हसती दुनिया

(मराठी)

एकीचे बळ

₹ २५/-

अंक ४ । वर्ष २२ । पृष्ठे ४४ । एप्रिल २०२५

बालकांच्या बौध्दिक आणि
आध्यात्मिक विकासाची
आगळी वेगळी भेट
(पंजाबी, इंग्रजी व हिंदी भाषेतसुध्दा प्रकाशित)

मुद्रक व प्रकाशक, श्री. राकेश मुटरेजा यांनी संत निरंकारी मंडळ, दिल्ली - ९ करीता एम. पी. प्रिंटर्स, बी २२०, फेस-II, नोएडा (उ.प्र.) - २०१३०५ येथे छापून संत निरंकारी सत्संग भवन, संत निरंकारी कॉलनी, दिल्ली- ११०००९ येथे प्रकाशित केली.

हसती दुनिया
(मराठी)

अंक ४ । वर्ष २२ । पृष्ठे ४४ । एप्रिल २०२५

पंजाबी, इंग्रजी व हिंदी भाषेतसुद्धा प्रकाशित

मुख्य संपादक
डॉ. विजय शर्मा

संपादक
राजेंद्र थोरात
(अवैतनिक)

संयुक्त संपादक
अमृता बामुगडे

सजावट व चित्रे
उदय सत्यवान पांगे • राजनंदन कृ. पिंपळकर

कार्यालयाचा पत्ता
५०, मोरबाग रोड, संत निरंकारी सत्संग भवन,
दादर (पूर्व), मुंबई - ४०००१४

E-mail : hduniya.marathi@nirankari.org
Website : www.nirankari.org

नवीन सदस्यता प्राप्त करण्यासाठी

वर्ष	एक पत्रिका	दोन पत्रिका	तीन पत्रिका	तीन पत्रिका
१ वर्ष	₹४००	₹६००	₹८००	वैयक्तिक पत्यावर
	₹३००	₹५००	₹७००	भवनच्या पत्यावर
३ वर्ष	₹१०००	₹१५००	₹२०००	वैयक्तिक पत्यावर
	₹७००	₹१२००	₹१७००	भवनच्या पत्यावर
५ वर्ष	₹१५००	₹२२००	₹३०००	वैयक्तिक पत्यावर
	₹१२००	₹१८००	₹२६००	भवनच्या पत्यावर

लेखकांच्या मताशी सहमत असणे अनिवार्य नाही

मासिक पत्रिकेविषयी चौकशीसाठी हेल्प लाईन : ०२२ - २४१०५७४९

हातात पेन्सिल घ्या जरा, एका जागी बसा
हसती दुनिया वाचा आणि खूप खूप हसा

अनुक्रमणिका

हितगुज – राजेंद्र थोरात – 4

किलबील कविता – कमल हसबे – 5

गोष्टीच्या गावात – स्नेहल साळुंखे – 6

रहस्यमयी जिनी – दिप्ती तनवाणी – 8

एप्रिल मस्तीमय महिना – नवीता अहिरे – 9

मम्मी, पप्पा आणि गप्पा – प्रेरणा यादव – 10

मस्त मैदान – विजय बामुगडे – 12

फुलांसारखी माणसं – अमृता बामुगडे – 14

चित्रकथा – भावेश खुराना – 16

गोष्टीची गोष्ट – ऋचा कुमठेकर – 20

बॉडी बिल्डींग – डॉ. कांचन – 22

आपली प्रयोगशाळा – प्रिती संतवाणी – 24

बुद्धीचा खाऊ – अमितेश ताम्हाणे – 26

पोट धरुन हसा – उदय पांगे – 28

गोष्टींची गंमत – लतिका पालव – 29

वाढदिवस बालमित्रांचा – 30

NATURE टिचर – मृणाल घोसाळकर – 31

चला फिरायला – अमृता बामुगडे – 32

जंगल मंगल – करण आबनावे – 34

प्रेरक प्रसंग – प्रणिता सावळे – 36

चांदण्यांच्या जगात – सुकदेव पाटील – 38

गोष्टींची पिकनीक – शालन वायफळे – 40

हितगुज

एकजुटीतच खरे शहाणपण

एका जंगलात रानम्हशींचा कळप चरत होता. एका बछड्याने म्हशीला विचारलं, "मला सतत कळपात राहून कंटाळा आलाय. मी थोडा वेळ दूरवर फिरुन येऊ का?"

म्हैस म्हणाली, "नाही बाळ, एकटा कुठेही जाऊ नकोस."

"का? आपल्याला जंगलात कोणापासून भीती आहे?"

"या जंगलात आपल्याला वाघ आणि सिंह यांच्यापासून भीती आहे. ते कधीही झडप घालू शकतात."

"मग वाघ - सिंह दिसले तर मी जोरात पळून येईन."

"असा वेडेपणा कधीच करु नकोस. कारण ते आपल्यापेक्षा वेगाने धावतात आणि पाठीमागून हल्ला करुन आपल्याला सहज खाऊन टाकतात. म्हणून कळप सोडून जाऊ नकोस."

"पण जर वाघ - सिंह समोर आलेच तर अशा वेळी काय केलं पाहिजे?"

"अजिबात न घाबरता त्यांच्या नजरेला नजर देत उभं राहायचं. जरा सुध्दा घाबरल्याचं दाखवायचं नाही."

"पण मग तरीही त्यांनी हल्ला केला तर?"

"तर तू देखील आपल्या तीक्ष्ण शिंगांनी त्यांच्यावर तुटून पडायला तयार राहा."

"पण मग माझ्या शक्तीपुढे त्यांची शक्ती किती प्रचंड असणार."

"आम्ही सगळे मागे कशासाठी असतो? एकावर जरी हल्ला करायचा प्रयत्न केला, तरी आम्ही सारे शिंगं रोखून धावून जातो. जोपर्यंत आपण कळपात आहोत तोपर्यंत सुरक्षित आहोत. म्हणून एकजुटीने राहण्यातच शहाणपण आहे."

मित्रांनो, प्रत्येक क्षेत्रात एकजूट फार महत्त्वाची असते. धर्म, जात, प्रांत अशा गोष्टींवरुन आपण एकमेकांपासून दूर गेलो तर देशाला धोका निर्माण होऊ शकतो. कोणतंही कार्य एकजुटीने केलं तर अशक्य कार्यही सहज शक्य होऊन जातं.

किलबील कविता

एकमेका साह्य करू

एकमेका साह्य करू,अवघे धरू सुपंथ।
सांगून गेले संत महंत अन् झाले कीर्तीवंत।।

बालशिवबाने मूठभर मावळे घेतले सोबतीला।
मुघलांकडून स्वराज्य घेऊन, इतिहास घडविला।।

घरी असावा प्रेम जिव्हाळा अन् सर्वजनांची एकी।
तिथे नांदे सुखसमाधान, आनंद अन् आपुलकी।।

अनेक सोबती एक विचार, जीवनात येईल बहार।
एकीच्या बळाने मिळते फळ,होणार नाही हार।।

सौ. कमल हसबे, सांगली

...आणि रस्ता तयार झाला

गोष्टीच्या गावात

रामपूर नावाचं एक छोटसं गाव होतं. जेमतेम लोकसंख्या असलेलं गाव. गावातील लोक खूप कष्टाळू आणि एकजुटीने राहणारे होते. त्याच गावात विवेक नावाचा एक मुलगा राहत होता. विवेक खूप हुशार आणि मेहनती होता. विवेकच्या बाबांचा शेतीचा व्यवसाय होता. विवेकची आई तर त्यांना शेतीमध्ये मदत करत होतीच, पण सोबत विवेकही काहीतरी लुडबुड करतच असे. विवेक आईलाही घर कामात मदत करत असे. एवढं असूनही विवेक अभ्यासात खूप हुशार होता. यंदा तो पाचवीला गेला होता. रामपूर मध्ये चौथ्या इयत्तेपर्यंत शाळा होती, परंतु तिथून पुढच्या शिक्षणासाठी मुलांना तालुक्याच्या गावाला जावं लागत असे.तालुक्याचं गाव तसं फारसं लांब नव्हतं, परंतु तिथंपर्यंत

जाण्यासाठी खूप मोठ्या डोंगराला वळसा घालून जावं लागत होतं. त्यामध्ये बराच वेळ वाया जात असे. त्यामुळे मुलांच्या शाळेचंही नुकसान होत होतं. विवेक व त्याच्या मित्रांना शाळेत वेळेवर पोचण्यासाठी तारेवरची कसरत करावी लागत होती. शाळेत पोचायला रोज उशीर व्हायचा. एक दिवस विवेक त्याच्या बाबांना म्हणाला, ‘‘बाबा, मला शाळेत पोचायला रोज उशीर होतो. शाळेचा पहिला तास बुडतो .त्यामुळे शिकवलेलं ध्यानात येत नाही. त्यावर बाबा म्हणाले,‘‘हो बेटा,डोंगराला वळसा घालून जावं लागतं.त्यात रस्ताही खूप ओबडधोबड आहे. त्यामुळे खूप वेळ जातो, त्या ऐवजी या डोंगरातून एक रस्ता तयार झाला असता, तर तालुक्याला जाण्यासाठी सर्वांचा वेळ वाचला असता. छोट्याशा विवेकने तेवढंच ध्यानात ठेवलं. दुसऱ्या दिवशी आपल्या सर्व मित्रांना त्याने एकत्रित केलं आणि त्यांना म्हणाला, ‘‘मित्रांनो,आपण सगळे मिळून या डोंगरातून जाणारी एक छोटीशी वाट बनवू या.‘‘ दुसऱ्या दिवशी सर्व मुलं कुदळ, फावडे घेऊन डोंगराच्या पायथ्याशी जमा झाली. त्या छोट्याशा हातांनी आपल्या भविष्यासाठी वाट बनवायला चालू केली. गावकरी तिथं गोळा झाले. त्यांनी तो सर्व प्रकार पाहिला. मुलांनी त्यांना सांगितलं, आम्ही आमच्या शाळेसाठी जवळची वाट बनवत आहोत. गावकऱ्यांना मुलांचं खूप कौतुक वाटलं .जे आपल्याला सुचलं नाही, ते या छोट्या मुलांनी करण्याचा प्रयत्न केला. गावकरीही मुलांना रस्ता बनवण्याच्या कामात मदत करू लागले. बघता बघता ही बातमी पत्रकारांपर्यंत पोचली. त्यांनी रामपूर गावाची ही व्यथा वर्तमान पत्राद्वारे सरकारपर्यंत पोचवली. सरकारनेही या छोट्या मुलांचं आणि गावकऱ्यांच्या एकीचं कौतुक केलं.त्या गावात रस्ता मंजूर करून तात्काळ पक्का रस्ता तयार करून दिला.आता रामपुरातील मुलं शाळेत वेळेवर पोचतात. गावकरी तालुक्याच्या गावी कमी वेळेत पोचतात. त्यामुळे रामपूर गावाचा सर्वांगीण विकास झाला.

