मूल्य ₹ २५/-

हसती दुनिया

(मराठी)

अंक ४ • वर्ष २१ वे • पृष्ठे ४४ • एप्रिल -२०२४

हसती दुनिया
मराठी

अंक ४ • वर्ष २१ वे • पृष्ठे ४४ • एप्रिल-२०२४

बालकांच्या बौध्दिक आणि आध्यात्मिक विकासाची आगळी वेगळी भेट

(पंजाबी, इंग्रजी व हिंदी भाषेतसुध्दा प्रकाशित)

मुख्य संपादक
डॉ. विजय शर्मा

संपादक
राजेंद्र थोरात
(अवैतनिक)

सजावट व चित्रे
उदय सत्यवान पांगे • राजनंदन कृ. पिंपळकर
श्रीकांत द. पाटील • रोहित कि. खुडे

मुद्रक व प्रकाशक, राकेश मुटरेजा यांनी संत निरंकारी मंडळ, दिल्ली-९ करीता एच.टी. मीडिया लिमिटेड, प्लॉट नं.८, उद्योग विहार, ग्रेटर नोएडा-२०१३०६ (उ.प्र.) येथे छापून संत निरंकारी सत्संग भवन, संत निरंकारी कॉलनी, दिल्ली-११०००९ येथे प्रकाशित केली.

कार्यालयाचा पत्ता
५०, मोरबाग रोड, संत निरंकारी सत्संग भवन,
दादर, मुंबई - ४०० ०१४
E-mail : hduniya.marathi@nirankari.org
Website : www.nirankari.org

लेखकांच्या मताशी सहमत असणे अनिवार्य नाही

मासिक पत्रिकेविषयी चौकशीसाठी हेल्प लाईन : ०२२-२४१० ५७४९

स्तंभ

- दोन शब्द ०४
- विचारपुष्प १०
- दादाला विचारु या १२
- शब्दकोडे १३
- दिव्यवाणी २४
- वाढदिवसाच्या शुभेच्छा २७
- अवकाश विज्ञान ३०
- हसा मुलांनो हसा ३२
- सवय ते संस्कार : नीटनेटकेपणा ३३
- सामान्य ज्ञान ३४
- आरोग्याचा मंत्र ३५
- महाराष्ट्राच्या जलवाहिन्या ४०

५

८

कथा

- रणछोडदास ०५
- शाळेची आमराई ०८
- दृष्टिकोन २०
- संस्काराची शिदोरी २१

विशेष व प्रेरक प्रसंग

- संतकथा : भगवान महावीर ०७
- विशेष : मानव एकता दिवस १४
- कुतुहल : ताऱ्याचं अंतर कसं ... २५
- प्रेरक प्रसंग : एकाग्रतेचं महत्त्व २६
- भ्रमंती : किल्ले चौगाव २८

कविता

- ओळखा तुम्ही ... ०६
- चंद्रयान सफर -३ २३
- थेंबाचा संदेश ३१

चित्रकथा

- चित्रकथा १६
- किट्टी ३६

कला

- रंग भरा ४२

अंत:करण प्रेमाने भरलेलं असावं

एकदा गुरुकुलात गुरुदेवांनी आपल्या शिष्यांना एक धडा शिकवला. क्रोध करु नये. त्यानंतर बरेच दिवस यावरच चर्चाही केली.

एके दिवशी त्यांनी शिष्यांना विचारलं, "गेल्या सप्ताहात मी तुम्हाला कोणता धडा शिकवला. तो तुमच्या स्मरणात आहे ना?" शिष्य म्हणाले, "होय गुरुदेव! क्रोध करु नये."

गुरुदेवांनी सुजय नावाच्या एका शिष्याला पाणी घेऊन यायला सांगितले. सुजय पाणी घेऊन येत असताना एक शिष्य मध्येच धावत आला. सुजयला त्याचा धक्का लागला. त्याबरोबर पेल्यातील थोडं पाणी खाली सांडलं. सुजय त्याच्याकडे रागाने पाहत म्हणाला, "काय रे, तुला दिसत नाही का?" ते पाहून गुरुदेवांनी सुजयला जवळ घेत विचारलं, "बाळ! क्रोधीत व्हायला काय झालं?" शिष्य म्हणाला, "गुरुदेव! मी तर मुळीच क्रोध करत नाही, त्याने धक्का मारला म्हणून मला क्रोध आला." गुरुदेव हसले. नंतर सर्व शिष्यांकडे पाहत म्हणाले, "बाळांनो, पाणी का सांडलं?"

सर्वांनी एकच उत्तर दिलं, की धक्का लागला म्हणून पाणी सांडलं. गुरुदेव म्हणाले, "सगळ्यांचं उत्तर चूक आहे. कारण पेल्यामध्ये पाणी होतं म्हणून ते सांडलं. पेल्यात पाणी नसतं तर सांडलं असतं का?... नाही. तसं क्रोध येण्यासाठी कोणतंही कारण पुरेसं ठरतं. कारण आपल्या अंत:करणात आधीच क्रोध भरलेला होता. मुळात आपल्या आतमध्ये जे आहे तेच बाहेर येतं. म्हणून क्रोध निमित्त मिळताच बाहेर आला. कोरड्या विहिरीत जर पाण्याची बादली टाकली तर ती पाण्याने भरुन येईल का?... नाही ना! तसं मनामध्ये जर क्रोध नसेल, तर कोणत्याही कारणाने बाहेर येणारच नाही. आपण आपल्या अंतरात जे भरतो, तेच बाहेर पडत असतं. म्हणूनच आपलं अंत:करण नेहमी दया, क्षमा, प्रेम आणि करुणेनं भरलेलं असावं."

मित्रांनो, सद्‌गुरुनंही आपल्याला केवळ प्रेमच करायला शिकवलं. नव्हे नव्हे प्रेमच व्हायला शिकवलंय. भगवान येशूंनीही म्हटलंय, लव दाय नेबर. सर्व साधुसंत, महापुरुषांनी प्रेमाचीच शिकवण दिली. ही शिकवण आपण जीवनात उतरवूया, तरच माणूस माणसाशी जोडला जाईल आणि मानव एकता साधता येईल. ❐

- राजेंद्र थोरात
hduniya.marathi@nirankari.org

रणछोडदास

भगवान श्रीकृष्णांची अनेक नावे आहेत. त्यातीलच एक नाव आहे रणछोडदास! अर्थात हे नाव काही भूषणावह आहे असं नाही. रणछोड म्हणजे रणांगणातून पळून गेलेला! आता हे नाव कसे पडले या विषयीची ही कथा -

द्वापार युगात मगध देशाचा एक राजा होता. त्याचे नाव जरासंध. त्याने अनेक राजांना युध्दामध्ये हरवून बंदीवासात टाकले होते. एका यज्ञासाठी शंभर राजांचा बळी देण्याचा त्याचा विचार होता. अशा अत्याचारी जरासंधाने भगवान श्रीकृष्णांना देखील युध्दासाठी आव्हान दिले. या वेळी तो फक्त एकटाच युध्द करणार नव्हता, तर त्याने श्रीकृष्णाविरुध्द युध्द करण्यासाठी यवन देशाचा राजा कालयवन याला आपल्या सोबत घेतले. कालयवनाने भगवान शंकरजींना खडतर तपश्चर्या करुन प्रसन्न करुन घेतले होते. त्यांनी वरदान दिले, की तुला कोणीही राजा अस्त्र शस्त्राने किंवा बाहुबलाने मारु शकणार नाही. भगवान शंकरांच्या या वरदानामुळे कालयवन उन्मत्त झाला होता. स्वत:ला अजेय समजू लागला. जरासंधाच्या

सांगण्याप्रमाणे आपली सेना घेऊन त्याने मथुरेवर आक्रमण केले. भगवान श्रीकृष्णांना ठाऊक होतं, की आपल्या बळाने आपण त्याला मारु शकत नाही आणि सुदर्शनचक्रही त्याचं काही बिघडवू शकत नाही. ते रणांगण सोडून पळू लागले आणि एका अंधाऱ्या गुहेमध्ये जाऊन लपले. कालयवन येऊन त्यांचा पाठलाग करत त्यांच्या मागोमाग गेला.

भगवान श्रीकृष्ण ज्या गुहेमध्ये जाऊन लपले होते, तिथे आधीच कोसल देशाचा राजा मुचकुंद गाढ झोपलेला होता. मुचकुंद राजाने देवांना युध्दामध्ये खूप मदत केली होती. त्यामुळे राक्षसांविरुध्द झालेल्या युध्दात देव जिंकू शकले होते. अनेक दिवस चाललेल्या या युध्दामुळे राजा मुचकुंद खूप थकला होता. त्याने इंद्रदेवाकडे विश्रांतीसाठी एका शांत स्थानाची मागणी केली आणि त्यासोबतच वरदानही मागितले, की माझी निद्रा भंग करणाऱ्यावर माझी दृष्टी पडताच तो भस्म होऊन जाईल. राजा मुचकुंदाला मिळालेल्या या वरदानाबाबतची माहिती श्रीकृष्णांना अगोदरच होती. म्हणून ते कालयवनाला आपल्या मागोमाग घेऊन गुहेपर्यंत घेऊन गेले, जिथे राजा मुचकुंद झोपला होता. कालयवनाला भ्रमित करण्यासाठी श्रीकृष्णांनी आपला पितांबर राजा मुचकुंदाच्या अंगावर टाकला आणि ते एका कोपऱ्यात लपून बसले. कालयवनाला वाटलं इथे श्रीकृष्ण झोपलेले आहेत. त्याने रागाने लाथ मारली. त्याचबरोबर राजा मुचकुंदची निद्रा भंग झाली. झोपेतून उठून त्याने क्रोधाने पाहिले. कालयवनावर त्याची दृष्टी पडताच तो जळून भस्म झाला.

या घटनेवरुन श्रीकृष्णांना 'रणछोड' असे नाव पडले. वास्तविक ही तर भगवान श्रीकृष्णांची लीला होती. ❐

ओळखा तुम्ही...

रंग आहे त्याचा काळा भुरकट
आखूड पंख अन पाय बळकट

धिप्पाड देहावर उंच उंच मान
पिसांचा फुलोरा पाठीवर छान

पंख असूनही नाही तो उडत
पंखांचा उपयोग नाही कधी करत

उंचच उंच त्याचे मजबूत पाय
दुडूदुडू धावत वेगाने जाय

रुबाबदार आणि आहे सुंदर
कोण आहे तो, ओळखा लवकर

(प्रा. देवबा पाटील- खामगाव)

भगवान महावीर

इसवी सन पूर्व ५९९ मध्ये म्हणजे सुमारे अडीच हजार वर्षांपूर्वी वैशाली नगरीतील कुंडग्राम येथे राजा सिध्दार्थ आणि राणी त्रिशला यांच्या घरी पुत्र जन्माला आला. त्याचं नाव ठेवलं वर्धमान.

राजपुत्र वर्धमान यांचा विवाह यशोदा नावाच्या कन्येशी संपन्न झाला. त्यांना एक मुलगी झाली. तिचं नाव प्रियदर्शनी. वर्धमान पहिल्यापासूनच विरक्त स्वभावाचे होते. वयाच्या तिसाव्या वर्षी राजवैभवाचा त्याग करुन त्यांनी संन्यास धारण केला आणि आत्मकल्याणाच्या मार्गावर निघून गेले. जैन धर्मातील तत्वज्ञानासाठी ते भटकत राहिले. काही लोकांनी त्यांना चोर समजून मारण्याचा प्रयत्न केला. अनेकदा त्यांची वस्त्र काट्याकुट्यांमध्ये अडकून फाटून गेली होती. पुढे ते वस्त्रत्याग करुनच फिरत राहिले. बारा वर्षे कठीण तपश्चर्या केल्यानंतर वयाच्या ४२ व्या वर्षी रिजूपालिका नदीच्या काठी असलेल्या जंभिकाग्राम येथे एका साल वृक्षाखाली त्यांना ज्ञानप्राप्ती झाली. लोक त्यांना 'भगवान महावीर स्वामी' म्हणून ओळखू लागले.

जैन धर्माचे पहिले तीर्थंकर ऋषभदेव होते, तर २३ वे तीर्थंकर पार्श्वनाथ होते. १८८ वर्षांनंतर जैन धर्माला २४ वे तीर्थंकर वर्धमान महावीर यांच्या रुपाने लाभले. भगवान महावीरांनी जगाला सत्य आणि अहिंसेचा पाठ शिकवला. कारण त्या काळात हिंसा, पशुबळी, जात-पात, उच्च-नीच भेदभाव खूप वाढला होता. यासाठी त्यांनी पंचशील सिध्दांत जगाला शिकवला. यामध्ये अहिंसा (मांसाहार वर्ज्य करणे), सत्य, अपरिग्रह (अनावश्यक गोष्टींचा संग्रह न करणे), अस्तेय (चोरी न करणे), आणि ब्रह्मचर्य ही तत्वं येतात.

