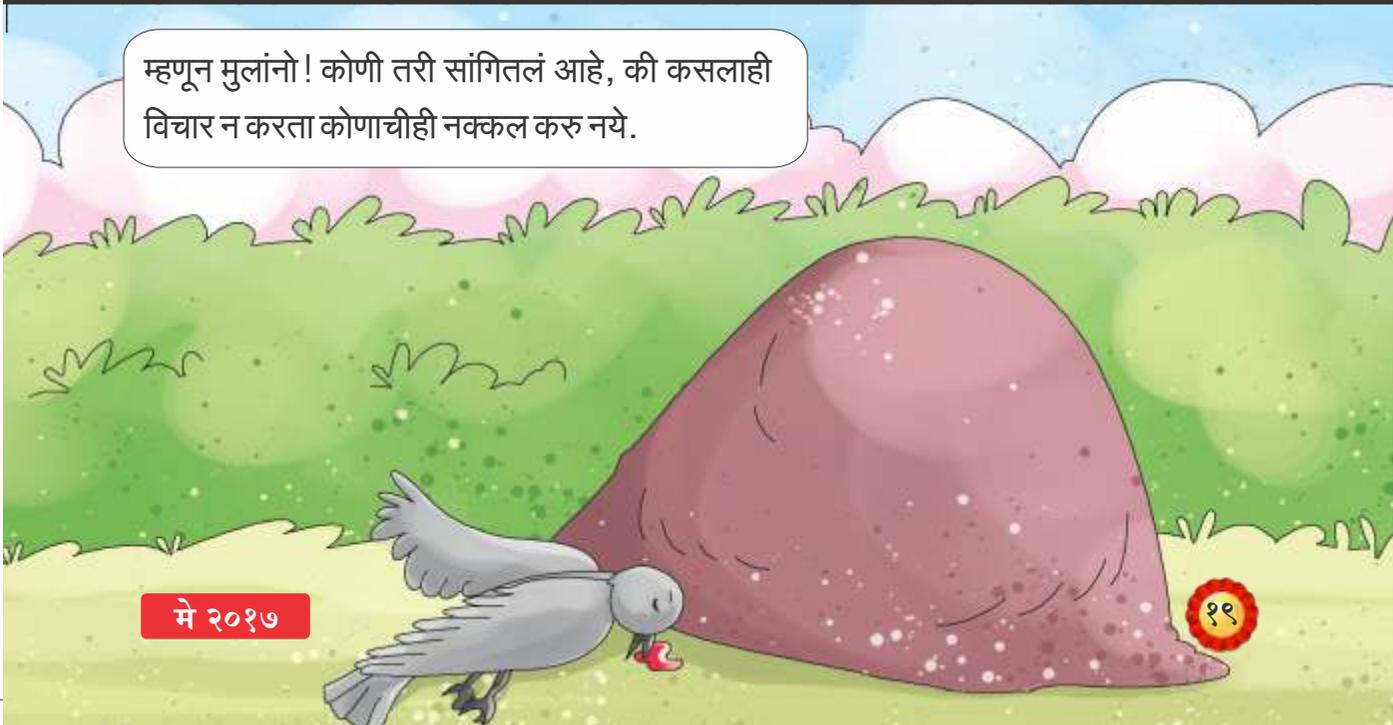




सशाने कावळ्याला आपल्या दिशेने येताना पाहिले
आणि तो लगेच एका दगडाच्या मागे लपला.



कावळ्याला गरुडासारखी शिकार करण्याची तर सवय
नव्हतीच. तो स्वतःला सांभाळू शकला नाही आणि
दगडावर जाऊन आपटला व तिथेच त्याचा प्राण गेला.



म्हणून मुलांनो! कोणी तरी सांगितलं आहे, की कसलाही
विचार न करता कोणाचीही नक्कल करू नये.

जोहरा सेहगल

भारतीय स्त्रिया अचाट पराक्रम करण्यात जगातील कुठल्याही स्त्रियांपेक्षा कमी नाहीत. भारतातून मोटारगाडी चालवत इंग्लंडला जाण्याचा पहिला विक्रम अभिनेत्री जोहरा सेहगल यांनी केला होता. वर्ष होते १९३२. लाहोरमार्गे इराण, पॅलेस्टाईन, दमास्कल, सीरिया, इजिप्त, अलेक्झांड्रिया असा प्रवास करीत जोहरा सेहगल इंग्लंडला पोहोचल्या. वयाच्या अवघ्या २० व्या वर्षी त्यांनी असा अचाट पराक्रम केला. १०१ वर्षे जगणाऱ्या जोहरा सेहगल या एकमेव अभिनेत्री होत्या.

१९३५ पासून नृत्यनाटिका, नाटक, चित्रपट, इंग्रजी चित्रपट, इंग्रजी मालिका व नंतर हिंदी चित्रपटातील म्हातारी दादी माँ असा ७५ वर्षांचा पडद्यावरचा प्रवास केलेल्या जोहरा सेहगल. मिस्किल, खट्याळ दिसणारी ही दादी माँ अत्यंत कर्तृत्ववान होती. चिनी कम, सावरियाँ, दिल से, सय्या, चलो इश्क लढाए, वीर झारा व कौन है जो सपनोमें आया अशा मोजक्या चित्रपटात झळकलेल्या जोहरा सेहगल यांचे आयुष्य प्रचंड वैदीप्यमान होते.

अष्टपैलू जोहरा सेहगल यांचा जन्म २७ एप्रिल १९१२ रोजी उत्तर प्रदेशातील सहारनपूर येथे झाला. त्या जन्माने श्रीमंत घराण्यातील मुस्लीम होत्या. त्यांचे खरे नाव जोहरा मुमताज उल्ला खान किंवा साहिबजादी जोहरा बेगम मुमताज उल्ला खान असे होते. बालपणापासून बुरख्यात असल्या तरी इंग्रजी शिक्षणाचे वाघिणीचे दूध त्यांना मिळाले. प्रथम डेहराडून नंतर लाहोरच्या क्वीन्स मेरी कॉलेजमध्ये त्यांनी शिक्षण घेतले. १९३५ साली जगप्रसिध्द नर्तक उदयशंकर यांच्या नृत्य पथकात असलेले कामेश्वर सेहगल यांच्याशी त्यांनी आंतरजातीय विवाह केला. उदयशंकर यांच्या नृत्य पथकाबरोबर त्या सर्व जग फिरल्या. त्यानंतर त्या पृथ्वीराज कपूर यांच्या पृथ्वी थिएटर आणि कम्युनिस्ट पक्षाच्या इप्टा या नाट्यसंस्थेत त्यांनी अनेक नाटकांत भूमिका केल्या. त्यांना दरमहा ४०० रुपये मानधन मिळायचे. जोहरा सेहगल यांनी अनेक पुरोगामी नाटकात भूमिका केल्या.

१९५९ साली पती कामेश्वर सेहगल यांचे निधन झाल्याने त्या इंग्लंडला गेल्या. तेथे त्यांनी अनेक इंग्रजी टीव्ही मालिकांमधून काम केले. नंतर १९९० पर्यंत त्या इंग्लंडमध्ये होत्या. नंतर त्या भारतात येऊन दिल्ली येथे स्थायिक झाल्या.

अशी अष्टपैलू अभिनेत्री ११ जुलै १९१४ रोजी वयाच्या १०२ व्या वर्षी हा रंगमंच सोडून गेल्या.

□ (साभार)



कोकण आमचं छान

डोंगर दर्यानी सजलेलं, कोकण आमचं छान
जिकडे पाहावे तिकडे, सौंदर्याची खाण ॥८॥

फळाफुलांनी बहरुनी आला
चोहिकडे जणू वसंत फुलला
कोकिल करिते गान ॥९॥

इथला हापूस आंबा, सर्वफळांचा राजा
जिकडे तिकडे दिसती, काजूच्या त्या बागा
पाहतामिले समाधान ॥१०॥

नदी किनारी डौलाने, डोलती पोफळी नारळी
काली भोर जांभळे, मैना कोकणची काली
स्वागत करिते सारे रान ॥११॥

काप्या बरक्या फणसाचे, प्रेमलय भारी
रातांब्यांचे ताजे पन्हे, चवचत्याची न्यारी
म्हणून या कोकणचा, आम्हा आहे अभिमान ॥१२॥

प्रेमाने ओथंबलेली, ही कोकणची माती
गरिबीतुनीही दिसते, मनामनाची श्रीमंती
कोकणवासीयांची, ही मातीच आहे शान ॥१३॥



असा लागला दुर्बीणीचा शोध

विशेष



दुर्बीणीतून पाहिल्यास दूरचे देखावे जवळ दिसू लागतात. प्रवासात कॅमेरा व दुर्बीण हमखास वापरली जाते. दुर्बीणीचा शोध कोणी लावला याबद्दल मुलांना माहिती असायला हवी. हॉलंडमध्ये मिडलबर्ग नावाच्या शहरात हन्स लिपरशी नावाचा एक चष्म्यांचा व्यापारी राहत होता. तो स्वतः उत्कृष्ट चष्मे बनवायचा. त्याच्याकडे अंतर्गोल, बर्हिगोल प्रकारातल्या अनेक काचा असायच्या. त्याला एक मुलगा होता. तो खूप दंगा करायचा. वडिलांच्या कामातून राहिलेल्या काचांचे तुकडे गोळा करून खेळत राहायचा. काही काचा रंगीत असायच्या. तो सूर्यकिरणात काचा धरून अनेक वस्तुंवर व येणाऱ्या जाणाऱ्या माणसांवर, इमारतींवर किरण पाडत राहायचा. तो जेवढा खोडकर होता, तेवढाच बुद्धिमानही होता.