तात्पर्य - जेव्हा लोक एक विचाराने, एकमताने एकत्रित येऊन प्रयत्न करतात, तेव्हा अशक्य वाटणारी गोष्ट ही सहज आणि सोपी होऊन जाते.

उत्तरे पान क्र. ३५ वर

१. मुकुट माझ्या डोक्यावर आहे, जांभळा झगा माझ्या अंगावर आहे,
आहेत मला काटे जरा सांभाळून, चविष्ट आहे मी खातात मला भाजून,
सांगा पाहू मी आहे तरी कोण ?

२. गोष्ट आहे मी अशी, मला घेता तुम्ही खाण्यासाठी,
मात्र मला तुम्ही खात नाही,
सांगा पाहू मी कोण ?

३. कोणत्या महिन्यात लोक सर्वात कमी झोपतात.

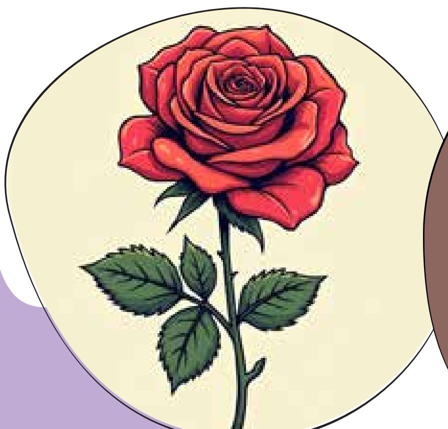
रहस्यमयी जिनी

सर्वोत्कृष्ट शिकारी - चीता

चीता (Cheetah) पृथ्वीवरील सर्वात वेगाने धावणारा प्राणी आहे. तो फक्त 3-4 सेकंदात 0 ते 100 किमी प्रतितास वेग पकडू शकतो.

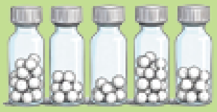
दीर्घायुषी झाड : ऑलिव्ह (जैतून)

ऑलिव्ह (Olive) झाड 500 ते 1000 वर्षे जिवंत राहू शकते. काही झाडे 2000 वर्षांहून अधिक काळ जगतात!



गुलाबाचे नाव आणि वैशिष्ट्य

फुलांची नावे त्यांच्या रंग, आकार किंवा सुगंधावरुन ठेवली जातात. जसे गुलाब हे नाव ‘गुल’ या शब्दावरुन आले आहे. ज्याचा अर्थ ‘सुगंध’ असा होतो.



१० एप्रिल
जागतिक होमिओपॅथी दिवस
(World Homeopathy Day)

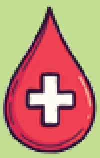
११ एप्रिल :
ज्योतिबा फुले जयंती

२५ एप्रिल
विश्व मलेरिया दिवस
(World Malaria Day)

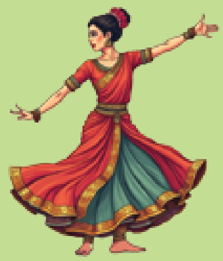
७ एप्रिल
जागतिक आरोग्य दिवस
(World Health Day)

११ एप्रिल
राष्ट्रीय सुरक्षित मातृत्व दिवस
(National Safe Motherhood Day)

एप्रिल
मस्तीमय महिना



१७ एप्रिल
जागतिक हिमोफिलिया दिन
(World Hemophilia Day)



२९ एप्रिल
आंतराष्ट्रीय नृत्य दिवस
(International Dance Day)

५ एप्रिल :
राष्ट्रीय सागरी दिन
(National Maritime Day)

२३ एप्रिल
विश्व पुस्तक आणि कॉपीराइट दिवस
(World Book and Copyright Day)

२२ एप्रिल
पृथ्वी दिवस
(Earth Day)

१४ एप्रिल
आंबेडकर जयंती
(Dr.B R Ambedkar Jayanti)

शरीराच्या प्रतिमेसंदर्भातील समस्यांसाठी महत्वाच्या गोष्टी

मम्मी, पप्पा आणि गप्पा

g uDdh d : u c?kk

१. मोकळेपणाने संवाद साधा
तुमच्या मुलाला त्याच्या शरीराविषयी नकारात्मक विचार येत असल्यास त्याच्याशी त्याच्या भावना, त्याच्या असमाधानाचे कारण आणि मित्रांसोबत होणाऱ्या संवादाबद्दल बोला.

g 'kD ; r® VkGk

१.इतर मुलांच्या शरीराशी तुलना करू नका
इतर मुलांच्या शरीराविषयी किंवा त्यांच्या शरीराच्या स्वरूपाशी तुमच्या मुलाची तुलना करणे टाळा. त्यामुळे मुलाच्या आत्मविश्वासावर परिणाम होऊ शकतो.

२. संपूर्ण आरोग्यावर लक्ष केंद्रित करा
निरोगी आहार आणि नियमित शारीरिक हालचालींना प्रोत्साहन द्या, केवळ वजन कमी करण्यासाठी किंवा विशिष्ट शरीरयष्टी मिळवण्यासाठी नाही.

३. कृतज्ञता व्यक्त करण्याचा सराव करा
तुमच्या मुलाला त्याच्या शरीराच्या अद्वितीय गुणधर्मांची कदर करायला शिकवा आणि शरीर ज्या गोष्टी करू शकते त्याबद्दल कृतज्ञता व्यक्त करायला शिकवा.

४. अस्वस्थ करणाऱ्या माध्यमांपासून अंतर ठेवा
सोशल मीडिया, चित्रपट आणि वेब सिरीजमध्ये वारंवार समान प्रकारच्या शरीरयष्टी दाखवल्या जातात, त्यामुळे चुकीच्या कल्पना निर्माण होतात. याबाबत मुलाशी संवाद साधा.

५. तज्ज्ञांच्या मदतीचा विचार करा –
जर तुमचा मुलगा / मुलगी आपल्या शरीराविषयी खूपच अस्वस्थ असेल आणि वारंवार अन्न सेवन करून उलटी करणे किंवा इतर हानिकारक सवयी लावत असेल, तर दीर्घकालीन मदतीसाठी मानसशास्त्रज्ञांचा सल्ला घ्या.

२. मुलाच्या शरीरावर टीका करू नका
वारंवार वजन, शरीराची ठेवण किंवा रूपावर नकारात्मक टिप्पणी करू नका.

३. डायटिंग किंवा अन्नावर निर्बंध लावू नका
मुलाला जबरदस्तीने आहार मर्यादित करण्यास सांगू नका, त्याऐवजी स्वत: निरोगी आहार पाळून त्याचे चांगले उदाहरण द्या.

४. फक्त दिसण्यावर भर देऊ नका
मुलाच्या गुणविशेषांवर, कौशल्यांवर आणि प्रतिभेवर भर द्या, केवळ त्याच्या शरीराच्या स्वरूपावर नाही.

५. मुलाच्या समस्यांकडे दुर्लक्ष करू नका
‘असं काही नाही’, ‘जास्त विचार करू नकोस’, ‘दिसण्याविषयी इतकं का विचार करतोस?’ असे म्हणणे टाळा. त्याऐवजी, प्रामाणिक संवाद साधा आणि मुलाला त्याच्या शरीरासोबत चांगला संबंध निर्माण करण्यास मदत करा.

मस्त मैदान

महाराष्ट्रातील प्रसिध्द ऑलिम्पिक खेळाडू

१. लिएँडर पेस (टेनिस)

- मुंबईत जन्मलेले लिएँडर पेस हे भारताचे महान टेनिसपटू आहेत.
- १९९६ अटलांटा ऑलिम्पिकमध्ये कांस्यपदक जिंकले.
- ७ वेळा ऑलिम्पिकमध्ये भारताचे प्रतिनिधित्व केले आहे.

२. गगन नारंग (नेमबाजी - शूटिंग)

- पुण्यात प्रशिक्षण घेतलेले प्रसिध्द नेमबाज.
- २०१२ लंडन ऑलिम्पिकमध्ये १० मीटर एअर रायफल प्रकारात कांस्यपदक जिंकले.

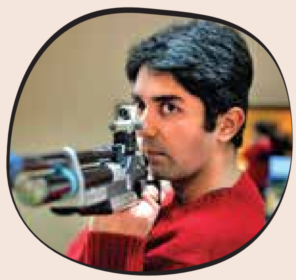
३. राही सरनोबत (नेमबाजी - शूटिंग)

- कोल्हापूरची राही सरनोबत ही महाराष्ट्रातील पहिली महिला ऑलिम्पियन नेमबाज आहे.
- २०१२ लंडन आणि २०२० टोकियो ऑलिम्पिकमध्ये भारताचे प्रतिनिधित्व केले.
- आशियाई क्रीडा स्पर्धेत सुवर्णपदक विजेती.

४. अंजली भागवत (नेमबाजी - शूटिंग)

- मुंबईत जन्मलेली सुप्रसिध्द नेमबाज.
- २००० सिडनी आणि २००४ अथेन्स ऑलिम्पिकमध्ये सहभाग घेतला.
- ISSF करंडक जिंकणारी पहिली भारतीय महिला नेमबाज.

५. अभिनव बिंद्रा (नेमबाजी - शूटिंग)



- जरी पंजाबमध्ये जन्म झाला असला तरी पुण्यातील गगन नारंग अकॅडमी मध्ये प्रशिक्षण घेतले.
- २००८ बीजिंग ऑलिम्पिकमध्ये १० मीटर एअर रायफलमध्ये सुवर्णपदक जिंकले.

६. प्रमोद भगत (पॅरालिम्पिक्स बॅडमिंटन)

- २०२० टोकियो पॅरालिम्पिकमध्ये सुवर्णपदक जिंकले.
- पुण्यातील प्रशिक्षण केंद्राशी संबंधित.

७. योगेश्वर दत्त (कुस्ती)

- महाराष्ट्र कुस्ती मैदानात प्रशिक्षण घेतले
- जरी हरियाणाचे असले तरी महाराष्ट्रातील कुस्ती केंद्रांमध्ये प्रशिक्षण घेतले.
- २०१२ लंडन ऑलिम्पिकमध्ये कांस्यपदक विजेता.

८. सागर महादेव गोरे (कुस्ती)

- पुण्यातील कुस्तीपटू, ऑलिम्पिक पात्रता मिळवलेली महाराष्ट्रातील एक प्रमुख व्यक्ती.