ते म्हणत, जगतामध्ये एकच आत्मा असल्याने सर्वांशी एकसारखा विचार आणि व्यवहार असावा. प्रत्येक व्यक्तीमध्ये उच्च तत्वाला जाण्याची पात्रता असते. उत्तम जगण्यासाठी स्वत:मधील वाईट गुण कमी करणे, जाणिवा शांत करणे यालाच मोक्ष मानले. प्रत्येक व्यक्ती मोक्षप्राप्तीपर्यंत जाऊ शकते असे ते म्हणत. महावीरांनी 'जिओ और जीने दो' म्हणजे जगा आणि जगू द्या हा सिध्दांत जगाला दिला. त्यांचे अनेक शिष्य होते. त्यामध्ये प्रामुख्याने राजा बिंबिसार, राजा अजातशत्रू, कुणीक आणि चेटक यांचा देखील समावेश होता. वयाच्या ७२ व्या वर्षी बिहार मधील पावापुरी राजगीर येथे त्यांचे निर्वाण झाले. म्हणजे त्यांना मोक्षप्राप्ती झाली. त्यांचा मोक्ष दिवस दिवाळीच्या रुपात धुमधडाक्यात साजरा केला जातो. ❐

कथा

शाळेची आमराई

दहा-बारा वर्षांपूर्वीची ही गोष्ट आहे. एका गावात एक गरीब शेतकरी राहत होता. त्याची आंब्याची एक छोटीसी आमराई होती. वसंत ऋतूत आंब्याच्या झाडांना मोहोर येई. हळूहळू कैऱ्याही लागत. त्याच वेळी शाळेतील दहा-बारा उनाड मुलं शेतकऱ्याची नजर चुकवून आमराईत शिरत आणि झाडावर दगड मारुन कैऱ्या पाडत. शेतकऱ्याने त्यांना प्रेमाने समजावून सांगितलं, रागावून झालं; पण मुलांवर त्याचा काहीही परिणाम झाला नाही. आंबे पिकण्याआधीच ते तोडत असल्यामुळे मोहोरही गळून जाई. त्यामुळे शेतकरी पुरता कंटाळून गेला होता. काय करावं त्याला कळेना. एके दिवशी त्याने मुलांना बोलावून घेतलं आणि प्रेमाने समजावत सांगितलं, “मुलांनो, तुम्ही कच्च्या कैऱ्या पाडू नका, मी प्रत्येकाला एकेक पिकलेला आंबा देईन; पण एका अटीवर! आंबा खाऊन झाल्यावर त्याची कोय फेकून न देता ती जमिनीमध्ये लावायची आणि रोज पाणी घालायचं. कोय रुजली, की त्याचं झाड होईल. झाडाला खूप खूप आंबे लागतील. मग हवे तेवढे आंबे खा; परंतु आंबे येईपर्यंत झाडाची नीट देखभाल करा.”

मुलांनी लगेच आनंदाने होकार दिला. शेतकरी काकांनी प्रत्येकाला एकेक आंबा दिला. आंबा खात खात मुलं घरी गेली. दुसऱ्या दिवशी आंब्याची कोय घेऊन शाळेत आली. प्रत्येकाने शाळेच्या आवारातील आपापल्या जागा निश्चित केल्या. त्या त्या ठिकाणि वीतभर खड्डा खोदून आंब्याची कोय लावली. त्यावर पाणी घातलं. आता लवकरच आपल्याला भरपूर आंबे खायला मिळणार म्हणून मुलं आनंदात होती. ठरल्याप्रमाणे रोज पाणी घालू लागली.

तीन-चार दिवस झाले; पण झाडं काही उगवली नाहीत. जास्त दिवस वाट पाहायचा धीर कोणाकडेच नव्हता. आंबे खाण्यासाठी ते अधीर झाले होते. प्रत्येकजण झाडाला पाणी घालण्याआधी कोय रुजली की नाही हे पाहण्यासाठी बाहेर काढून पाही आणि पुन्हा जमिनीत पुरुन पाणी घालून निघून जाई. ही गोष्ट शाळेच्या हेडमास्तरांच्या निदर्शनास आली. त्यांनी त्या मुलांना बोलावून घेतलं आणि विचारलं, "बाळांनो, तुम्हाला आंब्याची कोय लावताना मी पाहिलं, तेव्हा मला मला खूप आनंद झाला. तुम्ही रोज पाणीही घालता; पण जमिनीत लावलेली कोय रोज रोज बाहेर का काढून पाहता?"

मुलं म्हणाली, "सर, आम्हाला लवकरात लवकर झाड उगवून आंबे खायचे आहेत."

त्यावर हेडमास्तर त्यांना समजावत म्हणाले, "बाळांनो, बी लावल्याबरोबर ते लगेच रुजत नसतं. त्यासाठी काही वेळ जाऊ द्यावा लागतो. बी रुजून अंकुर फुटतो. त्याला बीजांकुरण म्हणतात. मग कोवळी पालवी फुटू लागते. त्यावेळी मात्र रोपाची खूप काळजी घ्यावी लागते. त्याला योग्य तेवढंच पाणी द्यावं लागतं. गुराढोरांपासून त्याचं रक्षण करण्यासाठी कुंपण घालावं लागतं. त्याची निगा राखावी लागते. वेळोवेळी खतपाणी घालावं लागतं आणि त्याहीपेक्षा महत्त्वाचं म्हणजे संयम ठेवावा लागतो. कारण आंब्याची कोय लावल्यापासून ते आंबे येईपर्यंत पाच ते आठ वर्षे लागतात आणि बी जेव्हा जमिनीत लावलं जातं, तेव्हा ते वारंवार मातीतून बाहेर काढायचं नसतं. अन्यथा बीजांकुरणाची क्रिया होणार नाही. मग झाड उगवणं तर दूरच उलट बी कुजून नष्ट होईल."

मुलांना त्यांची चूक कळली. झाड वाढवणं ही काही सोपी गोष्ट नाही. त्यासाठी एवढी वर्षे झाडांची काळजी घ्यावी लागते? खरंच! शेतकरी काकांना तर किती कष्ट घ्यावे लागले असतील! आणि आपण मात्र त्याचा विचार न करता झाडांवर दगड मारुन, फांद्या तोडून त्यांच्या झाडांचं किती नुकसान करतो! खरंच किती लाजिरवाणी गोष्ट आहे ही! त्यांनी सर्वांनी जाऊन शेतकरी काकांची माफी मागितली आणि त्यांना दिलेलं वचन पूर्ण करायचा निश्चय केला.

आज शाळेच्या आवारात आल्यावर आमराईत आल्यासारखं वाटतं. तिथं दहा-बारा आंब्याची झाडं दिमाखात उभी आहेत. दरवर्षी त्यांना भरपूर आंबे येतात. शाळेतील सर्व मुलांना आंबे खायला मिळतातच. शिवाय आंबे विकून शाळेला उत्पन्नही मिळतं. ज्यांना उनाड म्हणून हिणवलं जाई त्याच मुलांनी शाळेत आमराई उभारली.

❐ मनीषा साळुंखे (मीरा रोड)

चांगलं कार्य करणारा कधीही मान सन्मानाची अपेक्षा करत नाही. कारण त्यांचं कार्य स्वत:च त्याला सन्मानास पात्र ठरवतं.

– स्वामी विवेकानंद

विचारपुष्प

प्रत्येक स्थितीत स्थिर राहावे

परमात्म्याचा प्रकाश प्रत्येक क्षणी आहे. या प्रकाशात आपण आपले डोळे बंद करु नये. परमात्मा सदैव अंगसंग आहे. तर मग याच्या जाणिवेत का राहू नये ? या मानवी दुनियेत इतकंही हरवून जाऊ नये. सांसारिक वस्तूंशी एवढंही जोडलं जाऊ नये, की या प्रभूचाच विसर पडावा! प्रकाश आहे; परंतु आपले डोळे जर मिटलेले असतील तर त्या प्रकाशाचा काहीही उपयोग नाही. म्हणून जेवढा जास्त आपण याचा लाभ घेऊ तेवढं आपलं जीवन प्रकाशमय आणि सुसह्य होईल. परमात्मा सर्व काळ, सर्व ठिकाणी भरलेला आहे. हा कुठल्या विशिष्ट ठिकाणी सीमित नाही. हा बेअंत आहे. जसं, मराठीमध्ये देखील एक अभंग आहे –

ब्रह्म दिसे उघडे, जगी या ब्रह्म दिसे उघडे

जेव्हा आपण एकमेकांकडे पाहतो तेव्हा आपल्यामध्ये रिकामी जागा दिसते; परंतु ही जागा रिकामी नाही याची जाणीव ब्रह्मज्ञानीयांना असते. अशी कुठलीही जागा नाही, की जिथे परमात्मा नाही. देहामध्ये देखील हाच परमात्मा आहे आणि अंगसंग देखील आहे. ही खूण पटल्यावर हा परमात्मा सर्वांमध्ये दिसू लागतो. मनामध्ये दैवी गुण आपोआप येऊ लागतात. ते गुण अंगी वसू लागतात. आत्मा परमात्म्याचं नातं जेव्हा जुळतं, तेव्हा आत्म्याला जाणीव होतं, की आपलं मूळ स्वरुप हा परमात्मा आहे, हा देह आपली ओळख नाहीये. आत्मा परमात्म्यामधून आलेला आहे आणि यातच सामावून जाणार आहे. अशा प्रकारे जे जीवन जगतात तेच मोक्षमुक्ती प्राप्त करतात. त्यांच्या मनामध्ये कृतज्ञतेचा भाव येतो. जीवनात शांती येते. मग कोणतीही गोष्ट त्याला विचलीत करत नाही. मग आपल्या मनासारखं जरी घडलं नाही तरी चालेल. परमात्म्याच्या इच्छेने जे घडेल ते चांगलंच असेल, हा भाव निर्माण होतो. यावर आधारित एक कथा आहे –

जेव्हा आपण एकमेकांकडे पाहतो तेव्हा आपल्यामध्ये रिकामी जागा दिसते; परंतु ही जागा रिकामी नाही याची जाणीव ब्रह्मज्ञानीयांना असते. अशी कुठलीही जागा नाही, की जिथे परमात्मा नाही. देहामध्ये देखील हाच परमात्मा आहे आणि अंगसंग देखील आहे.

एका नगरीतील काही लोक दुसऱ्या नगरीतील राजाला भेटण्यासाठी जातात. जाताना रिकाम्या हाताने जाऊ नये म्हणून ते भेटवस्तू म्हणून नारळ घेऊन जातात. मजलदरमजल करत ते त्या राज्यामध्ये पोचतात, तेव्हा त्यांना असं दिसतं, की या राज्यामध्ये तर अक्रोड जास्त पिकतात. त्या लोकांच्या राज्यात ते पिकत नाहीत म्हणून ते त्यांना महत्त्वपूर्ण वाटले. ते नारळ टाकून देतात आणि अक्रोड घेऊन जातात. पुढे जात असताना त्यांना कांदे दिसतात. तेही त्यांच्या राज्यात मिळत नाही म्हणून त्यांच्यासाठी ते महत्त्वपूर्ण वाटतात. मग ते अक्रोड टाकून कांदे घेऊन जातात. आपण आपण एक आगळीवेगळी भेटवस्तू घेतल्याचा आनंद त्यांना झाला होता; परंतु त्या राज्यात कांदा ही तर खूपच साधारण वस्तू होती. राजाला जेव्हा ते कांदे भेटवस्तू म्हणून देतात, तेव्हा राजा प्रसन्न होण्याऐवजी क्रोधीत होतो आणि त्यांना शिक्षा सुनावतो, की हेच कांदे यांच्या डोक्यावर असे मारा की त्याचा रस यांच्या अंगभर पसरेल. त्यांच्यातील एक जण म्हणतो, की या पेक्षा आपण रिकाम्या हाताने आलो असतो तर अधिक चांगलं झालं असतं. त्यांच्यातील काही जण असाही विचार करत होते, की या कांद्याऐवजी आपण अक्रोड आणले असते तर आपल्याला खूपच मार सहन करावा लागला असता आणि त्याऐवजी जर नारळ आणले असते तर आपली काय अवस्था झाली असती! त्यातले काहीजण असाही विचार करत होते, की जेवढे कांदे आहेत तेवढाच तर त्रास आपल्याला सहन करावा लागेल. ही वाईट वेळ देखील निघून जाईल.