“हे असे का”, “ते तसे का?” असे प्रश्न विचारून तो वडिलांना भंडावून सोडत असे. प्रत्येक वस्तूबद्दल माहिती असावी अशी त्याची जिज्ञासा असे.

एका रविवारी सुट्टीच्या दिवशी हन्स लिपरशी याने आपल्या मुलाला खेळायला दुकानात आणले. त्याच्यासमोर काचांनी भरलेली थाळी ठेवली आणि सांगितले की, वेगवेगळ्या रंगाच्या काचा बाजूला काढ. मुलाने विचारले, की काचा काही जमिनीतून उगवत नाहीत पण काच जमिनीतील पदार्थांपासूनच बनते असं ऐकलंय, काच कोणी बनवली असेल? काचेचा शोध अनपेक्षितपणे लागला. इजिप्तमध्ये खूप मोठे मैलोगणती वाळवंट पसरलेले आहे. उंट आठ-आठ दिवस सतत प्रवास करित असतात. अशा प्रवासात काही कुटुंब वाळवंटातून निघालेली होती.

रात्र झाली. त्यांनी तंबू ठोकले व वाळवंटातच स्वयंपाक शिजवू लागले. वाळूवरच लाकडे पेटवून अन्न शिजवले गेले आणि मुलं रात्रभर चुलीजवळ चूल पेटवत बसून राहिली. कारण वाळवंटात थंडी जास्त असते. सकाळी सर्वजण प्रवासाला निघाले असताना मुलं चुलीतील राख हाताने उपसून खेळत होती. एका मुलाच्या हाताला टणक वस्तू लागली. ती त्याने चुलीच्या बाहेर काढली. ती होती ओबड धोबड काच. पण त्या काचेतून आरपार पाहता येत होते.

त्याला काच कशी बनली याची माहिती त्याचे वडील देत होते आणि मुलगा दोन काचा एकापुढे एक धरून एक उंच इमारत पाहत होता. त्या दोन काचांमुळे ती उंच इमारत एकदम जवळ आल्यासारखी वाटू लागली. त्याने आनंदाने वडिलांना जवळ बोलावले आणि त्या दोन काचातून इमारतीकडे पाहण्यास सांगितले. इमारत अगदी समोर असल्यासारखी दिसत होती. हेन्स लिपरशी याचा आनंद गगनात मावेना. त्यानी मुलाची पाठ थोपटली.

हेन्स लिपरशी याने त्या काचांना आकार दिला व त्याची दुर्बीण बनवली. ही जगातील पहिली दूरदर्शक दुर्बीण होय. याच दुर्बीणीचा आधार घेऊन पुढे गॅलिलिओने मोठी दुर्बीण बनवली व अवकाशाचे निरीक्षण केले. दुर्बीण बनविण्याचे श्रेय हेन्स लिपरशीला दिलं गेलं. पण त्यावर खरा हक्क त्याच्या मुलाचा होता. अजाणतेपणी एक नवा शोध लागला होता आणि हा शोध अनेक कारणांसाठी वापरला जात आहे. आज दुर्बीणीपासून अवघड शस्त्रक्रिया केल्या जात आहेत. दुर्बीणीतून आपल्या ग्रहमालेच्या बाहेरील ग्रहगोल पाहता येतात.

□□□

श्रद्धा आणि शक्ती

एक तरुण गुरुभक्त शिष्य होता. गुरुंच्या आश्रमात राहून त्याने सर्व विद्या कला आत्मसात केल्या होत्या. त्याला औषधी वनस्पतींची चांगली जाण होती. अध्ययन पूर्ण झाल्यानंतर तो घरी परतला. त्याने औषधोपचार करून रोग्यांना बरे करण्याचे व्रत घेतले. त्याच्याकडे आलेला प्रत्येक रोगी रोगमुक्त होत असे. हळूहळू त्याची कीर्ती सगळीकडे पसरली. एके दिवशी त्या गुरुभक्त शिष्याचे गुरु दुर्धर आजाराने त्रस्त झाले होते. ते उपचारासाठी त्याच्याकडे आले. तरुणाने आपल्या गुरुदेवांना औषध दिले आणि त्यांचा दुर्धर आजार दोन दिवसात ठीक झाला. गुरुदेव त्याला म्हणाले, “तुझ्या या औषधाचं काय रहस्य आहे? मला सांगशील का? पुन्हा कधी आजारी पडलो तर ते औषध मी घरच्या घरी तयार करून घेईन. एवढ्या लांब यायला नको.” तरुण म्हणाला, “गुरुदेव, हा सारा आपल्या चरणाचा प्रताप आहे. दर गुरुपौर्णिमेला मी आपली पाद्यपूजा करून चरणतीर्थ घेतो. हे चरणतीर्थ मी औषधात मिसळून श्रद्धाभावनेने रोग्याला देतो आणि रोगी देखील श्रद्धेने ते घेतो आणि बरा होतो. आपणासारख्या ब्रह्मज्ञानी सत्पुरुषाच्या चरणतीर्थाचा महिमा मी काय वर्णावा?



आतादेखील मी आपल्याला तेच दिले.”

शिष्याची गुरुबद्दल असलेली श्रद्धा आणि विश्वास पाहून गुरुदेव कृतकृत्य झाले. ते त्याला प्रेमाने जवळ घेत म्हणाले, “वत्सा, श्रद्धा ही मनाची एक जबरदस्त शक्ती आहे. तुझा माझ्यावर पूर्ण विश्वास आहे म्हणून तुझी चरणतीर्थावर श्रद्धा आहे. चरणतीर्थ बिना श्रद्धेने घेतलं तर ते केवळ साधे पाणी आहे; पण त्यात श्रद्धा मिसळली तर तेच पाणी औषधी उपचाराची शक्ती बनते. श्रद्धा एकांगी नसावी. दोन्हीकडून सारखीच असली तरच ती लाभदायक ठरते.”

शिष्याचा गुरुवरील विश्वास हीच त्याची ताकद बनते. याच श्रद्धेने एकलव्य धनुर्विद्येत पारंगत झाला. श्रद्धा डोळस असावी तेव्हाच श्रद्धा ही शक्ती बनते. श्रद्धा सकारात्मकता शिकवते. श्रद्धेने नुकसान न होता लाभच होतो. शिष्याची गुरुवर श्रद्धा असेल तरच त्याला ज्ञानप्राप्ती होते. म्हटलय देखील -

श्रद्धावान लभते ज्ञानम्

□□□

तांबडा भोपळा



मधुर, शीतल, त्रिदोषहर (विशेषतः पित्तशामक), शरीराला धष्टपुष्ट बनविणारा व अल्प दरात सर्वत्र मिळणारा तांबडा भोपळा उन्हाळ्यात विशेष सेवनीय आहे.

भोपळा मेंदूला बळ व शांती देतो. धारणाशक्ती वाढवून बुध्दीला स्थिर करतो. हा अनेक मनोविकार उदा. - स्मरणशक्तीचा न्हास, क्रोध, उद्वेग, मानसिक संतुलन, चिडचिडेपणा, अनिद्रा, फेफरे येणे तसेच बौद्धिक दुर्बळतेत अत्यंत लाभदायी आहे. हृदयरोग व नेत्ररोगांमध्येही हितकारी आहे.

भोपळ्यांच्या बियांमध्ये बदामासमान शक्तिदायी मौलिक तत्त्वे आढळून येतात. या बिया जंतनाशक आहेत. हे सर्वच गुण चांगल्या पिकलेल्या भोपळ्यातच आढळून येतात.

पित्तप्रधान अनेक रोगांमध्ये उदा.- आंतरिक दाह, जळजळ, अत्यधिक तहान लागणे, आम्लपित्त (अॅसिडिटी), मूळव्याध, जुना ताप, रक्तपित्त (तोंड, नाक इ. वाटे रक्तस्राव होणे) भोपळा अत्यंत उपयोगी आहे. हा मलावरोधही दूर करतो. जुन्या तापामुळे ज्यांच्या शरीरात हलका ताप, थकवा, गरमी राहते अथवा ज्या महिलांना लोहतत्त्वाच्या कमतरतेमुळे रक्ताल्पता होते. त्यांच्यासाठी हा खूपच लाभदायी आहे.

