

लॉकडाऊन रोजनिशी



साहित्य सेवक



लॉकडाऊन रोजनिशी

हे पुस्तक विनामूल्य आहे

पण फुकट नाही

यामागे अनेकांचे कष्ट व पैसे आहेत.

हे वाचल्यावर खर्च करा ३ मिनिटे

१ मिनिट : लेखकांना फोन करून हे पुस्तक कसे वाटले ते कळवा

१ मिनिट : ई साहित्य प्रतिष्ठानला मेल करून हे पुस्तक कसे वाटले ते कळवा.

१ मिनिट : आपले मित्र व ओळखीच्या सर्व मराठी लोकांना या पुस्तकाबद्दल आणि ई साहित्यबद्दल सांगा.

असे न केल्यास यापुढे आपल्याला पुस्तके मिळणे बंद होऊ शकते.

दाम नाही मागत. मागत आहे दाद.

साद आहे आमची, हवा प्रतिसाद.

दाद म्हणजे स्तुतीच असावी असे नाही. प्रांजळ मत, सूचना, टीका, विरोधी मत यांचे स्वागत आहे. प्रामाणिक मत असावे. ज्यामुळे लेखकाला प्रगती करण्यासाठी दिशा ठरवण्यास मदत होते. मराठीत अधिक कसदार लेखन व्हावे आणि त्यातून वाचक अधिकाधिक प्रगल्भ व्हावा आणि अखेर संपूर्ण समाज एका नव्या प्रबुद्ध उंचीवर जात रहावा.

ई साहित्य प्रतिष्ठान



सादर करीत आहे

लॉकडाऊन रोजनिशी

(लघुनिबंधसंग्रह)

संपादक

ना सा येवतीकर

लॉकडाऊन रोजनिशी

संपादक: ना सा येवतीकर

<http://nasayeotikar.blogspot.com>

फ़ोन – 9423625769

पत्ता : नागोराव सा. येवतीकर

मु. येवती पोस्ट येताळा

ता. धर्माबाद जि. नांदेड

ईमेल - nagorao26@gmail.com

या पुस्तिकेतील लेखनाचे सर्व हक्क त्या त्या लेखका/लेखिकेकडे सुरक्षित असून पुस्तकाचे किंवा त्यातील अंशाचे पुनर्मुद्रण व नाट्य, चित्रपट किंवा इतर रूपांतर करण्यासाठी लेखका/लेखिकेची लेखी परवानगी घेणे आवश्यक आहे. तसे न केल्यास कायदेशीर कारवाई होऊ शकते.

This declaration is as per the Copyright Act 1957 read with Sections 43 and 66 of the IT Act 2000. copyright protection in India is available for any literary, dramatic, musical, sound recording and artistic work. The Copyright Act 1957 provides for registration of such works. Although an author's copyright in a work is recognised even without registration. infringement of copyright entitles the owner to remedies of injunction, damages and accounts.

प्रकाशक :ई साहित्य प्रतिष्ठान

www. esahity.in

www. esahity.com

esahity@gmail.com

eSahity Pratishthan

eleventh floor

eternity

eastern express highway

Thane.

Whatsapp: 7710980841

प्रकाशन : ५ जुलै २०२० (गुरुपौर्णिमा)

©esahity Pratishthan®2020

- विनामूल्य वितरणासाठी उपलब्ध.
- आपले वाचून झाल्यावर आपण हे फॉरवर्ड करू शकता.
- हे ई पुस्तक वेबसाईटवर ठेवण्यापुर्वी किंवा वाचनाव्यतिरिक्त कोणताही वापर करण्यापुर्वी ई साहित्य प्रतिष्ठानची परवानगी घेणे आवश्यक-आहे.



प्रकाशकांच्या वतीने दोन शब्द



Whatsapp ग्रुप ही काही नवीन गोष्ट नाही. साहित्यिकांचे ग्रुपही नवलाईचे नाहीत. मी स्वतः अशा वीसेक ग्रुप्समध्ये आहे. पण साहित्यसेवकसारखा ग्रुप मलातरी दुसरा माहित नाही. हा फ़क्त साहित्याला वाहिलेला ग्रुप आहे. इतर साहित्यिक ग्रुप्समध्ये १) बिनसाहित्यिक चर्चा-विनोद-राजकारण-व्हिडिओ, २) वाद आणि भांडणं किंवा ३) अजिबात सन्नाटा असे तीन प्रकार आहेत. पण गेले काही महिने मी हा ग्रुप (आवाज न करता) पहात आहे. हा ग्रुप यांना अपवाद आहे. रोज इथे फ़क्त साहित्य आणि साहित्यविषयक मुक्त निकोप चर्चा एवढेच असते आणि असतेच. कधीच सन्नाटा नसतो. यावरून मला मंगेश पाडगांवकरांची एक गोष्ट आठवली.

पाडगांवकरांनी त्यांची लेखनाची खोली एकदा मला दाखवली. त्यात एक टेबल, एकच खुर्ची आणि भरपूर ताव व काही पेन, पुस्तके एवढेच होते. ते म्हणाले- मला कधीकधी काहीच सुचत नाही. महिना महिना जातो. पण तरिही मी रोज दोन तास या खुर्चीत बसतो, आणि लिहीतो. कधी पुस्तकांतले उतारे लिहून काढतो, कधी तुलसीदास, मीराबाई अशांच्या काव्याचे अनुवाद करत बसतो. कधी कधी काहीही वात्रटपणा लिहितो. पण लिहीणे सोडत नाही. एकतर माझ्या मनगटाला लिहीण्याची सवय सुटता नये आणि दुसरे म्हणजे जेव्हा काही सुचेल तेव्हा त्याला चपखल योग्य नेमके शब्द सुचले पाहिजेत. कारण विचार अमूर्त असतात. पण शब्द आकारात असतात. त्यांनी तोच भाव व्याक्त केला पाहिजे. संद रामदास स्वामींनी सांगितलेचे आहे , दिसामाजि काहितरी ते लिहावे, प्रसंगी अखंडित वाचीत जावे.

या उपदेशाचे पालन मला या ग्रुपमध्ये तंतोतंत पाळले जाताना दिसते. या ग्रुपमध्ये अनेक चांगल्या साहित्याला जन्म देण्याची कुवत मी पहातो. सतत चालण्याची ऊर्मी मला जाणवते. आणि जे चालते ते कुठेतरी पोहोचतेच. फ़क्त दोन गोष्टी. एक गोल गोल चालू नये आणि लक्ष्य आणि मुक्काम ठरवत चालावे. तेच ते लिहीत रहाल तर ते गोल गोल चालणे होईल. रोज नवे विषय यायला हवेत. "माझे दुर्गुण" "मी केलेले लाजिरवाणे कृत्य", " मी जेव्हा कर्तव्य टाळले होते", "मी घाबरलो ती वेळ" असेही कट्टु विषय घ्यावेत. मोठे संकल्प सोडावेत. कादंबरी, महाकादंबरी, एखाद्या मोठ्या इतिहासखंडाच्या किंवा व्यक्तिमत्त्वाच्या अभ्यासाचा आणि नंतर लेखनाचा संकल्प. जे आपल्याला झेपणार नाही असे वाटते तेच करायला घ्यावे. होऊ दे काय होईल ते. नाहीतर ते गोल गोल फिरणे होईल.

या ग्रुपवर माझ्या ओळखीचे अनेक मोठे विचारवंत आहेत. आणि इतरही अनेक विचारी लोक आहेतच. त्यांच्यासमोर एवढे धारिष्ट्य करून मी बोलणे योग्य होते की नव्हते माहित नाही. पण "होऊ दे काय होईल ते." हा मंत्र मला बराच धीर देतो. आपले लिमिट तोडायचे. आपणच. फ़ार फ़ार तर काय होईल? यश येणार नाही. लोक हसतील. पण जर काही मोठे हातून घडले तर? जे आज आपल्याला अशक्य वाटते असे काही आपण करू शकलो तर!

असे काही अशक्याला शक्य करणारे आपल्या हातून घडो हीच शुभेच्छा देऊन हे दोन शब्द आवरतो.

धन्यवाद.

सुनीळ सामंत

टीम ई साहित्य

साहित्य सेवक व्हाट्सअप्प समुह

रोज एक लेख उपक्रम अंतर्गत

लॉकडाऊन रोजनिशी ई बुक

कालावधी 19 एप्रिल ते 07 जून 2020 - 50 दिवस



मनोगत -

मार्च महिन्यापासून कोरोना व्हायरसने भारतात देखील धुमाकूळ घालण्यास सुरुवात केली होती. 22 मार्चपासून संपूर्ण भारतात जनता कर्फ्यू लागू करून संचारबंदी करण्यात आली. घरीच राहा, सुरक्षित राहा असा संदेश पंतप्रधान मा. नरेंद्र मोदीजी आणि मुख्यमंत्री मा. उद्धवजी ठाकरे यांनी जनतेला दिला होता. सुजाण नागरिक घराबाहेर पडत नव्हते. पण घरात बसल्या-बसल्या पुरते कंटाळले होते. याच लॉकडाऊनच्या काळात घरात बसल्या-बसल्या काही वाचनाचे आणि लेखनाचे काम करता यावे म्हणून साहित्य सेवक समूहाची निर्मिती करण्यात आली. वैचारिक लेख लिहिणाऱ्या अनेक मित्रांना संदेश पाठवून या समुहात प्रविष्ट करण्यात आले. साहित्यिकांना रोज एक लेख लिहिण्यासाठी प्रोत्साहित केले आणि एक नियमावली तयार करून त्याची अंमलबजावणी देखील केली म्हणून हा उपक्रम यशस्वी झाला, असे म्हणणे चुकीचे ठरणार नाही. नियमावली अशी होती. आदल्या दिवशी सायंकाळी समुहात विषय दिला जात होता. दिलेल्या विषयाच्या अनुषंगाने जास्तीत जास्त 700 शब्द मर्यादित लेख लिहिणे अपेक्षित ठेवण्यात आले होते. दुसऱ्या दिवशी सकाळी 10 ते 6 या वेळेत समूह सर्वांसाठी खुला करण्यात येत असे आणि सर्व साहित्यिक मित्र त्याच वेळात आपले लेख पोस्ट करत होते. दिवसाकाठी सरासरी 25 जण लेखाद्वारे आपले मत व्यक्त करत होते. रविवार ते शनिवार असे सात दिवसांत कमीतकमी सहा लेख लिहिणाऱ्या लेखकांना आठवड्याचे