या कथेची सत्यता काहीही असो; परंतु कथेचा भाव असा आहे, की आपला हेतू कितीही शुध्द असला तरी परिणाम आपल्या हातात नसतो. म्हणून प्राप्त परिस्थितीत मनाने स्थिर राहावं. ❐

दादाला विचारु या..!

प्रश्न आपल्या मनातले, उत्तर सद्‌गुरु बाबाजींचे

प्रश्न : संत हे नेहमी शाश्वत सत्याचाच आधार घेण्यास सांगतात तरीही त्यांना प्रचंड विरोध का होत असतो ?

उत्तर : इतिहास साक्षी आहे, ज्या ज्या वेळी या धरतीवर संत महापुरुषांनी सत्याचा उद्‌घोष केला त्या त्या वेळी त्यांना समाजाच्या रोषाला, अत्याचाराला सामोरे जावं लागलं. याचं कारण म्हणजे समाजामध्ये असलेलं अज्ञान. या अज्ञानामुळे ज्या भ्रामक कल्पना निर्माण झालेल्या त्या सहजासहजी सोडायला समाज तयार नसतो. त्यामुळे समाजाकडून त्यांचा छळ होतो; परंतु शेवटी विजय सत्याचाच होतो हेही आपण पाहिले आहे. सोनं जसं भट्टीतून तावून सुलाखून निघाल्याशिवाय त्याला झळाळी प्राप्त होत नाही तसं हे सत्य स्थापित करण्यासाठी देखील असा त्रास युगायुगाला संत महापुरुषांना सहन करावा लागला.

प्रश्न : भक्तीचा मूळ पाया कशाला म्हटले आहे ?

उत्तर : मनाला सद्‌गुरुचरणी समर्पित करणे हा भक्तीचा मूळ पाया आहे असे म्हटले आहे.

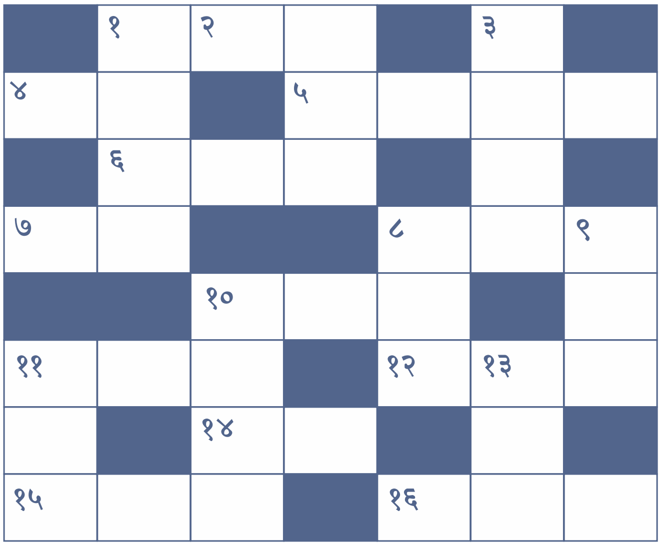
प्रश्न : कोणी आमच्याशी वाईट वागलं तरी आम्ही त्यांच्याशी प्रेमानेच का वागायचं आहे ?

उत्तर : संत महापुरुषांनी मानवमात्रावर नेहमी प्रेमच केलं आहे. जग भले कितीही द्वेष करु दे; परंतु ते आपला प्रेमाचा मार्ग कधीच सोडत नाहीत याचं कारण त्यांच्या हृदयात फक्त प्रेमच असत. म्हणून ते प्रेमच देत असतात. ज्याप्रमाणे चंदनाच्या वृक्षावर कोणी कुऱ्हाडीचा घाव घातला तरी चंदन त्याला आपला सुगंधच देत असतं. कारण सुगंध देणं हा चंदनाचा स्वभावच असतो. तसा दया, करुणा, प्रेम यांनी युक्त असा त्यांचा स्वभावच बनलेला असतो. संत महापुरुषांनी जगाने केलेला छळ, द्वेष समाप्त करण्यासाठी प्रेमाने जीवन जगून दाखवलं. प्रेमानेच द्वेष, ईर्ष्या, वैर यांचा नाश करता येतो.

संत-भक्त सदैव एकरस असतात. सुखामध्ये हरवून जात नाहीत आणि दु:खाने घाबरुन जात नाहीत. गरिबी-श्रीमंती ही त्यांच्या भक्तीमध्ये कधीही बाधा ठरत नाही. ते मान अपमानाची कधीच पर्वा करत नाहीत. सर्व मानवमात्राविषयी त्यांच्या मनामध्ये पराकोटीची वेदना लपलेली असते. आपले-परके या भावनेपासून दूर झालेले असतात. त्यामुळे वैर-द्वेषाला कधीही वैर द्वेषाने उत्तर देत नाहीत.

शब्दकोडे २२९

❍ विकास अरोडा (रेवाडी-हरियाणा)



आडवे शब्द

१. वरण, भाजीमध्ये वापरण्यात येणारा पिवळा पदार्थ
४. आंबेजोगाई, परळी, माजलगाव हे तालुके ...... या जिल्ह्यात आहेत.
५. पंजाब राज्यात वाहणारी नदी : (सरस्वती/सतलज)
६. जगातील सगळयात मोठे वाळवंट
७. बिजींग ही या देशाची राजधानी आहे.
८. एका खांबाचा अर्धा भाग पाण्यामध्ये आहे आणि बाकीचा अकरा मीटर पाण्याच्या वर आहे. तर त्या खांबाची लांबी किती मीटर आहे?
१०. अमृतसर हे शहर या राज्यात येते.
११. प्रेम या शब्दाची अक्षरे किती?
१२. विमानाचा वेध घेणारे यंत्र
१४. दगडापेक्षा ...... मऊ (म्हण)
१५. हिंदी सिनेमातील अभिनेते सुनील दत्त यांची अभिनेत्री पत्नी :....... दत्त!
१६. सात बेटांचे शहर असे या शहराला म्हणतात.

उभे शब्द

१. न्यूयॉर्क शहर कोणत्या नदीवर आहे?
२. घटस्थापनेपासूनचा दहावा दिवस
३. त्र्यंबक बापूजी ठोमरे या कवीचे टोपण नाव काय आहे?
८. बादशहा अकबराचे आजोबा
९. सात दशक
१०. जागतिक मलेरिया दिन एप्रिल महिन्याच्या.... तारखेला साजरा करतात.
११. भगवान श्रीकृष्ण हे याचे सारथी बनले होते
१३. एका फळाचे नाव

उत्तरे इतरत्र

विशेष : मानव एकता दिवस

युगप्रवर्तक

१० डिसेंबर १९३० रोजी पेशावर येथे बाबा अवतारसिंहजींच्या घरी माता बुधवंतीजींच्या कुशीत पुत्ररत्न जन्माला आले. नाव ठेवले गुरबचनसिंहजी. बालपणातच त्यांच्यात दिव्यगुण दिसू लागले. इतरांच्या दु:खात सहभागी होणे, भांडणतंटा, ईर्ष्या-द्वेष, निंदा-चुगली यापासून लांब राहणे, दुसऱ्याच्या गुणांची प्रशंसा करणे, मित्रांशी प्रेमाने वागणे, आपला-परका भेदभाव न बाळगणे हा त्यांचा स्वभावच बनला होता. त्यांनी इतर बालकांसारखा कधी हट्ट केला नाही किंवा कधी कुणाची तक्रार केली नाही.

त्यांचे प्राथमिक शिक्षण पेशावरला तर मॅट्रिकपर्यंतचे शिक्षण रावळपिंडी येथे झाले. १९४७ साली भारत-पाकिस्तान अशी फाळणी झाल्यानंतर त्यांना पुढे शिक्षण घेता आले नाही. त्यांचा विवाह २२ एप्रिल १९४७ रोजी म. मन्नासिंहजी यांची सुपुत्री कुलवंत कौरजी यांच्याशी अत्यंत साध्या पध्दतीने झाला.

१९४७ च्या फाळणीच्या वेळी हिंदू-मुसलमान दंगली उसळल्या. अनेक निरपराधांची कत्तल झाली. अनेक हिंदू आपलं घर-दार सोडून भारतात परतले. त्यांना भारतात पोहचवण्यासाठी सरकारतर्फे ठिकठिकाणी कॅम्प होते. रावळपिंडीतील सारे निरंकारी ‘वाह कॅम्प’ च्या आसऱ्याला होते. त्या सर्वांची काळजी घेण्याची जबाबदारी गुरबचनसिंहजींना देण्यात आली. अनेक दिवस कॅम्पमध्ये ते सर्वांची सेवा करत राहिले.

एक दिवस सरकारतर्फे भारतात जाण्यासाठी काही ट्रक निघाले. त्यात जास्तीत जास्त लोकांना ट्रकमध्ये पाठवले व त्यांचे सामान-सुमान घेऊन येण्याची जबाबदारी त्यांनी स्वत:कडे घेतली. नंतर काही दिवसांनी सर्व सामान मालगाडीत टाकून ते भारतात आले. दिल्लीला स्थायिक झाले. त्यांच्यासोबत असणारेही घरदार सोडून आले असल्याने उदरनिर्वाह कसा करायचा? नवीन शहर, अपरिचित लोक, हातात पैसा नाही. अशा स्थितीत मेहनत-मजुरी करुन निरंकारी भक्त जीवन व्यतीत करु लागले.

बाबा गुरबचनसिंहजींना मोटरपार्टसच्या कामाचा अनुभव असल्याने त्यांनी थोडीफार माया जोडून पार्टसची खरेदी विक्री सुरु केली. एका दुकानातून माल खरेदी करायचा आणि सायकलवर लादून इतर दुकानात विकायचा असे करता-करता त्यांनी एक

छोटंसं दुकान थाटलं. हळूहळू एकाची-दोन, दोनाची-चार दुकानं झाली. प्रत्येक महापुरुषांना ते भागीदार करत. अनेक महापुरुषांना रोजगार मिळू लागला. अशाप्रकारे सद्‌गुरुच्या आदेशाप्रमाणे आपली संपत्तीची वाटणी महापुरुषात होई.

बाबा अवतारसिंहजींची ते कधी पिता म्हणून नव्हे; तर सद्‌गुरु म्हणूनच दासभावनेने सेवा करत. ड्रायव्हिंग करण्यापासून वैयक्तिक सेवा करण्यात त्यांचा वेळ जाई. त्यांची सेवा आणि गुरुभक्ती पाहून बाबा अवतारसिंहजी महाराजांनी १९६२ साली त्यांना गुरुपद सोपवले व स्वत: सात वर्षे शिष्य बनून राहिले.

बाबा गुरबचनसिंहजींनी आपला प्रचार देश-विदेशात सुरु केला. अनुशासनासाठी प्रबंध व्यवस्थेत वाढ केली. नशाबंदी, हुंडाबंदी, साध्या पध्दतीने विवाह या गोष्टी रुजवल्या. नारी जातीला धर्म आणि समाज कार्यात सक्रीय होण्याची प्रेरणा दिली. नारीला समान दर्जा दिला. मातृशक्ती जन-जीवनाचा प्राण आहे असे त्यांचे मत होते.

१३ एप्रिल १९७८ रोजी 'मानव एकता संमेलन' अमृतसर मध्ये आयोजित केले होते. तेथे दोन-अडीचशे कट्टरपंथी लोकांनी हल्ला करुन १८ निर्दोष निरंकारी भक्तांची हत्त्या केली. सरकारनेही हल्लेखोरांना शासन न करता उलट ६० निर्दोष निरंकारी महापुरुषांना दोषी ठरवत त्यांच्यावर खटला चालू केला. एक मोठी परीक्षाच होती. बाबा गुरबचनसिंहजींवरही अनेकदा प्राणघातक हल्ले झाले. परंतु तरीही त्यांनी प्रेम, शांती, सहनशीलता ही तत्त्वे धारण करण्याचाच आदेश दिला.

२४ एप्रिल १९८० रोजी त्यांच्या निवासस्थानी कारमधून उतरत असताना दबा धरुन बसलेल्या कट्टरपथियांनी त्यांच्यावर गोळ्यांचा भडिमार सुरु केला. त्यात बाबा गुरबचनसिंहजी बरोबरच चाचा प्रतापसिंहजी शहीद झाले. युगप्रवर्तक बाबा गुरबचनसिंहजींच्या बलिदानाचा बदला घेण्यासाठी जणू हा दिवस देशविदेशात रक्तदान शिबीरे आयोजित करुन साजरा करतात. ❐

केवळ बोलण्याने आकाश खाली पाडू शकत नाही. कर्म करणाऱ्याचेच नाव उच्च होते. साधसंगतची सेवा सर्वोत्तम कर्म आहे आणि निराकाराचे स्मरण (जाणीव) हाच सर्वश्रेष्ठ धर्म आहे. गुरसिखाचे काम सेवा करणे आहे. सेवा करताना लक्षात ठेवावे, की तीच सेवा फलदायी होते जी निष्काम भावनेने केली जाते.