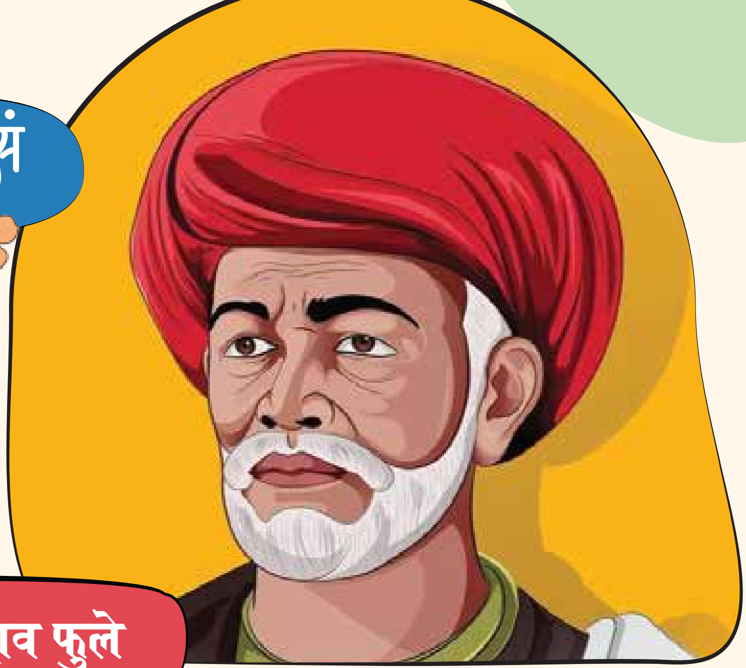
९. दीपा मलिक (पॅरालिम्पिक्स - ॲथलेटिक्स)

- पुण्यात प्रशिक्षण घेतलेली दीपा मलिक यांनी २०१६ पॅरालिम्पिक्समध्ये गोळाफेक प्रकारात रौप्यपदक जिंकले.

महाराष्ट्रातील ऑलिम्पिक क्रीडा संस्कृती:

पुणे, मुंबई, कोल्हापूर हे क्रीडा प्रशिक्षणासाठी प्रसिध्द आहेत. महाराष्ट्र सरकार आणि क्रीडा अकादमीद्वारे खेळाडूंना मदत केली जाते. कुस्ती, नेमबाजी, बॅडमिंटन, टेनिस आणि हॉकी यांसारख्या खेळांना महाराष्ट्रात मोठे प्रोत्साहन आहे. या खेळाडूंनी भारतासाठी ऑलिम्पिकमध्ये मोठे योगदान दिले आहे आणि नवीन पिढीसाठी प्रेरणास्थान ठरले आहेत.

फुलांसारखी माणसं



महात्मा ज्योतिराव फुले

सामाजिक सुधारक

महात्मा ज्योतिराव फुले हे भारतातील महान समाजसुधारक आणि शिक्षणतज्ज्ञ होते. त्यांनी आपल्या संपूर्ण आयुष्यभर समाजातील अज्ञान, अंधश्रद्धा आणि विषमतेच्या विरोधात संघर्ष केला. त्यांचा जन्म ११ एप्रिल १८२७ रोजी पुणे येथे झाला.

शिक्षण आणि सामाजिक कार्य

ज्योतिराव फुले यांनी शिक्षण घेतल्यानंतर समाजातील मागासवर्गीय, विशेषतः स्त्रिया आणि शूद्र-वंचितांसाठी शिक्षणाची दारे खुली केली. त्या काळात मुलींना शिकण्यास संधी दिली जात नव्हती, पण त्यांनी १८४८ मध्ये पहिली मुलींची शाळा सुरू केली. त्यांच्या पत्नी सावित्रीबाई फुले यांनीही स्त्रियांच्या शिक्षणासाठी मोठे योगदान दिले.

सत्यशोधक समाजाची स्थापना

समाजातील जातीभेद आणि अज्ञान दूर करण्यासाठी ज्योतिराव फुले यांनी सत्यशोधक समाज स्थापन केला. या समाजाच्या माध्यमातून त्यांनी सत्य आणि समानतेच्या प्रचारासाठी कार्य केले. त्यांनी बालविवाह, विधवांचे शोषण आणि अस्पृश्यतेसारख्या अन्यायकारक प्रथांविरुद्ध आवाज उठवला.

स्त्री शिक्षणासाठी महत्त्वाचे कार्य

महात्मा फुले यांना स्त्रियांना शिक्षण देण्याची आवश्यकता जाणवली, म्हणून त्यांनी सावित्रीबाई फुले यांना शिक्षिका बनवले. त्यांनी स्त्रियांना स्वत:च्या हक्कांसाठी लढण्यास शिकवले.

महात्मा फुले यांचा आदर्श

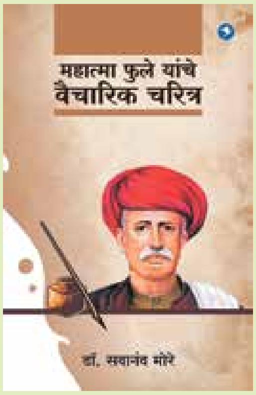
त्यांचे विचार आणि कार्य आजही लाखो लोकांसाठी प्रेरणादायी आहेत. त्यांनी दिलेला ''समानता आणि शिक्षण'' हा संदेश पुढच्या पिढ्यांसाठी अत्यंत महत्त्वाचा आहे.

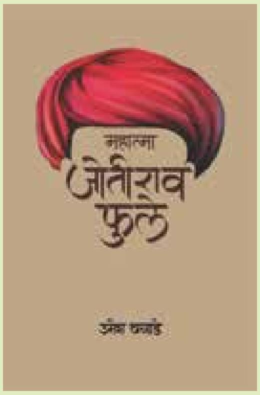
निष्कर्ष

महात्मा ज्योतिराव फुले यांनी समाजात समानता आणि न्यायासाठी लढा दिला. ते खरे समाजसुधारक होते. त्यांच्या कार्यामुळे आपण आज शिक्षण आणि समानतेच्या दिशेने पुढे जात आहोत. म्हणूनच त्यांचे योगदान विसरता कामा नये.

"शिक्षणाशिवाय कोणत्याही समाजाचा विकास होऊ शकत नाही"

महात्मा ज्योतिराव फुले यांच्या जीवनावर आधारित अनेक पुस्तके प्रकाशित आहेत. तुमच्या वाचनात यातील एखादे पुस्तक आले, तर आम्हाला नक्की कळवा!

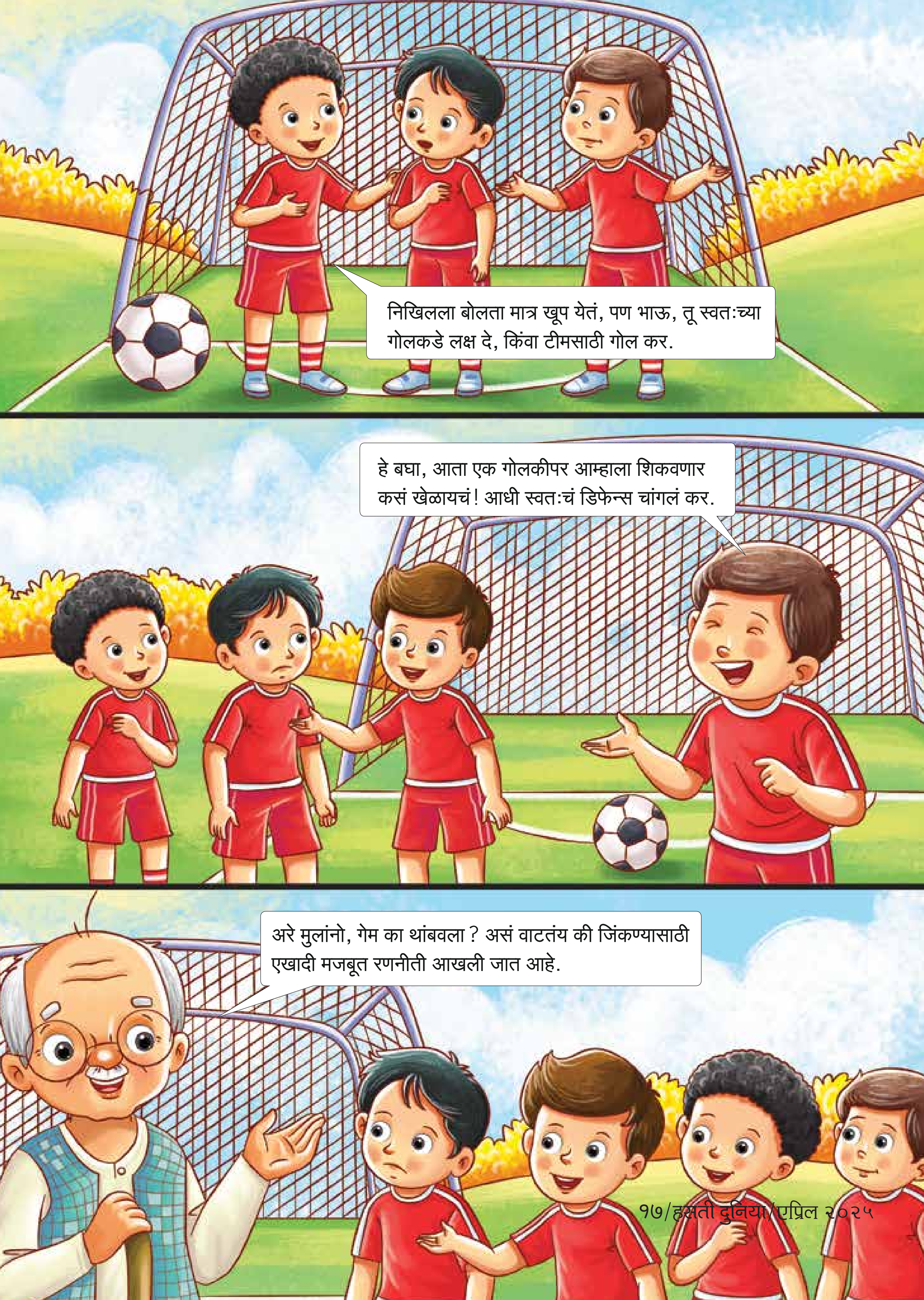




फुटबॉलची टीम

रुहान रुहानी चित्रकथा

चित्रांकन आणि लेखन : अजय कालरा


निखिलला बोलता मात्र खूप येतं, पण भाऊ, तू स्वतःच्या गोलकडे लक्ष दे, किंवा टीमसाठी गोल कर.
हे बघा, आता एक गोलकीपर आम्हाला शिकवणार कसं खेळायचं! आधी स्वतःचं डिफेन्स चांगलं कर.
अरे मुलांनो, गेम का थांबवला? असं वाटतंय की जिंकण्यासाठी एखादी मजबूत रणनीती आखली जात आहे.

कोणती रणनीती बनणार आजोबा...!! कोणी नीट खेळत नाहीये आणि सगळेच एकमेकांवर रागावले आहेत. कोणीही आपल्या योग्य जागेवर खेळत नाहीये.
मुलांनो...!! टीममध्ये कितीही चांगले खेळाडू असले तरी, चांगलं टीमवर्क नसेल, तर जिंकलेला सामना देखील हरु शकतात आणि तसंच, जर टीममध्ये एकता असेल, तर हरलेला सामना देखील जिंकता येतो. म्हणून एकत्र खेळा, एकमेकांविरुध्द नाही.
हो आजोबा, आमच्याकडून चूक झाली. चला मित्रांनो, एकत्र येऊ या, एकमेकांना सपोर्ट करु या आणि खेळू या.