मानकरी घोषित करून त्यांना आकर्षक प्रमाणपत्र देऊन सन्मानित करण्यात येत होते. तसेच लेखकांचे सर्व लेख समूहाच्या ब्लॉगवर प्रकाशित केले जात होते आणि त्याची लिंक त्यांना दिली जात होती. आजपर्यंत लॉकडाऊन या विषयासह वसुंधरा, बचत, भ्रष्टाचार, प्रेरणा, अवयवदान, पत्रलेखन, पाऊस, धाडस, पाप व पुण्य, वाचन, बालविवाह, मोबाईल, मुलींचे शिक्षण, श्रमाचे महत्व, समजदार नागरिक कसा असावा, आनंद, सहल, परिवार, व्यसन, आई, गुरू, नशीब, वेळ, अवयवदान, अन्नदान, रक्तदान, स्वच्छता, खेळ, पुस्तक, काळ कसोटीचा, बेरोजगारी आदी विषयांवर लेखन करण्यात आले आहे. दिलेल्या विषयाच्या व्यतिरिक्त अन्य कोणतेही पोस्ट टाकू नये ह्या सूचनेचे पालन करीत आपली जबाबदारी ओळखून प्रत्येकजण लेख शिवाय अन्य पोस्ट टाकले नाहीत. म्हणून समूहाला कधीही त्रास झाला नाही. आजपर्यंत विविध पत्रास विषयांवर लेख लिहिण्यात आले आहेत. हे पत्रास दिवस समुहातील प्रत्येकजण एका व्रतप्रमाणे लिहिण्याचे काम केले. सर्वप्रथम अर्चना गरुड यांचे अभिनंदन करावेसे वाटते कारण त्यांनी पत्रास दिवसांत एकोणपत्रास लेखात सहभाग घेतला. घरी दुःखद घटना घडलेली असतांना देखील त्यांनी त्या दिवशी आपला लेख लिहून पूर्ण केला. त्यानंतर डॉ. वर्षा सगदेव यांचे कौतुक करावे वाटते. त्यांनी देखील चाळीसच्या वर लेखात सहभाग घेतला. प्रमिलाताई सेनकुडे गेल्या पाच वर्षांपासून लेखन करतात मात्र कविता लेखन. वैचारीक लेख ते सहसा लिहित नव्हते मात्र या समुहात येऊन एक नाही दोन नाही तर चाळीसच्या आसपास लेख लिहिले आहेत. सेवानिवृत्त कर्मचारी जी. एस. पाटील यांनी सुद्धा रोज लेखन केले त्यांचे ही कौतुक करावे वाटते. आठवड्याचे मानकरी होण्यासाठी हणमंत पडवळ, दुशांत निमकर, डॉ. हरिश्रंद्र भोईर, महेंद्र सोनेवाने, सौ. यशोधरा सोनेवाने, सौ. भारती सावंत, शुभदा दीक्षित, सविता साळुंके, गणेश साळुंके, ज्ञानेश्वर झगरे, जीवन खसावत, सुजाता जाधव, सुंदरसिंग साबळे, सौ. गौरी सिरसाट, सौ. जयश्री सिरसाटे, अमित बडगे, सौ. भारती तिडके, सौ. मनीषा पांढरे हेमंत पापळे यांनी सातत्याने लेखन केले आहे त्याबद्दल हार्दिक अभिनंदन. त्याचसोबत श्रीमती माणिक नागावे आणि सौ. सुभद्रा खेडकर हे वयाने ज्येष्ठ असलेले आई समान मंडळींनी

लेखनात सातत्य ठेवले याचे राहून राहून कौतुक वाटते. प्रिती दबडे, सौ. हिंगमिरे, निलम गायकवाड, अंकुश शिंगाडे, शुभांगी पवार, राजेंद्र शेळके, अरविंद कुलकर्णी, सुधाकर पाटील, स्नेहलता कुलथे, सौ. सुवर्णा सोनवणे, सौ. मेघा पाटील, श्रीमती ज्योती रावते, गुणवंत बोईनवाड, दिपाली राऊत, मीना खोंड, संदीप वाकडे, मिलिंद गड्डमवार, श्वेता अंबाडकर, मंगेश कोळी, महेंद्र संगारवार, डॉ. हनुमंत भोपाळे, सौ. सरोज गाजरे, सौ. आरती डिंगोरे, गुरुराज गर्दे, प्रतीक उकले, सुनिता आवंडकर, समाधान बोरुडे, आरती ठाकूर, योगिता नागमोती, नम्रता उभाळे, नागेश सु. शेवाळकर यांनी या उपक्रमात जसा वेळ मिळाला तसा सहभाग घेऊन लेखन केले आहे, त्या सर्वांचे हार्दिक अभिनंदन करावेसे वाटते. लॉकडाऊन काळात पुरुष मंडळींना काही काम नव्हते मात्र महिलांना घरातील काम करून लेखन करण्याचे काम करणे म्हणजे खूप कठीण काम होतं. तरी अनेक महिला भगिनींनी यात उत्स्फूर्तपणे सहभाग घेतला त्याबद्दल त्यांचे हार्दिक अभिनंदन. या सर्वांचे मिळून एक संकलित पुस्तक असावे म्हणून लॉकडाऊन काळात केलेल्या या रोजनिशी लेखनाचे ई बुक करण्याची संकल्पना जन्मास आली. मला खात्री आहे, या पुस्तकातील सर्व लेखक मंडळींनी प्रासंगिक स्वरूपात लिहिलेले लेख उत्तम आहेत. यातील सर्व लेखांचे आणि या पुस्तकाचे वाचक नक्कीच स्वागत करतील अशी आशा बाळगतो. लॉकडाऊन काळात मिळालेल्या वेळेचा सदुपयोग करता आला याचा मनोमनी आनंद वाटतो. पुस्तक वाचावे आणि आपल्या जवळाच्या मित्रांना वाचण्यासाठी share करावे. पुस्तक विषयी प्रतिक्रिया द्यायला विसरू नये.

धन्यवाद... !

संयोजक :- नासा येवतीकर, विषय शिक्षक, कन्या शाळा धर्माबाद जि. नांदेड,

9423625769

अनुक्रमणिका

- 01) हणमंत पडवळ, उस्मानाबाद - नशीब
- 02) दुशांत निमकर, चंद्रपूर - काळ कसोटीचा
- 03) प्रिती दबडे, पुणे - जन्म / मृत्यू
- 04) भागवत गर्कळ - गुरू महिमा
- 05) श्रीमती प्रमिलाताई सेनकुडे, नांदेड - वेळ / समय
- 06) डॉ. हरिश्चंद्र भोईर, ठाणे - श्रम / कष्ट
- 07) श्रीमती माणिक नागावे, कोल्हापूर - आई
- 08) महेंद्र सोनेवाने, गोंदिया - प्रेरणा
- 09) सौ. यशोधरा सोनेवाने, गोंदिया - धाडस
- 10) सौ. भारती सावंत, मुंबई - प्रदूषण
- 11) शुभदा दीक्षित, पुणे - अन्न
- 12) मेघा विनोद हििंगमिरे, वर्धा - रक्तदान
- 13) सविता साळुंके, श्रीरामपूर - स्वच्छता
- 14) अर्चना गरुड, नांदेड - एकाग्रता
- 15) गणेश सोळुंके, जालना - बचत
- 16) डॉ. वर्षा सगदेव, नागपूर - समजदार नागरिक
- 17) झगरे गुरुजी - प्राथमिक शिक्षण
- 18) निलम गायकवाड, पुणे - आनंद / सुख
- 19) अंकुश शिंगाडे - सत्य

- 20) शुभांगी पवार - पाप / पुण्य
- 21) राजेंद्र शेळके, बुलढाणा - वाचन
- 22) अरविंद कुलकर्णी - स्वभाव
- 23) सुधाकर पाटील - सहल
- 24) स्नेहलता कुलथे - कुटुंब / परिवार
- 25) सुवर्णा सोनवणे - प्रदूषण
- 26) जीवन खसावत - कोरोनाला पत्र
- 27) सौ. मेघा अनिल पाटील - पर्यावरण
- 28) सुजाता जाधव - बालविवाह
- 29) श्रीमती ज्योती रावते, नांदेड - व्यसन सोडा
- 30) सुभद्रा खेडकर - बाबाचे मुलीस पत्र
- 31) गुणवंत बोईनवाड - क्रोध
- 32) दिपाली राऊत - कोरोनाला पत्र
- 33) मीना खोंड, हैद्राबाद - श्रमाचे महत्व
- 34) सुंदरसिंग साबळे, गोंदिया - शेतकरी
- 35) सौ. गौरी सिरसाट - मोबाईल
- 36) श्री जी. एस. पाटील - मुलींचे शिक्षण
- 37) सौ. जयश्री सिरसाटे - एकाग्रता
- 38) श्री अमित बडगे - प्रेरणा
- 39) सौ. भारती तिडके - भ्रष्टाचार
- 40) मनीषा पांढरे - मुलीचे बाबांना पत्र
- 41) संदीप वाकडे - मुलीस पत्र