वरील व्याधींमध्ये भोपळ्याच्या रसात पिठीसाखर मिसळून सकाळ-संध्याकाळ प्यायल्याने लाभ होतो. रसाचे प्रमाण : २० ते २५ मि.ली. असावे.

निरोगी व तेजस्वी डोळ्यांसाठी

डोळे आपल्या शरीराच्या सर्वाधिक महत्त्वाच्या व नाजूक अवयवांपैकी एक आहेत. आजकाल डोळ्यांच्या समस्यांनी बरेच जण त्रस्त असल्याचे आढळून येतात, यात विद्यार्थ्यांचीही मोठी संख्या आहे. पुढील बाबी लक्षात ठेवल्या तर डोळे आयुष्यभर निरोगी राहू शकतात.

डोळ्यांसाठी हानिकारक

- ❑ कमी प्रकाशात, झोपून तसेच धावत्या वाहनात वाचणे डोळ्यांसाठी अत्यंत हानिकारक आहे.
- ❑ मोबाईल, टी.व्ही., लॅपटॉप, कॉम्प्युटर वगैरेंची स्क्रीन जास्त वेळ सतत पाहिल्याने आणि हेयरड्रायरचा उपयोग केल्याने डोळ्यांना फार नुकसान होते.
- ❑ डोळे दिपवून टाकणाऱ्या अत्याधिक तीव्र प्रकाशात पाहणे, ग्रहणाच्या वेळी सूर्य व चंद्राचे दर्शन करणे हे डोळ्यांना हानी पोहोचविते.
- ❑ सूर्योदयानंतर झोपून राहिल्याने, दिवसा झोपल्याने आणि रात्री उशिरापर्यंत जागे राहिल्याने डोळ्यांवर ताण पडतो आणि हळूहळू डोळ्यांची दृष्टी कमी होऊ लागते. डोळे शुष्क व अंधूक होऊ लागतात.
- ❑ जलद धावणाऱ्या गाड्यांमध्ये प्रवास करताना डोळ्यांवर सरळ हवा लागल्याने, मलमूत्र आणि वायूचा आवेग रोखल्याने, जास्त वेळ रडल्याने डोळे कमजोर होतात.

- ❑ डोक्यावर कधीही गरम पाणी टाकू नये आणि जास्त गरम पाण्याने चेहरा धुऊ नये.
- ❑ आंबट, खारट, तिखट, पित्तवर्धक पदार्थांचे अति सेवन करू नये. डोळे बोटाने चोळू नयेत.

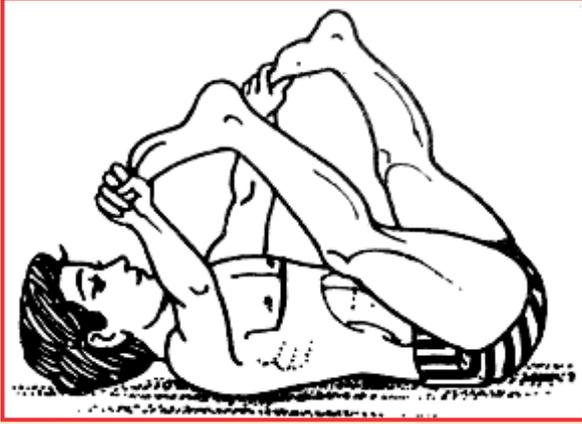
नेत्ररक्षणाचे उपाय

- ❑ वाचताना लक्षात ठेवावे, की डोळ्यांवर समोरून प्रकाश येता कामा नये, पाठीमागून यावा. डोळे व पुस्तकातील अंतर ३० से.मी. हून अधिक असावे. रात्री उशिरापर्यंत अभ्यास करण्यापेक्षा पहाटे लवकर उठून करावा.
- ❑ कडक उन्हात सनगॉगल्स किंवा छत्रीचा वापर करावा. उन्हातून आल्यावर गरम शरीरावर लगेच गार पाणी ओतू नये.
- ❑ चंद्र व हिरवळीकडे पाहणे डोळ्यांसाठी विश्रांतीदायक आहे.
- ❑ सकाळी हिरवळीवर १५-२० मिनिटे अनवाणी पायांनी चालल्याने डोळ्यांना तजेला व शीतलता मिळते.

आसन : कटिआसन

कं

बर आणि पोटाचे विकार दूर करण्यासाठी हे आसन अत्यंत उपयुक्त आहे. हे आसन करण्यास थोडे अवघड आहे, परंतु या आसनाच्या नियमित सरावाने ते सिध्द होणे सहज शक्य आहे.



कृती : पाठीवर उताणे झोपा व दोन्ही पाय वर करा. नंतर डाव्या हाताने डाव्या पायाचा अंगठा आणि उजव्या हाताने उजव्या पायाचा अंगठा पकडा. त्यानंतर चित्रात दाखविल्याप्रमाणे पाय ताठ ठेवा. श्वास आतील बाजूस खेचा. या आसनस्थितीत कंबर आणि डोके जमिनीला टेकलेले असले पाहिजेत. साधारणतः दहा सेकंदांपर्यंत या स्थितीत राहावे. नंतर मूळ स्थितीत यावे. सुरुवातीस काही दिवस हे

आसन दररोज चार वेळा करावे. सरावानंतर हे आसन सहा वेळा करता येते.

फायदे :

- कमरेच्या सर्व प्रकारच्या व्याधी या आसनाने दूर होतात.
- पोटात येणारी कळ बंद करण्यासाठी हे आसन म्हणजे रामबाण उपाय आहे.
- या आसनामुळे फुफ्फुसे आणि खांदे मजबूत व सुदृढ बनतात.
- या आसनामुळे हृदय कार्यक्षम बनते आणि हृदयरोगास ते प्रतिबंध करते.

वाढदिवसाच्या



सुहानी सावर्डेकर



आयुष आर्गे



सुहान दळवी



अंगद बंडागळे



जयेश मसगे



मुग्धा तळप



तनिष्का पाटील



स्मिरण जाधव



तनिष्का पवार



कादंबरी चोगले



वंश विचारे



रुशी राजपाल



प्रणव आळ्हाड

हार्दिक शुभेच्छा



कल्याणी



सावली देवडे



श्रावणी पवार



गुरुराज गुजर



भार्गवी कडू



प्रांजल चव्हाण



ओमकार आव्हाड



ऋषभ चव्हाण



साहिल देवीकर



पियुष एवरकर



प्राची देसाई



प्रतीक सोनवणे



आराध्य चौधरी



वेदिका जाधव



आराध्या हुमणे



- स्थापना :- १ मे १९६०
- राजधानी :- मुंबई
- राज्यभाषा :- मराठी
- एकूण जिल्हे :- ३६
- एकूण तालुके :- ३५५ (मुंबई उपनगरमधील अंधेरी, बोरीवली, कुर्ला ही फक्त शासकीय कामासाठी केलेली ३ तालुके मिळून ३५८)
- ग्रामपंचायत :- २८८१३
- पंचायत समित्या :- ३५५
- एकूण जिल्हा परिषद :- ३४
- आमदार विधानसभा :- २८८
- आमदार विधानपरीषद :- ७८
- महाराष्ट्र लोकसभा सदस्य :- ४८
- समुद्रकिनारा :- ७२० कि.मी.
- नगरपालिका :- २२६
- महानगरपालिका :- २७ (२७ वी मनपा पनवेल १ ऑक्टोबर २०१६)