मी फॉरवर्ड चांगल्या प्रकारे सांभाळतो, डिफेन्समध्येही मदत करेन.
आणी मीही चांगला डिफेन्स करीन आणि गोलकीपर भाऊ...!! चला, मी तुमच्यासोबत उभा आहे.
अरे वा...! हाच तो आत्मविश्वास, चला आता एकतेची ताकद दाखवूया!

गोष्टीची गोष्ट

एकीचं बळ
चांगल्या कामासाठी

गोकुळ सोसायटीमधील ८-१० मित्र मैत्रिणींचा ग्रुप एकोप्याने राहत असे. एकत्र शाळेत जाणं ,एकत्र खेळणं असं सगळं काही नेहमी चालत असे. दरवर्षीप्रमाणे या वेळी देखील धुलिवंदनासाठी सगळे जण एकत्र जमले. अतिशय उत्साहाने रंगांची उधळण केली.या वर्षी तर फक्त सोसायटीच्या आवारातच नाही, तर बाहेर रस्त्यावरून जाणाऱ्या येणाऱ्या लोकांवर देखील रंग उधळणे आणि रंगीत पाण्याच्या पिशव्या फेकणे सुरु होते.

धुलिवंदन असल्यामुळे सगळ्यांच्या उत्साहाला पारावार उरला नव्हता. बाहेरच्या लोकांवर कोणीही रंग उडवू नका अशी सक्त ताकीद देऊनही मुलं ऐकत नव्हती. २-३ तास हा सगळा रंगपंचमीचा कार्यक्रम चालू होता. नंतर थकून भागून मुलं आपापल्या घरी गेली. संध्याकाळ होताच पुन्हा सगळे खेळण्यासाठी खाली आली; पण..हे काय! गार्डनमध्ये, बाहेर सगळीकडे पिशव्यांच्या खच पडलेला आहे. सगळीकडे कचराच कचरा साठलेला आहे.

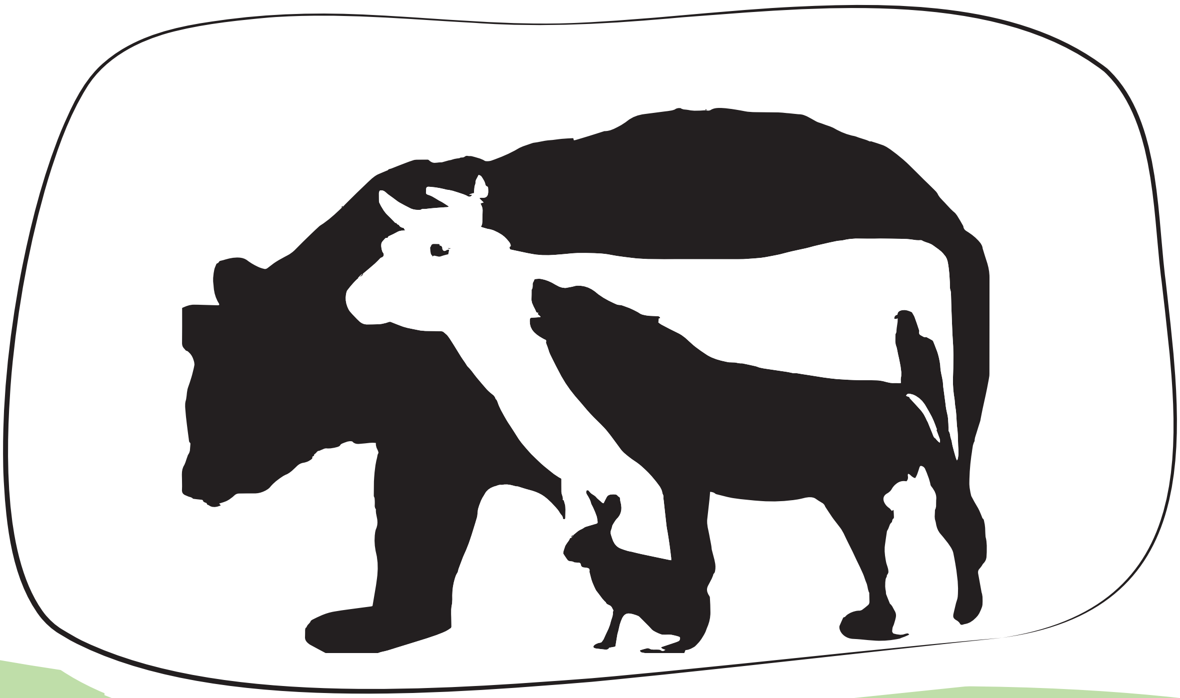
तेवढ्यात एक सत्तर-पंच्याहत्तर वर्षांचे आजोबा नेहमीप्रमाणे बागेत आले. त्यांनी सगळीकडे नजर टाकली. कचऱ्याचं साम्राज्य पसरलेलं पाहिलं. त्यांनी घरी जाऊन एक मोठी थैली आणली आणि बागेतील कचरा वेचून थैलीत गोळा करु लागले. हे दृश्य पाहून मुलांना खूप अपराधीपणा वाटू लागला. कचरा आपण केला आणि तो आजोबांनी उचलावा? त्यांना स्वत:चीच लाज वाटू लागली. मुलं धावतच घरी गेली. प्रत्येकाने थैल्या आणल्या आणि भराभर कचरा गोळा करायला सुरुवात केली. थोड्याच वेळात संपूर्ण गार्डन पहिल्यासारखं स्वच्छ झालं. आजोबा हसले, प्रेमळपणे मुलांच्या पाठीवरून हात फिरवत म्हणाले,‘‘ बाळांनो, आपण आपला आनंद साजरा केला; पण त्यामुळे इतरांना त्रास होणार नाही याची काळजी घ्यायला पाहिजे की नाही? आपला परिसर आपणच स्वच्छ ठेवायला हवा. तुम्ही सगळे एकत्र आलात आणि पाहता पाहता हे गार्डन स्वच्छ झालं. बघा एकीमध्ये किती बळ आहे ! एकीचा वापर चांगल्या कामासाठी केला तर कोणतीही गोष्ट अशक्य राहत नाही.’’

आजोबांचं म्हणणं सगळ्यांना पटलं. आजोबांना थँक्यू म्हणत सगळी मुलं आनंदाने खेळू लागली.

एकीचं बळ मिळतं फळ.

सौ. ऋचा कुमठेकर - सावंत (बदलापूर)

चित्रामधील प्राणी मोजा



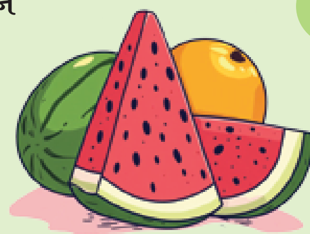
उन्हाळ्यात काय खावे

बॉडी बिल्डींग

(Do's)

१. भरपूर पाणी प्या

उन्हाळ्यात शरीरातून पाणी कमी होते, त्यामुळे भरपूर पाणी पिणे गरजेचे आहे. दिवसातून किमान ८-१० ग्लास पाणी प्या.



२. रसदार फळे खा

कलिंगड, खरबूज, संत्री, मोसंबी, डाळिंब आणि आंबट-गोड फळे खाल्ल्याने शरीराला थंडावा मिळतो.

३. दही आणि ताक घ्या

दही आणि ताक पचनासाठी उत्तम आहेत आणि ते शरीर थंड ठेवतात. रोजच्या आहारात यांचा समावेश करावा.

४. ताज्या भाज्या खा

काकडी, गाजर, बीट, कोबी, टोमॅटो यांसारख्या भाज्या उन्हाळ्यासाठी खूप फायदेशीर आहेत.

५. घरगुती लिंबूपाणी किंवा फळांचा रस घ्या

लिंबूपाणी आणि घरगुती फळांचे रस उष्णतेपासून संरक्षण करतात आणि शरीर ताजेतवाने ठेवतात.

६. हलका आणि पोषणयुक्त आहार घ्या

ताज्या फळांचा आहार घ्या. फुलका, भाजी, कोशिंबीर,

उन्हाळ्यात काय खाऊ नये

(Don'ts)

१. जास्त तेलकट आणि तिखट पदार्थ टाळा

तिखट, मसालेदार, तळलेले पदार्थ पचायला जड असतात आणि पचनतंत्रावर परिणाम करतात.

२. कोल्ड ड्रिंक्स आणि जास्त साखरयुक्त पदार्थ टाळा

कोल्ड ड्रिंक्समध्ये जास्त प्रमाणात साखर असते, जी शरीरासाठी चांगली नाही. याऐवजी नैसर्गिक रस घ्या.

३. जास्त गरम आणि जड आहार टाळा

गरम, जास्त शिजवलेले आणि खूप मसालेदार पदार्थ उन्हाळ्यात त्रासदायक ठरू शकतात.

४. बाहेरचे स्ट्रीट फूड आणि शिळे अन्न टाळा

बाहेरचे स्ट्रीट फूड उन्हाळ्यात पचनास त्रासदायक ठरू शकते आणि त्यामध्ये जंतुसंसर्ग होण्याची शक्यता असते.

५. बर्फाचा गोळा आणि अतिथंड पदार्थ टाळा

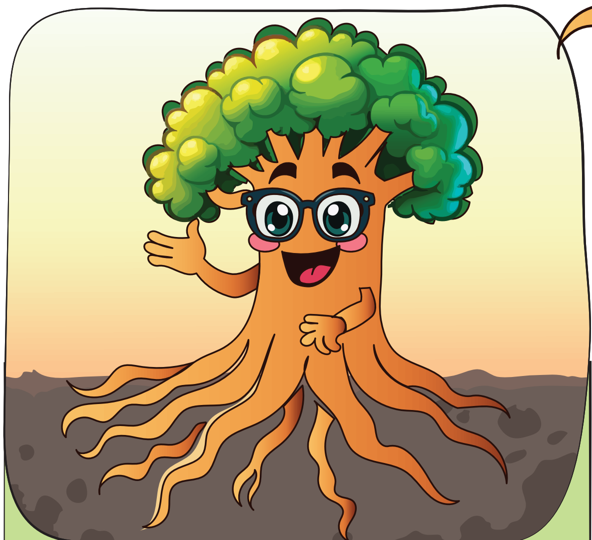
अतिथंड पदार्थ खाल्ल्याने ताप किंवा घसा खवखवण्याची शक्यता वाढते.

निष्कर्ष

उन्हाळ्यात शरीराला थंडावा देणारे आणि पचायला हलके अन्न खाल्ल्यास आपण उष्णतेपासून सुरक्षित राहू शकतो. योग्य आहार आणि पाणी पिण्याच्या सवयी ठेवल्यास उन्हाळा आनंदात आणि निरोगीपणे घालवता येतो!