- 42) हेमंत पापळे - वसुंधरा
- 43) मिलिंद गड्डुमवार - कष्ट
- 44) खंडेराज वारकड - पाऊस
- 45) श्वेता अंबाडकर - धैर्यगाथा
- 46) मंगेश कोळी - लोभ
- 47) महेंद्र संगारवार - शाळेतील काही आठवणी
- 48) डॉ. हनुमंत भोपाळे - शाळेतील गमती जमती
- 49) सौ. सरोज गाजरे - नारी
- 50) सौ. आरती डिंगोरे - खेळ
- 51) गुरुराज गर्दे - पुस्तक
- 52) प्रतिक उकले - व्यसन
- 53) सुनिता आवंडकर - माणसात दिसला देव
- 54) समाधान बोरुडे - लॉकडाऊन
- 55) आरती ठाकूर - धोखा की मोका
- 56) योगिता नागमोती - निसर्ग आणि वसुंधरा
- 57) नम्रता उभाळे - लॉकडाऊन
- 58) नागेश सु शेवाळकर - अवयवदान
- 59) नासा येवतीकर - तरुण भारत देश घडवू या

~~~~~

अर्पणपत्रिका

हे पुस्तक

**Whatsapp जन्मदाते**

**Brian Acton**

**व Jan Koum**

यांना अर्पण.

गुरूपौर्णिमा २०२०

लॉकडाउन रोजनिशी



## 01) नशीब



जीवनाचे रंग प्रत्येकाच्या वाट्याला वेगवेगळ्या प्रकारे येतात.. ज्याला जो रंग आवडतो तो त्याला निवडता आला पाहिजे नि आपलासा करता आला तर आपोआपच त्याच्या जीवनात सौख्याचं इंद्रधनुष्य निर्माण झाल्यावाचून राहत नाही. पण बऱ्याचवेळा आपल्या मनात असते एक, आपण करतो एक आणि घडते मात्र निराळेच कदाचीत यालाच लोक नशीब म्हणत असतील. आता आपलं नशीब फिरवण्याचं वा त्याच त्या गोष्टी गिरवण्याचं आपल्याच हातात असतं. बहुतेक वेळा जीवनात नैराश्य येतं आणि मग जीवनयात्रा संपवून टाकावी अशी भावना होते. तशा घटना जीवनात खरंच पुन्हा पुन्हा घडतात आणि मग आपली धारणा पक्की होते की आता जगण्यात आर्थच नाही. पण समस्या या खरंच तुम्ही कोण आणि कसे आहात हे आजमवण्यासाठी आलेल्या असतात, ते आव्हान स्विकारून जीवन जगले पाहिजे. प्रवाहाबरोबर तर कचरासुद्धा सहज वाहून जातो थोडं प्रवाहाच्या विरुद्ध उभं राहता आलं पाहिजे. सदैव्य तुम्हाला अनुकूल अशी परिस्थिती कशी राहिल आणि का राहावी. लढण्यात आणि लढून उभं राहण्यात जी मजा आहे ती सहज आणि सुलभतेत नक्कीच नाही. म्हणून जीवनातील आव्हानांना स्विकारा आणि जगा. संकटांना तुमचा ताबा घेऊ देऊ नका, संकटावर स्वार व्हा अन बघा कशी गंमत असते ती.... पण आपण तिथं पर्यंत पोहचतच नाही. असे कांही क्षण जीवनात येतात आणि बदलून जातं सारं जीवन. टरनिंग पॉईंट त्याचंच तर नाव. पाणी मातीचा आधार नसतानाही भिंतीच्या फटीतून एखादे रोपटे आकाशाच्या दिशेने झेपावताना आपण पाहिले असेल कधीच नशीबाला दोष देत ते थांबत नाही. कित्येक वेळा त्याला संपवण्याचा प्रयत्न करा. कालांतराने पुन्हा उगवण्याच्या त्याचा प्रयत्न असतो. अन्न दुसऱ्याचे असले तरी किती खायचे हे आपल्याला कळले पाहिजे. आपले नशीब, दैवं केवळ आणि केवळ आपल्याच हातात आहे. त्याला कोणी दुरुस्त करेल किंवा त्याला कोणी उंचीवर

नेईल याची वाट पाहात बसलो तर आपण निष्क्रीय व्हाल. तेव्हा तूच तूझ्या जीवनाचा शिल्पकार  
हे लक्षात ठेवुन जगा.

हणमंत पडवळ,

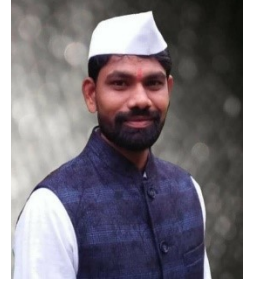
उस्मानाबाद

~~~~~

02) काळ कसोटीचा... संकट कोरोनाचा

"समस्या आता जीवनात झाल्या आहेत शंभर

दूर सारण्यासाठीच मानवाने कसली कंबर"



जीवन जगत असतांना नानातऱ्हेच्या समस्या आपल्यासमोर येऊन

उभ्या होतात तेव्हा प्रथमतः कोणत्या समस्येला प्राधान्य देऊन सोडविण्यात यावी यासाठी थोडा वेळ विचारच करावे लागेल कारण की, मानव आता समस्येने ग्रासला आहे असं म्हटलं तर चुकीचे होणार नाही. अगदी चार महिन्यांपूर्वी आलेला कोविड-19 नावाच्या विषाणूने तळमळीने कार्य करणाऱ्या संपूर्ण मानवजातीला घरी बसवले त्यामुळे भारतासह संपूर्ण जगात कोरोना नावाच्या सूक्ष्मतम अदृश्य विषाणूने मानवाला जीवन जगतांना अनेक गोष्टीला सामोरे जावे लागत आहे त्यामुळे संपूर्ण जनजीवन विस्कळीत झाले आहे. आज विमानसेवा, हेलिकॉप्टर सेवा, रेल्वेसेवा, बससेवा इ वाहतूक सेवा बंद करून मानवाला दाराआड बंद केलेले आहे. मी धनाढ्य आहे, मी सर्वश्रेष्ठ आहे, मी महासत्ता आहे.. असले सगळे मानवी जगाचे कृत्रिम भरजरी साज आणि माज एका विषाणूने उतरवून टाकले आहेत. म्हणूनच असं वाटतं की, काळ कसोटीचा आला आहे.

प्रत्येक मनुष्य जातीला मरणाची खूप भीती वाटत असते. सध्या जागतिक आरोग्य संघटनेने देखील कोरोना नावाच्या विषाणूला 'वैश्विक साथ' म्हणून घोषित केले आहे. कोरोनाचा प्रसार नि प्रचार हा मानवाच्या स्पर्शाने होत असल्याने लॉकडाऊनचा पर्याय शासनाने निवडला आहे. म्हणून देशातील सर्व उद्योग, चित्रपट, कारखानदारी, बांधकाम, शिक्षण यामधील सर्व कार्यालये बंद ठेवण्यात आले आहे. जनतेची सुरक्षितता राखणे शासनाचे कर्तव्य असल्याने संचारबंदीचं पाऊल उचलले आहे पण 'प्रत्येक नाण्याला दोन बाजू असतात'. एकाच दृष्टीने

विचार करणे वैध होणार नाही त्यामुळे संचारबंदी लागू झाल्यानंतर सामान्य नागरिकांना अनेक समस्यांना तोंड देत जीवन जगावे लागते आहे याकडे देखील लक्ष देणे भाग आहे कारण काळ कसोटीचा आहे आणि प्रश्न कोरोनाचा असल्याने उदरनिर्वाहाचा प्रश्न निर्माण होतो.

संचारबंदी लागू झाल्याने शेतमजूर, शेतकरी यांचे प्रश्न देखील ऐरणीवर आले आहेत. भरपूर शेतकऱ्यांचे पीक शेतातच राहून गेले तर काहींचे पीक घरात आले पण अचानक खरेदी केंद्र बंद झाल्याने व वाहतूक व्यवस्था ठप्प झाल्याने माल विक्रीचा देखील प्रश्न निर्माण झाला. कापूस, तूर, सोयाबीन उत्पन्न विक्री न झाल्याने संसाराचा गाडा ओढण्यासाठी शेतकऱ्यांना अवजड होऊ लागले. दुसऱ्या वर्षी साठी बी-बियाणे, खते घेण्यासाठी तसेच पैसेच नसल्याने पुष्कळ समस्या सामोरे जावे लागत आहे म्हणूनच ही परिस्थिती प्रतिकूल निर्माण होण्याला कारणीभूत कोरोना विषाणू असल्याने सामान्य जनांचा जीव मेटाकुटीला आलेला आहे.

संचारबंदी लागू करित असतांना देशातील नागरिक या ना त्या कामानिमित्त बाहेर ठिकाणी गेले त्यांचे खूप हाल होत आहे. 'जिथे रोजगार.. तिथे कामगार' या प्रमाणे खेडी ओस पडून शहरे फुगू लागली होती पण संचारबंदी लागू झाल्यानंतर 'हातावर पोट' असलेल्या मजूर वर्गाला काम मिळेनासे झाले. कामच बंद झाले तर पैसा नाही आणि पैसा नाही तर अन्न नाही अशी उपासमारीची वेळ त्यांच्यावर येऊ लागली. एवढेच नाही तर बिहार, उत्तरप्रदेश मधील अनेक स्थलांतरित मजूर रोजगाराच्या निमित्ताने आलेत पण संचारबंदीमुळे स्वगावी जाऊ शकले नाही. शेतमजूर म्हणून इतर राज्यात गेलेले ऊसतोड मजूर, मिरची तोड मजूर यांचे देखील हाल झालेत. या कोरोनाच्या सावटात मजुरवर्ग, शेतमजूर, भटक्या जमाती, स्थलांतरित, बेघर असणारे, बसस्थानकावर भीक मागणारे, कचरा वेचक, मोलकरण या सारख्या अनेकांचे उदरनिर्वाहाचा प्रश्न निर्माण झाला म्हणून म्हणता येईल की, 'काळ कसोटीचा.. संघर्ष उदरनिर्वाहाचाही' निर्माण झाला आहे.

कोरोना नावाचा घातक विषाणूच्या हाहाकारमुळे सामान्य लोकांच्या पोटापाण्याचा प्रश्न निर्माण झाला. यापूर्वी देखील अशा अनेक साथीच्या आजार आलेत पण मानवाच्या मनात भीती नव्हती. आज कोरोना नावाची दहशत खूप निर्माण झाली असली तरी उदरनिर्वाहाचा प्रश्न सोडविण्याकरिता मानवच धावून येईल हे ही तेवढेच सत्य आहे. काळ संकटाचा असला तरी संकटाच्या वेळी जात, धर्म, पंथ, भाषा यांचा कोणताही भेदभाव न करता माणुसकीच्या नात्याने 'एक हात मदतीचा..' म्हणून मानवच समोर येतो. म्हणूनच म्हणता येईल की, काळ कसोटीचा असला तरी मानवाचा वारसा संघर्षाचा असल्याने 'मानव जिंकेल नि विषाणू हरेल' हा आशावाद आहे. पुढील काही दिवस संयम बाळगणे आवश्यक आहे. मानवापुढील समस्या सोडविण्याचे सामर्थ्य अजूनही शिल्लक आहे.

