

मूल्य ₹ १५/-

हसती दुनिया

(मराठी)

अंक ५ • वर्ष १८ वे • पृष्ठे ५२ • मे - २०२१



हसती दुनिया

(मराठी)

अंक ०५ • वर्ष १८ वे • पृष्ठे ५२ • मे - २०२१

बालकांच्या बौद्धिक आणि आध्यात्मिक विकासाची आगळी वेगळी भेट

(पंजाबी, इंग्रजी व हिंदी भाषेत सुध्दा प्रकाशित)

संपादक	सहसंपादक
राजेंद्र थोरात	● सुरेश तिलोटकर
(अवैतनिक)	
सजावट व चित्रे	
स्वनिल वि. राटवळ	
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.प्रिटर्स, बी-२२०, फेस-II, नोएडा-२०१३०५, जिल्हा-गौतम बुद्ध नगर (उत्तर प्रदेश) येथे छापून संत निरंकारी भवन, ५० मोरबाग रोड, दादर (पूर्व), मुंबई - ४०० ०९४. येथे प्रकाशित केली.

कार्यालयाचा पत्ता

५०, मोरबाग रोड, संत निरंकारी सत्संग भवन,
दादर, मुंबई - ४०० ०९४

ई-मेल marathiastiduniya@gmail.com

Website : www.nirankari.org

लेखकांच्या मताशी सहमत असणे अनिवार्य नाही

देश	१ वर्ष	३ वर्ष	५ वर्ष	१११५००
भारत/नेपाळ	₹ 150	₹ 400	₹ 700	
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 : ०२२-२४९० ५७४९



स्तंभ

- दोन शब्द ०४
- दादाला विचारू या ०८
- विचारपुण्य १२
- शब्दकोडे १५
- वैज्ञानिक प्रश्नोत्तरे २२
- वाढदिवसाच्या शुभेच्छा २६
- आरोग्याचा मंत्र २८
- दिव्यवाणी २९
- हसा मुलांनो हसा ३०
- सामान्य ज्ञान ४५
- चित्र काढा आणि रंग भरा ५०

चित्रकथा

- आजोबा १६
- किंद्री ३८

२०

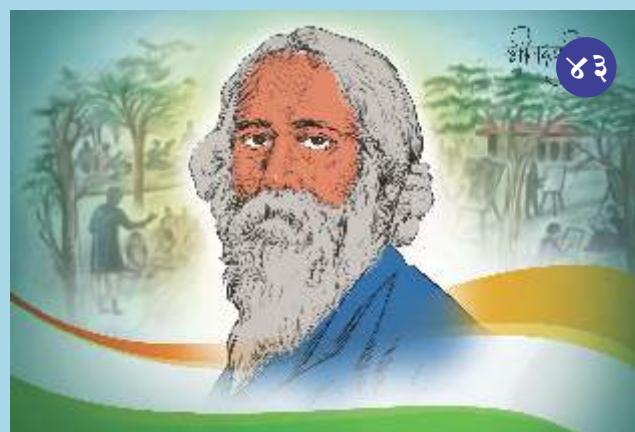


विशेष व प्रेरक प्रसंग

- व्यक्तिविशेष ०६
- भ्रमंती ३२
- तेजस्विनी ३५
- समर्थ दर्शन - भाग ७३ ३६
- संतकथा ४२
- प्रेरक प्रसंग ४७
- मत्स्यजगत ४८
- विश्वजगत ४९



२४



४३

कथा

- | | |
|-----------------------------|----|
| ○ ज्ञान आणि विवेक | ०५ |
| ○ ईश्वराचे नियोजन | १० |
| ○ माणुसकी | १३ |
| ○ विश्वास | २० |
| ○ मातृदेवो भव । पितृदेवो भव | २४ |
| ○ कलेचा उपासक | ४३ |
| ○ दाता आणि भिकारी | ४६ |



४८



४९

कविता

- परिचारीका दिन ०९
- एक परिवार २३

सेवेचे फळ

ए क शिष्य आपल्या गुरुदेवांकडे आला आणि त्याने विचारले, “गुरुदेव, सेवेचे फळ काय असते ?” गुरुदेव मंद स्मित करत म्हणाले, “बाळ, सेवेचं फळ काय हे सेवा करणाऱ्याने कधीच विचारू नये, तरीही तू विचारलंस म्हणून सांगतो, की सेवेचं फळ किती आणि काय ते सांगता येणार नाही, ते अमाप असतं.”

गुरुदेवांच्या उत्तराने त्याचे समाधान झाले नाही, तो पुन्हा म्हणाला, “गुरुदेव अमाप म्हणजे नव्हकी किती ?”

गुरुदेवांनी करंडीत असलेल्या फळांमधून एक सफरचंद हातात घेतले आणि विचारले, “सांग पाहू या सफरचंदाला किती बिया असतील ?” शिष्याला काही सांगता नाही आले. त्यांनी त्याला सफरचंद कापायला सांगितले आणि विचारले, “किती बिया निघाल्या ?” तो म्हणाला, “यात चार बिया निघाल्या”

गुरुदेवांनी त्यातील एक बी हातात घेतली आणि शिष्याला विचारलं, “या एका बी मध्ये किती सफरचंद असतील ?” शिष्य मनातल्या मनात हिशोब करु लागला, की एका बी पासून एक झाड, त्या झाडाला अनेक सफरचंद लागणार. त्या प्रत्येक सफरचंदात पुन्हा चार बिया. त्या प्रत्येक बी मधून पुन्हा एक एक झाड त्या प्रत्येक झाडाला पुन्हा सफरचंद. बापरे ! ही प्रक्रिया चालूच राहणार.

गुरुदेवांनी शिष्याला पुन्हा विचारलं, “काय झाला का हिशोब ?” शिष्य म्हणाला, “गुरुदेव, हा

फळांचा हिशोब तर न संपणारा आहे. अगणित, अपार आहे.”

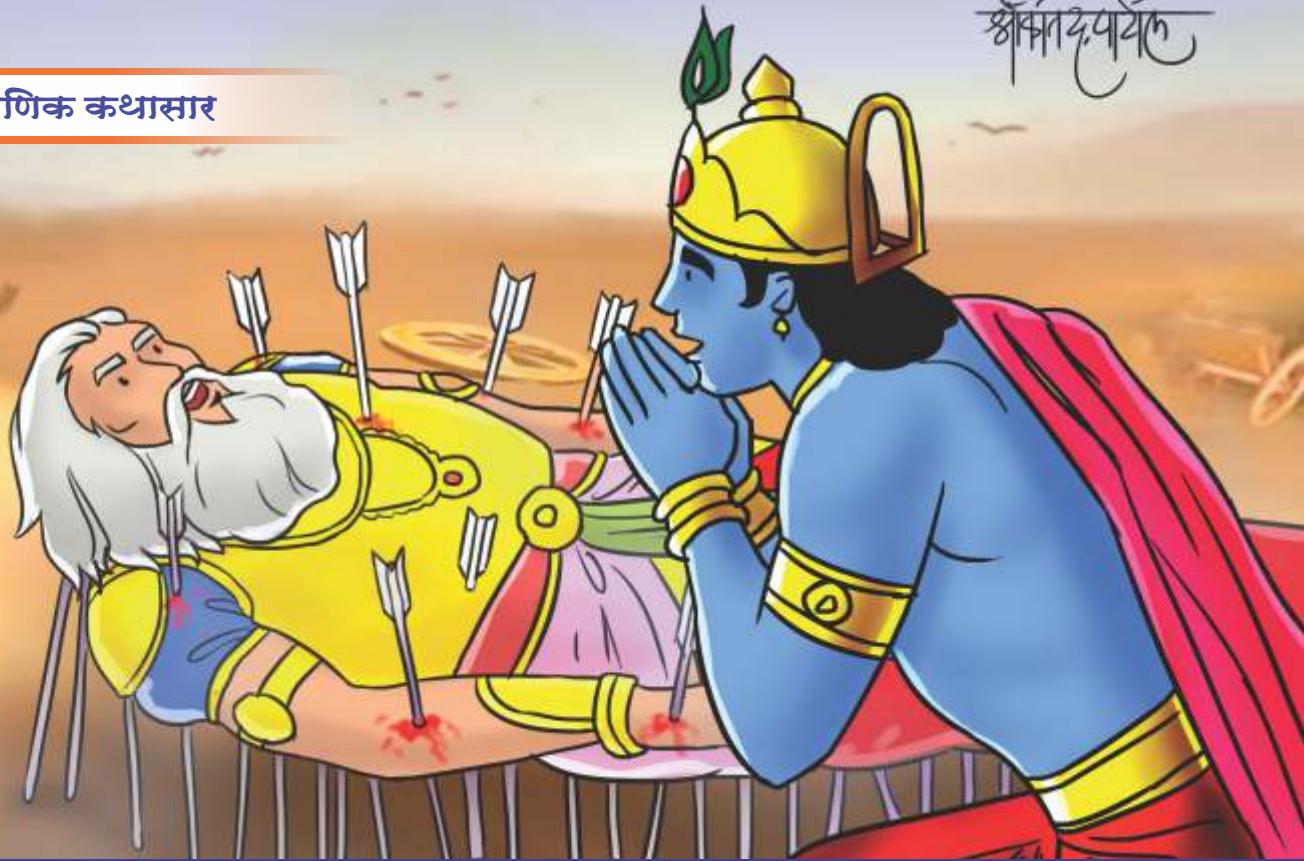
“आता कळलं ना, एका बी मध्ये किती फळ आहेत ते !”

तसेच सेवेचं एक बी जर रुजलं तर त्यातून सेवेचंच फळ येणार. सेवेचं फळ सेवाच. सेवेचं फळ गुरुच्या कृपेने मिळतं. सेवेचं बीज शिष्याने नीट रुजवलं म्हणजे ती सेवा मनापासून निष्काम भावनेने केली तर त्या सेवेपासून शिष्याला अलौकिक आनंदाची प्राप्ती होत असते. एका सेवेपासून दुसरी सेवा वाट्याला येते आणि शिष्याचा अलौकिक आनंद वाढतच जातो, अपार आनंदाची अनुभूती त्याला येते. जो आनंद जगातील कुठल्याही वस्तुच्या प्राप्तीत नाही तो आनंद सेवेने मिळत असतो. सेवेमुळे तन-मन-धनाचा अभिमान कमी होऊन जीवनात सहज अवस्था येते. अशा शिष्यावर गुरुची अपार कृपा वर्षत असते. सेवेची प्रेरणा, शक्ती-सामर्थ्य गुरुचं असतं पण; नावलौकिक मात्र शिष्याचा वाढत असतो. सेवा ही फार भाग्याने मिळत असतो. प्रत्येक सेवेत गुरुच्या कृपेचा हात असतो. सेवा ही गुरुच्या अलौकिक आनंदाच्या खजिन्याची चावी आहे.

थोडक्यात, सेवेचं फळ सेवाच असतं. त्या सेवेतून अलौकिक आनंदाची प्राप्ती होतेच; त्याबरोबर तन-मन-धनाचा अभिमान दूर होऊन मोक्ष-मुक्तीचा मार्ग सुकर होतो. म्हणून प्रत्येक भक्त सेवेचीच कामना करत असतो.

- राजेंद्र थोरात ...





ज्ञान आणि विवेक

म हाभारताचे महाभयंकर युध्द संपले होते. पितामह भीष्म बाणाच्या शस्येवर पहुडले होते. त्यांना इच्छामृत्यूचे वरदान असल्याने ते उत्तरायणाची वाट पाहत होते; परंतु तोपर्यंत शरीरात घुसलेल्या असंख्य बाणांमुळे त्यांना प्रचंड वेदना होत होत्या. मृत्यूसमयी होणाऱ्या वेदना पाहून पितामह भीष्म श्रीकृष्णाला म्हणाले, “हे केशव! माझ्या हातून असा कोणता अपराध घडला ज्यामुळे मला मृत्यूसमयी एवढ्या यातना भोगाव्या लागत आहेत.” त्यावर श्रीकृष्ण म्हणाले, हे पितामह, तुम्ही परमज्ञानी आहात; परंतु तुम्ही धर्माचा पक्ष सोडून अधर्माची साथ दिली. ज्यावेळी द्रौपदीचे वस्त्रहरण

होत होते त्यावेळी एक असहाय्य नारी तुमच्याकडे मदतीची भीक मागत होती. त्यावेळी तुम्ही तिला न वाचवता केवळ प्रतिज्ञेशी एकनिष्ठ राहिलात. ही सगळ्यात मोठी चूक तुम्ही केलेली आहे. ज्यावेळी धर्म आणि कर्तव्य ह्या गोष्टी समोर येतात तेव्हा त्यांना आधी महत्त्व दिले पाहिजे. स्वतःच्या व्यक्तिगत महत्त्वाकांक्षा किंवा प्रतिज्ञा बाजूला ठेवून नारीचे रक्षण करणे हे तुमचे प्रथम कर्तव्य होते. तुम्ही परमज्ञानी असूनही विवेकाचा वापर केला नाही, म्हणून तुमची ही अवस्था झाली आहे. याउलट ज्यावेळी मी राम अवतारात आलो होतो तेव्हा सीतेचे अपहरण होत असताना बघून (पान ७ वर)

योगी अरविंद घोष

वि

द्यार्थ्यानी असे ऐकले की त्यांचे उपप्राचार्य महाविद्यालय सोडून जात आहेत, तेहा त्यांच्याकडे जाऊन विचारले, “सर, तुम्ही इथून का जात आहात? तुम्हाला तिथं जास्त वेतन मिळणार आहे का?”

उपप्राचार्य म्हणाले, “नाही, इथं मला ७५० रुपये दरमहा मिळतात आणि तिथं केवळ १५० रुपये मिळतील.”

आश्र्यचकित होऊन विद्यार्थ्यानी विचारलं, “मग तुम्ही तिथं का जात आहात?”

“तिथं मला देशाचं काम करायचं आहे. वेतनाचं मला काही आकर्षण नाही.”

विद्यार्थी चकित झाले. मित्रांनो, ते उपप्राचार्य दुसरे कोणी नव्हते तर ते होते प्रसिद्ध क्रांतिकारक, लेखक, कवी आणि नंतर योगी बनलेले श्री अरविंद घोष.