आपली प्रयोगशाळा

मॅन्ग्रोव वृक्ष



“नमस्कार, मित्रांनो ! मी मॅन्ग्रोव्ह वृक्ष आहे. मी धरतीमातेचा अनमोल आशीर्वाद आहे. मी दलदलीच्या किंवा खाड़ीच्या प्रदेशात वाढतो. माझ्या मुळांमध्ये प्रेम, सुरक्षितता आणि समतोलाची क्षमता आहे. जवळ या, मी तुम्हाला माझे गुपित सांगतो!

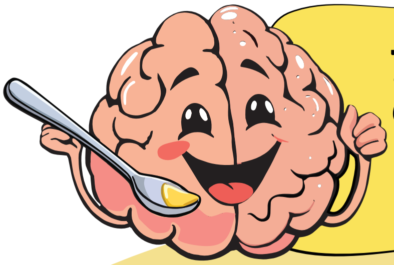
माझी मूळे लहान माशांना, प्रिय खेकड्यांना आणि गाणाऱ्या पक्ष्यांना आश्रय देतात. जसे ईश्वर प्रत्येकाचा सांभाळ करतात, तसेच मीही या सजीवांना सावली आणि ऊब देतो.

एके दिवशी, एक भयंकर वादळ आले, सिंहासारखे गरजणारे! पण मी ठामपणे उभा राहिलो, शक्तीची प्रार्थना करत. माझ्या मुळांनी रौद्र लाटांना अडवले आणि धरतीचे रक्षण केले. निसर्ग नेहमी त्यांच्यासोबत असतो जे त्याचा सन्मान करतात!

पाणी जीवन आहे, पण ते शुद्ध असले पाहिजे! माझी मूळे एका गाळणीप्रमाणे कार्य करतात, पाणी शुद्ध करून समुद्रापर्यंत पोहोचवतात. जसे निर्मळ हृदय जगात शांती आणते, तसेच स्वच्छ पाणी जीवन देते!

माझी पाने, फळे आणि लाकूड निसर्गमातेचे वरदान आहेत. लोक त्यांचा उपयोग औषध, अन्न आणि घरे बांधण्यासाठी करतात. जीवनाचे रहस्य म्हणजे कृतज्ञतेने देणे आणि सन्मानाने घेणे!

जर तुम्हाला कुठे मॅन्ग्रोव्ह वृक्ष दिसला, तर त्याचा फोटो काढून सर्वांना त्याच्या महत्त्वाबद्दल नक्की कळवा मला फारसे काही नको, फक्त प्रेम, काळजी आणि वाढण्याची संधी!
एकत्र येऊन आपण धरतीला सुरक्षित, मजबूत आणि समृद्ध करू शकतो!



बुद्धीचा खाऊ

आंतरराष्ट्रीय नृत्य दिन

नृत्य ही एक कला आहे ती आनंद, उत्साह आणि संस्कृती दर्शवते. जगभरातील नृत्यप्रेमींसाठी २९ एप्रिल हा दिवस आंतरराष्ट्रीय नृत्य दिन म्हणून साजरा केला जातो.

नृत्याचा इतिहास आणि महत्त्व

- नृत्य ही मानवी संस्कृतीचा एक महत्त्वाचा भाग आहे.
- भारतात भरतनाट्यम, कथक, कुचिपुडी, ओडिसी यांसारखे अनेक शास्त्रीय नृत्यप्रकार आहेत.
- लोकनृत्य जसे, की गरबा, भांगडा, लावणी हे प्रादेशिक संस्कृती दर्शवतात.
- नृत्य केवळ मनोरंजनासाठी नसून, त्याचा उपयोग आरोग्यासाठी आणि मानसिक ताण कमी करण्यासाठी होतो

नृत्याचे फायदे

- शारीरिक सुदृढता : नृत्यामुळे शरीराला व्यायाम मिळतो आणि स्नायू मजबूत होतात.
- मन आनंदी राहते : नृत्य केल्याने तणाव दूर होतो आणि आनंद मिळतो.
- संस्कृती जपली जाते : विविध नृत्यप्रकारांमुळे आपली संस्कृती पुढच्या पिढीपर्यंत पोहोचते.
- आत्मविश्वास वाढतो : स्टेजवर नृत्य केल्याने आत्मविश्वास वाढतो आणि लोकांमध्ये वावरण्याची भीती कमी होते.

नृत्य दिवस कसा साजरा करतात?

- या दिवशी विविध नृत्य स्पर्धा आणि कार्यक्रम आयोजित केले जातात.
- प्रसिद्ध नृत्यकलावंतांकडून नृत्य कार्यशाळा घेतल्या जातात.
- शाळा आणि महाविद्यालयांमध्ये विद्यार्थ्यांना नृत्यासाठी प्रेरित केले जाते.

निष्कर्ष

नृत्य ही केवळ कला नाही, तर ती आरोग्यासाठी आणि आनंदासाठी देखील महत्त्वाची आहे. म्हणूनच, आपल्या आवडत्या गाण्यावर नाचायला विसरू नका!

“नृत्य करा, आनंद पसरवा!”

पोट धरुन हसा

वडील : विन्या, एक किलो कापूस जड की एक किलो लोखंड जड ?
विन्या : लोखंड !
गण्या : अरे, दोघांचही वजन सारखंच आहे मग लोखंड कसं जड असेल ?
विन्या : ठीक आहे, तू मला एक किलो कापूस फेकून मार, मी तुला एक किलो लोखंड फेकून मारतो. मग कळेल तुला जड काय आहे ते !

इंग्रजीचे शिक्षक : बन्या, सांग पाहू ॲप्लीकेबल (Applicable) च्या विरुध्द अर्थाचा शब्द कोणता ?
बन्या : दुसऱ्याची केबल

छोटू : दादा, जेवणावरुन उठून गेलो तर जेवणाचा अपमान होतो. मग पाण्याचा अपमान कसा होतो रे ?
दादा : अरे वेड्या, सोप्पय ! हे बघ आंघोळीसाठी पाणी तापवायचं आणि आंघोळच करायची नाही.

बाळूकाकांकडे पाहुणे आले. उन्हामुळे उकडत असल्याने त्यांनी कोट काढून खुंटीला अडकवून ठेवला. गप्पा रंगात आल्या. एवढ्यात त्यांचं लक्ष आपल्या कोटाकडे गेलं.
पाहुणे : बाळासाहेब, माझ्या कोटाच्या खिशात खडे भरतोय तो तुमचा मुलगा आहे ना ?
बाळू काका : छे हो ! तो तर माझ्या भावाचा मुलगा आहे. तो बघा तुमच्या बुटात माती भरतोय ना, तो माझा मुलगा आहे.

शिक्षक : सांगा बरं, रोज बदाम खाल्ले तर काय होईल ?
चिंटू : बदाम संपून जातील.

जगू : टेरेसवर उभा राहून काढलेल्या माझ्या फोटोला फेसबुकवर दीडशे लाइक्स मिळाल्या माहितीये ?
मगन : हे तर काहीच नाही. मी फेसबुकवर फक्त एवढंच स्टेटस टाकलं की, मी आज रात्री टेरेसवर झोपणार आहे मला पाचशे लाइक्स मिळाल्या.
जगू : काय म्हणतोस ? कोण आहेत एवढे लाइक्स देणारे ?
मगन : मच्छर !

गोष्टींची गंमत

एकोप्याचे महत्व

एका गावात रामराव नावाचा एक शेतकरी राहात होता.त्याला सुरेश, महेश व राजेश असे तीन मुलगे होते. त्या तिघांचे एकमेकांशी अजिबात पटत नसे. तिघांनी वेगळं व्हायचा निर्णय घेतला. घराची आणि मालमत्तेची वाटणी करावी म्हणून ते रामरावांकडे मागणी करु लागले.

रामराव त्यांच्या ह्या मागणीमुळे अत्यंत दुःखी झाले. ते त्यांच्या पत्नीला म्हणाले, एवढे कष्ट करून आपण जे काही मिळवलं त्याची वाटणी करायची? ती म्हणाली नाही. तुम्ही थांबा, मी काहीतरी करते. आपली मुलं चुकत आहेत. त्यांना त्यांची चूक लक्षात आणून देणं गरजेचं आहे. तिने तिघांनाही बोलावून सांगितलं, मी तुमच्या मनासारखं करीन.... पण जर तुम्ही माझी एक अट मान्य केली तर! तिघांनाही शेताचा एकेक कोपरा समान वाटून देत ती म्हणाली ,ह्या कोपऱ्यातून आपल्याला दरवर्षी जेवढं ज्वारीचे उत्पादन होतं तेवढंच किंवा त्यापेक्षा जास्त पीक प्रत्येकाने काढून दाखवायचं. तिघांनीही अट मान्य केली.

आता तिघांनी आपापल्या जागेच्या भोवती कुंपण घातलं. त्यामुळे प्रत्येकाची थोडी थोडी जागा कुंपणात गेली. मोठ्या जागेचे लहान तुकडे झाले व कुंपण घातले म्हणून मशागत करताना ट्रॅक्टरही आणता आला नाही. वडिलांसोबत शेती करताना ते आळीपाळीने शेतावर जात. त्यामुळे त्यांना आरामही मिळायचा. आता त्यांना प्रत्येकाला स्वतंत्र शेती करताना खूप कष्ट व ताण पडू लागला.हळूहळू त्यांना आपली चूक लक्षात येऊ लागली.

तीनही मुलं रामरावांकडे परत येत म्हणाली, बाबा आमचं चुकलं. आम्हाला माफ करा.रामराव म्हणाले,''पोरांनो, नेहमी एकजुटीने राहा. पाचही बोटं एकत्र आल्यावर जी ताकद असते ती एका बोटात कधीच नसते. एकोप्यात जे बळ आहे ते एकट्यात नाही.''

- लतिका पालव

वाढदिवस बालमित्रांचा

धनिष्ठा

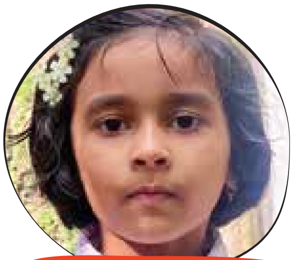
समर्थ

यशिका

जीजा

स्वरनील

श्रेया



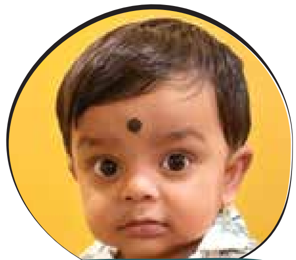
पलक

अद्विथ

अद्विक

रुचा

आरोही



प्रियांक

रोशनी

आगम

परी

NATURE टिचर

महाराष्ट्राचे फुलपाखरू : ब्लू मॉरमॉन

नाव : ब्लू मॉरमॉन - महाराष्ट्राचे फुलपाखरू
इंग्रजी नाव: Blue Mormon
वैज्ञानिक नाव: Papilio polymnestor

आयुष्य कालावधी :
प्रयोगशाळेतील स्थितीनुसार सुमारे ४३ दिवस

निवारा :
ही जास्त पावसाच्या भागांमध्ये, विशेषत: सदाहरित जंगलांमध्ये सर्वाधिक आढळते. हे फुलपाखरू सिट्रस (लिंबूवर्गीय) वनस्पतींवर राहते आणि या झाडांची मोठ्या प्रमाणावर लागवड असल्यामुळे ती प्रजाती जंगलांमध्ये आणि शहरी भागातही मोठ्या प्रमाणात पाहायला मिळते.