- शहरी भाग :- ४५.२%
- ग्रामीण भाग :- ५५.८%
- लोकसंख्येच्या बाबतीत २ रा क्रमांक
- क्षेत्रफळात ३ रा क्रमांक (महाराष्ट्राने देशाचा ९.३६% प्रदेश व्यापलेला आहे)
- महाराष्ट्राची घनता :- ३६५
- देशातील ९.२९% लोकसंख्या महाराष्ट्रात राहते.
- महाराष्ट्रातील सर्वाधिक लोकसंख्या जिल्हा :- पुणे (९४.३ लाख)
- महाराष्ट्रातील सर्वात कमी लोकसंख्या जिल्हा :- सिंधुदुर्ग (८.५० लाख)
- संपूर्ण साक्षर १ ला जिल्हा सिंधुदुर्ग
- सर्वात कमी साक्षर जिल्हा :- नंदुरबार (जनगणना २०११ नुसार -६४.४% व २०१४ पासून पालघर ५७.१४%)
- महाराष्ट्रातील सर्वात जास्त निरक्षर लोक पुणे जिल्ह्यात आहेत (१०.७१ लाख)
- अनुसुचित जाती पुणे प्रथम क्रमांकावर
- अनुसुचित जमाती नाशिक प्रथम क्रमांकावर
- महाराष्ट्रातील सर्वाधिक जंगले असलेला जिल्हा :- गडचिरोली
- महाराष्ट्रातील कमी जंगल असलेला जिल्हा :- बीड
- महाराष्ट्रातील सर्वाधिक आदिवासी असलेला जिल्हा :- नंदूरबार
- महाराष्ट्रातील अधिक तलावांचा जिल्हा :- गोंदिया
- महाराष्ट्रातील क्षेत्रफळाने सर्वात मोठा जिल्हा :- अहमदनगर
- महाराष्ट्रातील क्षेत्रफळाने सर्वात लहान जिल्हा :- मुंबई शहर
- महाराष्ट्रातील उंच शिखर :- कळसूबाई (१६४६ मी.)
- महाराष्ट्रातील सर्वात लांब नदी :- गोदावरी
- महाराष्ट्रातील सर्वात लहान राष्ट्रीय महामार्ग :- न्हावाशेवा -पळस्पे २७ किमी
- महाराष्ट्रातील सर्वात जुनी नगरपालिका :- रहिमतपूर (सांगली)
- पहिले मातीचे धरण गंगापूर :- गोदावरी नदीवर
- महाराष्ट्रात सर्वात जास्त समुद्र किनारा :- रत्नागिरी
- जगातील पहिले जैव तंत्रज्ञान विद्यापीठ :- नागपूर
- भारतातील सर्वात मोठे नैसर्गिक बंदर :- मुंबई
- पहिला संपूर्ण डिजीटल जिल्हा :- नागपूर
- महाराष्ट्रातील सर्वात स्वच्छ शहर :- सिंधुदुर्ग

आई

सारं काही सहन करुन
देते फक्त प्रेमच प्रेम
सागरावेक्षा असते विशाल
अपार कष्ट नू करते श्रम

हृदयात मायेचा उगम
नसतो स्वार्थ नसते अपेक्षा
वेळीवेळी देते मात्र
तान्ह्यासाठी परीक्षा

पाखरासारखे पंख पसरुन
ऊन घेते सावली देते
बालकाला ती आपुल्या
फक्त सुखच सुख देते

स्वतःसाठी ती कधी
जगलीच नाही
साऱ्या जगाने अनुभवलेली
ती केवळ आणि केवळ असते आई

कवीता - संगीता चव्हाण (गोवा)





वैज्ञानिक प्रश्नोत्तरे

प्रश्न : ज्वालामुखीतून आगीचा वर्षाव कसा होतो ?

उत्तर : पृथ्वीच्या आतल्या थरात खूप खोलवर पृथ्वीचाच द्रवरूपी भाग व ओतीव खडक असे भाग असतात. तेथील प्रचंड तापमान व दाब यामुळे हे भाग वर ढकलले जातात. पृथ्वीच्या कवचाच्या आत त्यांचे साठे तयार होतात आणि जिथे भेगा वगैरे असतात, तेथून ते बाहेर पडतात. याला लाव्हा म्हणतात. तो आगीसारखा असतो. हा लाव्हा बाहेर पडतो, तेव्हा परिसरातील वनस्पतीजीवन पूर्णपणे नष्ट होते. कालांतराने लाव्हा थंड होतो आणि दगडाचे स्तर तेथे लाटेसारखे निर्माण होतात.

प्रश्न : तळाच्या भागापेक्षा पृष्ठभागावर पाणी अधिक गरम असते, ते का ?

उत्तर : तळाचे पाणी जेव्हा गरम होते, तेव्हा ते थंड पाण्यापेक्षा हलके होते आणि ते वरच्या बाजूला जाते. वरचे तुलनेने थंड असलेले पाणी तळाकडे जाते, ही प्रक्रिया होत राहते. त्यामुळे काही वेळा पृष्ठभागावरील पाणी आपल्याला गरम आहे असे जाणवते, पण खालच्या बाजूला ते थंडच असते. टबात आंघोळ करताना हा अनुभव येऊ शकतो.

प्रश्न : पेन्सिल कशी तयार करतात ?

उत्तर : ग्राफाईट व चिकनमातीच्या मिश्रणातून प्रथम पेन्सिलीतील शिसे तयार केले जाते. त्यानंतर ते लाकडी साच्यात बंद केले जाते. वरील मिश्रणाच्या कमी-अधिक फरकातून पेन्सिलचे कमी-अधिक जाड, उठणे अवलंबून असते. असा फरक जाणीवपूर्वक करून वेगवेगळ्या कामांसाठी लागणाऱ्या पेन्सिली तयार केल्या जातात. ग्राफाईटमध्ये अधिक चिकनमाती घातल्याने ठळकपणा वाढतो.

प्रश्न : हत्तीची सोंड एवढी लांब का असते ?

उत्तर : हत्तीची सोंड म्हणजे नाक असते, पण त्याचा हातासारखा उपयोगही होतो. सोंडेला हाड नसते. त्यामुळे ती हवी तशी वळवता, दुमडता येते. गवत ओढून-काढून तोंडात घालून खाणे, झाडांची पाने ओढून खाणे इ. प्रकारे हत्ती सोंडेचा वापर करू शकतो. पाणी पिण्यासाठीही सोंडेचा वापर होतो. सोंडेत पाणी भरून घेऊन तो तोंडात सोडतो. आपले अंगही तो सोंडेत पाणी भरून ते कारंज्यासारखे उडवून धुतो. हत्ती आपल्या पिल्लांनादेखील सोंडेने उचलून नेतो, असे अनेक उपयोग आहेत. हत्ती आपली सर्वच कामे सोंडेने करतो. जर सोंड लांब नसती तर त्याला आपली कामे करणे शक्य झाले नसते म्हणून हत्तीची सोंड लांब असते.

□□□



हसा मुलांनो हसा



गण्या : (पोलिस स्टेशनमध्ये) साहेब मला तक्रार नोंदवायची आहे. फोनवरून सतत मला धमक्या येत आहेत.

पोलिस : कोण आहे तो, जो तुम्हाला धमक्या देत आहे ?

गण्या : साहेब, MSEB वाले म्हणतात, बिल भरलं नाही तर, कापून टाकीन.



बीना खूप हुशार विद्यार्थिनी होती. डेंटल कॉलेजला जाऊन ती दातांची डॉक्टर बनली. तिने स्वतःचा दवाखाना टाकला. दवाखान्याचा बोर्ड रंगवताना पेंटर म्हणाला, “मॅडम दवाखाना तुमच्या नावाचाच असेल ना?” बीना मॅडम म्हणाल्या, “अर्थातच माझ्याच नावाचा बोर्ड असणार.”

पेंटरने बोर्ड रंगवला - ‘बीना दातांचा दवाखाना’

गोंधळे मास्तर विहिरीत आंघोळ करण्यासाठी उतरले. पायरीवरचा पाय निसटून ते खोल पाण्यात पडले. त्यांना पोहता येत नव्हते. त्यांना बुडताना पाहून बऱ्या अंगातला शर्ट काढून हवेत गरगर फिरवत आनंदाने ओरडत पळत सुटला - ‘एऽऽ परश्या, उद्या शाळेला सुट्टी.....’



बऱ्या, विऱ्या आणि मऱ्या जंगलात रस्ता चुकून जंगली लोकांच्या तावडीत सापडतात. जंगली राजा तिघांना पाच-पाच फळं आणायला सांगतो.

विऱ्या आणि मऱ्या पाच-पाच चिकू आणतात. राजा ते पाचही चिकू त्यांना गिळायला सांगतो. मऱ्या ४ चिकू गिळतो; पण ५ वा शिल्लक राहतो. राजा मऱ्याचे मुंडक उडवायचा आदेश देतो. नंतर विऱ्या ४ चिकू गिळतो. ५ वा चिकूही तो गिळणार तेवढ्यात त्याला हसू येते आणि चिकू खाली पडतो. त्याचंही मुंडक उडवलं जातं. विऱ्या आणि मऱ्या स्वर्गात भेटतात. तेव्हा मऱ्या विचारतो, तू ५ वा चिकू गिळताना हसला का? नाही तर तू वाचला असतास. विऱ्या म्हणाला, “अरे, मी बऱ्याला पाच फणस घेऊन येताना पाहिलं.”



आजची मुलं नशीबवान आहेत.
ती गाणं म्हणत, टी.व्ही. बघत मजा करतात.
आमचं लहानपण गच्चीवर जाऊन अँटेना सेट करण्यात गेलं.
..... गेल्या मुंग्या.... आल्या मुंग्या



पोलीस : काय रे गोट्या, या चपला चोरीच्या दिसताहेत.
गोट्या : कशावरून ?
पोलीस : तुझ्या मापाच्या नाही वाटत.
चालताना फटक फटक आवाज येतोय.
गोट्या : असं असेल तर मग तो आवाज या घड्याळातून कसा येत नाही ?