श्री दुशांत बाबुराव निमकर

चक फुटाणा, चंद्रपूर

dushantnimkar15@gmail.com

~~~~~

### 03) जन्म आणि मृत्यू



जेव्हा माणसाचा जन्म होतो, तेव्हा त्याचा मृत्यू कसा आणि कधी होणार हे ठरलेलं असतं. जन्म आणि मृत्यू मधील अंतर म्हणजे आयुष्य होय. कोणाच्या घरी जन्म घेणार हे पण माहिती नसतं. नियतीने जे लिहिलं असेल ते ते होत राहते. अपघात, वृद्धत्व, रोग, चिंता यामुळे मृत्यू होतो. मृत्यू अटळ आहे. मग आपण मृत्यूला का घाबरतो? आपला जन्म झाला की आपोआपच आपल्यात प्रेम, मोह या भावना निर्माण होतात आणि आपला जीव आपल्या लोकात गुंतत जातो. म्हणून मरणाचे भय वाटते. मृत्यूनंतर माणसाचे शेवटचे दर्शन घेणे आणि संस्कृतीमध्ये लिहिलेले विधी केले की आपली श्रद्धा त्या व्यक्तीपर्यंत पोहोचली तसेच त्याच्या आत्म्याला शांती लाभली असे मानले जाते. सीमाला उचक्यांचा त्रास सुरू झाला. नैराश्यामुळे कदाचित. एवढा की दिवसाला चारशे ते पाचशे उचक्या देत होती. तिला वाटले आपली अंतिम वेळ आली. डॉक्टरांनी पण बऱ्याच टेस्ट केल्या. पण निदान झाले नाही. पण त्यातून ती वाचली. म्हणतात ना 'देव तारी त्याला कोण मारी.' जन्म म्हटले की आनंद, सुख, समाधान. तर मृत्यू म्हटले की दुःख, नैराश्य. उद्या काय होणार काहीच माहित नाही. म्हणून आत्ताच जगून घ्यायचं. ते ही आनंदात आणि दुसऱ्याला न दुखवता. तुम्ही मेल्यानंतरही लोकांनी तुमचे नाव काढावे असे कार्य करावे. जीवनाचे कल्याण करावे. माणसाचा जन्म मिळाला आहे तो सत्कारणी लावावा. जन्ममरणाचा फेरा कुणाला चुकलेला नाही. म्हणून जगूया आजच्यासाठी.

प्रिती दबडे, सिंहगड रोड, पुणे

9326822998

~~~~~

04) गुरूची महती

गुरू माझे तारू, उतरी पैलतिरी गुरू माझे

मानवी जीवन फलद्रुप होण्यासाठी, त्याला पूर्णता येण्यासाठी, त्याला जे उमगत नाही ते शिकविणे, माहिती करून देणं किंवा आपल्या सारख बनविण्यासाठी प्रयत्न करणं नव्ह अहोरात्र झटणं आणि सिद्ध बनविणं, मग ते क्षेत्र कोणतेही असो. जे जे अपणाशी ठावे ते इतराशी सांगावे, शहाणे करूनी सोडावे सकळ जन. हे गुरू चं मुख्य लक्षण युक्त काम ते स्वतः समजतात. गुरू हा खूप व्यापक शब्द आहे. माणसाच्या चतुररतेचे किंवा अ चतुररतेचे दर्शन समोरच्याला झाले कि ते ओळखतात हा / ही सामान्य गुरूचा चेला नाही किंवा याचे / हिचे गुरू सामान्य आहेत. म्हणजे गुरूवरून पारख शिष्यांची केली जाते, आणि चेल्यावरून गुरूची योग्यता ठरविली जाते. हा सिद्धांत प्राचिन काळापासून आज पर्यन्त लागू पडतो. गुरू आणि शिष्य, चेला, विद्यार्थी हे नाते अतिशय जिव्हाळ्याचे सौहार्दाचे अतूट असे आहे. गुरूपरंपरा ही जगात विशेषतः भारतीय उपखंडात खूप प्राचिन काळापासून चालत आलेली परंपरा आहे. अदिनाथ गुरू सकळ सिद्धाचा मच्छिन्द्र तयाचा मुख्य शिष्य, मच्छिन्द्राने बोध गोरक्षाशी केला, गोरक्ष ओळला गहिनी प्रती, गहिनी प्रसाद निवृत्ती दातार, ज्ञानदेवा सार, चोजविले ! म्हणजेच पूर्वी पासून ज्ञान हे एकाने दुसऱ्याला दुसऱ्याने तिसऱ्याला द्यायचे कुठं पर्यंत ज्ञानेश्वर महाराजा पर्यंत पण माऊलींनी माज सकळ लोकांना ते वाटून टाकले धन्य माऊली हे सर्वांचे महागुरू ठरले, सदगुरू ठरले. भारत देशाला महान गुरूमंडळीची परंपरा लाभलेली आहे प्रभू श्री रामचंद्रांच्या घराण्याला वशिष्ठ मुनी, जनक राजाच्या घराण्याला गुरू याज्ञवल्क्य लाभले. पान्डवाचे गुरू धोम्यऋषी असे महान गुरू परंपरेने नटलेली ही भूमी अतिशय पावन झालेली आहे. त्याशिवाय महायोद्धा धनूर्धर अर्जून यांना महागुरू द्रोणाचार्य, भगवान श्री कृष्ण स्वतः; जगद्गुरु असताना गुरू महात्म्य वाढावे म्हणून सांदिपनी ऋषींच्या आश्रमात राहिले

आणि गुरू सेवा करून विद्या ग्रहन केली. या ठिकाणी गुरूचा आदर आणि महत्त्व पुढे रहावे हाच मुख्य मुद्दा येथे महत्त्वाचा आहे. गुरूविन ज्ञान न कळे संदेह. गुरूशिवाय ज्ञानी होणं, सुजाण होण हे अशक्य आहे. कोणत्याही क्षेत्रात कोणत्याही प्रकारची कला गोष्ट क्षमता जर प्राप्त करायची असेल तर त्यासाठी वाटाड्या किंवा मार्गदर्शकाची नितान्त गरज लागते. मार्गदर्शनाशिवाय मिळाविलेल्या ज्ञानाला अजिबात महत्त्व नाही ते ज्ञान पुरेसे नसते. ते फसवे किंवा कुचकामी ज्ञान समजावे. " गुरूविन अनुभव त्या कैचा पावेल ? तर नाही भारतीय संस्कृतीमध्ये गुरू ला खूप मोठं स्थान प्राप्त करून देण्यात आलेलं आहे " मातृदेवो भवः पितृदेवो भवः, आचार्यदेवो भवः !! माता पित्याला जितके महत्त्वाचे स्थान किंबहुना तेवढंच महत्त्वाचं आणि आदराचं स्थान गुरूजी यांना देण्यात आले आहे. तिमिराकडून तेजाकडे, अधोगतीकडून प्रगतीकडे, अज्ञानाकडून ज्ञानाकडे माणसाला एकच शक्ती घेऊन जाते, ती शक्ती म्हणजेच गुरू माऊली होय. कधी कधी गुरू चे स्वरूपं वेगवेगळे असू शकतात जसे जूने गुरू आधुनिक गुरू कदाचित शब्द प्रयोग बदललेले असू ही शकतात परंतू त्यामधील थोडीही थोरवी किंवा मोठेपणा कमी झाल्याचं बिलकूल नाहीच.

गुरू म्हटलं कि ओतप्रत ज्ञान आणि ज्ञान म्हटलं कि आत्मदर्शन, आपण आत्म दर्शनाला सध्याच्या युगात आत्म कल्याण समजूया. आपले कल्याण केवळ गुरूजनाच्या त्यागातूनच झालेले असते. गुरूला सर्व गोष्टी येत असतात पण ते ज्या. वेळी अनुभव देतात तेव्हा ते गुरू शिष्य भेद विसरून अनुभूती देतात प्रसंगी आपल्या शब्दात बोलतात, खेळतात आणि आपल्याकडून ते करून घेतात. संत तुकाराम महाराज म्हणतात " पंते हाती धरीली पाटी ! ऐसे अक्षर ओळवी ! क्रिया करूनी दाविती अंगी ! वास्तविक पाहता त्यांना ते अवगत असताना ते आपल्या शिष्यासाठी अशी क्रिया करतात. धन्य त्या गुरू जनांना कारण आता सर्व गुरूजन आठवणं शक्य नाही आणि नसतेही पण त्यांचे ।योगदान मात्र कमी नाहीत. पाऊस पडतो आणि पाऊस पडला कि जमिन हिरवीगार होते, गवत, झुडपे उगतात तसं ज्ञानाचं नाही ज्ञान संक्रमित करावे लागते आणि गुरू नेमके तेच करतात. म्हणून गुरू महती थोरच आहे. गुरूला

तोड नाही. सध्याचा प्रचलित पद्धतीनुसार सुद्धा गुरूचे महत्त्व कमी झालेलं नाहीच आहे फक्त मानसिकता न बदलू देणं हे महत्त्वाचे आहे. बदलत्या काळानुसार राहणं हे होऊन जाते.

थोडक्यात गुरू काल ही पूज्य, आजही पूज्य आणि उद्याही गुरू आणि गुरूस्थान पूज्य राहो ही सद्भावना !!!!