संवर्धन स्थिती: सामान्य
वर्ग : कीटक (पतंग)
आकार: १२० - १५० मिमी पंख (पसरलेल्या स्थितीत)
रंग: मखमली काळा, निळा, तपकिरी, लाल ठिपके

आहार :
सिट्रस (लिंबूवर्गीय) वनस्पती

प्रजननाचा काळ :
पावसाळ्यानंतर

अधिवास :
बांगलादेशमध्ये सापडण्यापूर्वी, ही प्रजाती केवळ भारत आणि श्रीलंकेपुरती स्थानिक असल्याचे मानले जात होते. भारतात ती मुख्यत: पश्चिम घाट, दक्षिण भारत आणि पूर्व किनाऱ्यावर आढळते. तसेच, उत्तर भारतात गुजरातपर्यंत तिची नोंद झाली आहे. हे फुलपाखरू बागांमध्ये सहज आढळते आणि मुंबई, पुणे आणि बेंगळुरू यांसारख्या मोठ्या शहरांमध्येही ती व्यस्त वाहतुकीच्या ठिकाणी दिसते. हे फुलपाखरू वर्षभर आढळते, मात्र मान्सून आणि त्यानंतर अधिक प्रमाणात दिसते.

महत्वाची माहिती :
हे भारतातील चौथ्या क्रमांकाचे सर्वात मोठे फुलपाखरू आहे.
जून २०१५ मध्ये महाराष्ट्राने ब्लू मॉरमॉनला 'राज्य फुलपाखरू' म्हणून घोषित केले, ज्यामुळे महाराष्ट्र राज्य असे फुलपाखरू असलेले भारतातील पहिले राज्य ठरले.

चला फिरायला

ताजमहाल

सात आश्चर्यांपैकी एक

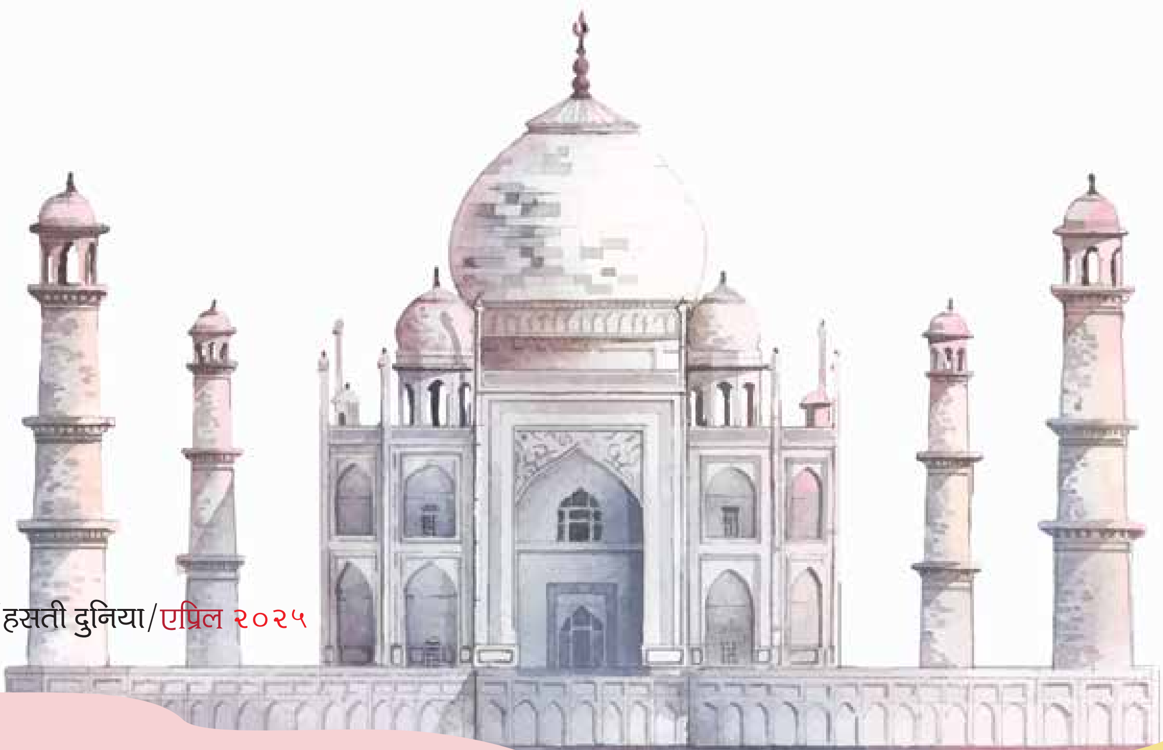
ताजमहाल हा भारतातील आग्रा शहरात यमुना नदीच्या काठावर स्थित भव्य वास्तू कलेचा सुंदर नमुना आहे. तो मुघल सम्राट शाहजहान याने आपली पत्नी मुमताज महल हिच्या स्मरणार्थ बांधलेला आहे.ताजमहाल हे प्रेमाचे प्रतीक मानले जाते. ते जगातील सात आश्चर्यांपैकी एक आहे.

ताजमहालाची रचना

ताजमहाल संपूर्णपणे पांढऱ्या संगमरवराने बनलेला आहे. त्याच्या भोवती सुंदर बाग, फुलांचे ताटवे आणि मोठे पाण्याचे तळे आहेत. या स्मारकाच्या बांधकामासाठी सुमारे वीस हजार कारागीर आणि शिल्पकारांनी मेहनत घेतलेली आहे. मुख्य इमारतीवर सुंदर कोरीव काम आणि कुराणातील श्लोक कोरलेले आहेत.

इतिहास आणि वैशिष्ट्ये

- ताजमहाल बांधण्यास सुमारे २२ वर्षे लागली. (१६३२ ते १६५३).
- या स्मारकाची उंची सुमारे ७३ मीटर आहे.



- ताजमहाल हा युनेस्कोच्या जागतिक वारसा स्थळांपैकी एक आहे.
- प्रत्येक वर्षी लाखो पर्यटक ताजमहाल पाहण्यासाठी येतात.

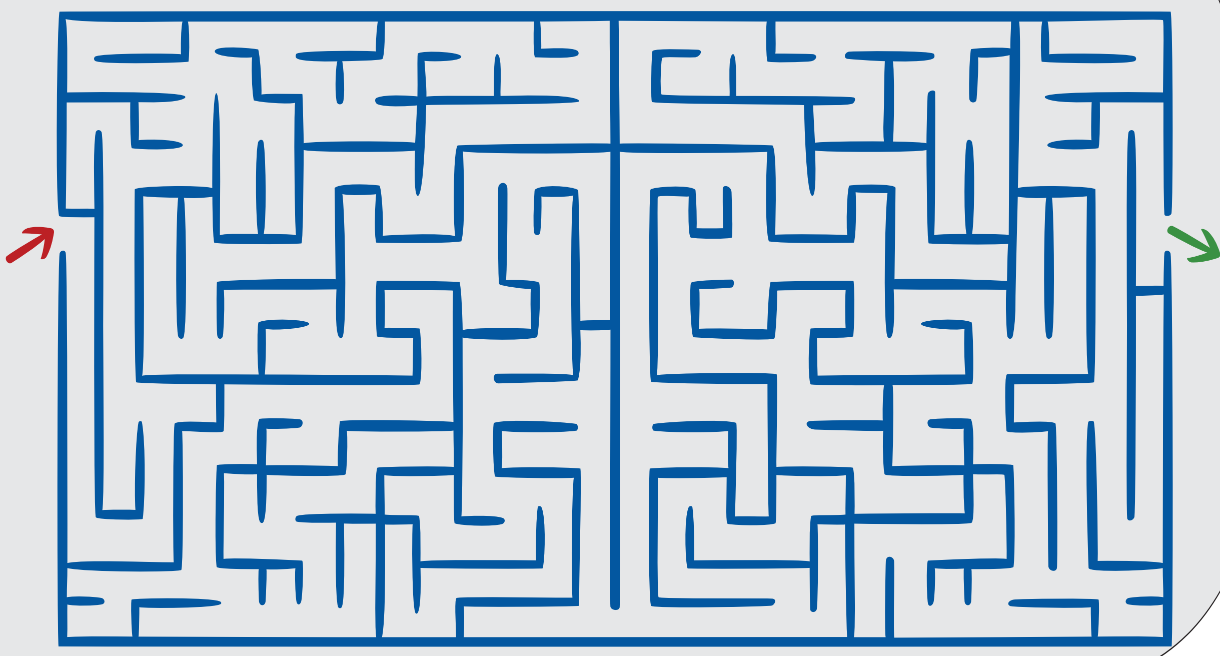
ताजमहालाचे सौंदर्य

सूर्योदय आणि चंद्रप्रकाशात ताजमहाल अतिशय सुंदर दिसतो. तो वेगवेगळ्या रंगांच्या छटांमध्ये चमकतो. दिवसा तो पांढरा दिसतो, तर रात्री चंद्रप्रकाशात रूपेरी चमकतो.

निष्कर्ष

ताजमहाल हे भारताच्या समृद्ध इतिहासाचे आणि कला-स्थापत्यशास्त्राचे उत्तम उदाहरण आहे. हे स्मारक संपूर्ण जगासाठी एक अद्भुत वारसा आहे.

रस्ता शोधू या



जंगल मंगल

पक्ष्यांची कमाल

एका जंगलात खूप सारे पक्षी राहत होते. त्यांना एकत्र राहणं आवडायचं.ते एकमेकांना मदत करायचे, एकमेकांसाठी गाणी गायचे,अन्नाची सोय करायचे, एकत्र खेळायचे. पण एके दिवशी मात्र त्यांच्यात भांडण झालं.मोठे पक्षी लहान पक्ष्यांबाबत भेदभाव करू लागले.मोठ्या पक्ष्यांनी लहान पक्ष्यांना घरट्यातून बाहेर काढलं. आम्ही तयार केलेली घरटी आमचीच आहेत असं ते म्हणू लागले. शिवाय आम्ही जमा केलेलं अन्न इतरांना देणार नाही.ते अन्न पदार्थ स्वत:साठी ठेवत आणि लहान पक्ष्यांना मात्र उपाशी ठेवत. शेवटी या भांडणामुळे सारे पक्षी एकमेकांपासून दूर गेले.

लहान पक्षी एका झाडावर बसून रडू लागले.अन्नासाठी त्यांना वणवण करावी लागत होती.त्यांना अनेक समस्यांना सामोरं जावं लागत होतं. इतर शिकारी पक्षी, प्राणी त्यांची शिकार कशी करता येईल हे बघू लागले.समस्या वाढत चालल्या होत्या.