सेवा तीन प्रकारची असते. तनाची सेवा शारीरिक श्रम आहे, मनाची सेवा सर्वांचा चांगला विचार करणे (भलं करणे) आणि धनाची सेवा याचा अर्थ अहंकाररहित दान आहे. यामध्ये कोणतीही आकांक्षा नसावी. जो सद्‌गुरु वचन मानून सेवा करतो त्याला सर्व सुखे मिळतात.

- निरंकारी राजमाताजी

चित्रकथा

चित्रांकन व लेखन : अजय कालरा

एके दिवशी शेतकरी शेतामध्ये नांगर चालवत होता. तेवढ्यात त्याच्या नांगराला एक कठीण वस्तू लागली.
शेतकऱ्याने तिथं खोदायला सुरुवात केली. तेव्हा त्याला तिथे एक सोन्याचं उखळीसारखं भांडं सापडलं.
शेतकऱ्याने ते भांडं आपल्या लेकीला दाखवलं. तो म्हणाला, बघ देवाच्या कृपेने आपल्याला धनलाभ झाला. आता आपली गरिबी दूर होणार.

मुलगी म्हणाली, नाही नाही बाबा! राजाने दिलेल्या जमिनीत हे भांडं मिळालं म्हणून यावर राजाचा अधिकार आहे. ते राजाला दिलं पाहिजे. शेतकऱ्याने मुलीचं न ऐकता ते भांडं घरातच लपवून ठेवलं.

राजाच्या गुप्तहेरांनी ही बातमी राजाला सांगितली. सैनिकांनी शेतकऱ्याला सोन्याच्या भांड्यासह दरबारात हजर केलं.

राजाने शेतकऱ्याला दोषी ठरवत शिक्षा ठोठावली. शेतकरी गयावया करु लागला; पण राजाने त्याला कैदेत टाकण्याचा आदेश दिला.

शेतकरी तुरुंगात एकटाच रडत बडबडत होता. अरे देवा! मी जर माझ्या मुलीचं ऐकलं असतं तर आज मला इथे कैदेत राहावं लागलं नसतं. राजाने ते वाक्य ऐकलं.
दुसऱ्या दिवशी मुलीसह त्याला दरबारात हजर केलं आणि विचारलं, तुझ्या मुलीनं तुला काय सांगितलं होतं? आपल्या मुलीने जे सांगितलं होते, ते शेतकऱ्याने राजाला कथन केले.
राजाने शेतकऱ्याच्या मुलीच्या प्रामाणिकपणाचं आणि बुध्दिमत्तेचं खूप कौतुक केलं आणि सगळी जमीन तिच्या नावावर केली.
मित्रांनो, प्रामाणिकपणाचं फळ नेहमी चांगलंच मिळतं.

कथा

दृष्टिकोन

रिया आणि प्रतीक दोघंही जुळी भावंड; पण रिया मात्र घरात सगळ्यांची लाडकी. अभ्यासात देखील हुशार. रियाला अभ्यासाबरोबरच खेळ आणि नृत्य याचीही भारी आवड. त्यासाठी तिने क्लासही लावला. क्लासच्या वेळाही ती तंतोतंत पाळते.

गेल्याच महिन्यात दोघांचाही वाढदिवस साजरा झाला. आईने दोघांनाही त्यांच्या आवडीचे दोन सुंदर काचेचे मग आणून दिले. रोज शाळेत जाताना त्या काचेच्या मगात दूध प्यायला त्यांना खूप आवडत असे. एके दिवशी घाई घाईने दप्तर भरत असताना रियाच्या हाताचा धक्का लागून काचेचा सुंदर मग खाली पडला आणि फुटला. सगळीकडे काचा विखुरल्या गेल्या. त्या आवाजाने रियाची आई लागलीच तिथं आली. रिया भीतभीतच आईला म्हणाली, "आई, सॉरी हं! अगं चुकून खाली पडला." त्यावर आई म्हणाली, "काही हरकत नाही बाळा! यापुढे काळजी घे आणि नाजूक वस्तू सांभाळून हाताळत जा हं." असं म्हणून आईने पडलेल्या काचा गोळा केल्या.

उर्वरित पान क्र. २२ वर

संस्काराची शिदोरी

नेहा तशी लहानपणापासूनच सगळ्यांची लाडकी होती. तिचं व्यक्तिमत्त्वसुध्दा इतरांना प्रसन्न करणारं आणि लाघवी होतं. सगळ्यांना मदत करणे, आपुलकीने वागणे हे तिच्या स्वभावातच होतं. तिला कुणी खाऊसाठी दिलेले पैसे सुध्दा ती साठवून ठेवत असे आणि ते पैसे सेवेसाठी वापरत असे. खरंतर नेहाच्या आजीमुळे घरात या सवयी सगळ्यांनाच होत्या.

आजी पहिल्यापासूनच आजोबांनी घरखर्चासाठी दिलेल्या रकमेतून काही रक्कम बाजूला काढून बचत करत असे. वेळप्रसंगी त्यातून गरजूंना मदत करत असे. कधी नेहाला सोबत घेऊन अनाथालयाला, वृध्दाश्रमाला भेट देऊन त्यांना योग्य ती मदत करत असे. हा तिचा नित्यक्रमच होता. आता वयोमानामुळे आजीचं बाहेर जाणं कमी झालं होतं. हे सगळं पाहतच नेहा मोठी झाली होती.

नेहा अलीकडेच एका चांगल्या ठिकाणी नोकरीला लागली. आज तिचा पहिला पगार झाल्यामुळे ती फारच आनंदात होती. घरी येताना तिने आजी-आजोबांना, आई-बाबांना आणि लहान

बहिणीला भेटवस्तू म्हणून नवीन कपडे आणले. आणलेल्या भेटवस्तू प्रत्येकाला दिल्या आणि सगळ्यांना तयार व्हायला सांगितलं. कुठे जायचं ते मात्र सांगितलं नाही.

नेहा सर्वांना घेऊन अनाथालयात गेली. जिथं लहानपणी आजी तिला घेऊन जात असे. तेथील अनाथ मुलांसाठी उपयोगी असणाऱ्या खूप साऱ्या वस्तू नेहाने सोबत घेतल्या होत्या. प्रत्येकांच्या हस्ते एकेक वस्तूचं वाटप सुरु झालं. वस्तू हातात पडल्यावर त्या निरागस बालकांच्या चेहऱ्यावर आनंद ओसंडून वाहत होता. त्यांचे खुललेले चेहरे पाहून सगळ्यांची मनं प्रसन्न झाली.

सगळे म्हणू लागले, नेहा, तुझ्यामुळे आजचा दिवस आमचा आनंदात गेला. घरातील प्रत्येकाला नेहाचा सार्थ अभिमान वाटला. खरा आनंद घेण्यात नसून देण्यात आहे, हा अनुभव आज प्रत्येकानं घेतला होता.

बाबा हरदेवसिंहजींनी देखील म्हटलंय -

अपने लिये तू चाहता है जो वो औरों को देता जा।
कहे हरदेव सभी को सुख दे तू भी सूक को लेता जा।

दृष्टिकोन

(पान २० वरुन)

रात्रीचं जेवण झाल्यावर झोपण्यापूर्वी सगळ्यांनी प्रार्थना आणि नामस्मरण करण्यासाठी एकत्र बसण्याचा नित्यनेम होता. तत्पूर्वी दिवसभराच्या काही घडामोडी, गमती-जमती एकमेकांना सांगितल्या जात. आज काय काय घडलं ते सांगत असताना आई म्हणाली, "आज रियाकडून काचेचा मग फुटला." त्यावर रिया पटकन म्हणाली, "होय आई-बाबा; परंतु तो माझ्याकडून चुकून फुटला त्याबद्दल सॉरी." आई तिला समजावत म्हणाली, "होय बाळ! तुझ्या हातून तो मग चुकून फुटला; परंतु दोन दिवसांपूर्वी जेव्हा प्रतीककडून चहाचा कप फुटला होता तेव्हा तू मला काय म्हणाली होतीस आठवतं?... तू म्हणालीस, आई आई प्रतीकने कप फोडला. पण आज तुझ्या हातून मग फुटला तेव्हा तू मला म्हणालीस, की आई माझ्याकडून चुकून फुटला. आता फोडला आणि फुटला या दोन शब्दामध्ये काय फरक आहे लक्षात आलं तुझ्या?" तिनं नकारार्थी मान हलवली. त्यावर आई तिला समजावत म्हणाली, "बाळ! यामध्ये फरक आहे तो दृष्टिकोनाचा. जेव्हा तुझ्या हातून मग फुटला, तेव्हा चुकून फुटला; पण प्रतीककडून जेव्हा तीच चूक घडली, त्याने ती मुद्दाम केली असं ठरवून मोकळी झालीस. वास्तविक त्याच्याकडूनही चुकून घडलं. आपल्याला इतरांकडून सहानुभूतीची अपेक्षा असते. आपल्याला इतरांनी समजून घ्यावं असं वाटतं, तसं आपणही दुसऱ्याला समजून घ्यायला हवं, नाही का? जीवन जगत असताना सर्वांविषयी सारखा दृष्टिकोन बाळगावा. जशी दृष्टी, तशी सृष्टी. ज्या दृष्टीने जगाकडे पाहू तसेच जग दिसणार. म्हणून जगात वावरताना आणि बोलताना समोरच्याला बेनिफिट ऑफ डाऊट देणं, म्हणजे त्याच्या जागी स्वतःला ठेवून विचार करणं, असं का झालं असेल किंवा ती व्यक्ती अशी का वागली असेल, त्याची काही मजबूरी असेल, याचा सारासार विचार करुन मगच आपण निष्कर्ष काढावा." रियाला आपली चूक समजली. तिने सर्वांची क्षमा मागत पुन्हा असं होणार नाही असं वचन दिलं. आईने तिला प्रेमाने जवळ घेतलं. सर्वजण निर्मळ मनाने प्रार्थना करुन झोपी गेले.

❒ ऋचा कुमठेकर (कल्याण)

चंद्रयान सफर - ३

(चाल : आओ बच्चे तुम्हे दिखाएं)

चंद्रयानाचं लँडींग झालं!, ध्वज तिरंगा फडकला
मगलमय हा क्षण भाग्याचा, जगी साऱ्यांनी पाहिला
जय भारत बोला , जय भारत बोला ।।धृ।।

श्रम निष्ठा नि कर्तृत्वाचा, दिन भाग्याचा हा आला
आकाशीच्या ग्रह-ताऱ्यांशी, गुजगोष्टी हो करण्याला
प्रयत्नांची कास धरोनी, असाध्या साध्य करविला ।।१।।

रहस्य दाखवू या विश्वाचे, प्रबल करोनी मन:शक्ती
विश्वगुरु नि विश्वशांतीचा, मंत्र असे हा भारती
वसुंधराही हर्षित झाली, यशोगान तिचे गाऊ चला ।।२।।

वैभवशाली देश हा माझा, ज्ञान-विज्ञान इथे वसे
जगताच्या ह्या हृदयावरती, एकची बोल गुंजतसे
वंदन भारत यश-कीर्तीला, वंदन इस्त्रोच्या कार्याला ।।३।।

- दीपक श्रीधर गावंड
(पेण - रायगड)

दिव्यवाणी

ज्ञानप्राप्तीसाठी जिज्ञासा असावी

सद्गुरुची आवश्यकता का असते? निराकार ईश्वराचं ज्ञान किंवा ईश्वराचा बोध प्राप्त करुन घेणे, ज्ञानरुपी प्रकाशात जीवन घडविणे आणि सद्गुरुच्या वचनाचं पालन करुन जीवन सुखमय करणे यासाठी सद्गुरुची आवश्यकता असते. ज्याला ईश्वराचं ज्ञान किंवा आत्मबोध करुन घ्यावयाचा असेल त्याने आपल्या जिज्ञासेची पूर्ती करुन घेणे गरजेचे आहे. जो संतचरणी नतमस्तक होऊन हा ज्ञानप्रकाश प्राप्त करुन घेतो, स्वतःला साधूच्या चरणी समर्पित करतो तेव्हाच हे अनमोल ज्ञान टिकतं. वायफळ वादात पडणाऱ्याच्या मनात ज्ञान कधीच टिकत नाही.