भागवत लक्ष्मण गर्कळ, बीड

~~~~~

## 05) वेळ, काळ, समय



परमेश्वर एकावेळी एक क्षण देतो तर दुसरा क्षण देण्यापूर्वी तो पहिला क्षण काढून घेतो. म्हणजेच वेळ ही कधी कुणासाठी थांबत नसते. वेळ ही आपले कार्य निमुटपणे पार पाडत असते.

'वेळ कुठलीच शुभ नसते किंवा अशुभ नसते. माणूस आपल्या पराक्रमाने एखाद्या वेळेला महत्त्व आणून देतो असे दादा धर्माधिकारी यांनी म्हटले आहे.' आणि खरच ते योग्य पण आहे.

म्हणून माणसाने वेळीच जागे होऊन आपल्याला सोपवलेले काम योग्य करणे होय. कारण वेळ गमावणे म्हणजे शक्ती गमावणे होय. म्हणून वेळेचा सदुपयोग करून घेऊन आलेल्या संधीचे सोने करणे. कारण जेव्हा एखादी संधी आपल्याला येते ही वेळ पुन्हा येईलच असं काही नाही. कारण वेळ कधी कुणासाठी थांबत नाही. आपल्या हातून होणारे योग्य काम, कर्म हे आपण वेळेवरच पार पाडायला हवे.

या साऱ्या जगाला व्यापून राहिलेला काळ हा कधी संपतच नाही. अनेकदा असं वाटतं की आज उद्यासाठी जगावं! पण काळाचा दगड डोक्यावर कोसळला की उद्याचा दिवस पाहायला मिळत नाही! कारण हा कठोर काळ म्हणजे साक्षात मृत्यू होय. आपण आपल्या जीवनाचं सुरेल गाणं गात असतो तेव्हा काळ आपल्या जीवन सतारीच्या तारा केव्हा तोडतो ते समजत नाही. कालच्या आठवणी मनात ठेवून उद्याच स्वागत करावं पण काळ उद्याच दर्शन घडू देईल की नाही सांगता येत नाही.

" बळें लागला काळ हा पाठीलागी

जीवा कर्मयोगें जनी जन्म माझा झाला

परी शेवटी काळ मुखी निमाला  
महाथोर ते मृत्यूपंथेची गेले  
किती एक ते जन्मले आणि मेले  
मरे एक त्याचा दुजा शोक वाहे  
अकस्मात तोही पुढे जात आहे  
घडीने घडी काळ आयुष्य नेतो"

----- समर्थ

माणसाचा जन्म झाला तेव्हा त्याचा मृत्यू अटळ झालेला असतो. जन्म आणि मृत्यू या दोन मधल्या अंतरातील वेळ म्हणजे आपल्या हातून घडून येणारी कर्म. आपण केलेले कर्मच आपल्याला मृत्यूनंतरही अनंत काळ जिवंत ठेवत असतात. या जगात किती आले किती गेले तरी आयुष्यातील वेळ कधी कुणासाठी थांबली नाही आणि थांबणारही नाही. म्हणून वेळीच जागे होऊन वेळेचा सदुपयोग घेणे योग्य होय. कारण क्षणक्षणाने आयुष्य संपत आहे

👉 श्रीमती प्रमिलाताई सेनकुडे

ता. हदगाव जिल्हा नांदेड.

मोबाईल क्रमांक ९४०३०४६८९४

~~~~~

06) कष्टे विना फळ नाही... '



'कष्टे विना फळ नाही... 'असं समर्थ रामदासांनी म्हटलं आहे. खरोखरच मानवी जीवनातच नव्हे तर अखंड सजीव सृष्टीच्या यशाचं गमक हे कष्टात आहे. परिश्रमालाच दैवाची साथ लाभल्याची अनेक उदाहरणे आपण विविध कथांच्या माध्यमातून बघत असतो. इतकंच नाही तर परिश्रम करणाऱ्याला यश मिळतेच परंतु अनुभवांनी देखील माणूस समृद्ध होत असतो. तहान लागल्यानंतरच खऱ्या अर्थाने पाण्याचे महत्त्व, भूक लागल्यानंतर अन्नाचे महत्त्व आणि इतकेच कशाला श्रम केल्यावरच विश्रांतीचे महत्त्व कळते. 'असेल माझा हरी तर देईल खाटल्यावरी.... ' असे म्हणणाऱ्यांना सदैव दुसऱ्यावर अवलंबून राहावे लागते याची अनेक उदाहरणे आपल्यासमोर आहेत. या जगात जी ज्या ज्या व्यक्ती यशाच्या शिखरावर गेलेल्या दिसतात त्यांचा जीवनपट जर उलगडून पहिला तर 'कष्ट आणि प्रयत्न' याचे महत्त्व पटल्या शिवाय राहत नाही. याचं मूर्तिमंत उदाहरण म्हणजे 'शून्यातून स्वराज्य निर्माण करणारे छत्रपती शिवाजी राजे!!खरे म्हणजे त्यांना कष्टाचा महा मेरुच म्हणावे लागेल.

आजची पिढी आणि त्यांची जीवनशैली मेहनत आणि श्रम याबाबतच कुठं तरी कमी पडताना दिसत आहे. 'आजची तरुणाई रात्रीचा दिवस आणि दिवसाची रात्र करते... 'पण ती मोबाईल आणि संगणकावर 'पब्जी'सारखे खेळ खेळण्यासाठी, या तरुणाईला खूप श्रीमंत व्हायचं आहे पण ते कष्ट करून नाही तर 'शॉर्ट कट'वापरून विना सायास... ! क्षेत्र कोणतेही असो पण त्या क्षेत्रात सर्वोच्च स्थानी जाण्यासाठी सतत कष्ट आणि मेहनत करण्याची वृत्ती अंगी असावी लागते. रात्रभर गेम खेळून, चित्रपट बघून दुपारी 12 वाजेपर्यंत झोपा काढणाऱ्या 'सूर्यवंशी' तरुणाई कडे पाहिल्यावर.... 'मेरा देश बदल रहा है' म्हणावं... की 'बिगड रहा है' असं म्हणावं असा प्रश्न पडतो. खरे तर समर्थानी आपल्या श्लोकातून

यत्न तो देव जाणावा ।

यत्नेवीण दरिद्रता ।

असं सांगून सर्वांनाच आपल्या कृतीतून तसेच विचारातून प्रयत्नवादाचे महत्व सांगितलेलं आहे.... ' समर्थांची वरील उक्ती सर्वांना अत्यंत उपयुक्त आहे. या बोधवाक्यामधून समर्थ आपल्याला प्रयत्नांना देव मानण्याची शिकवण देतात. कोणत्याही गोष्टीमध्ये यशस्वी होण्यासाठी 'अचूक' प्रयत्नांबरोबर कष्टाची तयारी असेल तर यशश्री नक्कीच प्राप्त होणार आहे. केवळ दैवावर हवाला ठेवून कोणतीच गोष्ट प्राप्त होत नाही हे जाणूनच समर्थांनी प्रयत्नवादाचा आणि श्रम प्रतिष्ठेचा पुरस्कार केला आहे. यासाठी आळस सोडून अविरत परिश्रम करून ध्येय गाठता आले पाहिजे. कष्ट न करता आलेल्या अपयशाच्या पायरीवर जर कोणी रडत बसला तर तो कधीच यशस्वी होऊ शकणार नाही.

कष्टेविण फळ नाही । कष्टेविण राज्य नाही ।

कष्टेविण होत नाही । साध्य जनी ।।।।

अगदी परीक्षेतील यशापासून तर सांसारिक जीवनातील कोणतेही काम त्यात सर्वोच्च पातळी गाठण्यासाठी कष्ट आणि मेहनतीची कास धारावीच लागते... ! अगदी पुरातन काळापासून भारतीय शिक्षण परंपरेत विद्यार्थी दहा-बारा वर्षे गुरुगृही राहत असे. गुरुकुलातले हे जीवन अत्यंत खडतर व कष्टमय असे. तिथे विद्यार्थ्यांना अध्ययनाबरोबरच आश्रमातील कामेदेखील करावी लागत. आणि विशेष म्हणजे अनेक राजकुमार, राजपुत्र हे सर्वसामान्य मुलांप्रमाणे कष्टमय स्वावलंबी जीवन जगत असत.... आणि याचा मुख्य उद्देश असायचा.... भविष्यकालीन जीवनात त्यांना श्रमाची सवय लागावी... ! 'ज्या देशात उद्योगशील तरुणाई आहे त्या देशाच्या प्रगतीचा स्तर हा सदैव उच्च स्थानी राहतो.... या सिद्धांतानुसार श्रमाची सवय एकदा लागली की व्यक्ती वेगवेगळ्या विधायक कामात स्वतःला गुंतवून ठेऊन स्वतः बरोबर आपल्या कुटुंबाची पर्यायाने राष्ट्राची प्रगती करण्यासाठी सक्षम बनत असतो!!

म्हणूनच प्रत्येकाने तुकाराम महाराजांच्या

'आधी कष्ट मग फळ

कष्टची नाही ते निर्फळ '

या ओळी लक्षात ठेवल्याच पाहिजेत... !!!