एकदा एक शिकारी जंगलात आला. त्याने पक्ष्यांना पकडण्यासाठी जाळे अंथरले. पक्षी घाबरले,पण त्यांना कुठेही सुरक्षित जागा सापडली नाही.

तेव्हा एक बुद्धिमान कावळा म्हणाला, आपण सारे एकत्र येऊन ह्या शिकाऱ्याला पळवून लावू या. एकटे राहून आपण काही करू शकणार नाही. एकत्र येऊन आपण याला सहज पळवून लावू शकतो.
सर्व पक्षी कावळ्याच्या सल्ल्यावर सहमत झाले. ते सर्व एकत्र उडत आले. कलकलाट करत त्यांनी शिकाऱ्याला घेरून टाकलं. शिकारी घाबरून जंगलातून पळून गेला.

सर्व पक्षी आनंदाने नाचू लागले, त्यांनी प्रण केला, की आता आपण कधीही एकमेकांना सोडून राहायचं नाही. कारण सर्वांना कळून चुकलं, की एकता हीच खरी शक्ती आहे.

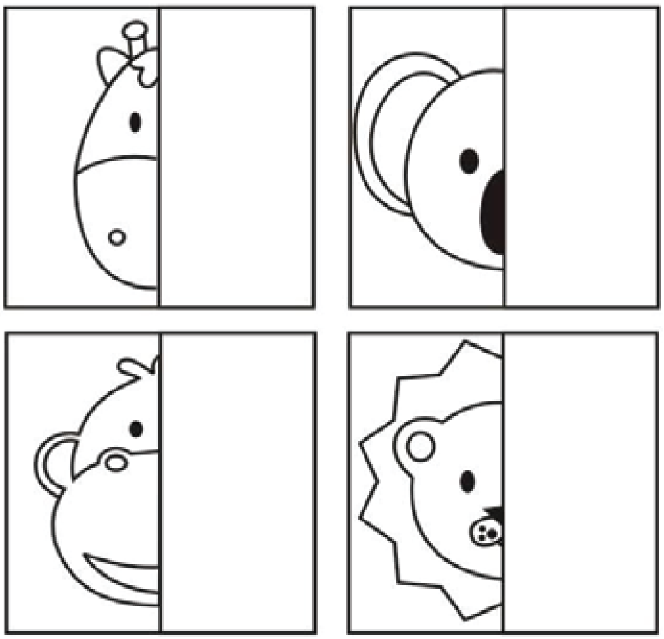
बोध:

या कथेवरून आपल्याला काय शिकायला मिळतं?

जेव्हा आपण एकत्र येतो, तेव्हा कोणत्याही अडचणीला सामोरं जाऊ शकतो. भांडणाने काहीही मिळत नाही, उलट आपण आपलंच नुकसान करतो. एकमेकांना सहकार्य करणे हीच यशस्वी होण्याची गुरुकिल्ली आहे. एकत्र राहून आपण आनंद घेऊ शकतो. सर्वांना समान मानावे. कोणी लहान - मोठा नाही. सर्व एकसमान आहेत. गरजेच्या वेळी एकमेकांना मदत करणे गरजेचे आहे. लहान-सहान गोष्टींवरून भांडण करू नये.

- करण आबनावे

चित्र पूर्ण करा



पान क्र. ७ वरील कोड्याचे उत्तर - १) वांगं २) ताट ३) फेब्रुवारी

जीवन जगण्याची शैली

एकदा मसुरी येथे सद्‌गुरु बाबा गुरबचनसिंहजी महाराजांच्या सुकन्या जगजीतजी आणि मनमोहनजी तसेच भगिनी भगवंतजी या इतर महापुरुषांसोबत फेरफटका मारण्यासाठी गेल्या होत्या. संध्याकाळ झाल्याने सर्वजण बाजाराहाट करुन तिथून सरळ सिनेमागृहात गेले. त्याकाळी प्रत्येक दिवशी सायंकाळी ४ ते ६ वाजेपर्यंत सत्संगाचा कार्यक्रम होत असे; परंतु हे सर्वजण सायंकाळच्या सत्संगाला उपस्थित राहण्याऐवजी सिनेमा पाहायला गेले. त्यानंतर एका हॉटेलमध्ये जेवण करुन रात्री जवळजवळ १० वाजता भवनवर परतले. त्यादिवशी ज्या महापुरुषांनी रात्रीची प्रसादी ठेवली होती, त्यांनी भवनवर मुक्कामास असलेल्या सगळ्या महापुरुषांना प्रसादीने तृप्त केले होते. आता ते फेरफटका मारण्यास गेलेल्या मुलांची परत येण्याची वाट पाहत बसले होते. जेव्हा ही मंडळी भवनवर पोचली तेव्हा सद्‌गुरु बाबाजी भवन समोरील रस्त्यावर शतपावली करत होते. मुलांबरोबर गेलेले महापुरुष समोर बाबाजींना पाहून हादरले. त्यांनी शरमेने माना खाली घातल्या. जेव्हा सर्वांनी बाबाजींना नमस्कार केला. तेव्हा बाबाजींनी त्यांना विचारलं, “एवढा वेळ होतात कुठे ?”

लज्जित होऊन नजर चुकवत सर्वजण स्तब्ध उभे राहिले. अंतर्यामी सद्‌गुरु स्वतःच पुढे म्हणाले, “पहिल्यांदा कंपनी बाग, नंतर बाजारहाट, मग सिनेमा आणि बाहेर खाऊनपिऊन आता येत आहात. तुम्हाला सत्संगाचीही आठवण राहिली नाही. रात्रीच्या प्रसादीचा स्वीकार करण्याची प्रार्थना महापुरुषांनी तुम्हालाही केली होती, याची देखील आठवण राहिली नाही. ते महापुरुष अजूनही तुमची वाट पाहत बसले आहेत. त्यांनी स्वतःही प्रसादी केलेली नाही.”

सद्‌गुरु बाबाजींची एकप्रकारे ही शिकवणरुपी दटावणी ऐकून त्यांच्या सुकन्या मनमोहनजी व जगजीतजी गुरुचरणी नतमस्तक झाल्या. तसं पाहिलं तर जगजीतजी म्हणजे एक हसतं-खेळतं व्यक्तिमत्व! पण त्या दिवशी त्यांनी आपल्या हातून झालेली चूक स्वीकारुन प्रार्थना केली, “बाबाजी! आम्ही लहान लेकरं आहोत, लेकरांकडून तर चुकभूल होतच असते. कृपया आज आम्हाला क्षमा करावी. यापुढे असं गैरवर्तन होऊ नये म्हणून सद्‌बुध्दी द्यावी.”

बाबाजी त्यांना समजावत म्हणाले, “जीवनात जर सुखाचा ठेवा प्राप्त करायचा असेल तर सत्संगाचा आणि महापुरुषांच्या भावनेचा आदर करायला शिका. संत महापुरुषांनी श्रध्दा आणि प्रेमापोटी दिलेली, कोरडी भाकरीसुध्दा मोठ-मोठ्या हॉटेलमधील महागड्या पंचपक्वान्नांपेक्षा अधिक रुचकर आणि सुखदायक असते, ही गोष्ट नेहमी आठवणीत ठेवा. आपण सर्व गुरुभक्त आहात. दुनियेतील रंगीबेरंगी मौज-मजेपेक्षा अधिक मजबूत रंग आणि आनंत संतसंगतीमध्येच मिळतो ही गोष्ट कदापिही विसरता कामा नये. सत्संगाकडे दुर्लक्ष करुन इतरत्र ध्यान देणं महापुरुषांना शोभत नाही.”

बाबाजींचं सांगणं चालूच होतं, तेव्हा त्यांच्या कन्यांसोबत गेलेल्या इतर सर्व महापुरुषांनी आणि भगिनी भगवंतजी यांनी गुरुचरणी नतमस्तक होत प्रार्थना केली, “बाबाजी! आम्हाला क्षमा करा. अशी कृपा करा, की पुन्हा आमच्या हातून अशी चूक होऊ नये.” बाबाजी सर्वांना क्षमा करत आणि त्यांची पाठ थोपटत म्हणाले, “जा, ते महापुरुष भोजनासाठी तुमची वाट पाहत आहेत. त्या भोजनाचा स्वीकार करा, त्यामुळे त्यांनाही समाधान मिळेल. महापुरुष खूष झाले तर मग सुखच सुख आहे.” एवढं सांगून बाबाजी पुढे निघाले.

चांदण्याच्या जगात

विश्वातील आपले सोबती !

हे विश्व फक्त चंद्र-सूर्यापुरते मर्यादित नाही! येथे अब्जावधी तारे, आकाशगंगा, कृष्णविवरे आणि अद्‌भुत अशी रहस्य आहेत. वैज्ञानिक आजही या विश्वाच्या रहस्यांचा शोध घेत आहेत. कदाचित भविष्यात तुम्हीच नवे रहस्य उलगडू शकाल ! विश्व मोठं आहे, पण तुमच्या कुतूहलापेक्षा मोठं नाही!

तारे (Stars)

स्वत:हून प्रकाश देणारे आकाशात दिसणारे अग्नीचे पिंड म्हणजे तारे होय. हे प्रामुख्याने हायड्रोजन आणि हीलियम वायूंनी बनलेले असतात. त्यांच्या आत अणुसंलयन (Nuclear Fusion) होऊन उष्णता आणि प्रकाश निर्माण होतो

तारे वेगवेगळ्या प्रकारचे असतात. मुख्य अनुक्रम तारे म्हणजे आपल्या सूर्यासारखे सामान्य तारे, जे दीर्घकाळ प्रकाशमान राहतात. लाल भुजंग हे वृद्ध तारे असतात, जे त्यांच्या शेवटच्या टप्प्यात प्रचंड फुगतात. जेव्हा ताऱ्याचे इंधन संपते, तेव्हा तो श्वेत बटुका बनतो, म्हणजेच तो संकुचित होऊन लहानय पण चमकदार दिसतो. काही तारे कोसळून न्यूट्रॉन तारे बनतात,ते खूपच लहान पण प्रचंड जड आणि घनतेने भरलेले असतात.

विश्वातील एकूण ताऱ्यांची संख्या जगाच्या लोकसंख्यापेक्षा जास्त आहे? होय अर्थातच ! एका खगोलीय अनुमानानुसार जगातल्या प्रत्येक व्यक्तीमागे निदान 1800 अब्ज तारे आहेत !