ज्ञानप्राप्तीसाठी जशी गुरुच्या कृपेची आवश्यकता असते, तशी जिज्ञासूलाही ज्ञानाची तीव्र जिज्ञासा असावी लागते. एकदा स्वामी रामकृष्णांकडे एक जिज्ञासू आला. तो म्हणाला, "स्वामीजी मला ईश्वराच्या दर्शनाची इच्छा आहे, ते कसे होईल?" स्वामीजींनी त्याला नदीवर नेले आणि पाण्यात उडी मारायला सांगितली. जिज्ञासूने पाण्यात उडी मारताच स्वामीजींनी त्याची मान धरुन त्याचे डोके पाण्यात बुडवून दाबून धरले. नाका-तोंडात पाणी जाऊन त्याचा जीव गुदमरु लागला. तो कसातरी धडपडत बाहेर आला. स्वामीजी त्याला म्हणाले, "जेव्हा मी तुला पाण्यात बुडवून ठेवले तेव्हा तुझ्या मनात कोणती इच्छा निर्माण झाली?" तो म्हणाला, "पाण्याच्या बाहेर येऊन श्वास घ्यावा एवढी एकच धडपड होती. बाकीच्या गोष्टींचा विचार येण्याचा प्रसंग नव्हता." त्यावर स्वामीजी म्हणाले, "पाण्यात बुडल्यावर श्वास घेण्याची जी तडफड असते, व्याकुळता असते; तशी अवस्था ईश्वर प्राप्तीसाठी असायला पाहिजे. भवसागर पार करण्याची तीव्र इच्छा असायला पाहिजे."

आत्म्याला परमात्म्याच्या भेटीची तहान (ओढ) लागलेली असते. परंतु मनुष्य आत्म्याची तहान भागविण्यासाठी परमात्म्याचा शोध घेण्याची तसदी घेत नाही. शरीराला जर पाण्याची तहान लागली तर मात्र गल्लोगल्ली फिरतो. जो भेटेल त्याला विचारतो, "खूप तहान लागली आहे, प्यायला पाणी मिळेल का हो कुठे?" मग कुणीतरी सांगतं की पुढच्या गल्लीत जा. तिथे पाण्याचा नळ आहे. हा तिथे धावत जातो; परंतु तिथेही पाणी नसतं. हताश होतो. पुन्हा पुढे जातो. आणखी कुणाला तरी विचारतो. तिथेही पाणी मिळाले नाही तर तो तिथेच थांबून राहत नाही. तहानेने व्याकूळ झाल्यामुळे जोपर्यंत पाणी मिळत नाही तोपर्यंत त्याला चालावेच लागते.तसे ईश्वरभेटीसाठी, आत्मसाक्षात्कारासाठी माणसाला प्रयत्नशील असायला हवे. अडोल, अमर, अविनाशी, कणकणवासी परमात्म्याचा बोध करुन घेण्याची तळमळ जर त्याच्यात असेल तर हे कार्य तो कधीच उद्यावर ढकलणार नाही. जर या क्षणी मला भूक व तहान लागलेली आहे, आणि मी जर म्हटले, की "मला आता वेळ नाही, मी उद्या जेवणार, परवा पाणी पिणार" तर हे शक्य होईल का? कदापि नाही, तिथे विलंब झालेला चालणार नाही. मन कशातही रमणार नाही, अशा तऱ्हेने ध्रुवबाळासारखी, भक्त प्रल्हादासारखी ईश्वरप्राप्तीची भूक असेल तर पावलं आपोआपच सत्संगाकडे वळतील, पाण्यावाचून माशाची जी अवस्था होते. तशीच अवस्था प्रभुविना भक्तांची होत असते. ❐

मनाविरुध्द घडणाऱ्या गोष्टींचा आणि मनाविरुध्द वागणाऱ्या व्यक्तींचा सतत विचार केल्याने फक्त आपलाच वेळ वाया जातो. त्या गोष्टीला आणि त्या व्यक्तीला मात्र काडीमात्र फरक पडत नाही.

कुतुहल

ताऱ्याचं अंतर कसं मोजतात?

रात्री आकाशात आपल्याला प्रकाशाच्या ठिपक्याएवढे दिसणारे हे तारे वास्तविक खूप म्हणजे प्रचंड मोठे आहेत; पण त्यांचं आपल्यापासून असलेल्या अंतरामुळे ते खूप छोटे दिसतात. ताऱ्यांचं आपल्यापासूनच अंतर प्रचंड म्हणजे मैलात किंवा किलोमीटरमध्ये मोजता न येण्यासारखं आहे. ते प्रकाशवर्षातच मोजावं लागतं.

एक प्रकाशवर्ष म्हणजे एका वर्षात प्रकाशाने कापलेले अंतर होय. ते असतं सुमारे ९,६४६,०००,०००,००० किलोमीटर! आपल्या साध्या डोळ्यांनी दिसू शकणारा सर्वात जवळचा ताराही चार प्रकाश वर्षापेक्षा अधिक अंतरावर आहे. त्याचं नाव 'अल्फा सेंटॉरी'. आपला सूर्य जर 'अल्फा सेंटॉरी' एवढ्या अंतरावर असता तर तोही आपल्याला ठिपक्यासारखा दिसला असता.

आता हे ताऱ्यांचे अंतर मोजायला शास्त्रज्ञ वापरत असलेला एक मार्ग म्हणजे ताऱ्यांचे दोन ठिकाणांवरुन निरीक्षण करतात. ही दोन ठिकाणं एकमेकांपासून दूर किंबहुना एक पृथ्वीच्या एका बाजूच्या टोकाला तर दुसरे दुसऱ्या बाजूच्या टोकाला एवढे सुध्दा लांब असू शकते. किंवा एकाच ठिकाणाहून करण्याच्या दोन निरीक्षणामध्ये शास्त्रज्ञ सहा महिन्यांचे अंतर ठेवतात. त्यामुळे आपोआपच पृथ्वीची सूर्याभोवतीची अर्धी प्रदक्षिणा पूर्ण होते. याप्रमाणे त्या ताऱ्यांचे निरीक्षण केले असता त्यांची जागा बदललेली असते. हे जे त्याचे स्थान बदललेले भासते त्यालाच पॅरॅलॅक्स म्हणतात. ते मोजून शास्त्रज्ञ गणिताच्या साह्याने तारा किती दूर असेल ते काढू शकतात.

❐ संकलन - रुपाली शिंदे (अंबरनाथ)

एकाग्रतेचं महत्त्व

नरेंद्र म्हणजे स्वामी विवेकानंद लहानपणापासूनच भगवान शिवाचा जप एकाग्रपणे करत असत. एखादी गोष्ट करायला घेतल्यावर आपलं संपूर्ण लक्ष ते त्याच गोष्टीकडे लावत. त्यावेळी इतर कोणत्याही गोष्टींकडे त्यांचं लक्ष नसे. अशा प्रकारची मनाची एकाग्रता लहानपणापासूनच नरेंद्रांची होती. नरेंद्र आपल्या मित्रांसह ध्यान लावण्याचा खेळ खेळत असत. एकदा ते आणि त्यांचे मित्र घरामध्ये ध्यान लावून बसले होते. हालचाल न करता सर्व मुलं शांतपणे बसली होती. नरेंद्र तर पूर्णपणे ध्यानमग्न झाले होते. तेवढ्यात एकीकडे सळसळ ऐकू आली. नरेंद्रांच्या मित्रांनी डोळे उघडून बघितलं, तर त्यांना तिथं मोठा साप दिसला. सर्व मुलं घाबरुन ओरडत खोलीबाहेर आली. मुलांचा गोंगाट ऐकून काय झालं म्हणून बघायला नरेंद्रांची माता भुवनेश्वरीदेवी लगबगीने आल्या. पाहतात तर काय, नरेंद्र शांतपणे डोळे मिटून बसलेले आणि साप त्यांच्या अगदी जवळून चालला होता, तरी नरेंद्रांना त्याचा पत्ता नव्हता. इतकं त्यांचं मन एकाग्र झालं होतं.

असेच एकदा अमेरिकेतील समुद्रकिनारी स्वामी विवेकानंद फेरफटका मारत असताना काही मंडळी खेळ खेळताना दिसली. तो खेळ असा होता, समोर येणाऱ्या लाटेवर हिंदकळणाऱ्या चेंडूवर नेम धरुन मारणे. चेंडू सतत हलत असल्यामुळे नेम धरुन मारणे तेथील कोणालाच जमत नव्हते. स्वामीजींनी त्या हिंदकळणाऱ्या चेंडूवर आपला नेम अचूक मारुन दाखवला. ते पाहून अमेरिकन मंडळी आश्चर्यचकित झाली. त्यांनी स्वामीजींना विचारलं, तुम्हाला हे कसं जमलं? या प्रश्नाला उत्तर देताना स्वामीजींनी त्यांना एकाग्रतेचं महत्त्व पटवून दिलं. एखाद्या गोष्टीचा ध्यास घेतला, की ती लक्षपूर्वक करण्याची तळमळ असेल तर ती गोष्ट यशस्वी होते. हीच तळमळ स्वामीजींना ईश्वर प्राप्तीच्या साधनेत उपयोगी पडली. त्यामुळेच ते नरेंद्राचे स्वामी विवेकानंद होऊ शकले.

❒ संग्राहक - सुकदेव पाटील (कल्याण)

वाढदिवसाच्या हार्दिक शुभेच्छा

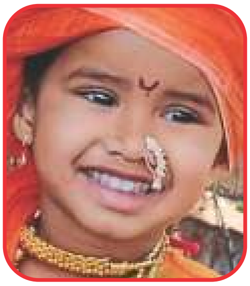
वाणी शिंदे

जीजा यादव

चिरंतन आंबेरकर

विवेक विचारे

रुहान भोयर



आरोही नाईक

कल्याणी कुलकर्णी

जयश्री हुमणे

पलक शिनकर

आराध्या शेकटे

साईश बोबडे

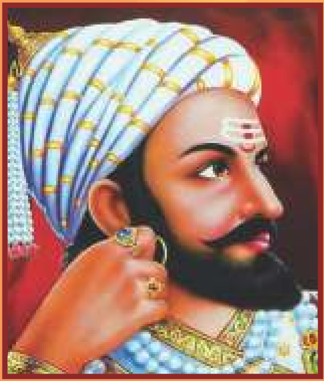
ऋचा शिरोडे

प्रारंभ आखाडे

गार्गी दळवी

प्रग्या पाटेकर

अलोक बाकी



किल्ले - चौगाव

खान्देशातील जळगाव जिल्ह्याच्या उत्तरेला सातपुडा पर्वतरांग आहे. प्राचीन काळी सातपुडा पर्वतातून अनेक व्यापारी मार्ग मध्यप्रदेश आणि उत्तर भारतात जात होते. व्यापाऱ्यांच्या संरक्षणासाठी सातपुडा पर्वतरांगेत खांडारागड, किल्ल्याजवळ असलेल्या ओढ्यांच्या त्रिवेणी संगमामुळे या किल्ल्याला त्रिवेणीगड या नावानेही ओळखले जाते. किल्ल्यावरचे सर्व अवशेष व्यवस्थिती पाहायचे असल्यास गावातून वाटाड्या सोबत न्यावा.

चौगावचा किल्ला, पालचा किल्ला हे किल्ले बांधले होते. चौगावचा किल्ला हा प्राचीन भिराम घाटावर लक्ष ठेवण्यासाठी बांधण्यात आला होता. सातपुडा रांगेतील जळगाव जिल्ह्यात सध्या असलेल्या तीन किल्ल्यात चौगावचा किल्ला वैशिष्ट्यपूर्ण आहे. या

चौगावातून कच्चा रस्ता किल्ल्याकडे जातो. किल्ल्याच्या पायथ्याशी तीन ओढ्यांचा संगम आहे. या त्रिवेणी संगमाजवळील उंचवट्यावर शंकराचे मंदिर आहे. एक ओढा ओलांडून आपण मंदिरापाशी पोचतो.