चिंटू तीन महिन्यांपासून शाळेत आला नाही म्हणून वर्गशिक्षिका चिंटूच्या घरी विचारपूस करायला गेल्या.
शिक्षिका : चिंटू शाळेत का येत नाही ?
चिंटूची आई : अहो, काय करणार तीन महिन्यांपूर्वी तो खेळता खेळता हरवला म्हणून त्याचा फोटो व्हॉट्स अँप वर टाकला होता. नंतर तो सापडला. पण आता मात्र शाळेत जायला निघाला की लोक त्याला पकडून घरी आणून सोडतात आणि बक्षीस मागतात.

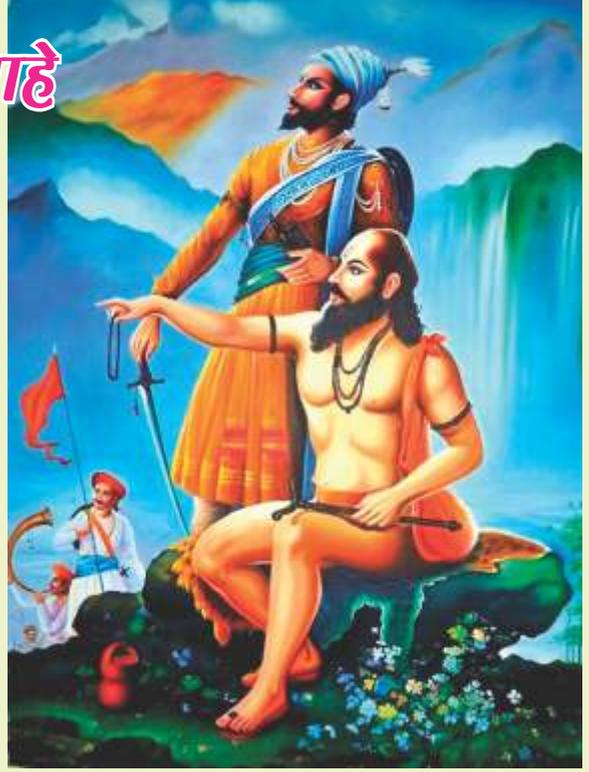
हौसाकाकू मतदान करायला गेल्या. मतदान अधिकाऱ्याने त्यांच्या बोटाला शाई लावली. त्यावर हौसाकाकूची जिज्ञासा चाळवली.
हौसाकाकू : साहेब, ही शाई साबणाने धुतली तर जाईल का ?
अधिकारी : नाही.
हौसाकाकू : मग तेलाने जाईल का ?
अधिकारी : नाही. निदान वर्षभर तरी जाणार नाही.
हौसाकाकू : मग माझ्या केसांनाही लावाल का ?



अमेरिकन : आम्ही असा एक संगणक बनवला आहे तो हुबेहुब माणसासारखं काम करतो.
भारतीय : आम्ही तर असा एक संगणक बनवला आहे, तो हुबेहुब माणसासारखा वागतो.
अमेरिकन : म्हणजे ?
भारतीय : म्हणजे त्याची चूक झाली, की तो त्याची जबाबदारी दुसऱ्या संगणकावर ढकलून मोकळा होतो.

मी सदैव सोबतच आहे

एके दिवशी शिवाजी महाराजांना कुणीतरी गोमंतकाचे उच्च प्रतीचे आंबे आणून दिले. ते कापून त्यांच्या सुंदर फोडी करून ताटात सजवल्या होत्या. रात्री भोजनानंतर महाराज त्यांच्या शयनकक्षात राण्यांसह वार्तालाप करत बसले असताना सेवकाने आंब्यांच्या फोडीचे ताट त्यांच्यासमोर आणून ठेवले. राजांची समर्थांच्या ठिकाणी इतकी निस्सीम भक्ती होती, की कोणताही उत्तम पदार्थ समर्थांना अर्पण केल्याशिवाय त्यांच्या घशाखाली उतरतच नसे. तेव्हा असे उत्तम आंबे समर्थांना अर्पण केल्याशिवाय आपण खावे



हे त्यांना रुचेना. महाराजांची कष्टी मुद्रा पाहून कोणालाही काही कळेना. तेव्हा आपल्या मनातली खंत व्यक्त करताना ते म्हणाले, “अशी अस्सल फळं इथं आहेत पण ते मी समर्थांना या क्षणी अर्पण करू शकत नाही याचं वाईट वाटतं.” त्यांचं बोलणं संपत नाही तोच शयनकक्षावर थाप पडली, “शिवबा, दार उघड, मी आलोय.” समर्थांचा आवाज ऐकून राजांना अपार आनंद झाला. त्यांनी झटकन उठून दार उघडले. समर्थांची स्वारी आत आली. राजांसह सर्व राण्यांनी त्यांना नमस्कार केला. उंच आसनावर बसून समर्थांनी सर्वासह आंब्याचा आस्वाद घेतला.

थोडावेळ क्षेमकुशल झाल्यानंतर समर्थ उठले व म्हणाले, “आता चाफळ जातो.” राजांना वाटले समर्थ आज मुक्काम करतील पण एवढ्या रात्रीचं ते जायला निघाले म्हटल्यावर राजे काकुळतीने म्हणाले, “रामप्रहरी निघावे, एवढ्या रात्रीचं जाऊ नये.” समर्थांनी जाण्याचं नक्की केल्यावर राजांचा नाईलाज झाला. ते म्हणाले, “सोबत मशाल घेऊन स्वार पाठवतो.” समर्थांनी त्याही गोष्टीला नकार दिला. तेव्हा राजे म्हणाले, “आता कसे जाल ?” समर्थ म्हणाले, “जसा आलो तसा जाणार.” असे म्हणून त्यांनी किल्ल्याच्या तटावरून एक पाय खाली ठेवला आणि रात्रीच्या काळोखात ते अदृश्य झाले. राजे क्षणभर भांबावलेल्या नजरेने पाहातच राहिले. काळोखात ध्वनी प्रकटला, “शिवबा मी सदैव तुझ्यासोबतच आहे.”

○ क्रमशः

तापमान मोजण्याचा तापमापकाचा शोध

शरीराचे तापमान मोजावयाचा थर्मामीटर तुम्ही सर्वांनी पाहिला असेलच. खरेतर थर्मामीटर म्हणजेच तापमापकाचा वापर वेगवेगळ्या रुपात वेगवेगळे तापमान मोजण्यासाठी होत असतो. उदाहरणार्थ वातावरणाचे तापमान मोजण्यासाठी, खोलीचे तापमान मोजण्यासाठी, उकळत्या पाण्याचे वा बर्फाचे तापमान मोजण्यासाठी इ.

थर्मामीटरचा शोध इटलीचे प्रसिध्द शास्त्रज्ञ गॅलिलिओ यांनी इ.स. १५९३ साली लावला. सर्वप्रथम त्यांनी हवेचे तापमान मोजण्याचा थर्मामीटर शोधून काढला. हा थर्मामीटर काचेच्या नळीचा सूक्ष्म छिद्र असणारा होता. यामध्ये अल्कोहोल भरलेले होते. थर्मामीटरवरील स्वेऱ्हा कळण्यासाठी या अल्कोहोलमध्ये लाल रंग मिसळलेला असे. हा द्रवपदार्थ उन्हाळ्यात विस्तारत व हिवाळ्यात आकसत असे. हा थर्मामीटर वातावरणाचे तापमान समजण्यासाठी भिंतीवर लटकवून ठेवता येतो.



या थर्मामीटरवरून प्रभावित होऊन १७२४ साली ग्रॅबियल फॅरनहाइट या जर्मन शास्त्रज्ञाने शरीराचे तापमान मोजण्याचा थर्मामीटर तयार केला म्हणून या थर्मामीटरला त्याचेच नाव देण्यात आले. या थर्मामीटरमध्ये पाणी गोठण्याची पातळी ३२ डिग्री व उकळण्याची पातळी २१२ डिग्री होती. आजकाल पाण्याचे थर्मामीटर खूप प्रचलित व उपयुक्त आहेत. पारा उन्हाळ्यात प्रसरण व हिवाळ्यात आवुंचन पावतो, या आधारावर हे उपकरण तयार केले गेले. जर अंगात ताप असेल, तर जास्त उष्णतेने पारा प्रसरण पावून नेमक्या ठिकाणी थांबतो. याउलट ताप नसेल, तर सामान्य शरीराच्या तापमानावर स्थिर राहतो.