अरविंद घोषांचे जीवन राष्ट्रप्रेमाच्या दिशेने कसे वळले, तो घटनाक्रम अतिशय रोचक आहे. त्यांचे वडील डॉ. कृष्णधन घोष सदैव इंग्रजांची प्रशंसा करत आणि हिंदू धर्म व जीवन



पद्धतीची निंदा करीत असत. त्यांनी आपल्या अरविंदला वयाच्या ५व्या वर्षाच दार्जिलिंगच्या एका कॉन्वॉट शाळेत टाकले. तेथे अशी व्यवस्था केली की राहणीमान व बोलणे वागणे सर्वकाही इंग्रजांप्रमाणे व्हावे. वयाच्या अवघ्या ७व्या वर्षी बाल अरविंदला शिक्षणासाठी इंग्लंडला पाठविण्यात आले. तेथे त्याची प्रतिभा पाहून फादर ड्रीवेट प्रभावित झाले. मिसेस ड्रीवेटने अरविंदला ख्रिश्चन बनविण्याचे प्रयत्न सुरु वेळे, परंतु अरविंदला हे षड्यंत्र समजले आणि त्यांनी त्याचा विरोध केला. त्यामुळे त्यांची ती योजना सफल होऊ शकली नाही.

इंग्लंडमध्ये अरविंद विद्यालय व महाविद्यालयाची परीक्षा उत्तीर्ण करून आय.सी.एस. (इंडियन सिव्हिल सर्विसेस) ची तयारी करु लागले. आय. सी. एस. ची परीक्षा म्हणजे भारतातील सर्वश्रेष्ठ बुद्धिमान नवयुवकांना आपल्या जाळ्यात फसविण्याचा इंग्रजांचा एक सापळा होता. अरविंदाचे वडील आणि त्यांच्या भावांची हीच इच्छा होती की ती



ज्ञान आणि विवेक

(पान ५ वरुन)

परीक्षा उत्तीर्ण करून अरविंदने भारतात उच्च पदावर कार्यरत व्हावे; परंतु अरविंद कॅम्ब्रिज युनिवर्सिटीच्या किंग्स कॉलेजमध्ये शिकत असताना भारतीय तरुणांच्या संघटनेत सामिल झाले आणि त्यांच्या हृदयात देशभक्तीची धारा वाहू लागली. त्यामुळे आय.सी.एस. ची लेखी परीक्षा उत्तीर्ण केल्यानंतर अनिवार्य असलेली घोडेस्वारीची परीक्षा त्यांनी दिली नाही. त्यामुळे त्यांना आय.सी.एस.च्या परीक्षेत अनुत्तीर्ण घोषित करण्यात आले.

आता भविष्याविषयी त्यांच्या मनात द्विधास्थिती उत्पन्न झाली. ते कोणताही निर्णय घेऊ शकत नव्हते. तेव्हा एके दिवशी स्वप्नात भारतमाता येऊन म्हणाली, “वत्सा! आपल्या घरी परत ये...”

“माँ ! आमि आसाछि...”(आई! मी आलो...) अरविंदांच्या मुखातून हे शब्द निघाले. ते उटून बसले. थोडा वेळ शांत बसून राहिले. त्यांच्यात देशप्रेमाची ज्वाळा भडकली. त्यांनी आपल्या भावंडांना स्वप्नातील वृत्तांत सांगून आपला निश्चय सांगितला, “मला ना आय.सी.एस. अधिकारी बनायचे, ना वकिली करायची आहे. इंग्रजांची नोकरी तर मी कधीच करणार नाही. आता मला भारतात यायचे आहे.”

अरविंद घोषांनी भारतात येऊन संस्कृत, बंगाली, मराठी व गुजराती भाषांचे यथायोग्य अध्ययन केले. हिंदुत्व व राष्ट्रीयत्वावर प्रखर विचार प्रगट करून स्वातंत्र्यलढ्यातही महत्त्वाची भूमिका बजावली.



गिध्दराज जटायूने रावणाशी मुकाबला केला. आपण रावणाशी मुकाबला करू शकत नाही हे ठाऊक असूनही त्याने आपले प्राण पणास लावले. म्हणून अंतसमयी त्याला माझ्या मांडीवर सुखाने मरण आले. म्हणून दुर्बल, असहाय्य व नारीजात यांचे रक्षण करणे हा आपला धर्म आहे आणि तो सर्वात आधी आपल्याला निभावला पाहिजे.

या महायुधात मी शस्त्र हाती न घेण्याची प्रतिज्ञा केली होती; पण अर्जुन जेव्हा तुमचा वध करू इच्छित नव्हता तेव्हा मी स्वतः तुमच्यावर शस्त्र घेऊन धावलो, इथे मी माझी प्रतिज्ञा बाजूला ठेवून केवळ धर्माचं रक्षण करण्याला प्राधान्य दिले. वेळप्रसंगी मी युधातून माघार घेऊन पळत सुटलो. रणछोड म्हणून अवहेलना सहन केली. म्हणून हे धर्मात्मा! धर्म, राष्ट्र आणि कर्तव्य पार पाडतांना व्यक्तिगत गोष्टींना प्राधान्य देऊ नये.

सत्यनिष्ठ धर्मात्मा युधिष्ठिर याने देखिल ही चूक केली. मी सर्वसाक्षी आहे, माझ्यापासून कोणतीही गोष्ट लपून राहत नाही. असे असूनही युधिष्ठिराने मला द्यूतक्रीडेमध्ये सहभागी करून घेतले नाही. त्यामुळे पांडवांच्या नशिबी वनवास आला. जर त्यांनी विवेकबुधीचा वापर करून फासे फेकण्यासाठी मला आमंत्रित केले असते तर पांडव कधीच हरले नसते; परंतु दुर्योधनाने मात्र विवेकबुधीचा वापर केला आणि आपल्यातर्फे शकुनीमामा फासे फेकतील असे जाहीर केले. शेवटी परिणाम जो व्हायचा तोच झाला. म्हणून माणसाने केवळ झानी असून उपयोग नाही तर विवेकी देखील असावे.



दादाला विचार या.. !

प्रश्न आपल्या मनातले, उत्तर सद्गुरु बाबाजींचे

प्रश्न : भ्रम कशाला म्हटले जाते ?

उत्तर : जे सत्य भासतं पण ते शाश्वत नाही, ज्याला आपण खरं मानतो पण ते नाशिवंठ ठरतं, त्यालाच भ्रम म्हटले जाते. उदा. देहाभिमान, कर्माचा अभिमान, जातीचा, कुळाचा अभिमान, ज्ञानाचा अभिमान या गोष्टी अशाश्वत असूनही त्यांचा अभिमान बाळगणे हाच मोठा भ्रम आहे. भ्रम म्हणजे ज्ञानाचा अभाव. अज्ञानाचा अंधकार.

प्रश्न : जीवनाचा मुख्य उद्देश काय आहे ?

उत्तर : इहलोकीचे जीवन जगत असतानाच ‘मी कोण आहे?’ हे जाणून घेणे आपल्या मूळ स्वरूपाची ओळख करून घेणे हाच खरा जीवनचा मुख्य उद्देश आहे.

प्रश्न : जीव जन्माला येण्याचं मुख्य कारण काय आहे ?

उत्तर : पूर्व जन्मातील अतृप्त वासना, इच्छा, कामना व कर्मफळ यामुळे जीव पुन्हा जन्म घेतो.

प्रश्न : आपल्या मूळ स्वरूपाची ओळख का करून घेतली पाहिजे ?

उत्तर : जन्म-मृत्यूच्या बंधनातून स्वतःची सुटका करून घेण्यासाठी आपल्याला आपल्या मूळ स्वरूपाची ओळख करून घेतली पाहिजे. आपण स्वतःला देह समजतो त्यामुळे देहाशी संबंधित ज्या काही गोष्टी घडतात. उदा. लाभ-हानी, जरा-व्याधी, मान-सन्मान इत्यादी मुळे मनुष्य प्रभावित होऊन सुख-दुःख भोगत असतो. जन्माचं आणि दुःखाचं मूळ कारण हेच आहे, की ‘मी’कोण आहे? याविषयी अज्ञान. एकदा का आपल्याला ‘मी’म्हणजे देह नसून शुद्ध चैतन्यरूप आत्मा आहे, याची प्रचिनी आली, की सारी सुख-दुःखे संपूर्ण जातात आणि जन्म मृत्युचं दुःखदायी चक्र समाप्त होऊन जीव आपल्या मूळ स्वरूपाशी एकरूप होतो. परमात्मारूप होऊन राहतो. म्हणून मूळ स्वरूपाची ओळख करून घेतली पाहिजे.



हस्ती दुनिया
मे २०२१



१२ मे

परिचारीका दिन

-सुरेश तिर्लोटकर

नाही भाव मनी
आपुला आणि परका
सेवादार खन्या
असती परिचारीका ॥१॥

इस्पितामध्ये जे जे
भरती होती रुग्ण
सेवा करता तयांची
राहती सदा प्रसन्न
धर्म जात ना भाषा
नाही मनात शंका ॥२॥



एकची मानव धर्म
असे तयांच्यासाठी
मिळे न जे स्वकियांकडूनी
ते प्रेम खरे देती
सिस्टर सिस्टर म्हणूनी
मारीती सर्व हाका ॥३॥

आजार असा कोणाला
जरी कोणता झाला
हात तयाला मदतीचा
देऊ त्या समयाला
ही शिकवण सदगुरुची
निश्चय असावा पक्का ॥४॥





कथा

ईश्वराचे नियोजन

ए कदा मंदिरातील पुजाच्याला वाटले, देव उभा राहून—राहून थकत असेल. तेव्हा तो देवाला म्हणाला, भगवंता एक दिवस मी तुझ्या जागी उभा राहतो. तू आराम कर, मला तुझां रूप दे.

देव म्हणाला, ठीक आहे; परंतु एक अट आहे. जे लोक प्रार्थना करतील ती तू फक्त ऐकायची. बाकी काहीच बोलायचं नाही. पुजाच्याने ते मान्य केलं. दुसऱ्या दिवशी भगवंताच्या जागी पुजारी मूर्ती बनून उभा राहिला. थोड्याच वेळात

एक कारखानदार आला. तो म्हणाला, “देवा, नवीन कारखाना सुरु केलाय भरपूर यश दे, देवाला साष्टांग नमस्कार घालत असताना त्याचे पैशाचे पाकीट खाली पडले आणि तो गडबडीत निघूनही गेला. देवाने बोलायचं नाही सांगितल्यामुळे पुजारी काही बोलला नाही.

तेवढ्यात एक गरीब मनुष्य येतो. तो ते पाकीट बघतो आणि ईश्वराचा प्रसाद म्हणून आनंदाने घेऊन जातो. तिसरा मनुष्य येतो. तो

जहाजाचा कॅप्टन असतो. तो म्हणतो, देवा मी पंधरा दिवस जहाज घेऊन प्रवासाला निघालोय. प्रवासात विघ्न येऊ देऊ नकोस. तेवढ्यात कारखानदार पोलीसांना घेऊन मंदिरात येतो आणि कॅप्टनवर चोरीचा आळ घेतो. पोलीस कॅप्टनला बेड्या ठोकू लागतात. तेवढ्यात देव बनलेला पुजारी मध्येच बोलतो, की ते पाकीट एका गरीब माणसाने घेतले आहे. प्रत्यक्ष देवाच्या साक्षीमुळे कॅप्टनला सोडून पोलीस गरीब व्यक्तीला पकडून नेतात.

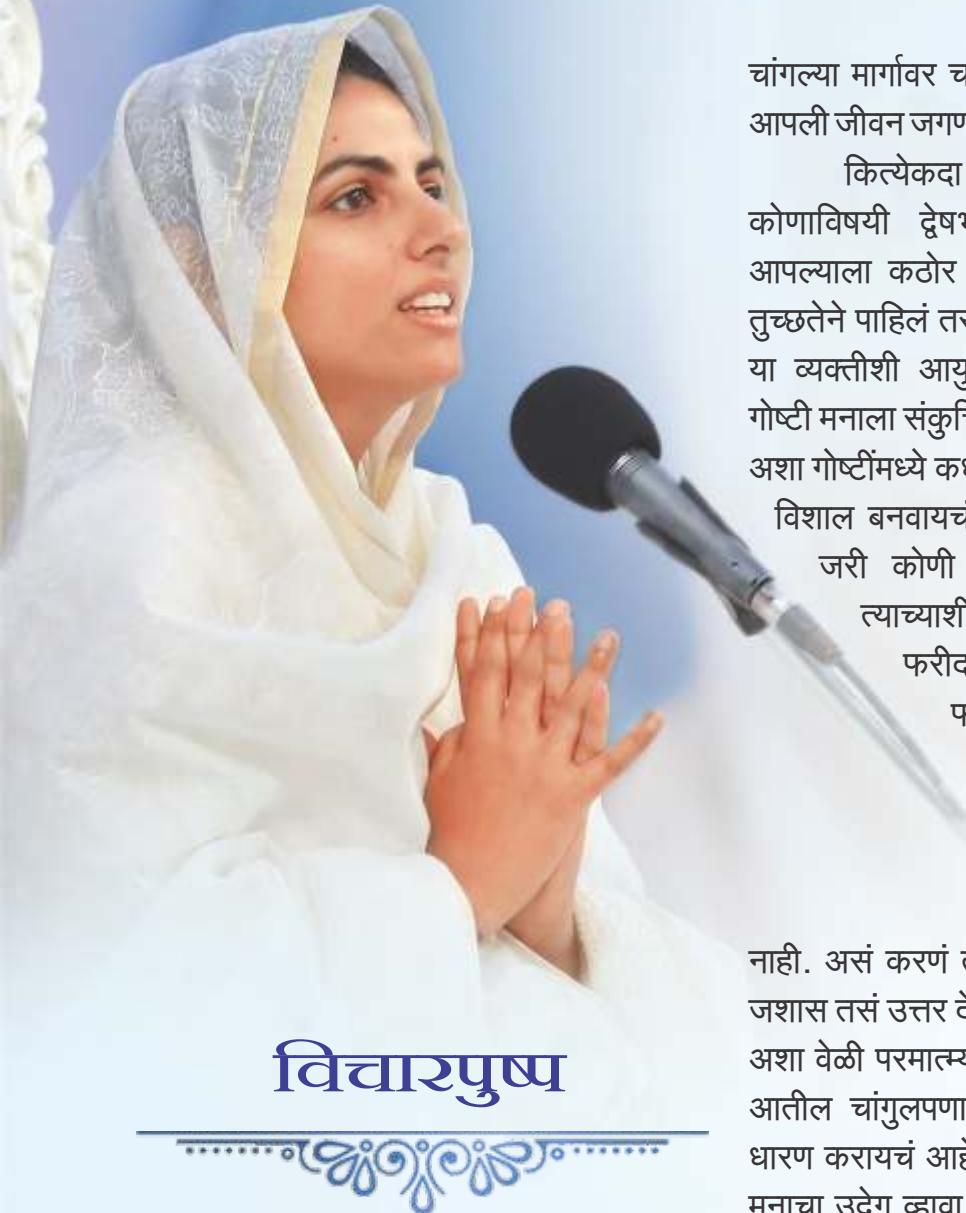
रात्री जेव्हा हा सारा प्रकार पुजारी देवाला सांगतो तेव्हा देव म्हणतो, तू माझी सगळी योजना बिघडवून टाकलीस. देव म्हणाला, “अरे तो शेठजी पापाची कमाई करत होता, ती मी गरिबाला मिळवून दिली, कारण पाकिटातील पैशांनी त्याची गरिबी दूर झाली असती. त्याचे बालबच्ये पोटभर जेवले असते. दुसरी गोष्ट कॅप्टन ज्या जहाजाने प्रवासाला निघणार होता ते जहाज वादळात भरकटून बुडणार होते. त्यामुळे पोलीसांकडून त्याला अटक झाली असती तर तो वाचला असता. त्याची पत्नी विधवा झाली नसती. तू तर सगळी गडबड करून टाकलीस.