पुढे दुसरा ओढा ओलांडला, की समोर एक टेकडी आहे. ही टेकडी चढून गेल्यावर आपल्याला समोर किल्ला दिसतो. १० मिनिटात आपण किल्ल्याच्या पायथ्याशी झेंडा लावलेल्या बुरुजाच्या खाली पोचतो. येथून पायवाट उजवीकडे वळून चढत किल्ल्याच्या डोंगराच्या घळीमध्ये जाते. याठिकाणी एकेकाळी दगडात कोरलेल्या आणि बांधलेल्या पायऱ्या होत्या. या पायऱ्यांच्या बाजूला जाणारी एक पायवाट दिसते. या पायवाटेने २ मिनिटे चालल्यावर दोन खांब टाकी आहेत. परत पायऱ्याच्या वाटेवर येऊन ५ मिनिटे चढल्यावर आपण किल्ल्याच्या उत्तराभिमुख प्रवेशद्वारापाशी येतो. किल्ल्याचे प्रवेशद्वार अजूनही भक्कम स्थितीत उभे आहे. प्रवेशद्वारातून किल्ल्यात प्रवेश करताना दोन्ही बाजूंना देवड्या आहेत. किल्ल्यात प्रवेश केल्यानंतर उजव्या बाजूला एक बुजलेला तलाव आहे. पुढे भवानी मातेचे मंदिर आहे. मंदिरासमोर झेंडा लावलेला आहे. तोच आपल्याला त्रिवेणी संगमावरुन दिसत असतो. खाली उतरल्यावर आपण कातळात कोरलेल्या टाक्यांच्या समूहापाशी पोचतो. या ठिकाणी ४ टाकी कोरलेली आहेत. टाक्यातले पाणी पिण्यायोग्य नाही. टाक्यांच्या मागच्या बाजूला एक छोटी टेकडी आहे. या टेकडीवर एक वाडा आहे. या वाड्यापर्यंत जाण्यासाठी टाक्यांच्या डाव्या बाजूने वाट आहे. त्या वाटेने टेकडीला वळसा घालून चढाई करत आपण ५ मिनिटात वाड्यापाशी पोचतो. या ठिकाणी वाड्याच्या भिंतीला एक भगदाड पाडलेले आहे. त्या भगदाडातून आपण वाड्यात प्रवेश करायचा. वाड्याचे छत आणि आतील भिंती नष्ट झालेल्या आहेत. वाड्यात सागाची आणि इतर मोठी झाडे आहेत. वाड्याच्या भिंतीवर विटा उभ्या-आडव्या-तिरप्या रचून केलेले नक्षीकाम वैशिष्ट्यपूर्ण आहे.

वाड्याच्या भिंतीत जंग्या, कोनाडे आणि कमानदार खिडक्या आहेत. वाडा पाहत पुढे जात, आपण वाड्याच्या वाडा पाहत पुढे जात, आपण वाड्याच्या उध्दवस्त प्रवेशद्वारातून बाहेर पडतो. इथून डावीकडे जाणारी वाट एका घळीत उतरत जाते, तर समोर जाणारी वाट किल्ल्याच्या दुसऱ्या भागात जाते. घळीत उतरणारी वाट फारशी मळलेली नसल्याने सापडणे कठीण आहे. पण समोर दिसणाऱ्या घळीत उतरायला सुरुवात करावी. साधारणपणे ५ मिनिटात आपण किल्ल्याच्या पश्चिमाभिमुख प्रवेशद्वारापाशी पोचतो. प्रवेशद्वार भक्कम स्थितीत उभे आहे. प्रवेशद्वारातून बाहेर पडून उजव्या बाजूला वळून किल्ल्याला पूर्ण वळसा घालून किल्ल्याच्या भागात असलेल्या टेकडीवर जाता येते. हा भाग बघून झाल्यावर पुन्हा वाड्यापाशी येऊन वाड्यामार्गे मुख्य प्रवेशद्वारापाशी आल्यावर आपली गडफेरी पूर्ण होते. किल्ल्याच्या डोंगराला वरील बाजूस असलेल्या कातळ टोपीमुळे ताशीव कडे तयार झालेले आहेत. त्याचाच किल्ल्याच्या संरक्षणासाठी उपयोग केलेला असावा आणि योग्य ठिकाणी प्रवेशद्वारे आणि त्याला जोडून आवश्यक तेवीच तटबंदी बांधलेली असावी.

चौगाव हे किल्ल्याच्या पायथ्याचे गाव आहे. चोपडा या तालुक्याच्या शहरापासून चौगाव १२ किलोमीटर अंतरावर आहे. ❐ (साभार)

एसएलव्ही : (SLV-3)
भारतीय बनावटीचे पहिले उपग्रह प्रक्षेपक यान

साराभाईंच्या निधनानंतर सतीश धवन यांनी इस्त्रोची सूत्रे हातात घेतली होती. साराभाईंनी बघितलेले देशी बनावटीच्या उपग्रह प्रक्षेपक यान निर्मितीचे स्वप्न जणू इस्त्रोच्या शास्त्रज्ञांचे जीवन उध्दिष्टच होऊन गेले होते. डॉ.ए.पी.जे.कलाम यांच्या नेतृत्वाखाली अनेक जेष्ठ शास्त्रज्ञ दिवस-रात्र मेहनत करत होते. त्यात वाय.जे.राव, वसंत गोवारीकर, यू.आर.राव, आरवमुदन, माधवन नायर इ. प्रामुख्याने होते. SLV-3 च्या प्रकल्पाला सुरुवातीपासूनच अनेक संकटांना तोंड द्यावे लागले. या काळात इस्त्रोची श्रीहरीकोटा येथील रेंज ही विकसित झाली होती.

या प्रकल्पात अनेक भारतीय कंपन्यांना सामील करुन घेण्यात आले ज्यात वालचंदनगर ग्रुप, लार्सन टुब्रो, एच.ए.एल. ह्या होत. फॅब्रकेशन, उच्च क्षमतेच्या मोटारींची निर्मिती भारतातच करण्यात येत होती. शेवटी साऱ्यांच्या परिश्रमाचे फळ म्हणून १० ऑगस्ट १९७९रोजी SLV-3 उड्डाणासाठी पटलावर सज्ज झाले. नियोजित वेळेत प्रक्षेपण करण्यात आले; परंतु दुर्दैवाने रॉकेट उड्डाणानंतर काही मिनिटातच बंगालच्या उपसागरात कोसळले आणि भारताचा देशी बनावटीच्या प्रक्षेपक निर्मितीचा प्रयत्न अयशस्वी झाला!

या अपयशाने डॉ.कलाम खूप निराश झाले. पूर्ण टीमचे मानसिक खच्चीकरण झाले होते; परंतु सतीश धवन आणि ब्रह्मप्रकाश यांनी सर्वांना खूप आधार दिला आणि हार न मानण्याची विनंती केली. आपण काय चुकलो ते शोधण्यासाठी आणि त्या सुधारण्यासाठी प्रोत्साहन दिले. विश्लेषणानंतर असे लक्षात आले, की रिक्शन कंट्रोल प्रणालीमध्ये बिघाड झाल्यामुळे रॉकेटवर नियंत्रण ठेवणे शक्य झाले नव्हते. आता मात्र पूर्ण तंत्रज्ञ, इंजिनिअर्सची टीम अपयश धुवून काढण्यासाठी आपल्या कामात दिवसरात्र व्यस्त होती.

पहिल्या प्रयत्नाच्या अपयशानंतर जवळपास एक वर्षानंतर दुसरा प्रयत्न करण्यात आला, तो दिवस होता १८ जुलै १९८०. यावेळी या प्रक्षेपकातून रोहिणी आर.एस-१ हा ४० किलो वजनाचा उपग्रह प्रक्षेपित होणार होता. त्यावेळी इस्त्रो श्रीहरीकोटाचे वातावरण अत्यंत तणावपूर्ण होते. त्यावेळी एक अनपेक्षित घटना घडली. रॉकेटला जमिनीपासून आधार म्हणून जोडलेल्या दोन केबल उड्डाणापूर्वी काढणे आवश्यक होते. त्यातील एक केबल उड्डाणावेळी आपोआप निघणार होती, तत्पूर्वी एक वजनदार केबल रिमोटने काढायची होती; परंतु ही केबल रिमोटने आज्ञा देऊनही निघत नव्हती! काही क्षण कुणालाच काही सुचेना, त्या केबलमुळे प्रक्षेपण शक्यच नव्हते. म्हणून थांबा अशा सूचना देण्यात आल्या. प्रक्षेपक

सज्ज असल्यामुळे त्याच्या जवळपास फिरकणे ही असुरक्षित होते. त्यावेळी बापिया नावाचा तंत्रज्ञ त्या ६० फुटी टॉवरवर चढला आणि त्या केबलला जोरदार धक्का देऊन बाजूला काढली. त्यानंतरचा इतिहास साऱ्या जगाला माहीत आहे! उड्डाण यशस्वी झाले!!! इस्त्रोच्या आणि भारतीय अवकाश कामगिरीतील हे उड्डाण मैलाचा दगड ठरला. थुंबा मधील भारताच्या पहिल्या रॉकेट प्रक्षेपणानंतर फक्त १७ वर्षात भारताने हे यश प्राप्त करुन जगात कीर्ती स्थापित करणारा सहावा देश म्हणून सन्मान मिळविला होता. भारतीयांच्या अथक परिश्रमाने खूप कमी कालावधीत भारतीय बनावटीचे रॉकेट भारत भूमीवरुन उड्डाण पावलं आणि भारतीय बनावटीचा उपग्रह ९०० किमीच्या कक्षेत स्थिरावला होता. डॉ. कलामांना साऱ्या सहकाऱ्यांनी आपल्या खांद्यावर उचलून घेतले होते. इस्त्रोचे मानसिक धैर्य वाढवण्याचं काम या SLV-3 च्या यशस्वी उड्डाणाने केले होते. या यशाचे विशेष म्हणजे काम करणाऱ्या १२०० शास्त्रज्ञ, इंजिनिअर, तंत्रज्ञ यापैकी बोटावर मोजण्या इतक्याच लोकांनी परदेशी शिक्षण घेतले होते. बाकी सारे इंजिनिअर्स भारतातच शिकलेले होते. त्यांनीच आपले पहिले भारतीय बनावटीचे प्रक्षेपक तयार केले होते.

१९८३ पर्यंत SLV-3 ची ४ उड्डाणे यशस्वी झाली होती आणि त्यानंतरही काही उड्डाणे या प्रक्षेपकाची झाली. त्यामुळे इस्त्रोचा आत्मविश्वास दुणावला होता. आता मात्र वहन क्षमता ४० कि.ग्रा. वरुन १५० कि.ग्रा. पर्यंत वाढवणे गरजेचे होते. त्याचबरोबर पृथ्वीच्या खालच्या कक्षेत प्रस्तापित करण्यासाठी उच्च क्षमतेचे प्रक्षेपण वाहक निर्मितीची आवश्यकता भारताला आता भासणार होती, त्या गरजेतून इस्त्रोने ASLV (Augmented Satellite Launch Vehicle) पूरक उपग्रह प्रक्षेपण यान निर्मितीचा चंग बांधला.

❐ सुकदेव पाटील (कल्याण)

थेंबाचा संदेश

संदेश हा माझा ऐका ऐकवा
पाणी वाचवा पाणी वाचवा ।।धृ।।

रुप असे जरी माझे लहान, शमवितो सकलांची तहान
हा अनुभव नाही नवा ।।१।।

कधी असतो दव बिंदुरुपात, अश्रुरुपे कधी नयनात
दुरुपयोग कदा नसावा ।।२।।

तुच्छ नका समजू मजला, थेंबरुपी मम अस्तित्वाला
ध्यानात हे पक्के ठेवा ।।३।।

महत्व तेव्हा कळेल याचे, चटके बसता कडक उन्हाचे
धडपडता वाचविण्या जीवा ।।४।।

निसर्ग फुलतो माझ्या कुशीत, प्राणी पक्षी गाती खुशीत
वृक्ष लावा वृक्ष वाढवा ।।५।।

ग्रीष्माचा पेटला हा वणवा, थेंब थेंब हे पाणी वाचवा
मिळेल इतरांनाही गारवा ।।६।।

सागर तलाव नद्या विहिरी, थेंबाचीच करामत सारी
सन्मान यांचा करावा ।।७।।

हसा मुलांनो हसा

प्राध्यापक : (फळ्यावर लिहितात)
२९५९६०३४५३ एवढे लोक भारतात आळशी आहेत. त्यात तुमच्यापैकीदेखील अनेकजण आहेत.
विद्यार्थी : ते कसं काय सर ?
प्राध्यापक : काहींनी तर ही संख्यादेखील वाचली नसेल, एवढे ते आळशी आहेत, खरं आहे ना ?

पोलीस : (चोराला) ज्या घरात तू चोरी केलीस, त्या घरातील लोक बाहेरगावी गेलेत हे तुला कसं कळलं ?
चोर : साहेब, त्याच लोकांनी स्वतःहून कळवलं. त्यात माझा काय दोष ?
पोलीस : अरे, ते कशाला सांगतील ?
चोर : (लॅपटॉप उघडून दाखवत) हे बघा, फेसबुकवर त्यांनी केवढे तरी फोटो टाकलेत आणि लिहिलय – सहकुटुंब सुटीचा आनंद लुटताना.

बन्या : आजी, विन्या आहे का घरात ?
आजी : हो आहे ना !
बन्या : काय करतोय ?
आजी : बाहेर छान पाऊस पडतोय ना, म्हणून गरमागरम भजी खातोय. तुला पण भूक लागली असेल ना ?
बन्या : (तोंडाला सुटलेलं पाणी गिळत) हो ना आजी !
आजी : अरे मग थांबलास का ? घरी जाऊन पटकन काहीतरी खाऊन ये.