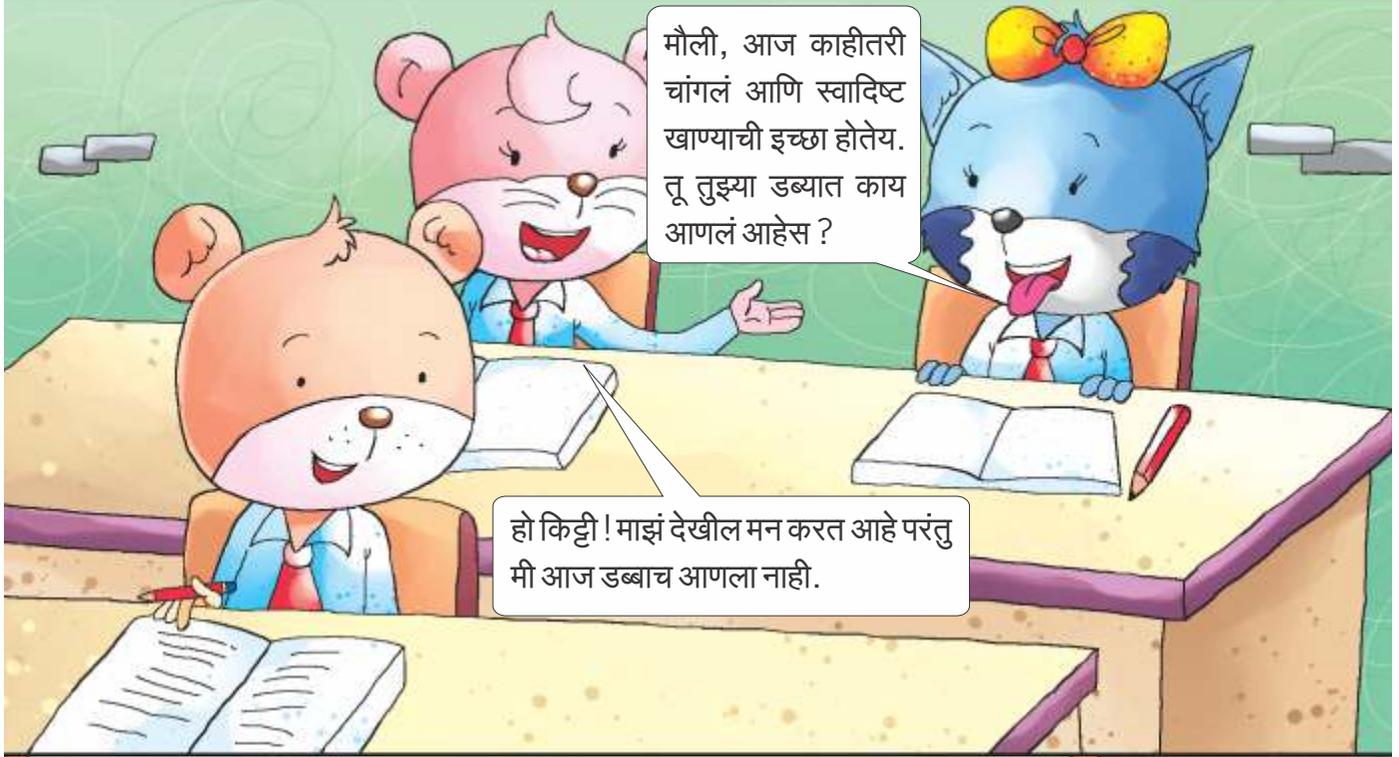
इतर अनेक प्रकारचे थर्मामीटर औद्योगिक क्षेत्रात वापरल्या जाणाऱ्या अनेक यंत्रांमध्ये वापरले जातात. हे थर्मामीटरही तापमानच दाखवतात पण यांचे काम वेगळे असते. काही धातूंचे थर्मामीटरही कारखान्यांत वापरले जातात. काही थर्मामीटर त्यांना जोडलेल्या लांब पेन्सिलने तापमानाची नोंदही करीत असतात.





किट्टी

चित्रांकन व लेखन : अजय कालडा



मौली, आज काहीतरी चांगलं आणि स्वादिष्ट खाण्याची इच्छा होतेय. तू तुझ्या डब्यात काय आणलं आहेस ?

हो किट्टी! माझं देखील मन करत आहे परंतु मी आज डब्याच आणला नाही.



अरे! मी असताना तुम्ही दोघी कसली चिंता करत आहात. मी आज डबा भरुन राजमा-भात आणला आहे.



अरे व्वा! आज जेवायला खूप मजा येईल.



काय चाललं आहे हे वर्गात ?
चला सर्वांनी आपआपल्या
जागे वर बसा आणि
अभ्यासाला सुरुवात करा.



मौली, मला तर आतापासूनच राहवत नाहीये. राजमा-
भात ऐकूनच माझ्या तोंडाला पाणी सुटू लागलं आहे.

किट्टी! काय चाललं आहे ?
तुझं अभ्यासात मन लागत
नाही आहे का ?





सॉरी टीचर! मी आता बोलणार नाही.



माझ्या पोटात तर आताच कावळे ओरडत आहेत. मला तर आताच राजमा-भात खायचा आहे.



किट्टी! तू वर्गातून बाहेर जा. मला नाही वाटत तू मला शिकवू देशील.



सॉरी टिचर, मी तर असंच बडबडत होते. आता मी कोणाशीही बोलणार नाही.



मोंटू, तुझा डबा दे ना! मला भुकेने राहवत नाही आहे. मला आत्ताच राजमा-भात खायचा आहे.

किट्टी! वगल मी सम्राट अशोकाबद्दल माहिती दिली होती. ती तुला माहित आहे का?

अगं किट्टी, कमीत कमी मला तरी अभ्यास करु दे. हा घे डबा. जाऊन खा!

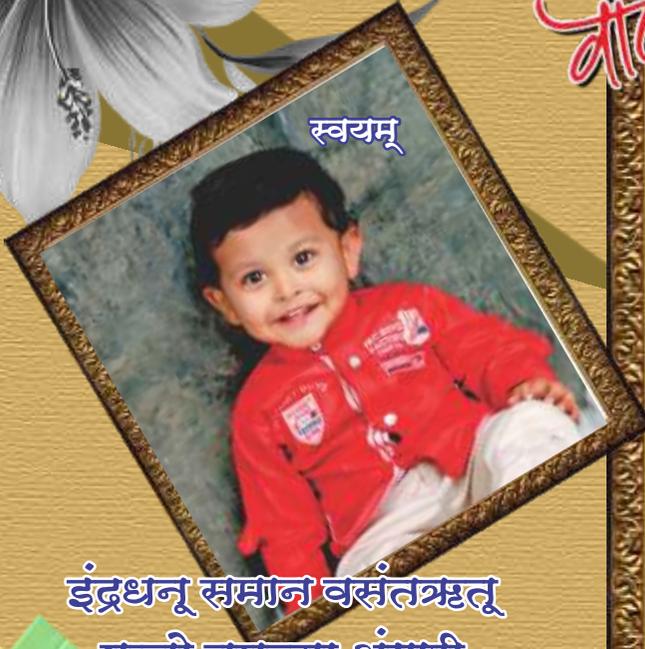
किट्टी घाबरत -

हो हो! ह्याच्यापेक्षा मी मधल्या सुट्टीची वाट पाहिली असती तर बरं झालं असतं.

अरे, माझा राजमा-भात

खरंच म्हटलेलं आहे, जे नियमांचं पालन करत नाहीत तसेच संयम ठेवत नाहीत ते स्वतः तर त्रासलेले असतातच शिवाय दुसऱ्यांनादेखील त्रासदायक ठरतात.

वाढीव्साच्या



इंद्रधनुं समान वसंतऋतू
फुली तुमच्या अंगणी
याच शुभेच्छा आमच्या ओठी
तुमच्या वाढदिनी



हार्दिक शुभेच्छा



शिखरे उत्कर्षाची सर तुम्ही करीत राहावी...
कधी वळून पाहता आमची शुभेच्छा स्मरावी!



माझा ड्रायव्हर

लखनऊमध्ये पार पडलेल्या लिटरेचर कार्निव्हल दरम्यान केलेलं भाषण -
(७ डिसेंबर २०१३)

७ जानेवारी २०११ रोजी मी मदुराईतल्या मीनाक्षी मिशन हॉस्पिटलच्या पीडियाट्रिक ऑन्कोलॉजी कॅन्सर विभागाचं उद्घाटन करण्यासाठी गेलो होतो. जेव्हा माझं काम झालं, तेव्हा अचानक मला कोणीतरी भेटायला आलं. मला तो चेहरा ओळखीचा वाटला. जेव्हा तो माझ्याजवळ आला, तेव्हा माझ्या लक्षात आलं की, मी हैदराबादमध्ये डिफेन्स रिसर्च अँड डेव्हलपमेंट लॅबोरेटरीमध्ये काम करत असताना तो मनुष्य माझ्या गाडीचा ड्रायव्हर होता.