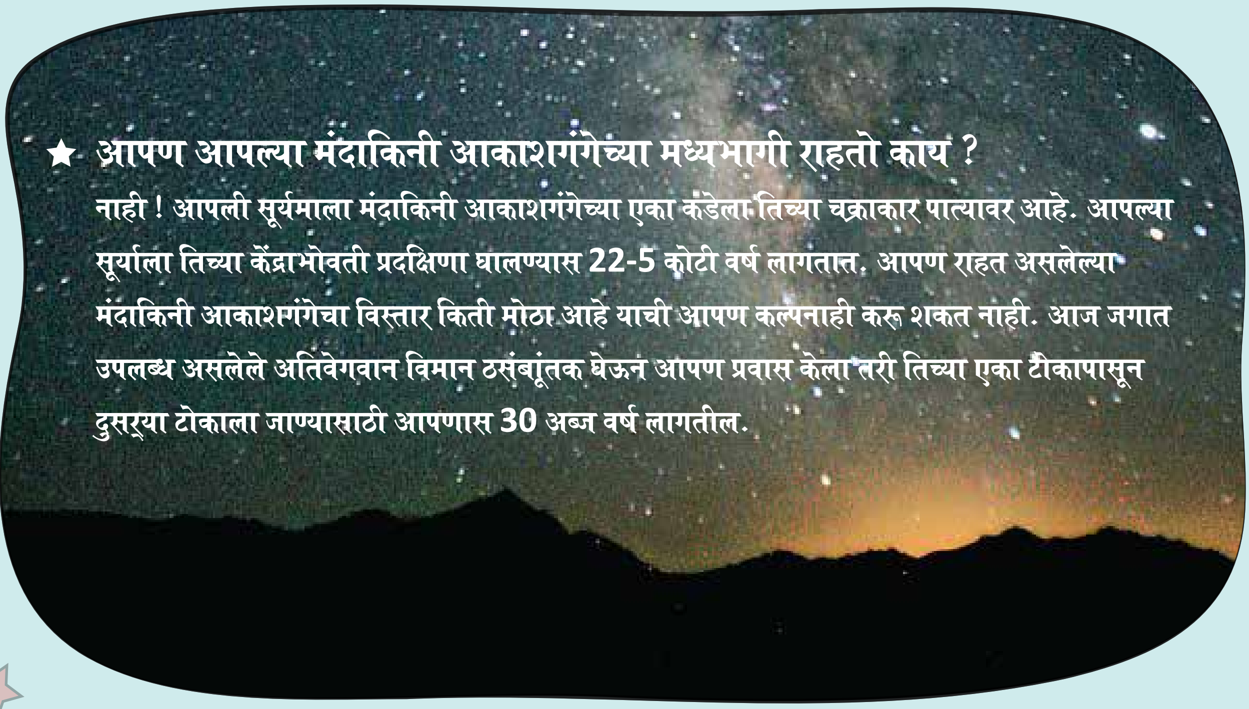
आकाशगंगा (Galaxy)

असंख्य तारे , त्यांच्यामधल्या मोकळ्या अवकाशातील धुलीकण, वायूंचे ढग यांच्या गुरुत्वाकर्षणाच्या ओढीपायी तयार झालेला पुंजका म्हणजे आकाशगंगा ! या विश्वात किती आकाशगंगा आहेत याची कोणालाच नक्की माहिती नाही. शेकडो अब्ज आकाशगंगा असतील असा एक अंदाज आहे त्याशिवाय या विश्वाच्या प्रसरण पावणाऱ्या टोकाला नवीन आकाशगंगांचा जन्म सदोदित होत आहे.

कोणतीही एक आकाशगंगा दुसरीसारखी नाही.काही अत्यंत तेजस्वी दिसतात तर काहींचा प्रकाश मंद असतो. आकाशगंगा अनेक चित्रविचित्र आणि नयनरम्य आकार धारण करतात. आकाशगंगा मुख्यता तीन प्रकारच्या असतात. चक्राकार, लंबवर्तुळाकार आणि आकारहीन.

★ आपण राहतो ती आकाशगंगा नेमकी कशी आहे ?

आपली सौरमाला ज्या आकाशगंगेत आहे तिला खगोल शास्त्रज्ञांनी मंदाकिनी हे नाव दिले आहे. ती चक्राकार असून वरून बघितल्यास ती भुईचक्रासारखी दिसते. तिच्या मध्यभागी एक पांढरा शुभ्र फुगवटा दिसतो हा नाभिकीय फुगवटा आहे.यात आपल्या सूर्याच्याही दशलक्ष पटीने मोठे असलेले —ष्णविवर आहे असे वैज्ञानिकांना वाटते. त्याला त्यांनी सॅजिटेरियस ए असे नाव दिले आहे. आपल्या आकाशगंगेत जवळजवळ 200 अब्जापेक्षा जास्त तारे आहेत. त्यापैक आपला सूर्य एक तारा आहे.



★ आपण आपल्या मंदाकिनी आकाशगंगेच्या मध्यभागी राहतो काय ?

नाही ! आपली सूर्यमाला मंदाकिनी आकाशगंगेच्या एका कडेला तिच्या चक्राकार पात्यावर आहे. आपल्या सूर्याला तिच्या केंद्राभोवती प्रदक्षिणा घालण्यास 22-5 कोटी वर्ष लागतात. आपण राहत असलेल्या मंदाकिनी आकाशगंगेचा विस्तार किती मोठा आहे याची आपण कल्पनाही करू शकत नाही. आज जगात उपलब्ध असलेले अतिवेगवान विमान ठसंबांतक घेऊन आपण प्रवास केला तरी तिच्या एका टोकापासून दुसऱ्या टोकाला जाण्यासाठी आपणास 30 अब्ज वर्ष लागतील.

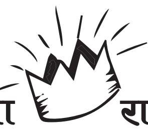
★ सर्वच आकाशगंगांना नावं दिलेली आहेत काय ?

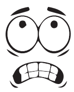
नाही ! ज्यावेळी नवीन आकाशगंगेचा शोध लागतो, तेव्हा तिला ठरविक क्रमांक आणि अक्षरांचे लेबल देण्यात येते. आपल्या जवळपास असलेल्या काही आकाशगंगांना नाव दिले आहे. जसे आपल्या बाजूला असलेली अँड्रोमेडा (देवयानी) होय. सर्पिलाकार असलेली ही आकाशगंगा आपल्या आकाशगंगेपासून 2-5 दशलक्ष प्रकाशवर्ष दूर असून तिला Messier 31 (M31), NGC 224 किंवा 'Great Andromeda Nebula' या नावाने देखील ओळखले जाते. यात मंदाकिनी आकाशगंगेपेक्षा कितीतरी जास्त तारे आहेत.

गोष्टींची पिकनीक

छोट्या मधमाशीची मोठी शक्कल

एका जंगलात एक सिंह रहात होता.

तो जंगलचा  राजा असल्याने सर्व प्राणी

त्याला  घाबरत होते.

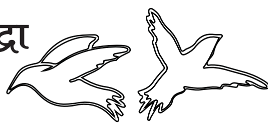
जंगलात तो नेहमी मनमानी करत असे. सिंहाच्या अशा
वागण्याचा सर्वांनाच खूप त्रास होत असे.

परंतु सिंहासमोर जाऊन कोण बोलत नव्हते की

राजा तू हे चुकीचे करतो आहे.

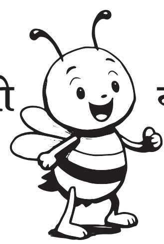
एके रात्री सिंह जोरजोराने गर्जना करत जंगलात फिरू लागला.

सिंहगर्जना ऐकून जंगलातील सर्व प्राणी सैरावैरा धावू लागले.

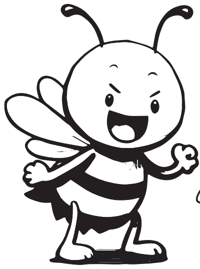
झाडावरील पक्षीसुद्धा  घाबरून उडून जाऊ लागले.

तिथेच एका झाडावर मधमाश्यांचे पोळे होते.

त्यातील माशासुध्दा इकडे तिकडे घोंघावू लागल्या.

परंतु त्यातील एक राणी  माशी खूप धाडसी होती.

ती सिंहासमोर न घाबरता गेली आणि म्हणाली,



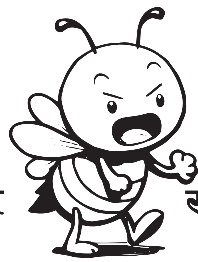
तू एवढ्या कर्कश आवाजात ओरडून आम्हाला त्रास का देतोस?

सिंहाला तिचे हे उद्धटपणे बोलणे अजिबात आवडले नाही. त्याला तिचा राग आला आणि तिला खाण्यासाठी तिच्याकडे धावून आला.

सिंह म्हणाला,

ये चिमुरडी मधमाशे ! माझ्यासारख्या जंगलाच्या राजाला तू कशी काय बोलू शकतेस? हे बघ तुलाच काय अशा हजारो माशांना मी क्षणार्धात संपवून टाकीन.

मधमाशीला पण त्याचा



राग आला आणि जोरजोरात आवाज करू लागली.

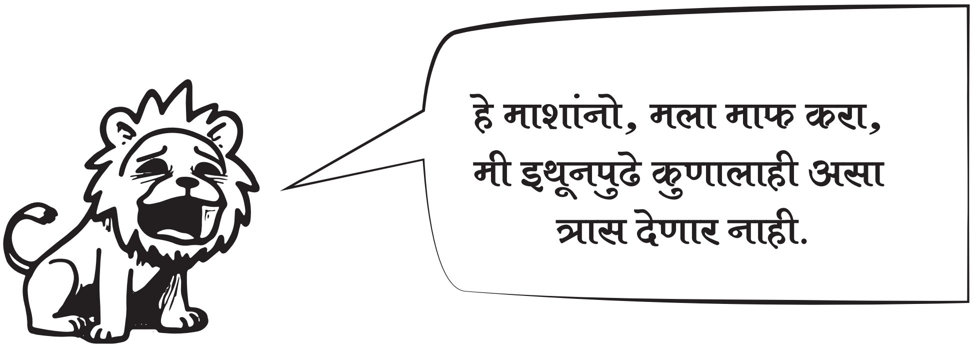
तिचा आवाज ऐकून सर्व माशा तिच्या

मदतीला आल्या.

सर्वच माशा आपल्या दिशेने येताना पाहून सिंह खूप

घाबरला

आणि माशांपुढे गयावया करू लागला आणि म्हणाला,



माशांना त्याची दया आली आणि ठणकावले की

त्यानंतर सिंह मान खाली घालून जंगलात निघून गेला.

तात्पर्य:

बाल मित्रांनो, आपण लहान असलो तरीही एकी असेल तर कोणतेही कार्य करणे सहज शक्य होते. म्हणूनच म्हणतात ना, ''एकीचे बळ, मिळते फळ.''

– सौ. शालन पाटील, वायफळे ता. तासगाव

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

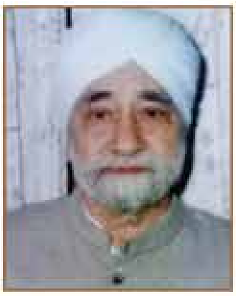
Scan QR code

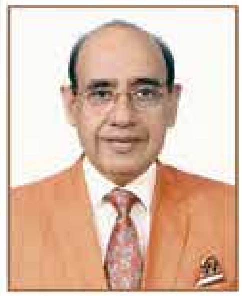
Scan QR code to download Sant Nirankari Mission "SNM" App

For iOS Devices

For Android Devices

Registered with the Registrar of Newspapers
For India Under RNI Number 25675/1973





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**