पुजाच्याला खूप पश्चाताप झाला. देवाची रचना आपल्या आकलना पलीकडे आहे. देवाच्या प्रत्येक कृतीत काही ना रहस्यच असतं. आज एखादी गोष्ट चुकीची घडते असं आपल्याला वाटत असलं तर त्याच्यामागे काही ना काही कारण असतं. म्हणून ईश्वराच्या कृतीबद्दल मनात शंका न आणता ईश्वराचे आभारच मानायचे असतात.



विशेष माहिती

- ★ पक्ष्यांच्या सांगाड्याचे वजन त्यांच्या पंखांच्या वजनापेक्षाही कमी असते.
- ★ एका कोंबड्याच्या शरीरात ७५% पाणी असते.
- ★ शहामृगाच्या डोऱ्यांचा आकार त्याच्या मेंदूपेक्षाही मोठा असतो.
- ★ काकाकुआ आणि मकाऊ हे सर्वात मोठे पोपट आहेत.
- ★ शहामृगाच्या अंड्याचे वजन साडेतीन पौंड म्हणजे जवळजवळ दीड किलो असते.
- ★ जगभरात पोपटांच्या ३२८ जाती आढळतात. चॉकलेट पोपटासाठी विषासमान असते.
- ★ लाल रक्तपेशी फक्त २० दिवस जिवंत राहतात. अर्थातच आपल्या शरीरात रोज लाखो पेशी मरत असतात व लाखो नव्या पेशी तयार होत असतात.
- ★ एका सामान्य माणसाच्या शरीरात सुमारे ५ ते ६ लीटर रक्त असते.
- ★ माणसाच्या शरीरामध्ये एवढे फॉस्फरस असते की, त्यापासून २००० पेक्षा जास्त माचिसच्या काड्या तयार होऊ शकतात.



विचारपुष्ट

मानवी जीवन

मा नवतेहून अधिक श्रेष्ठ काहीच नाही. ज्या मनुष्याकडे मानवीय मूल्य आहे, तो मनुष्य जगासाठी वरदान रूप आहे, ज्यावेळी सत्याचा संग लाभतो तेव्हा जीवन जगण्याची कला प्राप्त होते.

चांगल्या मार्गावर चालण्याची प्रेरणा मिळते म्हणून आपली जीवन जगण्याची पद्धती बदलायची आहे.

कित्येकदा लहान-सहान कारणांवरुन कोणाविषयी द्वेषभाव निर्माण होतो. कोणी आपल्याला कठोर शब्दात बोललं, आपल्याकडे तुच्छतेने पाहिलं तर लगेच आपण प्रण करतो, की या व्यक्तीशी आयुष्यभर बोलायचं नाही. अशा गोष्टी मनाला संकुचित करणाऱ्या असतात. आपण अशा गोष्टींमध्ये कधीही पडायचं नाही. आपलं मन विशाल बनवायचं आहे. या जगात आपल्याशी जरी कोणी वाईट वागलं, तरी आपण त्याच्याशी चांगलंच वागायचं. जसं, शेख फरीदजी म्हणतात, की

फरीदा बुरे दा भला कर, गुस्सा
मन दा ना हंडाई।

म्हणजे कोणी वाईट केलं तरी त्याचं भलं करायचं, कोणाविषयी राग धरायचा नाही. असं करणं त्यावेळी कठीण वाटतं, कारण जशास तसं उत्तर देणं हा मानवी स्वभाव आहे; पण अशा वेळी परमात्म्याची आठवण ठेवावी. आपल्या आतील चांगुलपणा दाखवायचा आहे. संत मत धारण करायचं आहे. ना मनामध्ये क्रोध यावा, ना मनाचा उद्वेग व्हावा किंवा मुखावाटे असं कुठलंही कटू वचन निघू नये, ज्यामुळे समोरच्या व्यक्तीला दुःख होईल. जे संतांनी शिकवलय तेच कार्य आपण करायचं आहे. कुणाच्याही डोळ्यात अश्रू येऊ नये. प्रत्येकाला स्वीकारायचं आहे. कोणी कसाही असो. उलट आपण असं मानायचं, की परमात्म्याने आपल्या रचनेत किती विविधता आणली आहे.

(पान १४ वर)



जाहांदराप्रयत्नकृत

कथा

माणुसकी

ए क अतिशय गरीब ब्राह्मण तीर्थयात्रेला निघाला होता. वाटेत एक नगरी लागली. त्याने दिवसभर भिक्षा मागितली; पण कोणी त्याला अन्नाचा एक कणही दिला नाही. अत्यंत दुःखी अंतःकरणाने तो मंदिराच्या पारावर जाऊन बसला. “हे देवा! काय माझं दुर्भाग्य आहे, एवढ्या मोळ्या नगरीत मला भाकरीचा तुकडाही मिळू नये? असं काय पाप केलय मी?”

ब्राह्मणाची कैफीयत एक संत-महात्मा ऐकत होते. संत म्हणाले, “हे ब्राह्मण देवता, तू मनुष्याकडे

भिक्षा माग. पशुंकडे भिक्षा मागून काय उपयोग?” ब्राह्मण हे ऐकून हैराण झाला. तो म्हणाला, “महात्मन! मी तर माणसांकडेच भिक्षा मागत होतो.” महात्मा म्हणाले, “देहाने मनुष्य असणारा मनुष्य असतोच असे नाही, हे लोक वरुन माणसं अवश्य दिसतात; पण आतून मात्र पशूच आहेत.” हे ऐकून ब्राह्मण अधिकच दुःखी झाला. महात्मा म्हणाले, “निराश होऊ नकोस, या जगात माणसांही आहेत. फक्त ती ओळखता आली पाहिजेत. मी तुला थोड्या वेळासाठी दिव्य दृष्टी देतो. त्या दृष्टीने तू जेव्हा

पाहशील तेव्हा तुला पशू आणि मानव यातील भेद दिसून येईल.”

ब्राह्मण पुन्हा भिक्षा मागायला गेला. तो ज्या ज्या घरी गेला होता तेथील लोकांकडे पाहून त्याला कोणामध्ये कुत्रा, कोणामध्ये गाढव, वाघ, लांडगा, कोळ्हा असे प्राणी दिसू लागले. आकार मानवाचे होते ; पण संस्कार मात्र प्राण्यांचे होते. तेवढ्यात त्याचे लक्ष रस्त्याच्या कडेला असलेल्या झोपडीकडे गेले त्या झोपडीत एक चर्मकार चप्पल शिवत होता. त्याच्यात ब्राह्मणाला माणूस दिसला. ब्राह्मण त्याच्याकडे गेला आणि म्हणाला, “बंधु एवढ्या मोळ्या नगरीत तुझ्यातच मला माणूस दिसला. मला खूप भूक लागली आहे. काही खायला मिळेल का ?”

चर्मकाराच्या डोऱ्यात अश्रु उभे राहिले. तो म्हणाला, आपण साक्षात भूदेव, मी हीन जातीचा तरीही माझ्या घरी येऊन तुम्ही मला पावन केलंत असं म्हणून त्याने ब्राह्मणाचा आदर-सत्कार केला. स्वतः उपाशी राहून ब्राह्मणाला पोटभर जेवू घातले. दिवसभरात जमा झालेली चिल्लर ब्राह्मणाला दक्षिणा म्हणून देऊन त्याला आदराने निरोप दिला. ब्राह्मण भरपूर आशीर्वाद देत निघून गेला.

थोऱ्या वेळाने नगरप्रमुख त्या रस्त्याने जात होता. त्याच्या पायातील जोडे अचानक फाटले. तो चर्मकाराकडे गेला. चर्मकाराने शिवलेला नवीन जोड नगरप्रमुखाला खूपच आवडला त्याने भरपूर दाम देत तो जोड विकत घेतला. नगरप्रमुखाने आणखी पाच-सहा जोड बनवायला दिले. त्यामुळे त्याची त्या दिवशी खूप कमाई झाली.

जिथं माणुसकी आहे, सेवेचा भाव आहे तिथं सुख-शांती नांदते म्हणून मानवता धर्माचं पालन करावे.

विचारपुष्ट (पान १२ वरून)

जसं, सोन्याचे विविध प्रकारचे अलंकार घडवले जातात; परंतु तेच अलंकार वितळवून पुन्हा वेगळे अलंकार घडवता येतात. तसे, आत्मा सर्वांमध्ये एकच आहे. फक्त देह वेगवेगळे आहेत. शारीरिक आकार, रंग-रूप, संस्कृती यात भेद आहे. त्यामुळे हा काळा आहे, तो गोरा आहे, हा माझ्यासारखा वेश धारण करत नाही, माझ्यासारखं भोजन घेत नाही, तो वेगळा आहे असा भेद आपल्या मनात येऊ नये. जाती-पातीच्या बंधनापासून मुक्त होऊन एक परमात्म्याचं दर्शन जेव्हा होतं तेव्हा एक उत्तम दृष्टी प्राप्त होते. त्याच ज्ञानदृष्टीने चोवीस तास परमात्म्याची जाणीव ठेवून या प्रभूने आपल्याला जो विवेक दिला आहे. बुध्दी दिली आहे. त्याचा उपयोग करून घ्यायचा आहे. बागेत विविध रंगी फुलं असली तरी बाग सुशोभित दिसते. सुगंध देते.

तसं आपलं जीवन सदगुणांनी युक्त असावं. परमात्म्याने सुंदर जग बनवले आहे, ते अधिक सुंदर करायचे आहे. याची सुरुवात आपण आपल्यापासून करायची आहे.

जेव्हा अशा भावना जीवनात उत्तरतात तेव्हा त्या भावना दृढ करण्यासाठी सेवा हा एक उत्तम मार्ग आहे. तसेच साधसंगत एक विचार असणाऱ्या संतांच्या सहवासात राहिल्याने मन या कण-कणवासी परमात्म्याशी जोडून राहील. मनमत त्यावर आरुढ होणार नाही. मन या परमात्म्याशी प्रत्येक क्षणी जोडून राहिल्याने ते स्मरणाचच रुप धारण करील.

म्हणून मानवी जीवनाची घडण करण्यासाठी सेवा-सत्संग-स्मरणाचा लाभच लाभ आहे.



शा

द्द

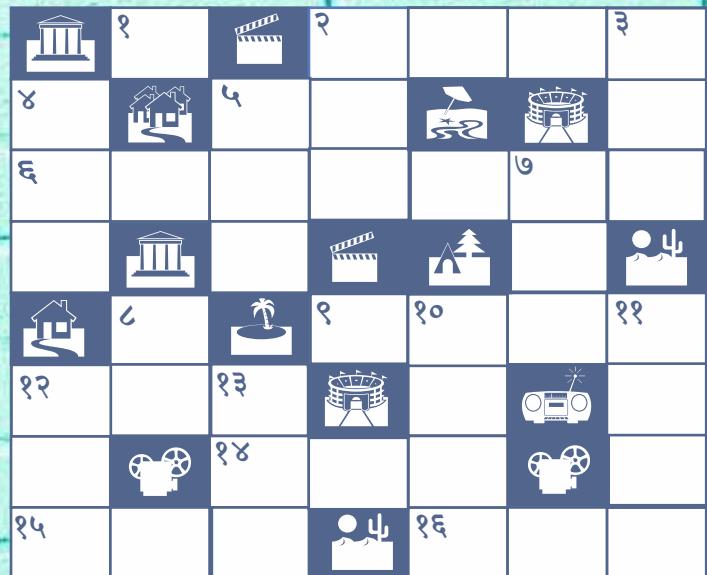
को

ई

१९६

आडवे शब्द

○ पूजा अरोडा (रेवाडी-हरियाणा)



- ०१.जागतिक दूरसंचार दिन दर वर्षी सत्तरा रोजी साजरा करतात.
- ०२.राजा हरिश्चंद्राची पत्नी
- ०५.इंग्रजांच्या काळात प्रतिसरकार स्थापन करण्याची संकल्पना पाटील यांची होती.
- ०६.भारताचे माजी पंतप्रधान हे १९५२ तर १९५६ पर्यंत मुंबई राज्याचे मुख्यमंत्री होते.
- ०९.भगवान श्रीकृष्णाच्या भावाचे नाव
- १२.बुडत्याला काडीचा (म्हण)
- १४.बाबा गुरुबचनसिंहजींच्या जीवनाचे दर्शन घडवणारे पुस्तक : जीवंत
- १५.श्रीकृष्णाने या नागाला यमुनेच्या डोहातून पळवून लावले.
- १६.भारतातील पहिली महिला राज्यकर्ती : सुलताना

उभे शब्द

- ०२.कोंदाणा किल्ल्याला सिंहगड हे नाव कोणामुळे मिळाले.
- ०३.तीन पाय असलेले स्टॅंड
- ०४.एका खाद्यपदार्थाचे नाव
- ०५.श्रीफळ
- ०७.वाक्यात लपलेल्या एका जिल्ह्याचे नाव शोधा : माझा मावसा तारापूरला गेला.
- ०८.श्रीकृष्णाची सखी
- १०.या बाळांनो सारे या भरभर सारे या (कवितेची ओळ)
- ११.रबराचे सर्वाधिक उत्पन्न या देशात होते.
- १२.दक्षिण आफ्रिका हा देश या खंडात आहे.
- १३.आशिया खंडातील एक देश ज्याची राजधानी मॉस्को आहे.