त्याचं नाव होतं व्ही. काथिरेसन. तो नऊ वर्ष दिवसरात्र माझ्यासोबत असायचा. त्यावेळी, तो

काम नसताना, मधल्या रिकाम्या वेळात पुस्तकं, वर्तमानपत्र आणि मासिकं वाचायचा. त्यामुळे मी त्याच्याकडे खेचलो गेलो. मी त्याला एक प्रश्न विचारला, “रिकाम्या वेळात तू वाचन का करतोस?” तो म्हणाला की, त्याला एक मुलगा आणि एक मुलगी आहे. ते त्याला कायम प्रश्न विचारतात. त्यामुळे त्याला असा अभ्यास करावा लागतो आणि त्याच्या कुवतीप्रमाणे प्रश्नांची उत्तरं द्यावी लागतात.

मी त्याला बाहेरून बसून औपचारिक शिक्षण घेण्यास सांगितलं. त्या कोर्ससाठी आणि शालेय शिक्षण पूर्ण करण्यासाठी आर्थिक मदतही केली.

नंतर पुढच्या शिक्षणासाठी अशीच मदत केली. त्याने ही गोष्ट एखाद्या आव्हानासारखी घेतली आणि तो शिकत राहिला, कौशल्य आत्मसात करत राहिला. त्याने इतिहास विषयात बी.ए. ची पदवी संपादित केली आणि नंतर त्याच विषयात एम.ए. ही केलं. मग राज्यशास्त्रात एम.ए. केलं. तसंच बी.एड. आणि एम.एड. ही पूर्ण केलं.

१९९२ सालापर्यंत तो माझ्यासोबत काम करत होता आणि नंतर त्याने मनोनर्नियम सुंदरानार विद्यापिठात पीएच.डी. साठीही नोंदणी केली. २००१ साली ती मिळवलीही. नंतर तामिळनाडूच्या शिक्षणखात्यात बरीच वर्षे त्याने काम केलं. २०१० सालात तो मदुराईजवळच्या मेल्लूर इथल्या गव्हर्नमेंट आर्टस् कॉलेजमध्ये साहाय्यक प्रोफेसर म्हणून काम करत होता. त्याची ध्येयाबद्दलची बांधिलकी आणि मेहनत करण्याची तयारी यामुळे त्याला मोकळ्या वेळात योग्य ती कौशल्यं आत्मसात करता आली. त्यातून त्याच्या करिअरचा विकास झपाट्याने झाला आणि त्याच्या जीवनमानाचा स्तरही उंचावला.

त्यामुळे हे लक्षात ठेवा की, जर तुमचं ध्येय निश्चित असेल आणि ते प्राप्त करण्यासाठीची निष्ठा, जिद्द तुमच्याकडे असेल तर तुम्ही कोण आहात याला काही महत्त्व नसतं. सातत्याने ज्ञानप्राप्ती करत राहिल्यास तुम्ही नक्की तुमचं ध्येय गाठू शकता. त्यामुळेच एक साधारण ड्रायव्हर प्रा. व्ही. काथिरेसन होऊ शकला.



दे मला आई

दे मला आई
पेन्सिल नि वही
मानवतेसाठी
लिहिन शब्द काही

संस्काराचा दे
आम्हा गोड खाऊ
एकमेकांशी सारे
प्रेमाने राहू

दे मला आई
प्रेमसाखरेचा रवा
सोडून देईन
द्वेष-मत्सर-हेवा

सांग मला आई
गोष्टी छान छान
मिळेल मला त्यातून
प्रेमाची शिकवण

माता-पिता-गुरुचे
पाळीन मी वचन
नित्यनेमाने प्रभुचे
करत राहीन स्मरण

कविता - एम. के. मजगे



कथा : पूनम महाजन (कोल्हापूर)

संगतीचा परिणाम

एके दिवशी भोज राजाच्या दरबारात एक माणूस आला. त्याच्या हातात दोन पिंजरे होते. दोन्ही पिंजऱ्यात दोन छानसे पोपट होते. राजाने ते दोन्ही पिंजरे व पोपट पाहून विचारले, “काय रे बाबा! या दोन्ही पोपटांच्या पिंजऱ्यांची किंमत काय?” तेव्हा तो म्हणाला, “एका पिंजऱ्याची किंमत ४०० तर दुसऱ्याची १०० मोहरा.” दोन्ही पिंजरे जवळजवळ सारखेच.

त्यात दोन्हीही पोपटच. तेही एकसारखेच. मग पिंजऱ्यांच्या किंमतीत मात्र एवढी तफावत का? राजाला जरा आश्चर्यच वाटलं. जाऊ दे! असेल काही तरी कारण असं म्हणून राजाने त्याला सांगितलेली किंमत दिली अन् ते दोन्ही पोपटाचे पिंजरे खरेदी केले. ह्यातला एक पिंजरा महालात लावला आणि एक शयनकक्षात.

सेवकाने जास्त किंमतीचा पिंजरा हा नेऊन

राजाच्या शयनकक्षात लावला होता. रात्री पलंगावर झोपता झोपता राजाच्या मनात विचार आला. पोपट एकसारखेच; पण त्यांच्या किंमतीत इतका फरक का? पहाटे राजाला जाग आली ती गोड अशा राम राम नावाने. राजा जागा होत विचार करू लागला, अरे इथं जवळपास मंदिर नाही, माणसं नाहीत, मग हे राम राम कोण म्हणत आहे. पाहतो तर काय, तो जास्त किंमतीच्या पिंजऱ्यातला पोपट राम नाम घेत होता. त्या पोपटाचा गोड आवाज ऐकून राजाचं मन प्रसन्न झालं. राजाचा तो दिवस आनंदात गेला.

दुसऱ्या दिवशी रात्री सेवकाने दुसरा पिंजरा आणून शयनकक्षात ठेवला. राजाला सकाळीच जाग आली खरी, पण ती रामनामाने नव्हे तर घाणेरडे शब्द, शिव्या ऐकून. राजा चिडला आणि

म्हणाला हा पोपट मला नकोय. मला रामनाम घेणारा पोपट हवा. राजाने सांगितले की, शिव्या देणाऱ्या पोपटाला ताबडतोब मारून टाका.

सेवक राजाच्या आज्ञेप्रमाणे त्या पोपटाला मारायला नेत असताना पहिला पोपट म्हणाला, “महाराज! त्याला मारू नका. तो माझाच भाऊ

आहे. फक्त हा दोष त्याला लाभलेल्या संगतीचा आहे. मी एका साधूच्या आश्रमात राहिलो, भजन शिकलो. तर तो एका भांडखोर व्यक्तीच्या घरात राहिला अन् हे असले अपशब्द, शिव्या शिकला.” राजाला रामनाम घेणाऱ्या पोपटाचं बोलणं एकदम पटलं. त्याने दुसऱ्या पोपटाला सोडून दिले.

पाहिल्या पोपटाजवळ येत राजा म्हणाला, “मित्रा! खरंच रे तू म्हणतोस तेच खरं आहे. ज्याला जशी संगत लाभते, त्या संगतीप्रमाणेच तो चांगला किंवा वाईट घडत असतो हेच खरं!”

म्हणून मित्रांनो, नेहमी चांगली संगत धरावी बरं! हे सुभाषित ऐकलय ना! -

सुसंगती सदा घडो, सुजन वाक्य कानी पडो

□□□

बालकांसाठी आता इंटरनेटवर उपलब्ध आहे
ज्ञान आणि मनोरंजनाचा खजिना!!
चला, Kids.nirankari.org वर



दुडक्या चालीचा रेती चिखल्या



इंग्रजीमध्ये लिटिल रिंग प्लोव्हर असं नाव असणारा हा रेती चिखल्या. त्याला कंठेरी चिखल्या असंही म्हटलं जातं. युरोप आणि आशियामध्ये आढळणारा हा छोटासा पाणपक्षी थंडीच्या हंगामात भारतात स्थलांतर करतो. भारतात विशेषतः समुद्रकिनारपट्टीलगत याचं वास्तव्य हमखास आढळतं.

नाजूक चणीच्या या पक्ष्याचा आकार साधारणतः १४-१९ सेंटीमीटर इतका असतो. या पक्ष्याचा रंग तपकिरी-मातकट असतो. त्याचं कपाळ व भुवईचा रंग पांढरा असून, चोचीखालचा भाग व पोटाखालचा रंगही पांढरा असतो. चोच व पाय काळ्या रंगाचे असतात. खांद्याजवळील राखी-तपकिरी रंगाचे पट्टे ही त्याची खासियत आहे. त्याच्या चेहऱ्यावर वैशिष्ट्यपूर्ण पांढरे पट्टे आढळतात. चोच जेमतेम दोन सेंटीमीटर असते. तलाव, नदी, समुद्र अशा पाणथळ ठिकाणी, तसंच समुद्रकिनारपट्टीलगत हा पक्षी आढळतो.