बाबा : (गण्याचा अभ्यास घेताना) गण्या, इथं लिहिलय – खुदी को कर बुलंद इतना, कि खुदा बंदे से पूछे, बता तेरी रजा क्या है ? याचा काय अर्थ होतो रे ?
गण्या : अहो बाबा, म्हणजे माणसानं एवढं काम करायचं, एवढं काम करायचं की शेवटी कंटाळून मालकाने म्हणावं – 'बाबारे तू रजेवर कधी जातोस ? बोल तुला किती रजा पाहिजेत ?'

राजा आणि गजा तीर्थयात्रेला निघाले होते. जेव्हा गंगा नदीच्या पुलावर गाडी आली तेव्हा लोक श्रध्देने सुटे पैसे नदीत टाकून नमस्कार करत होते. ते पाहून गजाने चेकबुक काढले. त्या चेकवर जय गंगा मैया असं लिहून तो चेक नदीत टाकला.
राजा : अरे, चेक नदीत का टाकला ?
गजा : अरे पंतप्रधान मोदी साहेबांनी सांगितलं ना, कॅशलेस व्यवहार करायचा म्हणून !

शिक्षक : बन्या, सांग पाहू – मी उपाशी आहे या वाक्यात कोणता काळ आहे ?
बन्या : दुष्काळ

नीटनेटकेपणा

शाळा भरली. शिक्षक वर्गात आले. त्यांनी काल दिलेल्या गृहपाठाच्या वह्या जमा करायला सांगितल्या. सर्व मुलं आपापल्या गृहपाठाच्या वह्या जमा करत होती; पण श्याम मात्र अत्यंत अस्वस्थ होता. त्याने दोन-तीन वेळा आपली बॅग तपासून पाहिली; पण त्याला गृहपाठाची वही काही सापडली नाही. काल शाळेतून घरी आल्यावर त्याने सर्व गृहपाठ पूर्ण केला होता; पण गृहपाठाची वही बॅगेत न ठेवता तिथेच टाकून तो मित्रांबरोबर खेळायला गेला आणि खेळून आल्यावर थकल्यामुळे लवकर झोपी गेला. सकाळी शाळेत जातांना घाईघाईत तो तसाच निघून गेला. वस्तू जागच्या जागी न ठेवण्याच्या त्याच्या या सवयीमुळे आई त्याला नेहमी रागावत असे; पण आज मात्र या चुकीच्या सवयीचा त्याला खूप पश्चाताप झाला होता.

श्याम हा हुशार आणि मेहनती मुलगा होता. खेळातही प्रविण होता. मित्रांना मदत करणं, दिलेला अभ्यास वेळेवर करणं, असे खूप चांगले गुण त्याच्यामध्ये होते. घरकामातही तो आईला नेहमी मदत करत असे; परंतु निष्काळजीपणाचा मात्र त्याला नेहमी त्रास होत असे. वर्गशिक्षकांनी सर्व मुलांच्या वह्या तपासल्या. त्यांना श्यामची गृहपाठाची वही आढळली नाही. त्यांनी श्यामला गृहपाठ का केला नाहीस असं विचारल्यावर त्याला रडूच कोसळलं. तो म्हणाला, "सर! गृहपाठ तर पूर्ण केलेला आहे; पण वही चुकून घरीच राहिली." श्याम प्रामाणिक आहे हे वर्गशिक्षकांना माहीत होतं. त्याचबरोबर त्याची निष्काळजीपणाची सवय देखील ठाऊक होती. ही वाईट सवय दूर व्हावी व जबाबदारीने वागण्याची सवय लागावी यासाठी त्यांनी त्याला तास संपेपर्यंत शेवटच्या बाकावर उभं राहण्याची शिक्षा दिली. सगळा वर्ग श्यामकडे बघून हसत होता. श्यामला खूप लाज वाटत होती. गृहपाठ करुनही केवळ निष्काळजीपणामुळे आपल्याला शिक्षा भोगत अपमानीत व्हावं लागलं. याचा त्याला पश्चाताप होत होता. यापुढे प्रत्येक वस्तू जागच्याजागी ठेवण्याचा संकल्पही त्याने मनोमन केला.

संध्याकाळी घरी गेल्यावर त्याने आपलं पुस्तकांचं कपाट साफ करुन पुस्तकं आणि वह्या विषयानुरुप व्यवस्थित रचून ठेवल्या. त्याचबरोबर घरातील वस्तूही योग्य जागी ठेवल्या. आईला श्यामचं खूप कौतुक वाटलं. श्यामला कौतुकाने जवळ घेत त्याला शाबासकी दिली आणि त्याचा आवडता गाजर हलवा खायला दिला.

बघितलं ना मित्रांनो! निष्काळजीपणा आणि वस्तू योग्य जागी न ठेवणे या सवयीमुळे श्यामला किती मनस्ताप सहन करावा लागला ते! असाच एक श्याम प्रत्येकामध्येही असतो बरं! चला तर मग, संकल्प करु या, आजपासून आपल्या वह्या-पुस्तकं व्यवस्थित जागच्या जागी ठेवू. तसंच घरातील कोणतीही वस्तू वापरुन झाल्यानंतर योग्य जागी ठेवू. म्हणजे ज्यावेळी ती वस्तू हवी असेल तेव्हा ती योग्य जागेवर सापडेल. या छोट्या छोट्या चांगल्या सवयीतूनच आपलं जीवन सहज सुंदर होत असतं.

❒ रुपाली शिंदे - (कल्याण)

योग्य पर्याय निवडा

१) मराठी नववर्षाचा आरंभ - गुढीपाडवा / दिवाळी पाडवा

२) जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) मुख्यालय - न्यूयॉर्क / जिनेव्हा

३) जल महाल येथे आहे - जयपूर / आग्रा

४) भारतात सर्वाधिक विद्युत निर्मिती या राज्यात होते - महाराष्ट्र / पंजाब

५) सर्वात कठीण धातू - हिरा / प्लॅटिनम

६) भारतीय रिझर्व बँकेची स्थापना - ०५ एप्रिल १९३७ / ०१ एप्रिल १९३५

७) विज्ञानातील नोबेल पारितोषिक मिळवणारे पहिले भारतीय - सी.व्ही.रमण / डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम

८) दोन नद्यांमधील प्रदेशाला म्हणतात - दुआब / संगम

९) जगातील सर्वात श्रीमंत देश - युएई / यूएसए

१०) 'ड्युस' हा शब्दप्रयोग या खेळांमध्ये केला जातो - बॅडमिंटन / टेनिस

११) सूर्याच्या पृष्ठभागाचे तापमान - ६०० डिग्री से. / ६००० डिग्री से.

१२) उल्कापातामुळे निर्माण झालेले सरोवर - दाल / लोणार

१३) निरंकारी मिशनचा 'मानव एकता दिवस' - २४ एप्रिल / १५ ऑगस्ट

१४) आर्थिक वर्षाचा कालावधी - ०१ एप्रिल ते ३१ मार्च / ०१ मार्च ते ३० एप्रिल

१५) ठाणे जिल्ह्यातील वैतरणा नदीवरील धरण - बारवी / मोडकसागर

उत्तरे इतरत्र

बहुगुणी केळी

पचनापासून ते नैराश्यापर्यंत सर्व समस्यांवर फायदेशीर असलेलं हे एक बहुगुणी बारमाही फळ आहे.

केळी सेवन करण्याचे फायदे :-

दैनंदिन जीवनात अनेकदा ताण-तणाव निर्माण होत असतो, तो दूर करण्यासाठी आपण अनेक उपाय करतो; पण केळीच्या सेवनाने मानसिक समस्यांवर मात करता येते. दररोज एक केळ खाल्ल्याने शरीराला अनेक फायदे होतात. केळी व्हिटॅमिन बी ६ चा खूप चांगला स्त्रोत आहे. शरीराला दररोज आवश्यक असलेल्या व्हिटॅमिन पैकी २५ टक्के व्हिटॅमिन केळी खाल्ल्याने मिळते. त्याचबरोबर पोटॅशियम, व्हिटॅमिन सी आणि मँगनीज १० टक्के मिळते.

❍ केळीमध्ये फायबर, जीवनसत्त्वे आणि खनिजे आढळतात. पोटाशी संबंधित अनेक समस्या केळीच्या सेवनाने दूर होतात.

❍ केळी पोषक तत्त्वांनी समृध्द आहे. केळीमध्ये बायोएक्टिव्ह संयुगे, कॅरोटीनोईड्स आणि फ्लेव्होनॉइड्स असतात. ते आपल्या डोळ्यांच्या आरोग्यासाठी चांगले असतात. हृदयरोगापासून ते अनेक प्रकारच्या कर्करोगाचा धोका देखील कमी करतात.

❍ केळी डाएट फ्रेंडली आहे. केळीमध्ये ११० कॅलरी, ३० ग्रॅम कार्बन आणि ३ ग्रॅम फायबर असते. केळीमध्ये असलेल्या फायबरमुळे पचनक्रिया मंदावते जेणेकरुन त्यामुळे बराच वेळ भूक लागत नाही. याशिवाय यात रेझिस्टंट स्टार्च, एक प्रकारचा कार्बोहायड्रेट असतो, तो पाचक आरोग्यासाठी चांगला असतो. यामुळे अनेक गंभीर आजारांचा धोकाही कमी होतो आणि रक्तातील ग्लुकोजची पातळीही टिकून राहते.

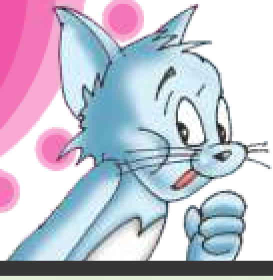
❍ केळी हा पोटॅशियमचा खूप चांगला स्त्रोत आहे. केळीमध्ये ४२२ मिलीग्रॅम पोटॅशियम असते आणि ते सोडियमयुक्त देखील असते. अमेरिकन हार्ट असोसिएशनच्या म्हणण्यानुसार, जर आपण पोटॅशियमयुक्त अन्न खाल्ले तर ते रक्तदाब व्यवस्थापित करण्यास मदत करते. यामुळे स्ट्रोकचा धोका कमी होतो आणि हे आपल्या पोटॅशियमच्या दैनंदिन गरजेच्या १० टक्क्यांपर्यंत पूर्ण करते.

❍ केळीमध्ये आढळणाऱ्या एका विशिष्ट प्रथिनेमध्ये अँटीमाइक्रोबियल आणि अँटी-व्हायरल गुणधर्म असतात. अनेक प्रकारचे इन्फेक्शन दूर करण्यासाठी केळीचे सेवन फायदेशीर ठरते. अतिसार आणि चिकनपॉक्समध्ये देखील केळी खाण्याची शिफारस केली जाते. ती रोगप्रतिकारक शक्ती मजबूत ठेवते.

❍ वजन वाढवण्यासाठी देखील केळी खाण्याचा सल्ला दिला जातो.

दक्षता : केळी हे थंड, पौष्टिक, उर्जा देणारे, कमी किमतीत सहज उपलब्ध होणारे सर्व ऋतुत मिळणारे फळ असले तरी कफ प्रकृतीच्या लोकांनी खूप कमी सेवन करावे.

❍ रात्री केळी खाऊ नयेत.



किट्टी

चित्रांकन व लेखन : अजय कालरा

ये चिंटू ! चल नाश्ता करुन घे.
हॅलो मित्रांनो, कसे आहात सगळे ?
अरे वा आंटी ! तुम्ही तर विविध प्रकारचे पदार्थ बनवले आहेत. शक्ती देणारे, शरीर सशक्त करणारे आणि निरोगी बनवणारे असे सारे पदार्थ आहेत.
बरं, यामध्ये कोणता पदार्थ कोणत्या प्रकारातला आहे सांग बघू !
दूध शरीराला मजबूत बनवतं. आणि फळभाज्या ह्या शरीराला निरोगी ठेवतात.
हे बघ, किट्टी ! हा ज्यूस आणि ब्रेड शक्ती देतात.

मम्मी, आणखी कोणकोणते पदार्थ कशासाठी उपयोगी असतात, ते सांग ना!
चला हॉलमध्ये बसू या. मी तुम्हाला प्रोजेक्टरवर दाखवते.
वेगवेगळ्या प्रकारचे पदार्थ
Milk
हे शरीराला सुदृढ बनवणारे, याच्याने आपले स्नायू मजबूत होतात आणि शरीर सुदृढ होतं.
आता सांगा बरं शक्ती देणाऱ्या पदार्थाचे फायदे कोण सांगेल?
मम्मी, हे सगळे पदार्थ खाल्ल्याने आपल्या शरीरात शक्ती येते. आपण चपळ राहतो.