उत्तरे इतरत्र

आजोळा

चित्रांकन
लेखन, रंग
अजय कालडा



एका शहरामध्ये विनय नावाचा एक मुलगा राहत होता. तो अतिशय खोडकर होता. रस्त्याने जाताना लोकांना त्रास देई. मुक्या प्राण्यांना दगड मारणे, त्यांची शेपूट ओढणे अशा वाईट सवयी त्याला होत्या.



उन्हाळ्याच्या सुट्ट्या लागल्या.
विनयच्या आई-वडिलांनी त्याला
त्याच्या आजोबांच्या गावी पाठवून दिले.









कथा

विश्वास

एक वाटसरु वाळवंटात वाट चुकला होता. त्याच्या जवळचं पाणी संपलं. त्यालाही दोन दिवस झाले होते. आता पाणी मिळाले नाही तर आपलं मरण निश्चित आहे हे त्याला दिसत होते. हताश होऊन तो सभोवताली दूर दूर पर्यंत जेवढी नजर जाईल तिथर्पर्यंत डोळे ताणून पहात होता. त्याची नजर अर्थातच पाणी शोधत होती.

तेवढ्यात काही अंतरावर त्याला एक झोपडी दिसली. तो थबकला....हा भास तर नाही

ना? पण काही असो, तिकडे जाऊया पाणी असेल तर मिळेल. असा विचार करून पाय ओढत स्वतःचं थकलेलं शरीर घेऊन तो निघाला. काही वेळातच त्याच्या लक्षात आलं की तो भास नव्हता. झोपडी खरोखरच होती. पण ती रिकामी होती. तिथं कोणीच नव्हतं. पाणी मिळेल या आशेने तो आत शिरला. पण सगळी मडकी रिकामी होती.

तिथे एक हात पंप होता. त्याचा पाईप जमिनीत शिरला होता. त्याच्या लक्षात आलं



हस्ती दुनिया
मे २०२१

जमिनीखाली पाणी आहे. हा पाईप तिथेच गेलाय. त्याच्या अंगात एकदम उत्साह संचारला. पुढे सरकत त्याने हातपंप जोराजोरात वरखाली करायला सुरवात केली. पण काहीच झालं नाही. पाणी आलं नाही. नुसताच पंपाचा आवाज येत राहिला. अखेर हताश होऊन तो मटकन खाली बसला. आता आपलं मरण त्याला जास्त प्रकर्षाने जाणवलं. तेवढ्यात त्याचं लक्ष कोपन्यात ठेवलेल्या बाटलीकडे गेलं. परत एक अत्यानंदाची लहर उठली. बाटली पाण्याने भरलेली होती आणि वाफ होऊ नये म्हणून व्यवस्थित बांधून ठेवली होती. त्याने पटकन ती बाटली उघडली. तेवढ्यात बाटलीवर लावलेल्या एका कागदाकडे त्याचं लक्ष गेलं. त्यावर लिहिले होते, हे पाणी पंपात ओता. पंप सुरु करण्यासाठी वापरा आणि तुमचे काम झाल्यावर ही बाटली परत भरुन ठेवा. तो चक्रावला. त्याच्या मनात दृद्ध सुरु झालं. काय करावं? या सूचनेकडे दुर्लक्ष करून सरळ पाणी पिऊन मोकळं व्हावं? की सूचनेप्रमाणे करावं?

समजा, सूचनेप्रमाणे पंपात पाणी ओतलं आणि पंप खराब असेल तर? पंपाचा पाईप तुटला असेल तर? खालचं पाणी आटून गेलं असेल तर? पाणी वायाच जाईल... सगळा खेळ खल्लास...!!! पण सूचना बरोबर असेल तर? तर भरपूर पाणी मिळेल. पाणी पंपात ओतावं की नाही यावर त्याचं मत ठाम होईना. शेवटी मनाचा निर्धार करत थरथरत्या हातानं त्याने ते पाणी पंपात ओतले.

डोळे मिटून देवाचा धावा करत पंप वरखाली करायला सुरवात केली. हळूहळू पाण्याचा आवाज सुरु झाला आणि काही क्षणातच पाणी यायला सुरुवात झाली. भरपूर पाणी आलं. त्याला काय करूनी काय नको असं झालं. पाणी पिऊन तो तृप्त

झाला. स्वतः जवळच्या बाटल्या भरुन घेतल्या.

तो खूप खूश झाला. तो मानवी वस्तीपासून खूप दूर होता. त्याने निघायची तयारी केली. सूचनेप्रमाणे ती बाटली भरुन ठेवली आणि त्या बाटलीवरच्या कागदावर एक ओळ स्वतः लिहिली, 'विश्वास ठेऊन हे पाणी पंपात ओता. पाणी येतचं.' संत साहित्य, ग्रंथ-शास्त्र म्हणजे पुरातन ऋषी मुनींचे अनुभव. हे त्या बाटलीवरील लेबलप्रमाणेच आहेत. त्यावर विश्वास ठेवून त्याप्रमाणे कृती केली. तरच जीवनात तृप्तता येईल. अपूर्ण जीवाला पूर्णत्व लाभेल.

-कृष्णकुमार निकोडे
गडचिरोली

१ तु ही निंदंकार

SHABARA
PEST CONTROL

राबरा

पेस्ट कन्ट्रोल सर्विस

पेस्ट कन्ट्रोल करवा कर अपने घर और अपने परिवार को स्वच्छ एवं नियोग रखें।

अपने घर, ऑफिस, हॉस्टल, बैंक, ऑफिस परिसर एवं अन्य कोई भी जगह जहां घर दीमके, कीडे, काळोदेव, मारगी-मारग, चिपकली, चूहे, अटमल इत्यादि किंतु भी प्रकार की समस्या से परेशान हो तो तो एक बार अवश्य संपर्क करें।

SHABARA
PEST CONTROL SERVICES

RAJESH : Mob. 9819691223, 9987116381, 9819056198, 9987116382
www.shabarapestcontrol.com • Email : shabarapestcontrol88@gmail.com
Office No.3, Sai Laxmi Society, Anand Nagar, Vitava Kalwa, Thane 400 605.



प्रश्न : तापमापी नेहमी फुग्याच्या ठिकाणीच का फुटते ?

उत्तर : तापमापीचा उपयोग ताप मोजण्यासाठी होतो. अंगातील तापामुळे पारा लवकर प्रसरण पावून तो तापमापीत वर सरकण्यासाठी तापमापीची रचना केलेली असते. तापमापी जाड काचेची तयार करतात. ह्या जाड नळीला केसासारखे बारीक छिद्र असते. त्यात प्रसरण पावलेला पारा भराभर पुढे सरकताना दिसतो. तापमापीच्या खालच्या टोकाला ह्या नळीला पातळ काचेचा फुगा असतो व त्यात पारा भरलेला असतो. फुग्याची काच जर जाड घेतली तर ती तापण्यास वेळ लागेल व त्यातील पारा प्रसरण पावण्यास आणखी वेळ लागेल म्हणून हा फुगा पातळ काचेचा बनविलेला असतो. तापमापीमध्ये हाच भाग नाजूक असतो. त्याला थोडा जरी धक्का लागला तरी तो फुटतो. म्हणून तापमापी वापरताना काळजी घ्यावी लागते.

प्रश्न : तापमापीत पाच्याचाच उपयोग का करतात ?

उत्तर : पारा अपारदर्शक व चकचकीत असल्याने तो काचेतून स्पष्ट दिसतो. त्यामुळे तापमानाचे वाचन करणे सोपे होते. पारा उष्णतेचा सुवाहक आहे. तापमानातील फरकामुळे पाच्याचे होणारे आकुंचन व प्रसरण चटकन व समान होते. पारा काचेला चिकटत नाही. म्हणून तापमान कमी होत असताना नळीतील सर्व पारा फुग्यात उतरतो. त्यामुळे प्रसरण पावण्याच्या पाच्याची मात्रा सतत कायम राहते आणि तापमान वाचनात चूक होत नाही. उष्णतेमुळे होणारे पाच्याचे प्रसरण सर्व तापमानावर साधारणपणे समान असते. पाच्याचा गोठणांक -३९ डीग्री सेल्सियस आहे व उत्कलनांक ३५० डीग्री सेल्सियस आहे. म्हणजेच पाच्याची द्रवरूपात राहण्याची मर्यादा ९६ डीग्री सेल्सियस आहे. त्यामुळे या मर्यादेतील तापमान पाच्याच्या तापमापीने मोजता येते.

प्रश्न : तापविल्यानंतर दूध का उतू जाते ?

उत्तर : दूध हे एक मिश्रण आहे. पाणी हा त्याचा घटक आहे. प्रथिने, स्निग्ध पदार्थ निलंबीत अवस्थेत असतात. दूध तापविण्यासाठी विस्तवावर ठेवल्यानंतर स्निग्ध घटकांचे कण वरील भागात जमा होतात आणि त्या कणांचा पापुद्रा (सायीचा थर) तयार होतो. उष्णतेमुळे तयार होणारी पाण्याची वाफ या सायीच्या थरामुळे अडवली जाते. वाफ बाहेर पडण्याचा मार्ग बंद होतो. त्यामुळे थराखाली दाब निर्माण होतो व हा थर वर उचलला जाऊन दूध ऊतू जाते.



एक परिवार

-सुरेश तिलोटकर



अवघाची संसार
आहे एक परिवार
हे कुटुंब या एकाचे
विश्वाचा जो आधार ॥६॥

जशी आपुली मायपिता
असती बंधू भगिनी
यावी समज जगाला
तेही स्वकीय म्हणोनी
प्रेम प्रीतीच्या शब्दांनी
सर्वांचा करुया सत्कार ॥७॥

पळून जाईल वैर घृणा
जागेल अंतरी बंधु भाव
जाईल दृष्टीक्षेप तिथे
होईल प्रेमाचा वर्षाव
संपून जाईल परपीडा
येईल उद्या परोपकार ॥८॥

परिवर्तित होईल समाज
आत्मज्ञानाने कळेल जीवनाचे राज
शोभून दिसेल सकळांना
दैवी गुणांचा साज
होईल सारा मानव
वसुधैव कुटुंब परिवार ॥९॥





कथा

मातृदेवो भवो । पितृदेवो भवो

तो रात्री साडे दहा वाजता घरी आला. आईने लगेच जेवण गरम करून त्याला वाढलं. त्याने पहिलाच घास घेतला आणि एकदम खेकसला. आई...अंग काय ही भाजी बनवलीय शी... मीठ पण टाकायचं कळतच नाही...असं म्हणून तो भरलेल्या ताटावरुन उठला. आईच्या डोळ्यात पाणी आलं. माझं बाळ उपाशी राहिलं. रात्री ११ वाजता आई पुन्हा स्वयंपाकाला लागली.

१२ वाजेपर्यंत मुलाच्या आवडीची भाजी केली. मीठ व्यवस्थित घतलं. मग त्याला झोपेतून उठवलं. जेवू घातलं, मगच आईला झोप आली.

काही दिवसांनी मुलगा कॉलेजसाठी शहरात गेला. भाऊचाने खोली घेतली. मेस लावली. आता तीन पातळ कागदासारख्या पोळ्या, पाण्यासारखी बेचव भाजी, निकृष्ट दर्जाच्या तांदळाचा भात खाली मान घालून खातो. मेसला

उशीर झाला तर उपाशी झोपतो. आता त्याला कळतंय.

आई ही आई असते.

बाबांनी शिकवलं. पैसे दिले. नोकरी लावली. तरी म्हणतो, आमच्या म्हाताच्याला अवकल नाही.

लग्नासाठी मुलगी बघायला गेला. मुलीच्या वडिलांनी पहिला प्रश्न विचारला. तुला पगार किती? तुझा बँक बॅलेन्स किती? जन्मदात्याने कधी विचारले नाही पण मुलगी देणाऱ्याने विचारलं आणि ह्याने सांगितले. तेव्हा याला कळलं बाबा हे बाबाच असतात.

पण अजूनही अनेकांना आईबाबांची किंमत कळत नाही.

आज आईचा बाबांचा सल्ला घ्यायला आपल्याला लाज वाटते कारण लोक दुधखुळा म्हणतील म्हणून? त्या लोकांना सांगा जो दुधाचे उपकार जाणतो आणि त्याची परतफेड करणे जाणतो तोच दुधखुळा आणि तोच नादखुळा कर्तृत्व करून दाखवतो.

आई-वडिलांना मदर्स-डे फार्दर्स डे साजरे करून एक दिवस ग्रीटींग किंवा फूल देऊन खूश करता येणार नाही. फक्त आई-वडिलांचा आदर कसा करावा एवढं जरी आम्हाला कळलं तरी खूप झालं. सारं जग जरी विरोधात गेलं तरी कोणाची हिम्मत नाही तुम्हाला यशस्वी होण्यापासून अडवण्याची, आईबाबांची किंमत करतो. जग त्याला किंमत देतं. आई-वडीलांना काही देऊ

नका, ते समाधानी आहेत. तुमच्या सुखात त्यांना सुख वाटते. फक्त एक काम आवर्जून करा ते म्हणजे कोणत्याही परिस्थितीत त्यांच्या डोळ्यात पाणी येऊ देऊ नका.

आपली पुरातन संस्कृती हेच शिकवते. आई-वडीलांची पूजा करा म्हणजे त्यांना प्रसन्न ठेवा. यासाठीच म्हटलयं -

‘मातृदेवो भवो | पितृदेवो भवो ||’



अनमोल वरचन

आज प्रत्येकाला प्रेमाची गरज आहे. वैर-विरोधाने कोणाला शांती लाभली आहे का? किती लढाया झाल्या, वस्त्या जळाल्या, कित्येकांचे जीव घेतले गेले, मिळाली का कुणाला शांती? कुठे कोणाचे कल्याण झाले? उलट त्यामुळे नुकसानच झाले. विश्वाच्या कोणत्याही कोपन्यात अशा हिंसक घटना घडल्यानंतर त्यांचे परिणाम मर्यादित न राहता त्यांचा जास्त फैलाव झाला. महापुरुषांचे ध्यान असे होते, की प्रेम वाढावे; पण वैर-विरोधात वाढ झाली. निरोगीपणात वाढ व्हायला हवी होती, पण रोग वाढले. अशाप्रकारे सर्व रोगी होत चालले आहेत. हा वैर-विरोधाचा रोग ज्याला लागतो त्याचे तो नुकसानच करतो. आपण जगाकडे पाहिले तर जगामध्ये हा रोग किती पसरत चालला आहे. वैर-विरोधाच्या भावना सोडून माणूस कुठे जाऊच शकत नाही.



वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा



भक्ती इंगले



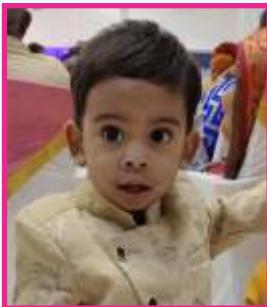
अनन्या विचारे



रेवांशी इंगले



वंश विचारे



ओमकार पांचाळ



कनिका इंगले



दिया कारंडे



सईफ पठाडे



श्रेयश शिरवाळे



कैवल्या तांडले



सुहानी गोरेगावकर



अवनी बामने



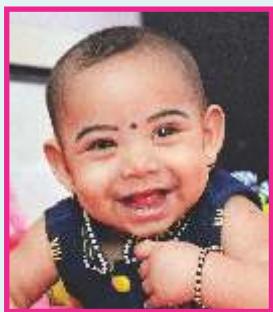
सौम्या साखरे



रेहान मुलानी



प्राची देसाई सिमरन जालगावकर



ओवी पाटील



सर्वज्ञ निकम



समर्पण राणे



सलोनी पाटील



साची महाजन



रुही नरे



रियांश मालवे



शिशा सुर्यवंशी



श्रद्धा जाधव



शर्वरी आग्रे



विहान आग्रे



सिद्धांत पाटील

आरोग्यदायी भाजी पालक

पा लेभाज्यांमध्ये वेगळे महत्त्व स्वस्त व मस्त पौष्टीक आहे. अंडी-मासे यातून जेवढी प्रथिने मिळतात. तेवढी एकट्या पालक भाजीतून मिळतात. पालकाची पाने शरीराला थंडावा देतात. पचन संस्थेचे कार्य सुधारण्यास मदत करतात. पलकात लोह भरपूर असल्याने रक्तात शोषले गेल्यानंतर लालपेशी व हिमोग्लोबिनचे प्रमाण वाढते. हिरड्या मजबूत होतात. दंतविकार असलेल्यांनी पालकाची भाजी खावी.

पालकापासून भाजी, सूप, कच्च्या पानांची कोशिंबीर करता येते. ज्यांना भूक लागत नाही, त्यांनी कोवळी पाने खावी.

जो पालेभाज्या खाईल
तो सदा निरोगी राहील
उसळ खाऊ मोडाची
वाढ होईल हाडांची
लाल-लाल भोपळा चांगला किसला
रक्त शुद्धीकरणासाठी जेवणात वापरला
गाजर, आंबा, पपई खा, डोळ्याला भरपूर तेज
करा
परसबाग ज्याच्या घरी
आरोग्य नांदेल त्याच्या घरी
मातेच्या जेवणात असेल पालक
सुदृढ होईल तिचे बालक
आवळा, पेरु, संत्री आहेत दाताचे मंत्री
भाजीपाला चिरल्यानंतर धुऊ नका
जीवनसत्त्व वाया घालवू नका
भाजीपाला आणि कडधान्ये खाऊन रोग होत
नाही
मग डॉक्टरकडे कशाला जायचे बाई ?

दिव्य वाणी

सं त-महापुरुषांचे या जगावर थोर उपकार आहेत. हे उपकार काही साधे-सोपे नाहीत. फार कठीण आहेत, अवघड आहेत. पदोपदी अडचणी आहेत. या सत्याशी जोडणे, इकडे वळवणे हे तेवढे सोपे काम नाही. कारण उताराकडे पाणी सहजच पळते; पण त्याच पाण्याला जर उंचावर घेऊन जायचे असेल तर कितीतरी अवघड असते. छतावर टाकी असेल आणि मोटर नसेल, पंप नसेल तर बादल्या भर-भरून वर घेऊन जावे लागेल आणि जर मोटर उपलब्ध असेल तरीही त्यावर वीजेचा खर्च आलाच. वीज गायब झाली तरीही पाणी वर चढणार नाही. अशाप्रकारे पाण्याला खालून वर न्यायचे असेल तर कितीतरी अवघड काम आहे; मात्र उताराकडे घेऊन जायचे असेल तर काहीच प्रयास करावे लागत नाहीत, ते आपोआपच तिकडे पळते. या भौतिक प्रवृत्ती, हे स्वभाव उताराकडे जातात, खालच्या दिशेला जातात, अधःपतनाकडे जातात, दुनियादारीकडे जातात. भौतिक प्रवृत्ती, सांसारिक वृत्ती दिवसेंदिवस आणखी प्रबळ होत जाते आणि तिला दृढता मिळत जाते.

म्हणूनच जिथे अशा प्रवृत्ती असतील आणि त्यांचे रूपांतरण करायचे असेल, त्यांना उच्च स्थानी घेऊन जायचे असेल तर खरोखरच ते काम सरळ नाही. परंतु संत-महात्म्यांनी, गुरु-पीर-पैगंबरांनी जगावर हेच उपकार केले आहेत ज्यायोगे मानव श्रेष्ठतेकडे अग्रेसर व्हावा, तो श्रेष्ठपदाला प्राप्त व्हावा, त्याने उभयलोकीची बाजी जिंकावी.



त्याची अंधारातून सुटका व्हावी आणि अंधारामुळे जे भ्रम व शंका निर्माण झालेल्या आहेत त्यापासून त्याची सोडवणूक व्हावी आणि खन्या अर्थाने त्याने आपल्या जीवनाला एक सुंदर रूप द्यावे. संत-महापुरुषांनी, गुरु-पीर-पैगंबरांनी हे संदेश दिले आहेत आणि पदोपदी इशारेही दिलेले आहेत की, हे मानवा! ही वेळ फार किमती आहे. हा समय चालतच राहील, पण तू राहणार नाहीस! या जगात तुझे येणे झाले असेल तर तुझे जाणेही निश्चित आहे. तुझा जन्म झालेला आहे तर तुझी रवानगीही होणार आहे.

इथे जो येतो तो जातोदेखील. हे तुझे शारीरिक अस्तित्व कायम टिकणार नाही. श्वासांची ही मालिका सदोदित चालत राहणार नाही. कुठे ना कुठे अचानकपणे ती थांबेल आणि मग तुझी अशी अवस्था बनेल की, श्वास थांबेपर्यंत जर तू या सत्यापासून वंचित राहिलेला असशील तर मग हे साध्य होणार नाही. यासाठी तू आताच जागा हो. तू आताच या मोहनिद्रेतून उठ





बंडू :- आई, आमच्या मँडमना बकरी कशी असते ते माहित नाही.

आई :- कशावरुन ?

बंडू :- मी वहीवर बकरीचे चित्र काढून त्यांना दाखवल्यावर त्या म्हणाल्या, हा कोणता प्राणी आहे ?

सर :- मुलांनो, पुढच्या आठवड्यात आपली एस.एस.सी. ची परीक्षा आहे. प्रश्नपत्रिका छापायला सुरुवाताही झाली आहे. कोणाला काही शंका असेल तर विचारा.

बन्या :- सर, प्रश्नपत्रिका कुठे छापायला जात आहेत ते सांगाल का ?

डॉक्टर :- बंडू, हे औषध दररोज चार चमचे घ्यायचे.

बंडू :- पण डॉक्टर आमच्या घरी फक्त दोनच चमचे आहेत.

एक व्यक्ती :- (लाल बहादूर शास्त्रींना) तुम्ही देशाचे पंतप्रधान असूनही छोट्या गाडीतून का फिरता ?

शास्त्रीजी :- मी अंगाने छोटा आहे ना, मोर्ढ्या गाडीत बसलो तर कोणाला दिसणार नाही.

एका कोर्टात दोन वकील आपापसात भांडत होते.

एक वकील :- मी तुमच्यापेक्षा मूर्ख माणूस कधी पाहिला नाही.

दुसरा वकील :- तुमच्या सारखा मढू माणूस इथं दुसरा कुणीही नाही.

न्यायाधीश :- ऑर्डर ऑर्डर, अरे इथं मी देखील आहे हे विसरलात का ?

चिंटू पाच वर्षे झाली तरी बोलत नव्हता. सर्वांना दाखवून आई थकली होती. एके दिवशी नाश्ता करताना-

चिंटू :- शिरा करपलाय, नको मला

आई :- (आनंदाने) चिंटू तुला चांगलं बोलता येतयरे, मग इतके दिवस बोलला का नाहीस ?

चिंटू :- इतक्या दिवसात शिरा करपला नव्हता ना !



आई :- गणू, यंदा वेशभूषा स्पर्धेत तू गणपती हो. म्हणजे सगळे तुझी पूजा करतील. तुला मोदक खाऊ घालतील. किती मज्जा येईल ना !

गणू :- ते सगळं खरं आहे मं, पण शेवटच्या दिवशी मला नदीत बुडवलं तर....

‘जादूचे प्रयोग प्रवेश प्री’ अशी पाटी वाचून रामभाऊ दहा-बारा नातेवाईकांना घेऊन जादूचे प्रयोग बघायला आत गेले. प्रयोग पाहून बाहेर निघताच त्यांना आणखी एक पाटी दिसली, ‘येथून बाहेर पडण्याचा दर २५ रुपये !’

दोन जुळ्या बहिणी होत्या. एकदा दाईने त्यांना आंघोळ घातली. तेव्हा एक मुलगी हसत होती. दाईने विचारले, “हसायला काय झालं ?” मुलगी म्हणाली, “तुम्ही मलाच दोनदा आंघोळ घातलीत.”

गणपतराव मुंबईला आल्यावर सिनेमा पहायला थिएटरमध्ये गेले. तिकीट घेऊन ते आत शिरले आणि पुन्हा बाहेर येऊन तिकीटाच्या रांगेत उभे राहिले. तिकीट विक्रेता म्हणाला, “काका, तुम्ही आताच तिकीट घेऊन गेलात ना ?”

गणपतराव म्हणाले, “हो, घेतलं होतं, पण डोअर कीपरने माझं तिकीट फाडलं.”

एक मित्र दुसऱ्या मित्राकडे बघून गाणं गात चालला, “तेरी गलियोंमें ना रखेंगे कदम, आज के बाद...”

हे ऐकून एका माणसाने विचारले, “ कारे बाबा, काय भांडण वगैरे झाले आहे का ?”

त्यावर तो म्हणाला, “नाही हो, त्यांच्या गल्लीमध्ये चार कोरोना पॉझीटीव्ह सापडले आहेत !”

पाहुणे : राजू किती वाजले ते भिंतीवरच्या घड्याळात पाहून ये बरं.

राजू : काका, मला घड्याळ समजत नाही.

पाहुणे : बरं ! मग लहान काटा आणि मोठा काटा कुठे आहे ते सांग

राजू : दोन्ही काटे घड्याळातच आहेत.



नरनाळा किल्ला

वि दर्भाच्या कुशीत विसावलेली ही रांग अप्रतिम निसर्ग सौंदर्यानं नटलेली असून, त्यातील दिमाखदार किल्लेही ट्रेकर जमातीपासून अनभिज्ञाच राहिलेत. म्हणूनच किल्ले नरनाळा या मेळघाट वळ्हाडातील-सातपुडा शिखरावरील, दुर्गम अरण्यमय आणि अभूतपूर्व अवशेषांनी संपन्न अशा अनभिज्ञ किल्ल्यावर आधारित आहे.

जिल्हा: अकोला (विदर्भ),

तालुका: अकोट,

पायथ्याचं गाव: शहानूर

उंची: ३१६१ फूट,

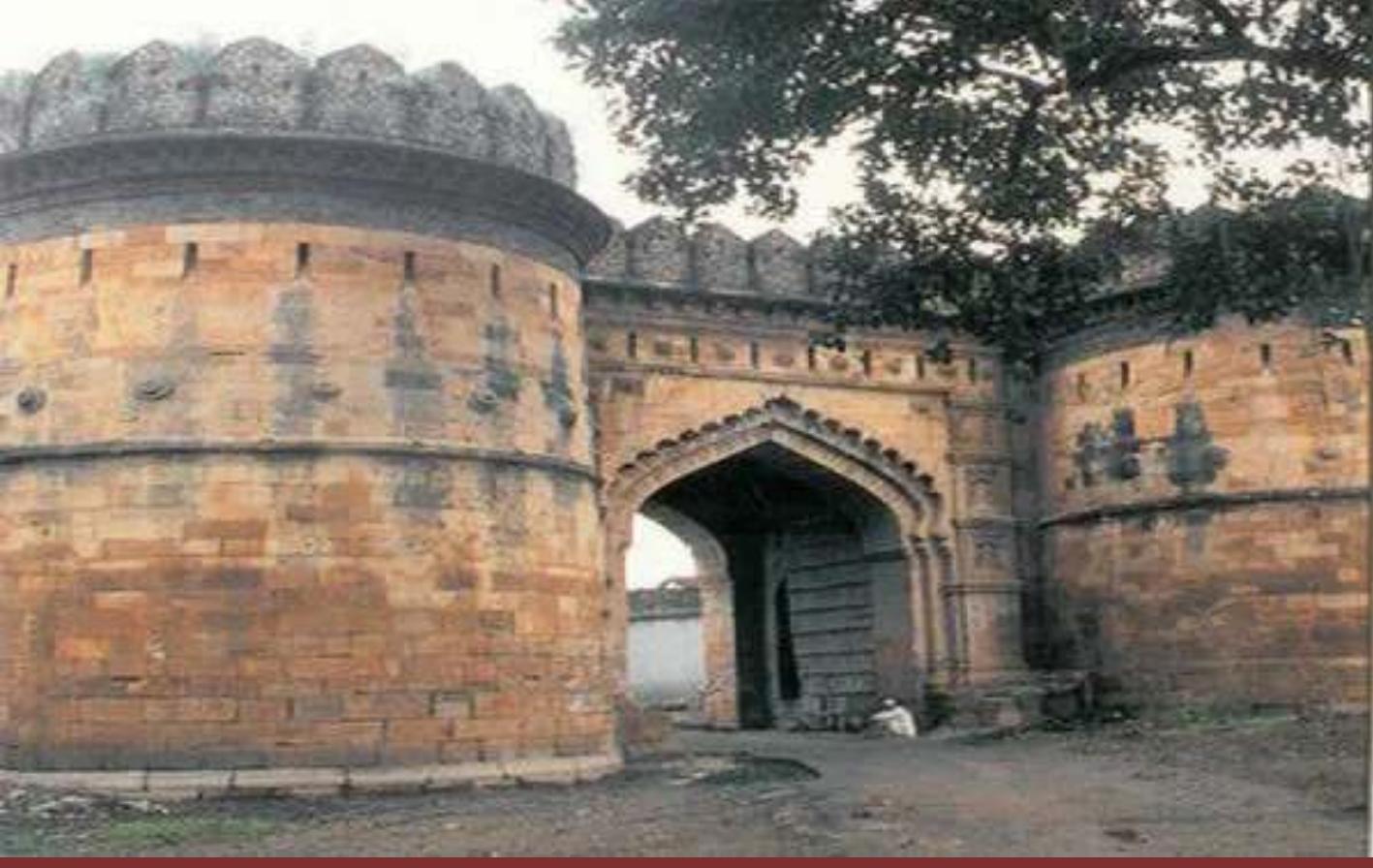
तलावांची संख्या: २२,

आकार: ३९२ एकर

परिसर घेरा : तटबंदी घेर २४ किलोमीटर,

बुरुजांची संख्या : ६७

नरनाळा किल्ला तसा तीन लहान किल्ले मिळून तयार झाला आहे. पूर्वेला ‘जाफ्राबाद’ तर मध्यभागी ‘नरनाळा’ अन् पश्चिमेला ‘तेलियागड’ असा. या पुरातन किल्ल्यांशी पांडवांचे वंशज नरेंद्रपुरी महाराज यांचा बराच संबंध जोडला गेला आहे. नरनाळा किल्ल्याला भेट देण्यासाठी प्रथम रेल्वेने विदर्भातील अकोला हे जिल्ह्याचं ठिकाण गाठाव. मग तिथून खाजगी गाडीनं किंवा बसनं