डॉ. हरिश्चंद्र लक्ष्मण भोईर

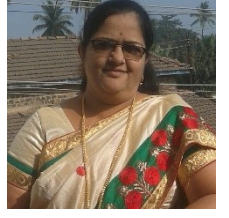
शहापूर, (ठाणे)9226435827

harilbhoir74@gmail.com

~~~~~



## 07) आई झाल्यावर...



आई कीती महान शब्द!!! या शब्दाचे सामर्थ्य खूप मोठे आहे. आ म्हणजे आत्मा व ई म्हणजे ईश्वर होय. या दोघांचा मिलाफ म्हणजे आई होय. आईविषयी कीतीही बोलले, लिहले तरी ते कमीच आहे. म्हणून मातृदिन साजरा करून आईविषयी आपली भावना प्रकट केली जाते. मे महीन्याचा दुसरा रविवार मातृदिन म्हणून साजरा केला जातो. परदेशात अमेरिका, इंग्लंडसारख्या देशात मुलं मोठी झाली की आपल्या आईवडीलांच्यापासून वेगळी राहतात. आईबद्दलचे प्रेम, आदरभाव व्यक्त करण्यासाठी ते मातृदिनादिवशी आईला भेटवस्तू देतात, एकत्र जेवण करतात. व आईला खूष करतात. नंतर हे लोण भारतात आले. पण भारतीय संस्कृती मध्ये मुले कायमच आईवडीलांच्या जवळच राहतात. आता आधुनिक काळात विभक्त कुटुंब पद्धतीमध्ये काही ठीकाणी हम दो हमारे दो या विचारसरणीत आईबाबा बाजूला पडले आहेत. मातृत्व ही एक महान शक्ती आहे. प्रत्येक आईच्या मनात आपल्या मुलांच्या बद्दल प्रेमाची भावनाच असते. आई मुलांना ज्या संस्कारात ती वाढवते तशीच मुले वाढतात. माझ्या जीवनात मातृत्वाचा चांगलाच अनुभव आहे. मी ईथे माझा मातृत्वाचा, आईपणाचा अनुभव शेअर करते.

सन 17 ऑगस्ट 1991 हा दिवस उजाडला व माझे मातृत्व आकाराला आले. एका गोंडस परीने माझ्या घरी जन्म घेतला. तिच्या बाललीला पहात तिला मोठं करण्यात माझा वेळ कसा गेला समजले नाही. कालांतराने 12 जुलै 1996 ला माझ्या मातृत्वाला परिपूर्णता मिळाली. माझ्या घरी माझ्या राजकुमाराचे, म्हणजेच माझ्या मुलाचे आगमन झाले. सर्वजण आनंदात होतो. हळूहळू वर्षे कशी गेली कळलंच नाही. अतिशय लाडाकोडात व संस्कारात वाढलेली माझी मुले अभ्यासातही हुशार होती. पण.. म्हणतात ना चांगल्या गोष्टीला नजर लवकर लागते!!! अगदी तसेच झाले. माझ्या पतींचे एका रस्ते अपघातात आकस्मिक निधन झाले..... मन सुन्न

झाले... माझी मुले लहान वयातच पोरकी झाली. माझ्यावर आकाशच कोसळले. काय करावे काही कळत नव्हते. दिशाहीन तारू सारखी माझी जीवननौका हेलकावे खात होती.... सर्वांनी मला धीर दिला. आई, वडील, भाऊ, भावजय, दीर जाऊ सर्वांनी मला आधार दिला, परिस्थितीची जाणीव करून दिली. माझ्या दोन मुलांना समोर पाहिल्यानंतर मी भानावर आले. पती गेल्याच दुःख तर होतच पण या मुलांना वाढवण्याचा आव्हान आता माझ्यासमोर होतं. ते तर आता मलाच पेलायचं होतं. मी थोडी सावरले. पण त्या सावरण्यामध्ये एक वर्ष निघून गेले. हळूहळू मी सर्वांच्या मदतीने दैनंदिन कामकाज करू लागले. मुले अगदीच लहान होती. त्यांच्याकडे पूर्ण लक्ष दिलं. बापा पाठीमागे मुलांचं कसं व्हायचं ? हा एक प्रश्न माझ्यासमोर उभा होता. कारण आईबाप असताना सुद्धा अनेक मुलं वाया गेलेली मी पाहिली होती. माझी मुलं जरी लहान असली तरी सुद्धा घरातील परिस्थिती पाहिल्यानंतर त्यांना अकाली शहाणपण आलेलं होतं, ही एक जमेची बाजू होती. मुलाची चौथी परीक्षा झाल्यानंतर त्याच्याच मर्जीने आम्ही त्याला वारणा येथील तात्यासाहेब कोरे मिलिटरी ऍकॅडमी मध्ये भरती केले. आजपर्यंत कधीही त्याला बाहेर ठेवलेले नव्हते त्यामुळे मनाची खूपच द्विधा अवस्था झाली होती. भावनातिरेकाने डोळ्यातील अश्रू थांबत नव्हते.... तसंच हृदयावर दगड ठेवून ती वर्ष मी कशी काढली याचं वर्णन मी कोणत्याही शब्दात करू शकत नाही. तो तिकडे कसा राहत असेल ? याच विचाराने मन नेहमी बेचैन होत असे. महिन्यातून एकदा पालक भेट असे. जाताना मन फुलपाखरू सारखं हलके होऊन वेगात पुढे जायचं, पण परत येताना मात्र... मन एवढे जड झालेलं असायचं की पाऊल उचललं जायचं नाही. मुलगी माझ्याजवळ होती. तिचं शिक्षण चालू होतं. ती समंजस असल्यामुळे तिच्या शिक्षणामध्ये कोणतीही अडचण आली तरी तिने अत्यंत धाडसाने त्याला तोंड दिले. व आपले शिक्षण पूर्ण केले. तिने इलेक्ट्रॉनिक्स अँड टेलिकम्युनिकेशन इंजिनिअरिंगच्या क्षेत्रातून एम. ई. ची पदवी प्रथम क्रमांकाने प्राप्त केली. इंजिनिअरिंग कॉलेज वर तिला नोकरी करायची होती पण कुठेही नोकरीची शक्यता नव्हती, किंवा वशिला नव्हता.. असे आपण म्हणू शकतो. आता पुढे काय करायचे? मग तिने निर्णय

घेतला कि पुण्याला जाऊन सी-डॅक करायचे. मीही तिला मोठ्या मनाने जाऊ दिलं. तिथे तिने चांगल्या पद्धतीने तो कोर्स पूर्ण केला व त्यांच्या मार्फतच चांगल्या कंपनीमध्ये नोकरीला सुद्धा लागली. मनाला खूप समाधान वाटले. तिकडे मुलागाही होस्टेलवर राहून मेकॅनिकल इंजिनिअरिंग ची पदवी मिळवून इंजिनियर झाला. त्याने स्वतः प्रयत्न करून मुलाखत दिली एका चांगल्या कंपनीमध्ये तोही नोकरीला लागला. दोघेही त्यांच्या त्यांच्या कंपनीमध्ये चांगल्या पद्धतीने कार्यरत आहेत. याचा मला सार्थ अभिमान आहे. वडिलांचे छत्र नसतानाही कोणत्याही प्रकारचे अवगुण माझ्या मुलांच्या मध्ये नाहीत. खरंच मी स्वतःला खूप भाग्यवान समजते. पैसा तर मिळतच राहतो, पण संस्कार सर्वात महत्त्वाचे आहेत. मुले जर संस्कारहीन असतील तर आभाळाएवढ्या संपत्तीला काडीची कींमत नसते. आपली सुसंस्कारीत मुले हेच आपले खरे भांडवल असते. आज मीतीला मी खरोखरच सुखी आहे, समाधानी आहे. मला माझ्या मातृत्वावर गर्व आहे, अभिमान आहे.

लेखिका श्रीमती माणिक कल्लाप्पा नागावे

कुरुंदवाड, जिल्हा, कोल्हापूर

9881862530

mkbagave21@gmail.com

~~~~~

08) प्रेरणेतून घडतो व्यक्ती



जिंकलेल्या प्रत्येक व्यक्तीला आपण त्याचे प्रेरणास्थान नक्की विचारतो. यशामागे प्रेरणा अतिशय महत्त्वाचे काम करत असते. जन्मतः मुलांना आई ही पहिली प्रेरणादायी व्यक्ती असते. किंबहुना प्रत्येक व्यक्तीला आई हीच प्रथम प्रेरणास्थान असते. कुटुंबातील इतर व्यक्ती देखील व्यक्तीच्या वाढ आणि विकासासाठी कारणीभूत ठरतात. अनुकरण हा सहज स्वभाव बालपणात प्रेरणादायी ठरतो. अनुकरणाबरोबरच अनुकूलन देखील प्रत्येक सजीवाची गरज आहे. परिस्थितीशी मिळतेजुळते घेणे हा देखील स्वप्रेरणेचा भाग आहे. मूल शाळेत जाऊ लागले की हळूहळू मित्रमैत्रीण, शिक्षक, आजूबाजूचा परिसर, समाज वातावरण कळत नकळतपणे प्रेरणा देत असतात. प्रेरणा म्हणजे साधारणतः आपण Motivation असे म्हणतो. पण, प्रेरणा म्हणजे नक्की काय ? प्रेरणा म्हणजे स्फूर्ती देणे होय. प्रेरणा म्हणजे चालना देणे प्रेरणा म्हणजे शिक्षणाचे हृदय साध्यापर्यंत पोहोचण्याचे साधन म्हणजे प्रेरणा एखादी क्रिया करण्यासाठी लागणारे बळ म्हणजे प्रेरणा रोजमर्रा आयुष्यात आपण प्रेरणा हा शब्दप्रयोग करतो. अनेकमानसशास्त्रज्ञ, विचारवंत, लेखक यांचा अगदी आवडीचा आणि जवळचा विषय म्हणजे प्रेरणा आज आपण जगभर प्रसिद्ध अशा विचारवंतांच्या वैविध्यपूर्ण आणि विचार करायला लावणाऱ्या प्रेरणेच्या व्याख्या पाहणार आहोत. आपल्या बुद्धीला पटेल आणि झेपेल एवढाच विचार आपण एखाद्या विषयाचा करतो, आणि स्वतःभोवती काही मर्यादांचे कुंपण आखून घेतो. हे मर्यादांचे कुंपण म्हणजेच प्रगतीच्या मार्गातील भलामोठा अडथळा. आपण या लेखपुष्पात प्रेरणा या विषयाचा अगदी जवळून, अंतर्बाह्य आणि सांगोपांग विचार करणार आहोत.. सर्वप्रथम प्रेरणा यावर मॅगडुगल, सिगमंड फ्राईड, अब्राहम मास्लो यांनी मोलाचे योगदान दिले आहे. त्याचबरोबर स्किनर, वुडवर्थ, गिलफोर्ड, एडकिन्सन यांच्या व्याख्या देखील प्रेरणा या

विषयावर प्रकाशझोत टाकतात. स्किनर -शिकण्याचा सर्वोत्तम मार्ग म्हणजे प्रेरणा. मॅकडुगल-शारीरिक आणि मनोवैज्ञानिक अवस्था जी कोणतेही कार्य करण्यास आपणास प्रेरित करते. एच. डब्ल्यू. बेनार्ड - एखादे लक्ष्य प्राप्त करण्यासाठी दिले जाणारे उत्तेजन म्हणजे प्रेरणा.

एम. सी. मॅकडोनाल्ड - अभिप्रेरणा म्हणजे व्यक्तीच्या अंतर्मनात होणारे शक्ती परिवर्तन होय. जी भावात्मक जागृती किंवा पूर्वानुमान उद्देश व प्रतिक्रियांद्वारे वर्णन करता येते.

जॉन्सन - अभिप्रेरणा ही सामान्य क्रियांचा प्रभाव आहे जो प्राण्यांच्या व्यवहारास प्रेरक ठरतो आणि आपणास मार्ग आणि दिशा निर्देश करतो.