आंटी, निरोगी ठेवणारे पदार्थ खाल्ल्याने आपल्या शरीरातील जीवनसत्त्वांची कमतरताही दूर होते!
आणि हो, किट्टी! आपण जंक फूड सुध्दा खूप कमी खायला हवेत.
मम्मी, आता मी सगळ्या प्रकारचे पौष्टिक पदार्थ खाणार आणि माझी तब्येत चांगली ठेवणार.
बाय किट्टी!
किट्टी! आता आपण सारे पौष्टिकच पदार्थ खाऊ या.

संथ वाहते कृष्णामाई

महाराष्ट्र तसा नद्यांच्या बाबतीत खरोखरच सुदैवी म्हणायला हवा. महाराष्ट्राला सुजलाम् सुफलाम् बनवण्यात या नद्यांचा सिंहाचा वाटा आहे. गोदावरी, वर्धा, तापी, वैनगंगा, भीमा या नद्यांप्रमाणे कृष्णा नदीने 'जनमाते' ची आपली भूमिका चोख बजावली आहे. त्यामुळेच या कृष्णामाईवर आसपासच्या जनतेने अपार माया केली आहे. इतकंच नव्हे तर भारतातील पवित्र नद्यांमध्ये कृष्णा नदीची गणना केली जाते.

कृष्णा नदीविषयी कृष्णामाहात्म्यपुराण व कृष्णामाहात्म्यवर्णन या ग्रंथांतून वेगवेगळ्या स्वरुपाची माहिती मिळते. या ग्रंथात काठावरील तीर्थक्षेत्रांचा परिचय घडतो. पंडित साधुदास यांनी रचलेले 'कृष्णालहरी' नावाचे काव्य प्रसिध्द आहे.

सह्याद्रीच्या कुशीत महाबळेश्वर येथे कृष्णा नदी उगम पावते. महाराष्ट्रातील मोठ्या नद्यांपैकी कृष्णा ही एक होय. महाराष्ट्रातील तिच्या एकूण प्रवाहाची लांबी २८२ कि.मी. आहे. कृष्णेच्या खोऱ्याने महाराष्ट्रातील एकूण २४,६८२ चौ.कि.मी. परिसर व्यापला आहे. कोयना, वारणा व पंचगंगा या तिच्या महाराष्ट्रातील महत्त्वाच्या मोठ्या उपनद्या होत. सातारा व सांगली या दोन जिल्ह्यातून वाहत जाणारी पूर्ववाहिनी कृष्णा महाराष्ट्राबाहेर कर्नाटक व आंध्रप्रदेशातून वाहत जाऊन शेवटी बंगालच्या उपसागराला मिळते. महादेव डोंगररांगेच्या दक्षिणेला कृष्णेचे विस्तृत खोरे पसरलेले आहे.

उगमानंतर कृष्णेचा प्रवाह लहानसा असून, वाई शहराजवळ वाहताना कृष्णाचं पात्र रुंद आढळते. त्याचबरोबर प्रवाहही संथ गतीने वाहताना दिसतो. त्यावरुनच 'संथ वाहते कृष्णामाई' हा शब्द प्रयोग समाजजीवनात रुढ झाला आहे. पुढे कराडजवळ तिला महाराष्ट्राची

दीपवती कोयना येऊन मिळते. सांगली शहराजवळ या नदीचे पात्र बरंच विस्तृत दिसते. या ठिकाणी नदीवर मोठा पूल बांधलेला आहे. सांगली जिल्ह्याच्या दक्षिण सीमेवरुन वाहणारी वारणा नदी हरिपूरजवळ तिच्या प्रवाहात जाऊन मिळते. दक्षिण महाराष्ट्रात कोल्हापूर जिल्ह्यातून वाहत येणारी पंचगंगा नरसोबाची वाडी येथे श्री दत्तगुरुंच्या साक्षीने कृष्णारुप होते. कृष्णाच्या प्रवाह प्रदेशात ठिकठिकाणी सुंदर घाट बांधलेले आहेत. या नदीच्या काठावर अनेक देवालये आढळतात.

कराड येथे कृष्णामाईचे प्रसिध्द देऊळ आहे. वाई येथील विष्णू, लक्ष्मी यांची देवळे आणि सांगली येथील गणपतीचे देऊळ विशेष प्रसिध्द आहे. याशिवाय औदुंबर येथील दत्ताचे देवालय, नरसिंहपूर येथील नरसिंहाचे मंदिर प्रेक्षणीय आहे. वाई, कराड आणि सांगली ही कृष्णाकाठची महत्त्वाची शहरे आहेत. वाई हे शहर विद्वानांचे माहेरघर म्हणून ख्यातीप्राप्त आहे. येथेच मराठी विश्वकोशाच्या निर्मितीच्या महान कार्याचा श्रीगणेशा झाला. मराठी विश्वकोश निर्मितीचे मुख्यालय वाई येथे आहे. कराड हे कृष्णा व कोयना या नद्यांच्या संगमावर वसलेले आहे.

महाराष्ट्र राज्याचे पहिले मुख्यमंत्री श्री यशवंतराव चव्हाण यांची ही कर्मभूमी. हे शहर

पंचगंगा (हत्तीमुख)

व्यापार, शिक्षण व उद्योग यांचे प्रमुख केंद्र आणि बाजारपेठ आहे. सांगली जिल्ह्यातील शेती फुलवण्यात कृष्णा नदीचा महत्त्वाचा वाटा आहे. तंबाखू, भुईमूग या नगदी पिकांच्या उत्पादनासाठी हा जिल्हा विशेष प्रसिध्द आहे. वांगी, मिरची ही उत्पादनं कृष्णा खोऱ्यात मुबलक प्रमाणात होतात. गाळाची जमीन व पाणी सिंचनाच्या सोयी यामुळे कृष्णेचे खोरे शेतकऱ्यांना वरदान ठरले आहे.

कृष्णेच्या खोऱ्यात स्वामी समर्थ रामदासांनी स्थापन केलेली अकरा मारुतीची मंदिरं आजही बलप्रतिष्ठेची आपणास ओळख करुन देतात. कृष्णेचे खोरे प्राचीन काळी कुंतल देश म्हणून ओळखले जात असे. शिवाजी महाराजांच्या काळात कृष्णेच्या परिसराचा फारच चांगला उपयोग झाल्याची नोंदही इतिहासात आढळते. शिवाजी महाराजांची कृष्णाघोडी तुम्हा-आम्हास माहीतच आहे.

❒ रघुनाथ भागवत (महाड)

समजा, एखाद्या कंदिलाच्या काचेवर पतंगाचा किडा बसलेला आहे. त्याची सावली भिंतीवर पडलेली आहे. ती पाहून कोणी असा विचार करु लागेल, की भिंतीवर पडलेली पतंगाची सावली झाडूने किंवा काठीने दूर करावी तर ते शक्य होणार नाही. त्यासाठी काचेवर बसलेल्या पतंगालाच दूर केलं पाहिजे. म्हणजे भिंतीवरील सावली आपोआपच दूर होईल. तसे आशा, तृष्णा, लालसा या माणसाच्या मनात बसलेल्या आहेत. म्हणून संत महापुरुष मनालाच समर्पित करुन टाकतात.

– बाबा हरदेवसिंहजी महाराज

चित्र पूर्ण करून रंग भरा

ओळखा तुम्ही ...

उत्तर : शहामृग

सामान्यज्ञान उत्तरे

१) गुढीपाडवा
२) जिनेव्हा
३) जयपूर
४) महाराष्ट्र
५) प्लॅटिनम
६) ०१ एप्रिल १९३५
७) सी.व्ही.रमण
८) दुआब
९) यूएसए
१०) बॅडमिंटन
११) ६००० डिग्री से.
१२) लोणार
१३) २४ एप्रिल
१४) ०१ एप्रिल ते ३१ मार्च
१५) मोडकसागर

शब्दकोडे

२२९ चे उत्तर

	१ ह	२ ळ	द		३ बा	
४ बी	ड		५ स	त	ल	ज
	६ स	हा	रा		क	
७ ची	न			८ बा	वी	९ स
		१० पं	जा	ब		त्त
११ अ	डी	च		१२ र	१३ डा	र
र्जु		१४ वी	ट		ळिं	
१५ न	र्गि	स		१६ मुं	ब	ई

Download The App

Sant Nirankari Mission "SNM" App

The application is available for the iOS & Android smartphones.

Download on the App Store

ANDROID APP ON Google Play

Scan QR code

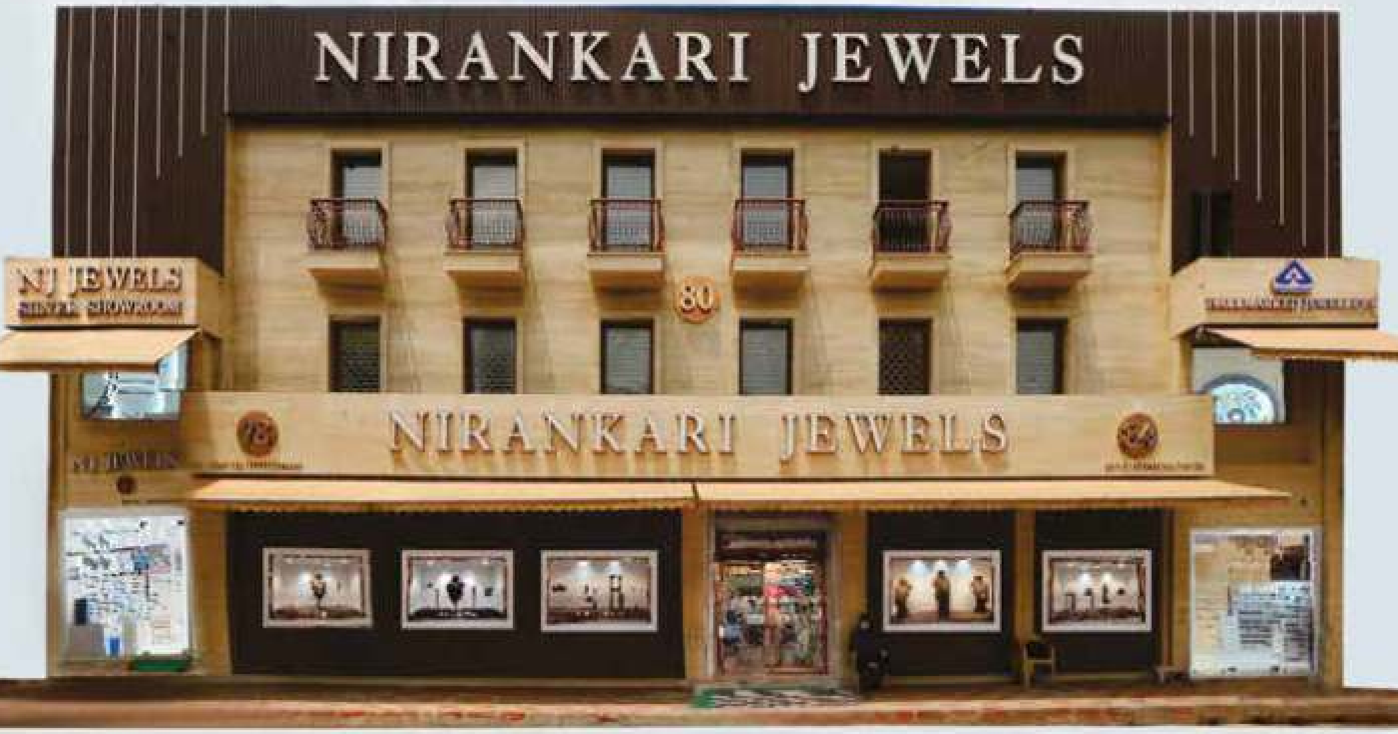
Scan QR code to download Sant Nirankari Mission SNM App

For IOS Devices

For Android Devices

Prescribed Dates 21st & 22nd , Date of Publication: 16th & 17th (Advance Month)
Posted at LPC Delhi RMS Delhi - 110006

Registered with the Registrar of Newspaper For India Under RNI No. 25672/1973 : Delhi Postal Regd. No. DL (N) 136/2021-2023
: License No. U (DN) -23/2021-2023
: Licensed to post without Pre-payment



NIRANKARI JEWELS

78-84, Edward Line, Kingsway Camp, Delhi, 110009
Near G.T.B. Nagar Metro Station Gate No. 4

011-42870440, 42870441, 47058133
nirankari_jewels@hotmail.com
www.nirankarijewels.com
@nirankarijewelsdelhi
Nirankari Jewels Pvt. Ltd.

Monday Closed
Customer Care : 9818883394