अकोट-पोपटखेड-शहानूर आणि नरनाळ्याला पोहचाव. शहानूर गाव सोडलं अन् पावलं नरनाळ्याच्या दिशेन चालू लागली की समोर घनगार्द झाडांनी वेढलेला डोंगर. दुतर्फा जंगली झाडांची छत्रछाया अन् मधूनच किल्ल्यावर जाणारा टार रस्ता. सागाचं दाट जंगल जाणीवपूर्वक वसवलेलं. दूरवर चंदनवृक्षांनी बहरलेला चंदनखोरा परिसर दिसतो. हा सर्वच भाग राखीव वनक्षेत्र आणि अभयारण्य म्हणून कधीच घोषित करण्यात आला आहे. त्यामुळे च हे सर्व आहे तसं टिकून आहे.

नरनाळा परिसर हा मोळधाट व्याघ्रप्रकल्पाचाच एक भाग आहे. अन् अकोला जिल्ह्याचं ऐतिहासिक, भौगोलिक, पौराणिक

राजवैभवही! आजही वाघ, बिबट्या, सांभार आणि इतर जंगली शापदांचा, अनेक जातींच्या प्राणी-पक्षांचा वावर इथं आहे.

ऐतिहासिक अवशेषांच्या दृष्टीकोनातून नरनाळा किल्ला एकूण लहान-मोठ्या २२ दरवाजांनी, पाच प्रमुख आणि त्यातल्या चार प्रवेशद्वारांनी सजला आहे. १- शहानूर दरवाजा (शेर दरवाजा), २- अकोट दरवाजा, ३- शिवपूर दरवाजा, ४- दिल्ली दरवाजा. हे चारही प्रवेशद्वार कातळांचे; पण भरभक्कम आणि अप्रतिम कलाकुसरीनं सजलेले आहेत. पहिलं पूर्वाभिमुख शहानूर प्रवेशद्वार आपलं स्वागत करतो. काळ्या बेसॉल्ट पाषाणातील हा अतिसुंदर कातळशिल्प कारागिरीचा सर्वोत्तम नमुना असलेला दरवाजा

बघत अचंबित व्हायला होतं. तो ओलांडून वर चढत गेल्यानंतर मेहंदी दरवाजा लागतो. त्यानंतर आतल्या बाजूचा तिसरा अतिभव्य दरवाजा म्हणजे महाकाली दरवाजा किंवा नक्षी दरवाजा. भारदस्त कमानीमुळे हा दरवाजा फारच भव्य-दिव्य वाटतो. दोन्ही बाजूंना झरोके, सज्जे आणि खोल्या आहेत. खिडक्यासुद्धा अतीकोरीव कलाकुसरीनं सजवण्यात आल्या आहेत. माथ्यावर दोन शिलालेख फारसी आणि अरबी भाषेत कोरलेले आहेत.

महाकाली दरवाजाचं बांधकाम इ.स. १४८७ मध्ये फतेऊल्लानं करून घेतल्याचं शिलालेखावरून कळतं. जो या दरवाजातून प्रवेश करेल तो भयमुक्त होईल याचा उल्लेख शिलालेखात केलेला आहे! सर्वच ऐतिहासिक अवशेष संपन्नता न्याहाळताना ती जणू बोलू पाहात आहे असे वाटते. पुढे काही अंतरावर पूर्वाभिमुख अकोट दरवाजा आहे. यास शेर दरवाजा म्हणूनही संबोधलं जातं. नरनाळा किल्ल्यावरील दक्षिण बाजूंचं हे पहिलं प्रवेशद्वार. या दरवाजावरच्या भागात दोन तोफा अजूनही सुस्थितीत आहेत. पुढं दगडी काठावर उभा आहे तो खुनी बुरुज. रेखीव कातळात सजलेला हा बुरुज अत्यंत मजबूत स्थितीत टिकून आहे. खास टेहळणी करण्यासाठी तो सर्वोच्च अशा ठिकाणावर बांधला गेला आहे!

तो बघत पुढे गेल्यानंतर किल्ल्याच्या पठारावर पहिला शक्कर तलाव दृष्टीस पडतो. बारमाही तुळूंब भरून वाहाणारा असा हा तलाव

रणरणत्या उन्हात किल्ला परिसरातील पक्षी-प्राण्यांची तहान भागवणारा. याच तलावापलीकडे राणीमहल आहे. याच परिसरात अंबरमहल नावाची सुरेख इमारत आहे. पुढ्यात भव्य सभामंडपाच्या खुणा आणि प्रशस्त कमानी वैभवशाली इतिहासाची साक्ष देतात. इमारतीवरून चौफेरचा मुलूख न्याहाळता येतो. हिंदू शिल्पकलेचा नमुना आणि यादवकालीन ठसा हे अंगरमहालाचां खासा वैशिष्ट. नगरखानापलीकडे नलदमयंती सरोवरासमोर भली मोठी नौगज तोफ आहे. बांगडीसारख्या लोखंडी कड्या एकत्र करून ती बनवली गेली आहे! किल्ल्यावरील अवाढव्य ऐतिहासिक ऐवज न्याहाळताना अक्षरशः स्तंभित व्हायला होतं. नरनाळा अभयारण्यात दीडशेहून अधिक जातीच्या पक्ष्यांचा वावर आहे. या परिसरातील भटकंती ऑकटोबर ते जानेवारी माहिन्यातच करावी.

एकूण २२ तलाव, ६७ बुरुज आणि इतर ऐतिहासिक ऐवजांनी संपन्न असलेला किल्ले नरनाळा तसा दुर्लक्षितच राहिलाय. या किल्ल्यावरची भटकंती पदोपदी अचंबित करत होती.

आणखी वैशिष्ट्य: पायथ्याशी निसर्ग परिचय केंद्र आहे. तसंच, परिसरातील चिखलदरा हे थंड हवेचं निसर्गरम्य ठिकाण आणि गाविलगड हा ऐश्वर्यसंपन्न किल्ला नक्की बघावा. यासाठी मात्र संपूर्ण दोन दिवस राखीव ठेवावेत.



जगविरव्यात तिरंदाज दीपिकाकुमारी



झा रखांडुच्या रांचीपासून काही किलोमीटर अंतरावर असलेल्या रातू चाटी गावात दगडाने झाडावरचे आंबे पाडणारी आणि नंतर बांबूपासून बनलेल्या धनुष्याने आपल्या तिरंदाजीचे कौशल्य दाखवून देणारी दीपिकाकुमारी आज जगविरव्यात तिरंदाज बनली आहे. तिचा जन्म १३ जून १९९४ रोजी झाला.

तिच्या कामगिरीतील ही चमक गेली काही वर्षे दिसत असली तरी वर्ल्डकपमधील सुवर्णपदकाविणा ती कामगिरी गेली सहा वर्षे काहीशी अधुरीच वाटत होती. यावर्षी मात्र तिच्या शिरपेचात तो तुरा पुन्हा खोवला गेला. सॉल्ट लेक सिटीत झालेल्या वर्ल्डकप तिरंदाजीच्या तिसऱ्या टप्प्याच्या स्पर्धेत दीपिकाने जर्मनीच्या मिचेली क्रॉपैनवर ७-३ अशी मात करत ही

सुवर्णविजेती कामगिरी केली. या सुवर्णपदव्यासांबाबत तिने ऑक्टोबरमध्ये टर्कीत होणाऱ्या वर्ल्डकप अंतिम फेरीतही धडक मारली आहे. आत्तापर्यंत वर्ल्डकपच्या अंतिम फेरीत तिला चारवेळा रौप्यपदावरच समाधान मानावे लागले होते. यावेळी मात्र तिने लक्ष गाठले. सॉल्ट लेकमध्ये कोरियाचे खेळाडू खेळत नसले तरी दीपिकासमोरचे आव्हान लेचेपेचे नव्हते. पात्रता फेरीत ती चौथ्या स्थानावर होती. मात्र, तिथून तिने कामगिरीचा आलेख उंचावला आणि सुवर्णपदकाचा अचूक वेध घेतला. एखाद्या खेळाडूसाठी सहा वर्षाचा काळ हा खूप मोठा असतो. एवढ्या कालावधीत अनेकांची कारकीद संपतेही. पण दीपिकाने सहा वर्षाच्या प्रवासात सुवर्णपदकासाठी अथक परिश्रम घेतले आणि त्यात ती अखेर यशस्वी झाली. २०१२ मध्ये अंताल्या येथे तिने सुवर्ण जिंकले होते. २०१२ आणि २०१६ च्या ऑलिम्पिकमध्येही ती खेळली पण तिथेही तिच्या पदरी निराशा आली. यावेळी सुवर्णपदक जिंकल्यानंतर तिच्या आशा उंचावल्या आहेत.





मौनीबुवांच्या शिष्यांची उत्कंठा

वि टगावी मौनीबुवा या नावाचे एक संन्यासी राहात होते. ते कधीही बोलत नसत, त्यावरुन त्यांचे नाव मौनीबुवा असे पडले होते. त्यांच्या पदरी बरीच शिष्यमंडळी होती. त्या शिष्यांनी समर्थाच्या चमत्कारांविषयी बरीच कीर्ती ऐकली होती. त्यांच्या मनात अतिशय उत्कंठा लागून राहिली होती, की आपणही एकदा रामदासस्वामींना भेटावे व काही चमत्कार ते

करतात की नाही ते पाहावे. म्हणून त्यांनी मौनीबुवांपाशी समर्थाच्या दर्शनाला जाण्यासंबंधाने एकदोन वेळा गोष्ट काढली; परंतु खुणेने, 'जाऊ नका,' म्हणून सांगितले. त्यामुळे त्यांना अधिकच उत्कंठा वाटली.

एकदा आषाढी-यात्रेसाठी काही शिष्यमंडळी पंढरीला जाण्याची आज्ञा घेऊन निघाली व यात्रा झाल्यानंतर परत जाताना ते सर्व

शिष्य माहुलीला संगमावर उतरले. स्नाने वगैरे करून नदीतीरी झाडांच्या छायेमध्ये स्वयंपाक करू लागले. इतक्यात त्यांच्या मनात कल्पना आली की अनायासे येथर्पर्यंत आलो आहोत, आणि सज्जनगड जवळच आहे. तरी दोन प्रहरी तेथे जाऊन समर्थाचे दर्शन घेऊन काही चमत्कार दृष्टीला पडल्यास पाहून नंतर जावे. कारण मुद्दाम इकडे येण्यास मौनीबुवा काही आज्ञा देणार नाहीत.

समर्थानी अंतर्ज्ञानाने हे सर्व जाणून परळीवर असताना त्याच दिवशी सकाळी कल्याणस्वामींना सांगितले, 'कल्याणा, आज चला माहुलीवर स्नानास जाऊ.' त्याप्रमाणे त्यांनी सर्व तयारीच केली. कल्याणस्वामींसह समर्थाची स्वारी माहुलीच्या संगमावर येऊन पोहोचली व गंगेत उतरून स्नान करू लागली. स्नान चालू असतानाच समर्थ मध्येच उभे राहिले आणि त्यांनी कल्याणस्वामींना विचारले, 'कल्याणा पोटात फार भूक लागली आहे, काही खायला आहे काय?' कल्याणस्वामींनी उत्तर दिले, 'थोडेसे शिळे थालीपीठ आहे.'

'ते घेऊन ये.' म्हणताच कल्याणस्वामींनी झोळीतून थालीपीठ काढून समर्थाना नेऊन दिले. ते तसेच डाव्या हातावर घेऊन उजव्या हाताने तुकडे मोडून खाऊ लागले. मौनीबुवांची शिष्यमंडळी जवळच असल्यामुळे ती हे सर्व कृत्य पाहात होतीच. त्या शिष्यांना ह्याचे फार आश्वर्य वाटले.

मस्तकावर जटा आहेत. भगवे वस्त्र आहे आणि वेड्यासारखे नदीत उभे राहून थालीपीठ खात आहेत. हे कोण विचित्र ध्यान आहे बुवा, असे

मनात येऊन त्यांनी शेजारच्या माणसापाशी चौकशी केली, की हे कोण विक्षिप्तपणे वागणारे?

तेव्हा तेथील मंडळीनी सांगितले, समर्थ रामदासस्वामी, शिवाजीराजांचे गुरु ते हे. हे ऐकून सर्व शिष्यमंडळी आपापसात हसू लागली. ते म्हणाले, वा! खासे आहेत महंत.

इतक्यात तेथे एक चमत्कारीक प्रसंग घडला. त्याच गावात एक ब्राह्मण राहत होता. त्याच्या घरात त्याने एक उत्तम दुभती गाय बाळगली होती. ती फार ओढाळ होती. तो गृहस्थ परगावी जाण्याकरता निघाला, जेव्हा त्याने आपल्या बायकोला सांगून ठेवले, की मी येईपर्यंत गाय सोडू नये. पण त्या गृहस्थाला तिकडे दोनचार दिवस अधिक लागले.