अशाप्रकारे प्रेरणा म्हणजे काय याच्या व्याख्यांवरून प्रेरणेचे ढोबळ स्वरूप लक्षात येते. प्रेरणा मिळण्याची मुख्य ठिकाणे किंवा प्रेरणा स्रोत एकूण चार आहेत. गरज भासणे हा पहिला प्रेरणास्रोत आहे. शरीराच्या आवश्यकता तणाव निर्माण करतात. तहान, भूक, काम क्रोध, मलमूत्र या शारीरिक, प्राथमिक आणि स्वाभाविक अभिप्रेरणा आहेत. त्यानंतर पुढील स्रोत म्हणजे चालक, प्रेरक आणि उद्दीपक असे आहेत. भूक लागल्यावर स्वतः प्रयत्न करणे हीच चालक बनण्याची अवस्था होय. उद्दीपन म्हणजे प्रोत्साहन होय. प्रेरक म्हणजे motive. विशिष्ट उद्दिष्ट ठरवून मार्गस्थ होण्याच्या प्रक्रियेला प्रेरक म्हणतात. आंतरिक प्रेरणा आणि बाह्य प्रेरणा असे मुख्य दोन प्रकार आहे. आंतरिक प्रेरणा ही जन्मजात असते. सतत काहीतरी करण्याची उर्मी म्हणजे आंतरिक प्रेरणा. अभिरुची, आवड, अभिवृत्ती, तत्परता यातून आंतरिक प्रेरणा मिळते. काही लोकांना आंतरिक प्रेरणा साध्याप्रती उद्द्युक्त करते. आपण आजूबाजूला पाहतो, काही माणसे धडपडत असतात. आंतरिक प्रेरणेमुळे ते कोणता ना कोणता ध्यास घेऊन कार्यरत असतात. काहीतरी क्रिया, काम वारंवार केल्याने यांना यश आणि संकटे पावलोपावली भेटत जातात. एखादे काम करत असताना जेवढी अधिक संकटे येतील तेवढे अधिक शिकावयास मिळते. संकट, बाधा, अडचणींतून शिकण्याचे नवनवीन मार्ग सापडतात. म्हणजेच आंतरिक प्रेरणेतून क्रियाशील व्यक्तींना यशाच्या वाटा खुणावत असतात. आधीच हे

लोक आंतरिक प्रेरणेने झपाटलेले असतात, त्यात वाटेवर एखादा हिरा चमकावा तसे हि प्रेरणा हिरीरीने उद्देश्या प्रति आपणास पाऊल टाकावयास भाग पाडते. प्रेरणेचा दुसरा प्रकार म्हणजे बाह्य प्रेरणा प्रत्येकालाच अंतःप्रेरणेने झोडपलेले असते असे नाही, काहींना बाह्य प्रेरणेची चावी दिल्यास ते देखील यशाच्या वाटेवर सुसाट पळू लागतात. बाह्य प्रेरणा म्हणजे प्रोत्साहन (Incentive) देणे होय. उद्देश्याप्रती एखाद्याचे लक्ष खेचून आणणे म्हणजे बाह्यप्रेरणा. याशिवाय पुरस्कार बक्षीस, दंड, प्रशंसा, निंदा, सहयोग, हे बाह्य प्रेरणेचे घटक आहेत. आंतरिक प्रेरणेस थॉमसन यांनी स्वाभाविक प्रेरणा असे म्हंटले तर बाह्य प्रेरणेस कृत्रिम प्रेरणा म्हंटले आहे. गॅरेट मनोवैज्ञानिक म्हणतात की मनाच्या विविध अवस्थांमुळे आपणास प्रेरणा मिळते. कामक्रोध,, सुखदुःख, भय यांमुळे आपण उत्तेजित होऊन कार्य करण्यास उद्युक्त होतो. थोडक्यात तणाव, बाधा, पीडा, उपेक्षा, निंदा, अपमान यांमुळे देखील एखादे मोठे आवाहन पेलण्यास आपण तयार होतो. म्हणून मनाच्या या अवस्था प्रेरणा स्रोत आहेत. भर सभेत एखाद्याचा अपमान झाल्यामुळे देखील प्रचंड चीड येऊन कार्यास ती व्यक्ती उद्युक्त होते. आत्मप्रदर्शन, दिखावा, प्रौढी मिरवणे हे देखील सामाजिक प्रेरणा स्रोत आपणास मानता येतात. मॅगडुगल यांनी प्रेरणेचे आठ घटक एकत्रित पणे सांगितले आहेत. काही माणसे आपल्याला भेटतात आणि नेहमी म्हणतात की मला खूप मोठे व्हायचे आहे, पण नेमके काय करावे हे कळत नसते. यांना एकच सांगावेसे वाटते की प्रत्येकामध्ये प्रेरणा या निरनिराळ्या असू शकतात. फक्त अभ्यासात प्राविण्य मिळविणे म्हणजे बुद्धिमान असणे असे जणू एक समीकरण बनले आहे. प्रत्येक सजीवात एखादा बुद्धीचा घटक म्हणजेच एखादी कला, कौशल्य असतेचं फक्त त्याला ओळखण्याची गरज आहे. एकदा का हे कलागुण ओळखले गेले मग बाह्य प्रेरणेची गरज भासत नाही. आपल्या मुलांच्या रोजच्या वागण्याबोलण्यातून पालक, शिक्षक व मित्रमंडळींना पाल्यातले एकूणच कलागुण ओळखता आले पाहिजे. एखाद्या मुलामध्ये सद्यस्थितित कोणताही गुण अथवा आंतरिक प्रेरणा दिसत नसल्यास दोन गोष्टी करावयास हव्यात. बाह्य प्रेरणा

म्हणजेच प्रोत्साहन, बक्षिसे, प्रशंसा वर नमूद केलेले घटक करावी. मोकळ्या, निसर्गरम्य वातावरणात पाल्यास ठेवून मूल कोणत्या गोष्टीकडे आकर्षित होते ते निरीक्षण करणे.

महेन्द्र सोनेवाने गोंदिया

9421802067 ~~~~~

09) धाडसाने ध्येय गाठता येते. !*



एखाद्या कामाची भिती असून सुद्धा चिकाटीने काम करतो त्यास *धाडस* हे नाव आहे. धैर्य /धाडस आणि चिकाटी हेच यशाचे सूत्र "करेंगे नहीं तो मरेंगे" या वाक्यामध्ये जिद्द, आकांक्षा दिसून येते. आपण एखादी गोष्ट हरलो की लगेच आपल्यामधील आत्मविश्वास नाहीसा होतो. का तर आपण काहीच करू शकत नाही. मला हे जमणार नाही, मला ते जमणार नाही. पण असं वाटतं की, आपण कोणतीही गोष्ट करताना तिच्यात आपल्या वाट्याला हार आली तरी आपण खचून न जाता ती गोष्ट करत राहायची. वारंवार असं होतं की, आपण त्याच त्याच गोष्टींमध्ये अपयश मिळवतो. पण 'प्रयत्नांती परमेश्वर' हे उगाच म्हटले नाही. 'प्रयत्ने वाळूचे कण रगडिता तेलही गळे'. म्हणजेच अपयश ही माणसाची पहिली पायरी आहे. माणूस अपयशी होऊनच जीवनात आपलं ध्येय गाठतो. जो चुकत नाही तो मुळात काहीच करत नाही. "धाडसी माणूस भित नाही. भिणारा माणूस प्रयत्न करीत नाहप्रख्यात विज्ञान संशोधक एडिसनने कित्येक वेळा प्रयोग करूनही तो अपयशी झाला होता. त्यातच त्याने हार मारली नाही. शेवटी त्याने विजेच्या बल्बचा शोध लावलाच. तेनसिंग नोर्गे या भारतीयाने जगातील सर्वात उंच शिखर समजल्या जाणार्या न एव्हरेस्ट शिखरावर पहिले पाऊल ठेवून आपल्यातील आत्मविश्वासाची उंचीही जगाला दाखवली. तेनसिंगकडे फक्त तीन गोष्टी होत्या. धैर्य, चिकाटी आणि आत्मविश्वास. मला तर हेही म्हणायचं की, आपल्या भारतातील गानसम्राज्ञी, गानकोकिळा लता मंगेशकरांचा जो स्वर इतका सुंदर, कोमल झाला तो उगीच नाही. त्यांनी त्यासाठी दिवस-रात्र मेहनत करून आपल्या आवाजात एक वेगळ्या प्रकारची शैली निर्माण केली. आजही त्या संगीताचा दररोज रियाझ करतात. हे यश कशामुळे मिळाले? ते मिळाले सरावामुळे. 'Nothing is impossible, everything is possible' अर्थात अशक्य काहीच नाही. कोणतेही आव्हाने पेलण्याचे सामर्थ्य

आपल्यामध्ये आले पाहिजे. कारण जिद्द, चिकाटी, आत्मविश्वास या तीन गोष्टी आपल्याजवळ असल्या की, जगातली कुठलीही गोष्ट आपल्या पायाशी लोळण घेते. कोण काय म्हणेल, कोण काय टीका करेल याकडे आपण लक्ष द्यायचं नाही. आपण फक्त चांगल्या गोष्टीचाच विचार करायचा. जितके होईल तितके मिळवण्याचा प्रयत्न करायचा. प्रत्येक गोष्टीमधून वेगवेगळ्या नवनवीन गोष्टी शिकायच्या. आपल्याला काय करायचं, आपले ध्येय कोणते याकडे लक्ष द्यायचं. आपल्या सर्वांमध्ये एक वाईट सवय असते की, आपणच स्वतःमध्ये एक प्रकारचा 'न्यूनगंड' निर्माण करतो. आपल्याला प्रथम न्यूनगंडाला बाजूला ठेवावे लागेल. एखाद्या वेळेस म्हणजे जेव्हा जेव्हा आपल्यावर संकट आले तरी आपण धैर्याने पुढे जायचं. मन स्थिर ठेवायचं. प्रत्येक गोष्टीला धैर्याने उत्तर द्यायचं. आत्मविश्वास, धैर्य, चिकाटीला जगातील कुठलीच गोष्ट हिरावून घेऊ शकत नाही. जे काही करण्याचा तुम्ही निर्णय घ्याल, धाडसाने त्याची अंमलबजावणी करा. तुम्हाला माहीतच असेल की, धाडसामध्ये शक्ती आहे. धाडसामध्ये जादू आहे. मला एवढंच सांगावसं वाटतं की, तुम्हाला जर जास्त हवं असेल तर तुम्हाला आधी जास्त द्यावं लागेल. आणि हो.. नेहमी मोठमोठी स्वप्ने पाहा. कारण मोठ्या स्वप्नांमुळे आपल्यामध्ये महत्त्वाकांक्षा, चिकाटी, धाडसी वृत्ती येते. जगात धाडस केल्याशिवाय कोणालाच किंमत मिळत नाही. "ज्याच्यात हिंमत त्यांनाच किंमत. "