या पक्ष्याचं एक वैशिष्ट्य म्हणजे तो दुडक्या पावली चालत आपलं अन्न शोधतो. हा थव्यात राहणारा पक्षी असून पाणथळ जागी आपलं खाद्य शोधण्यात गर्क असणाऱ्या छोट्या-छोट्या चिखल्या पक्ष्यांचा थवा खूप सुंदर दिसतो. पाण्यातील कीटक, अब्या, किडे, गांडूळ हे या पक्ष्याचं मुख्य खाद्य आहे. गवताळ व पाणथळ जागी राहणारा हा पक्षी इतर पाणपक्ष्यांप्रमाणे जमिनीवर घरटं बांधतो. याचं घरटं हे पाणवनस्पती व गवतापासून बनलेलं असतं. हे समूहाने स्थलांतरित होणारे पाणपक्षी इतर पाणपक्षांबरोबर मात्र वास्तव्य करत नाहीत. ओहोटी व भरतीच्या वेळेस समुद्रकाठी ते हमखास दिसतात.

प्रजनन काळात मादी तीन ते चार अंडी घालते. ही अंडी २२ ते २४ दिवस उबवल्यानंतर त्यातून पिल्लं बाहेर येतात. ती महिन्याभरात उडण्यास सक्षम होतात. या संगोपनात कधीकधी इतर पक्षीदेखील त्यांना मदत करतात.

□ संग्राहक : अंकित जाधव



कथा

भूतदया

एका गावात अभय नावाचा एक दयाळू मुलगा राहत होता. त्याचे पक्ष्यांवर खूप प्रेम होते. त्याला पक्ष्यांची भाषा ओळखण्याची कला अवगत होती.

एकदा तो रस्त्याने जात असताना त्याला एक पक्ष्याचा आवाज ऐकू आला. ती पक्ष्याची मादी होती. आपल्या पिलांसाठी दाणे टिपायला गेली आणि पारध्याच्या जाळ्यात अडकली.

पिलांना भेटण्यासाठी तिचा आक्रोश चालू होता. अभयला त्या मादी पक्ष्याची दया आली. एका पारध्याने तिला पिंजऱ्यात कोंडून ठेवले होते. या पक्ष्याचे मांस लोकांना खूप आवडते आणि ते त्याला मारून खातील हे अभयला माहित होते.

अभय त्या पारध्याजवळ गेला आणि त्याने त्याला पक्ष्याची किंमत विचारली. परंतु त्याच्याकडे पुरेसे पैसे नव्हते. अभयने

आपल्याकडील पैसे पक्षी विकणाऱ्या पारध्याला दिले आणि सांगितले, “हे पैसे ठेवा. मी हा पक्षी खरेदी केला आहे, पण माझ्याकडे थोडे पैसे कमी आहेत. मी लगेच आणतो. तुम्ही हा पक्षी इतर कोणालाही देऊ नका.”

असे सांगून तो धावतच घरी गेला. पण नेमकी त्याचवेळी त्याची आई बाहेर कोठेतरी गेली होती. आता काय करायचे? तो पक्षी इतर कोणी घेऊन जाईल अशी त्याला भीती वाटत होती. पक्ष्याचे प्राण संकटात होते. त्याचवेळी अभयला आपल्या गुरुजींची आठवण झाली. रणरणत्या उन्हात तो धावतच आपल्या गुरुजींकडे गेला. ते अभयला नेहमीच भूतदयेचे धडे शिकवत असत. एका दमात सारी हकीकत त्याने गुरुजींना सांगितली.

गुरुजींनी चटकन पैसे दिले. पैसे मिळताच अभय क्षणभरही थांबला नाही. धावतच पारध्याकडे गेला. एक माणूस तिथे त्या पक्ष्याच्या किमतीची घासाघीस करत होता. अभयने पारध्याला त्याचे सारे पैसे दिले आणि पक्ष्याला ताब्यात घेतले. अभय पिंजरा घेऊन निघाला. ज्या ठिकाणी पक्ष्याचे घरटे होते तिथे जाऊन त्याने पक्ष्याला सोडून दिले. पक्ष्याने पुन्हा अभयकडे प्रेमाने पाहिले आणि आकाशात भरारी घेतली.

मित्रांनो, प्रत्येक पशू, पक्षी, प्राणिमात्राला आपल्यासारखं आनंदाने आणि सुखाने जीवन जगता यावं, हा त्यांचा अधिकार आहे.



अंकाची गंमत

एकक स्थानी 9 असणाऱ्या कोणत्याही 2 अंकी संख्येचा पाढा तयार करा.

उदा. 9, 19, 29, 39, 49 इत्यादी

9	19	29
0 9	1 9	2 9
1 8	3 8	5 8
2 7	5 7	8 7
3 6	7 6	11 6
4 5	9 5	14 5
5 4	11 4	17 4
6 3	13 3	20 3
7 2	15 2	23 2
8 1	17 1	26 1
9 0	19 0	29 0

इते 9 च्या पाढ्यात दशकस्थानी 0,1,2, असे अंक घेतले. 19 च्या पाढ्यात दशकस्थानी 1, 3, 5, असे दोनचा फरक असलेले अंक घ्यावेत. 29 च्या पाढ्यात दशकस्थानी तीनचा फरक असलेले अंक घ्यावेत. तर एककस्थानी प्रत्येक वेळी उतरत्या क्रमाने 9, 8, 7 असे अंक लिहावेत, की झाला पाढा.

चित्र काढा आणि रंग भरा



सामान्यज्ञान उत्तरे

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

श

ब्द

को

डे

१५४

व	र	द	वि	ना	य	क
र्ष			श्व			बु
	सा	र	ना	थ		त
आ	ठ		थ		क	र
प्पा		दी	न		ठी	
सा	य	ना		प	ण	तु
हे		दा	गि	ना		ळ
ब	त्ती	स		मा	ऊ	स

॥ तूही निरंकार ॥

ना चिंता ही, ना भय ही...

केवल "सद्गुरु माता सविंदर हरदेवजी महाराज" की जय ही....!

सर्वासाठी... सर्वकाही...
एकाच ठिकाणी...



शंकरराव जाधव
मुखी, वाई तालुका



लग्न बस्त्याची
खास सोय !



अविनाश शंकरराव जाधव
प्रचारक, सातारा ज़ोन

मनपंसत साड्या | सुटींग-शर्टींग | ड्रेस मटेरियल
चिल्ड्रन्स वेअर | मेन्स् वेअर | होजिअरी विभाग | मॅचिंग सेंटर

सद्गुरु की निगाहे करम एक अगर पड जाये,
मुक्कदर फिरसे लिखने को खुदा मजबूर हो जाये...

९९९, हरिहरेश्वर प्रतिक, आय.डी.बी.आय.बँक शेजारी, ब्राह्मणशाही, वाई (जि.सातारा)

फोन नं. : 9766727262

RNI No. MAH/MAR/2004/15105
Postal Regd. No. MCE/78/2016-2018
WPP Licence No. MR/TECH/WPP-164/East/2017
Publishing date on 1st of every month
Posted at Mumbai Patrika Channel Sorting Office,
Mumbai-400001 on dated 1st of every month

॥ एक तू ही निरंकार ॥



जनार्दन एच्. पाटील
झोनल प्रमुख-नाशिक क्षेत्र

कार्यालय : (०२५०) २५२७३२० / २५२७७४६
वेबसाईट : www.vijayaengineeringworks.com
ई-मेल : rajindustries2010@yahoo.in
janardanpatil6500@gmail.com



मे. विजया इंजिनिअरींग वर्क्स

मॅन्यु : स्पेशालिस्ट प्लास्टिक इंजेक्शन मोल्ड
(घेर ओरम टाईप डार्डज)

मे. राज इंडस्ट्रीज

मॅन्यु : फार्मास्युटिकल्स कॅम्प (कोलॅप्सीबल आणि लॅमी ट्युब)
आणि पेस्टीसाईड पॅकेजींग



बाबाजी कन्स्ट्रक्शन कं.

वन रुम किचन, टू रुम किचन फ्लॅट आणि दुकानाचे
गाळे तसेच इंडस्ट्रीयल गाळे उपलब्ध

गाळा नं. १, ४, ६-८ महावीर इंडस्ट्रीयल इस्टेट, नारींगी फाटा,
विरार (पूर्व), ता. वसई, जिल्हा - ठाणे. पिन ४०१३०३. (महाराष्ट्र)

धन निरंकार !

जनार्दन हा. पाटील
राकेश ज. पाटील