पाय मोकळे करून येण्यासाठी त्याच्या बायकोने ती गाय सोडली. पण तिने इतका ओढाळपणा आरंभला, की ती त्या बाईला काही केल्या ऐकेना. तेव्हा बाईला मोठी भीती वाटू लागली की ही आता भलतीकडेच कोठे गेली तर नवरा घरी आल्यावर रागावेल. म्हणून ती हाती काठी घेऊन तिच्या मागे लागली.

गाय पुढे व बाई मागे ह्याप्रमाणे साच्या गावभर फिरुन अखेर ती गाय नदीच्या काठावर आली. तेव्हा समोरून माणसे जात होती, त्यांना हाका मारून बाईने सांगितले की, गाईस अडवा. हे ऐकून लोकांनी गाईस अडविले. तेव्हा त्या गाईने तेथे असलेल्याच एका मोठ्या दरडीवरून खाली उडी घेतली. बाई खाली उतरून पाहाते तो उंचावरून खाली पडल्यामुळे गाय मेली होती. तेव्हा दुःखाने ती रडू लागली.

क्रमशः



किट्टी

चित्रांकन व लेखन :
अजय कालडा



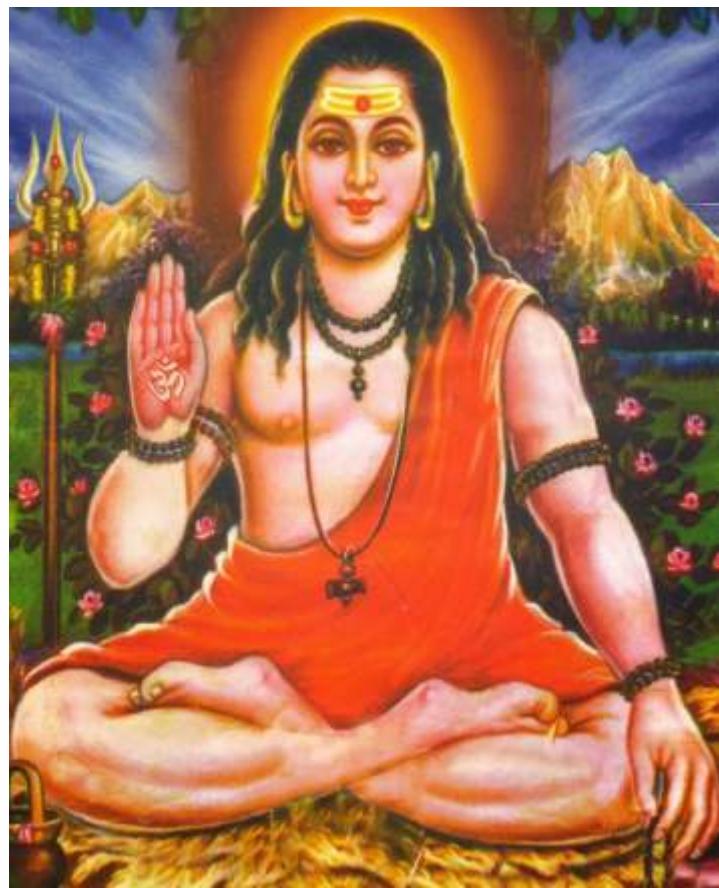






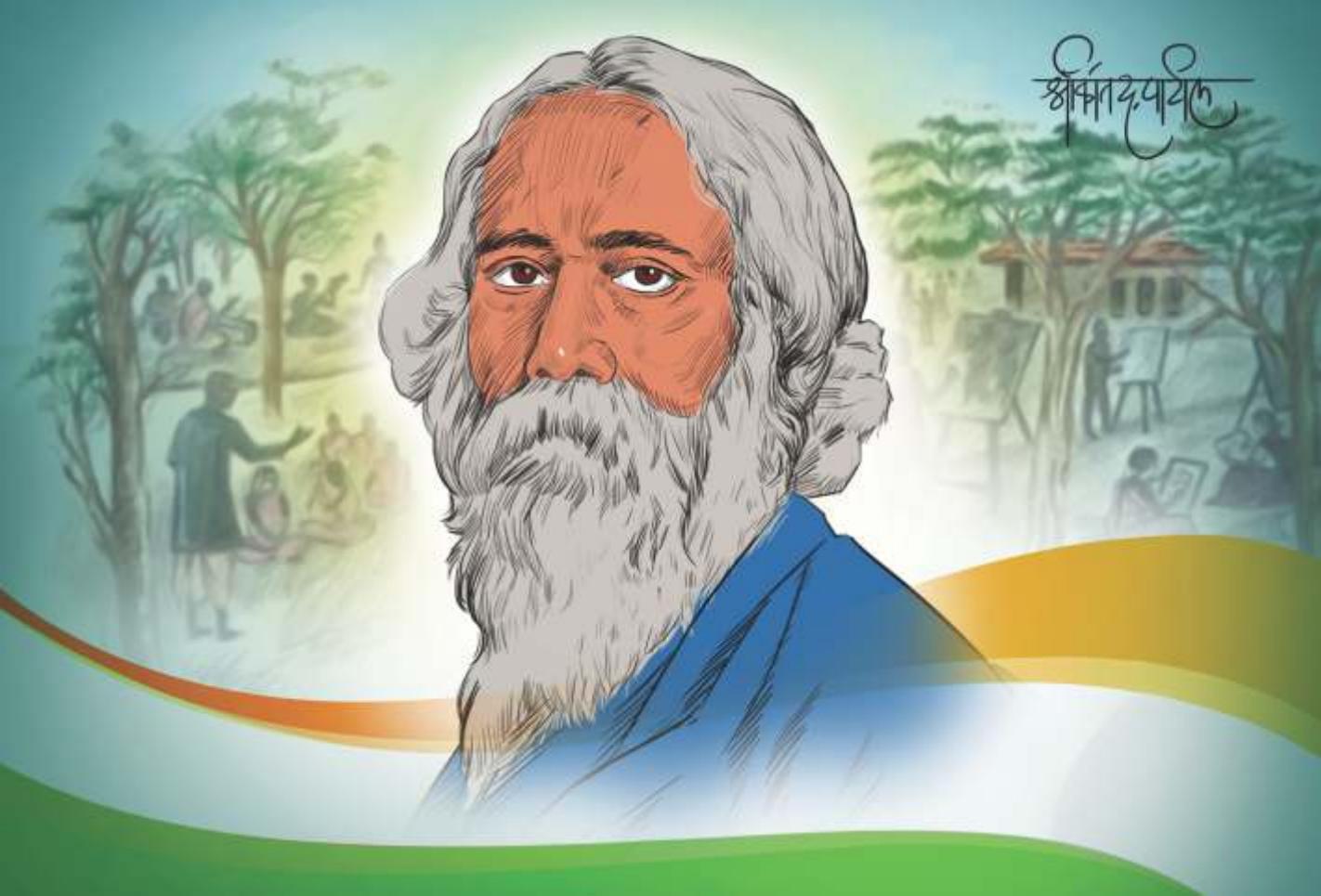
श्री गोरक्षनाथ

नाथ संप्रदायातील नवनाथांपैकी एक म्हणजे गोरक्षनाथ. माच्छिंद्रनाथ एकदा तीर्थयात्रेला निघाले होते. अनेक दुःखी कष्टी लोकांना सुखाचा मार्ग दाखवत त्यांचे दुःख दूर करु लागले. एकदा फिरत फिरत ते चंद्रगिरी गावात आले. त्या गावात सर्वोपदयाळ नावाचा एक ब्राह्मण राहत होता. त्याच्या पत्नीचे नाव होते सरस्वती. ती अतिशय सद्गुणी होती. तिला पुत्र नसल्यामुळे ती दुःखी होती. माच्छिंद्रनाथ त्यांच्या घरी भिक्षा मागण्यास गेले असता सरस्वतीने त्यांना भिक्षा घातली व नमस्कार केला. पुत्रप्राप्तीसाठी त्यांच्याकडे आशीर्वाद मागितला. माच्छिंद्रनाथांनी तिला भस्म दिले व म्हणाले, हे साधारण भस्म नाही. याचे सेवन केल्यास साक्षात हरिनारायण तुझ्या पोटी येईल. मी स्वतः बारा वर्षांनंतर येऊन त्याला उपदेश करीन. सरस्वतीने शेजारच्या बायकांना ही हकीकत सांगितली. त्यावर सर्वांनी हसून तिची चेष्टा केली. म्हणाल्या असल्या भस्मापासून कधी मुलं होतात का? बायकांनी तिच्या मनात शंका निर्माण केल्यामुळे तिने ते भस्म गोठ्याजवळील शेणाच्या ढिगाच्यात फेकून दिले. पुढे बारा वर्षांनंतर माच्छिंद्रनाथ चंद्रगिरी गावात आले व सरस्वतीच्या घरासमोर



जाऊन उभे राहिले. सरस्वतीने नाथांना ओळखले. नाथांनी विचारले, मुलगा कोठे आहे? त्यावर तिने सांगितले, मला मुलगा झालाच नाही. नाथ म्हणाले खोटं बोलू नकोस, त्या भस्माचे काय केले? तेव्हा तिने क्षमा मागत त्यांना सांगितले, की ते शेणाच्या ढिगाच्यात टाकले. नाथ म्हणाले, मला ती जागा दाखव. शेणाच्या ढिगाच्याजवळ जाऊन नाथांनी आवाज दिला, हे प्रतापवंता, हरिनारायणा तू जर गोवऱ्यात असलास तर बाहेर ये. शेणाच्या ढिगाच्यातून आवाज आला, गुरुराया मी इथं आहे, तुम्ही मला बाहेर काढा. माच्छिंद्रनाथांनी शेणाच्या ढिगाच्यातून त्या मुलाला बाहेर काढले. तो बारा वर्षाचा तेजस्वी पुत्र पाहून सरस्वतीला पश्चाताप झाला. माच्छिंद्रनाथ त्या मुलास आपल्याबरोबर

(पान ४४ वर)



कथा

कलेचा उपासक

वि शविख्यात कवी, तत्वचिंतक आणि साहित्यातील नोबेल पारितोषिक मिळवणारे रवींद्रनाथ टागोर यांचा जन्म एक धनवंत आणि विद्यावंत कुटूंबात झाला. देवेंद्रनाथ आणि माता शारदादेवी यांना जी एकूण १५ अपत्ये झाली त्यात रवींद्रनाथांचा १४ वा क्रमांक होता. रवींद्रनाथ मुळातच हुशार होते

आपली संस्कृती इतिहास यावर त्यांचे प्रेम होते. नविन शिक्षणपद्धतीचा पुरस्कार आणि अवलंब करणारे शिक्षणतज्ज्ञ. राष्ट्रगीताचे जनक

तसेच गितांजली या काव्यसंग्रहाला मिळालेल्या नोबेल पारितोषिकामुळे ते विश्ववंद्य कवी ठरले. त्यांच्या जन गन मन ला राष्ट्रगीताचा मान मिळाल्याने ते राष्ट्रकवी झाले. वालिमकी प्रतिभा हे त्यांचे पहिले संगीत नाटक. बंगाली व संस्कृत भाषेवर त्यांचे विशेष प्रभुत्व होते. बंगाली साहित्य क्षेत्रात कवी, कादंबरीकार, नाटककार म्हणून त्यांनी भरीव कार्य केले.

स्वातंत्र्य चळवळीशीही त्यांचा निकटचा संबंध होता. युरोप आणि आशियातील देशांमध्ये

श्री गोरक्षनाथ

एकून सात वेळा दौरा केला. ते इंग्लंडला गेले असताना बृक, यीट्स आदी इंग्लीश कवींनी त्यांच्या कविता इंग्लिशमध्ये भाषांतरीत करुन त्यांना वाचायला दिल्या. त्यांना त्या कमालीच्या आवडल्या. त्यांनी साधना, भारती, वंगदर्शन या मासिकांचे संपादन केले. निसर्गरम्य वातावरणात ते चित्रकला, गायनकला, चांगल्या पुस्तकांचे वाचन आणि रानावनात भ्रमंती यामध्ये आपले मन रमवत. वयाच्या ७०व्या वर्षी त्यांनी चित्रकलेची उपासना सुरु केली. त्यानंतर त्यांनी सुमारे तीन हजार चित्रे रेखाटली.

त्यांनी शांतीनिवेदन आणि विश्वभारती या विद्यापीठांची स्थापना केली. ७ ऑगस्ट १९४९ रोजी त्यांचे निधन झाले.

-नरहरि वानरे

घेऊन गेले. त्याचे नाव गोरक्षनाथ असे ठेवले. त्याला शाबरी विद्येत प्रविण केले तेसेच अस्त्र-शस्त्र विद्याही शिकवली. शके सतराशे दहापर्यंत सर्व नवनाथ प्रकट रूपाने फिरत होते. अलख-निरंजन म्हणजे ज्याचे वर्णन करता येत नाही जो डोऱ्याने दिसत नाही अशा निर्गुण निराकार परमेश्वराचा प्रसार करीत लोकांना अज्ञानातून व भ्रमातून मुक्त करत होते. त्याचबरोबर त्यांचे संसारातील दुःख कष्टही दूर करत होते. नंतर ते गुप्त झाले. गिरनार पर्वतातील श्रीदत्तात्रेयाच्या आश्रमात गोरक्षनाथ काही वर्षे राहिले, चौच्याएंशी सिध्दांपासून नाथपंथ भरभराटीस आला. नेपाळमध्येही गोरक्षनाथांचे आश्रम आहेत. महाराष्ट्रातील औंड्या नागनाथ ही त्यांची तपोभूमी असल्याचे म्हटले जाते.



Kids
Divine
ek ruhani muskaan

Learn with a twist

44

हसती दुनिया मे २०२१

तो आइए.... हर महीने इस मस्ती की
झलकी से सीखें और सिखाएं...

kids.nirankari.org

सामाजिक ज्ञान



०१. चंद्रावर जायला किती वेळ लागतो ?

- अ) ३ दिवस ब) २१ दिवस क) ३ महिने ड) १३ दिवस

०२. पाणबुडे स्वतःजवळ कोणता वायू ठेवतात ?

- अ) हायड्रोजन ब) नातट्रोजन क) हेलिअम ड) ऑक्सिजन

०३. पिण्याचे पाणी कोणत्या वायूने शुद्ध करतात ?

- अ) अमोनिया ब) क्लोरिन क) ऑक्सिजन ड) कार्बनडाय ऑक्साईड

०४. कोणता जीव त्याच्या अश्रूमुळे प्रसिध्द आहे ?

- अ) लांडगा ब) जिराफ क) मगर ड) पाणघोडा

०५. कोणत्या पिकासाठी बियांचा वापर होत नाही ?

- अ) कापूस ब) ऊस क) कांदा ड) नारळ

०६. सर्वात कठीण पदार्थ कोणता ?

- अ) हीरा ब) मोती क) पोलाद ड) सोने

०७. महात्मा गांधींना महात्मा ही पदवी कोणी दिली ?

- अ) डॉ. आंबेडकर ब) पं. नेहरु क) रवींद्रनाथ टागोर ड) लो. टिळक

०८. गोदान ही कोणत्या प्रसिध्द लेखकाची कादंबरी आहे ?

- अ) पं. नरेंद्र शर्मा ब) मोतीलाल नेहरु क) महादेव वर्मा ड) मुंशी प्रेमचंद

०९. 'ब्रह्म की प्राप्ती भ्रम की समाप्ती' हे घोषवाक्य कोणाचे आहे ?

- अ) बाबा अवतार सिंह जी ब) बाबा गुरुबचन सिंह जी क) बाबा हरदेव सिंह जी ड) राजमाताजी

१०. नऊ प्रकृतीतील ईश्वराचा अंश कोणता ?

- अ) जीव ब) अग्नी क) वायू ड) आकाश

उत्तरे इतरत्र

हसती दुनिया
मे २०२१





कथा

दाता आणि भिकारी

आ ग्रा शहरा जवळच्या एका जंगलात एक फकीर राहत होता. दिल्लीतील अनेक व्यक्ती त्याच्याकडे मार्गदर्शनासाठी येत. त्याचा सल्ला मोलाचा ठरत असे. त्यामुळे त्याच्याकडे लोकांची रिघ लागत असे. लोकांना बसायला जागा कमी पडू लागली. फकीराने विचार केला, की दिल्लीच्या बादशाहाकडे जाऊन काही मदत

मागावी म्हणजे त्यातून एक धर्मशाळा बांधता येईल. सर्वांनाच त्याने हा विचार सांगितला. एकदा तो फकीर बादशाहाकडे गेला. बादशहा त्यावेळी नमाज पढत होता. ते पाहून फकीरही नमाज पढू लागला. काही वेळाने त्याच्या कानावर बादशहाचे शब्द पडले. बादशहा प्रार्थनेत म्हणत होता, “हे परवरदिगार, माझ्या

संवेदनशीलता

संपत्तीत भर पडू दे. माझी दौलत कमी पडत आहे.” फकीराने चमकून बादशहाकडे पाहिले आणि तो काही न बोलता जायला निघाला. इतक्यात बादशहाचे लक्ष फकीराकडे गेले तो म्हणाला, “तुम्ही मला भेटायला आला होतात ना, मग निघून का चाललात?” फकीर म्हणाला, “हे महाराजा, मी जंगलात राहतो. माझ्याकडे खूप लांबून लोक सल्ला विचारायला येतात. त्यांच्या राहण्याची सोय व्हावी म्हणून मी मदत मागायला आलो होतो. पण” बादशहा म्हणाला, “मग काय झालं, परत का निघालात?” फकीर म्हणाला, “तुम्हीच प्रार्थनेत म्हणत होतात, की मला अधिक संपत्ती हवी आहे. मग एक भिकारी दुसऱ्या भिकाच्याला काय देणार? त्यापेक्षा मी श्रमदानातून धर्मशाळा बांधेन. खरं म्हणजे मी इथंपर्यंत यायला नको होतं. जो सर्वांना देतो त्याच्याकडे च मागायला हवं होतं. राजा हा प्रजेसाठी दाता असतो; पण खरा दाता हा ईश्वर-अल्ला आहे. आजही गडगंज संपत्ती असणारे भिकाच्यासारखे ईश्वराकडे हात पसरतच असतात. आपण विनाकारणच इतरांना दानी, दानशूर, दाता म्हणत असतो. वास्तविक खरा दाता सदैव देत असतो पण त्याचा हात दिसत नाही आणि कर्तृत्वही दिसत नाही. माझांच चुकलं, मी हा विचार आधीच करायला हवा होता.” बादशहा यावर काही बोलणार त्या आधीच फकीर निघूनही गेला.



सा ने गुरुजींच्या जीवनातील हा एक प्रसंग आहे. एकदा ते एका झाडाखाली बसले होते. जवळच एक चिमणीचं घरटं होतं. थोड्या वेळाने काही लहान मुलं तिथं खेळायला आली. चिमणीचं घरटं पाहून त्यांच्या मनात कुत्रूहल निर्माण झालं. चिमणीचं पिल्लू नक्की कसं असतं हे पाहण्यासाठी त्यांनी चिमणीच्या घरट्यातील पिल्लूच पळवून नेलं आणि झाडाखाली बसून मुले त्या पिल्लाशी खेळू लागली. ते पिल्लू म्हणजे त्यांच्यासाठी जणू सजीव खेळणच होतं. बिचारे पिल्लू आईच्या भेटीसाठी आक्रोश करू लागलं. पिलाचा आक्रोश ऐकून चिमणा-चिमणी देखील चीची करत आजूबाजूला घिरट्या घालू लागली. साने गुरुजींना हे दृश्य पाहवले नाही. ते मुलांजवळ जात त्यांना प्रेमाने समजावत म्हणाले, “बाळांनो! तुम्हाला तुमच्या आई पासून असंच कोणी पळवून नेलं तर तिला काय वाटेल? आणि त्यावेळी तुम्ही काय कराल? चला बरं त्या झाडाजवळ!“ गुरुजी मुलांना घेऊन चिमणीच्या घरट्याजवळ गेले. पिलाला घरट्यात ठेवताच चिमणीचा आक्रोश थांबला. आईला पाहून पिल्लूही ओरडायचे थांबले. माय लेकरांची ती भेट पाहून गुरुजींचा चेहरा फुलला. मुलांनाही समाधान वाटले. यापुढे मायलेकराची ताटातूट करायची नाही, मुक्या प्राण्यांवर दया करायची ही शिकवण घेऊन मुलं घराकडे पळाली. तात्पर्य, आपल्यावरून इतरांचे दुःख ओळखावे व नेहमी इतरांविषयी संवेदनशील असावे.



कुहली लोच फिरा

कु हली लोच हा गोड पाण्यातील मासा असून कोबिटिडि या कुळातील आहे. हा लहान इल माशाप्रमाणे आहे. कुहली लोच हा मासा मुळचा इंडोनेशिया, मलाया, पेर्नीनसुला या भागातील आहे. हा मासा लांबट आकाराचा असून त्याचे शरीर चपटे असते. त्याच्या अंगावरचे पंख हे अतिशय लहान असतात. पाठीवरचा पंख हा शरीराच्या मध्यभागी असतो. पोटाचा पंख हा पोटाच्या खालच्या बाजूस असतो. त्याचे डोळे पातळ आणि पारदर्शक कातडीने झाकलेले असतात. शरीरावर १० ते १५ गडद चॉकलेटी किंवा काळ्या रंगाचे पट्टे असतात. त्यामुळे गुलाबी किंवा पिवळ्या रंगाची छटा असते. हे मासे एकत्र कळपाने राहतात. कळपात राहून आपल्या सख्या-सोयच्यांबरोबर आनंद घेत पाण्यात विहार करणारा हा मासा आहे. मादी वाहत्या पाणवनस्पतीच्या मुळांमध्ये एका वेळी शेकडो अंडी घालते. २४ ते



३० अंश सेल्सियस तापमानाच्या पाण्यात हे मासे राहू शकतात. हे मासे निशाचर आहेत. ते भक्ष शोधण्यासाठी रात्री बाहेर पडतात. पाण्याच्या तळाशी असलेल्या खाद्यपदार्थांपैकी काहीही खाऊन ते आपली उपजिवीका करतात. हा मासा दिसायला सुंदर असत्यामुळे त्याला अँकवेरियम मध्ये पाळतात कारण हा मासा ऑकवेरियमची शोभा मानला जातो.

-संग्राहक : स्वप्निल वि.न्हाटवळ



चपळ कमांडर

आ पल्याकडे सापडणाऱ्या विविधरंगी आणि कमांडर फुलपाखरु. पावसाळ्यात आणि त्यानंतरच्या काळात पानझडीच्या जंगलांमध्ये हे फुलपाखरु अगदी हमखास आढळतं. या फुलपाखराचा आकार मध्यम म्हणजे साधारणतः ६० ते ७५ मिलीमीटर एवढा असतो.

याच्या पंखांचा वरचा रंग गडद लालसर-तपकिरी असतो. या पंखांच्या मधोमध खालून वर जाणारी शुभ्र पांढऱ्या ठिपक्यांची एक रंग असते. याशिवाय पंखांच्या वरच्या टोकाला काही पांढरेशुभ्र ठिपके असतात. पंखांच्या खालच्या बाजूला रंगही लालसर-तपकिरी असतो; पण त्यावर काळ्सर-राखाडी रंगाची पखरण असते. याचबरोबर त्यांच्या कडांवर पांढरे व काळे ठिपके आणि झालरीसारखं नक्षीकाम असतं.

हे फुलपाखरु अगदी अजब पध्दतीने उडतं. हे जमिनीलगत उडतं आणि वरच्या दिशेला अगदी वेगाने झोप घेतं. मात्र, हे उड्हाण वेगवान आणि कमी अंतराकरता असतं. हे उडताना पंखांची उघडझाप करत थोडं अंतर पुढे जातं आणि मग



काही वेळ संथपणे तरळत राहतं व पुन्हा पंखांची उघडझाप करतं. याप्रमाणे अगदी लयबध्दरीत्या हे उडत राहतं.

ही फुलपाखरं समूहाने सकाळच्या कोवळ्या उन्हात रस्त्यावर पूर्ण पंख पसरून बसलेली दिसतात. त्याचप्रमाणे ती मधाकरता अनेक प्रकारच्या फुलांना भेट देतात. आपल्या हृदीचं रक्षण करण्यात हे पटाईत असतात. जंगलातील पायवाटांवर इतर फुलपाखरांच्या पाठिमागे जलद उडत, त्यांचा पाठलाग करून त्यांना हे कमांडर दूरवर पळवून लावतात. उन्हाळ्यात बच्याच वेळेला ही फुलपाखरं कोरडे ओढे, नाले यांच्या आसपास चिखलपान करताना आढळतात. यासाठी ती पुन्हापुन्हा त्याच जागेला भेट देतात. अतिशय चंचल अशा या फुलपाखराचं छायाचित्रण करताना ते आपली चांगलीच दमछाक करतं. मात्र, चिखलपान करताना पंखांच्या हालचाली करत ते इतकं मश्गूल होतं की, आपल्याला छायाचित्रण करणं सोपं जातं.

-संग्राहक : अंकित चं. जाधव

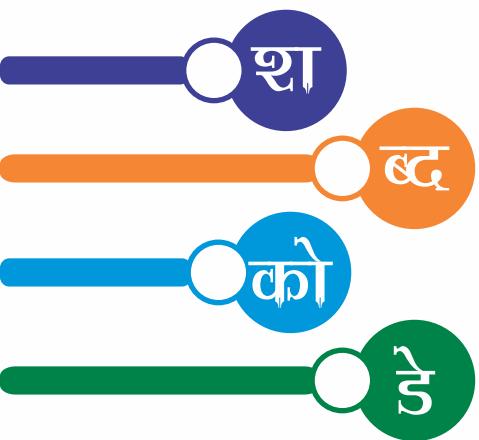


रंग भरा



सामाजिकान् उच्चैः

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



	१ मे		२ ता	रा	म	३ ती
४ स		५ ना	ना			पा
६ मो	रा	र	जी	दे	७ सा	ई
सा		८ ल			ता	
	९ रा	१० ब	११ ल	रा	१२ म	
१२ आ	धा	१३ र		व		ले
फि		१४ शि	क्ष	क		शि
१५ का	ली	या		१६ र	ज्ञि	या



हस्ती दुनिया
मे २०२१

॥ तू ही निरंकार ॥

गुरु ही सुमिरण गुरु ही पूजा गुरु ही पूजा का धर हे । गुरु ही है जगदीरवर सन्तो और गुरु परमेश्वर है । पाप विनाशक धर्म का रक्षक सत्गुरु सच का पालक है । कष्ट निवारक पीड़ा नाशक सत्गुरु जग का नायक है । सचे मन से और लगन से जो सदगुरु को ध्यायेगा कहे 'हरदेव' वही जन जग में सफल पदारथ पायेगा ।



शंकरराव जाधव
मुखी, वाई तालुका



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



अविनाश शंकरराव जाधव
प्रचारक, सातारा झोन

THE COMPLETE FAMILY SHOWROOM

मनमोहक साड़या | ड्रेस मटेरिअल | मेन्स वेअर | चिल्ड्रन्स वेअर
| लेडीज वेअर | सुटींग शर्टींग | रेमण्ड सियारामचे विक्रेते

ऐ मन मेरे सुमिरण कर ले सुमिरण से सुख आयेगा । धेरेंगे न संकट तुझ को भवसागर तर जायेगा ।
दम दम पल छिन नाम का जो जन करता अमृत पान है । ऐसे जन को जग में सन्तो मिलता जीवन दान है ।

गुरुसिख है सन्तान गुरु की गुरु पिता गुरु माता है।
कहे 'हरदेव' कि एक अटूट ये शिष्य गुरु का नाता है।

१९९, हरिहरेश्वर प्रतिक, आय.डी.बी.आय.बैंक 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



जनार्दन एच. पाटील
झोनल प्रमुख-नाशिक क्षेत्र

॥ नुही निरंकार ॥

ऑफिस : गाळा नं. १, ४, ६, ८ महावीर इंडस्ट्रियल इस्टेट,
नाशिंगी 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 इंजिनिअरिंग वर्क्स



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

मे. राज इंडस्ट्रीज



मॅन्यु. फार्मास्यूटिकल कॅप्स (कोलैप्सीबल आणि लैमी ट्युब कॅप्स),
पेस्टीसाईड पैकेर्जिंग, एच.डी. आणि पी.पी. बॉटल

बाबाजी कंस्ट्रक्शन्स

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

चनार्दन द्वा. पाटील
धर्मित रा. पाटील

रामेश च. पाटील
कुशल रा. पाटील