लेखिका सौ. यशोधरा सोनेवाने गोंदिया

9420516306

~~~~~

## 10) टाळूया प्रदूषण



हिरवे हिरवे गार गालिचे हरिततृणांच्या मखमालीचे

त्या सुंदर मखमालीवरती फुलराणी ती खेळत होती

किती सुंदर नि बोलके चित्र आहे हे!! ऐकायला आणि गायलाही छान वाटते परंतु हल्ली हे चित्र दुर्मिळ होत चालले आहे. बालकवींच्या कवितेतील ओळी नि तो निसर्ग आता राहिला नाही. सातशेपन्नास वर्षापूर्वी तुकारामांनी वृक्षवल्लींना साद घातली होती आणि निसर्गाशी नाते जोडले होते. 'वृक्षवल्ली आम्हा सोयरे, वनचरे' विसाव्या शतकात विनोबांनी 'निसर्गाकडे वळण्यास' सांगितले. महात्मा गांधींनीही 'खेड्याकडे चला' म्हणजेच निसर्गाशी नाते साधण्याचा संदेश दिला. 'दिधले असे जग त्या, आम्हांस खेळावया' 'आम्ही कोण म्हणोनि काय पुसता'? असे म्हणत या विद्रूप मानवाने सर्वांग सुंदर वसुंधरेला ही विद्रूप करण्याचा विडाच जणू काही उचलला आहे. आज आहे मानवाच्या प्रत्येक कृतीतूनही हेच प्रतित होत आहे. मानवाचे अस्तित्व पूर्णतः पर्यावरणावर अवलंबून आहे. हे कळत असूनही मानवाने स्वतःच्या डोळ्यांवर झापडे लावली आहेत. आज वातावरणाचे तापमान वाढले आहे. ओझोन वायूचे संरक्षण कवच विरळ होत आहे. पूर्वी वीसपंचवीस फुटावर विहिरीला लागणारे पाणी आता दोनशे-अडीचशे फूट खणल्यावर लागते. विविध तऱ्हेचे रोग, भूकंप, दुष्काळ, अतिवृष्टी, उष्माघात, हिमालयातील बर्फाचे वेगळं होणं, पाण्याची पातळी वाढणे या गोष्टींचा मानवी जीवनावर विपरित परिणाम होत आहे. पर्यावरण प्रदूषण व पर्यावरणाचा होणारा न्हास ही आजची जागतिक समस्या बनली आहे. त्यासाठी मानवाच्या फाजील इच्छा आकांक्षा कारणीभूत आहेत. हेच मानव विसरला आहे म्हणून अवघ्या सजीव सृष्टीवर पर्यावरण प्रदूषणाचा महारक्षक झेप घेऊ लागला आहे. हवा, पाणी आणि ध्वनी प्रदूषणाने अत्युच्च पातळी गाठली आहे. युवा पिढीने पृथ्वीला प्रदूषणापासून वाचविण्यासाठी पावले उचलायला हवीत. वृक्षारोपण,

वृक्षसंवर्धन प्रकल्प हाती घेऊन राबविले पाहिजेत. प्रदूषणविरहित वाहने वापरून सहकार्य करायला हवे. याच निसर्गाचा उपयोग करून मानवाने जन्मदर आणि आयुष्य वाढविले आहे. मृत्यूदर कमी झाला आहे लोकसंख्या- वाढीचा भस्मासुर इतका फोफावला की निसर्गाला गिळंकृत करण्यासाठी पुढे सरसावला आहे. माणूस स्वतःचा विकास साधण्यासाठी निरनिराळे उद्योगधंदे सुरु करतो. त्यातून निघणारे कार्बन कण नि विषारी वायू, मळी यामुळे जल आणि हवेचे प्रदूषण वाढत आहे. तेच रसायनमश्रित सांडपाणी पिकाऊ शेतात सोडल्यामुळे ती नापिक बनत आहेत. रस्त्यवर पळणार्या बेसुमार वाहनांमुळे हवेचे प्रदूषण अतिशय वाढले आहे. गाड्यांमधून निघणाऱ्या धुरामुळे श्वसनाचे नि फुफ्फुसाचे घातक आजार मानवाला जडलेले दिसतात. अनेक प्रकारच्या या प्रदूषणाने परिसरही प्रदूषित होतो नि मानवी जीवनावर अघोरी परिणाम होतात. अनेक जडीबुटी, दुर्धर रोगांवर उपचार म्हणून वृक्ष, लता वापरतात. शिवाजी महाराजांनी आपल्या आज्ञापत्रात झाडांचे महत्त्व विशद करून 'एक मूल एक झाड'ही संकल्पना मांडली. रवींद्रनाथ टागोर म्हणत" झाड लावणे व त्याला पाणी घालणे, ते जतन करणे व त्यांचे संरक्षण करणे हे प्रत्येकाला त्याचे स्वतःचे धार्मिक व राष्ट्रीय कर्तव्य वाटले पाहिजे". निसर्गाचा समतोल राखायचा तर वनीकरण मोहीम उघडायला हवी व प्रत्येकाने हाच संकल्प करायला हवा.

सौ. भारती सावंत, मुंबई 9653445835

~~~~~

11) अन्नाची महती



माझ्या नातीचा वाढदिवस होता. "काहीतरी वेगळ्या पद्धतीने साजरा करू या", असे ती सारखे म्हणत होती. आम्ही एका आदिवासी मुलांच्या आश्रमात फोन करून त्यांची परवानगी घेऊन ठेवली. तिला सरप्राईज म्हणून आम्ही वाढदिवस होता त्या दिवशी, त्या आश्रमात घेऊन गेलो. गेल्यावर त्या मुलांना चॉकलेट्स वाटली आणि फुगे दिले. माझ्या नाती सकट सगळीच मुले फुगे खेळण्यात दंगल झाली. नंतर त्यांचे थोडेसे गेम्स घेतले. त्यानंतर जेवण झाली. नंतर आम्ही घरी जाण्यास निघालो. मुले आज खूप खेळली होती. पोटभर सुग्रास जेवली होती. त्या मुलांचा चेहऱ्यावरचा आनंद अगदी पाहण्यासारखा होता. माझी नात पण आधी खूष होती. आम्हा सर्वांनाच आंतरिक समाधान मिळाले होते.

'अन्न हे पूर्ण ब्रह्म । उदरभरण नोहे जाणिजे यज्ञकर्म' हेच आम्ही आमच्या कळत्या वयापासून आईच्या तोंडून ऐकत आलो आहोत. हे शब्द रोमारोमात भिनलेले आहेत. जेवण म्हणजे नुसते पोट भरणे नव्हे, तर तो एक यज्ञ आहे. म्हणून अन्नाचा मान ठेवा. नास-धूस करू नका. पानात अन्न टाकू नका. अन्नाला पाठ दाखवू नका. अन्नावरून वरून उठून जाऊ नका. अन्नाचा प्रार्थना करून मग अन्नग्रहण करावे. ही सगळी वाक्ये आई व आजी आम्हाला कानीकपाळी ओरडून सांगत असत. त्याच गोष्टी अगदी आजपर्यंत अंगवळणी पडलेल्या आहेत.

आपल्या शरीराला लागणाऱ्या ऊर्जेसाठी व पोषणासाठी जे आपण खातो त्यास अन्न म्हणतात. अन्न, वस्त्र आणि निवारा या माणसाच्या मूलभूत गरजा. जगण्यासाठी अन्नाची मुख्य आवश्यकता असते. मानवी शरीराचे भरण-पोषण अन्नामुळे होते. अन्नातून आपल्या शरीराला पोषणासाठी आवश्यक असलेले घटक मिळतात. उदाहरणार्थ कार्बोहायड्रेट्स, फॅट्स, प्रोटीन्स, विटामिन्स इत्यादी. त्यामुळे नेहमी पौष्टिक अन्न खावे. शिळे, खराब झालेले अन्न खाऊ

नये. कारण जीवनावश्यक क्रियांसाठी लागणारी उर्जा अन्नातून मिळते. चालणे, बोलणे, श्वासोच्छ्वास, अन्नपचन, हृदय गती, विचार करणे इत्यादी क्रियांसाठी लागणारी ऊर्जा अन्नापासून मिळते. माणसाचे वय, लिंग तो जिथे राहतो तो देश, वजन, उंची यावरून त्याला लागणारे अन्न ठरवले जाते. साधारणपणे थंड प्रदेशात राहणाऱ्या लोकांना फॅट्स, कार्बोहायड्रेट याची जास्त जरूरी असते. शरीरमाद्यम् खलु धर्मसाधनम् । साधना करण्यासाठी शरीर हेच खरे महत्त्वाचे माध्यम आहे. अशा शरीराच्या धारणेसाठी अन्न अत्यंत आवश्यक आहे. आपण जसे अन्न खातो तशी आपली विचारधारणा बनते. म्हणजे तामसी अन्न खाल्ल्यास विचार ही तसेच असतात. म्हणून सात्विक अन्न खावे. अन्नं न निंद्यात् । तद् व्रतम् । असेही म्हटले आहे अन्नाची निंदा करू नये. ते व्रत आहे. म्हणजे अन्नाला नावे ठेवू नये.

आपली खरीप पिके साधारण ऑक्टोबर महिन्यात तयार होतात. त्याप्रमाणे आपण सण किंवा उत्सवही साजरे करतो. पिके तयार होऊन धान्याने घर भरले की दसरा- दिवाळी हे सण आपण आनंदाने धामधूमीत साजरे करतो. तसेच रब्बी पिके मार्च-एप्रिलमध्ये तयार झाली की होळी, रंगपंचमी, गुढीपाडवा हे सण मोठ्या उत्साहाने साजरे करतो. पोटसाठी भटकत जरी दूर देशी फिरेना मी राजाच्या सदनी अथवा घोर रानी हिंडेन । नुसते पोट भरण्यासाठी तेही फक्त दीड वीतीचे, माणसाला कुठे कुठे भटकावे लागते. पोट इतके लहान आणि त्यासाठी कष्ट केवढे मोठे! सर्वसाधारण लोकांची 'जिव्हा' मोहास कारणीभूत असते. या जिव्हेची लालसा पुरवण्यात आपण नको असलेले चमचमीत पदार्थ, नको एवढे खातो. जंकफूड खातो. जेवताना, खाताना नेहमी वातावरण प्रसन्न असावे. अन्न चवीने, आनंदाने खाल्ले जावे. म्हणजे सर्व पाचक रस त्यात व्यवस्थित मिसळतात. त्यामुळे पचनही चांगले होते. मजेत जेवत असताना आमटीचा मस्त भुरका मारल्या शिवाय मजा नाही. जेवताना भांडाभांडी, वाद घालू नये, चिडू नये. ही आपली संस्कृती. टीव्हीसमोर बसून जेवू नये. त्यामुळे घास तोंडात जास्त वेळ राहून पचन नीट होत नाही. कारण समोरच्या चलत् चित्रात आपण इतके दंग असतो की अन्न योग्य रीतीने चावायचे विसरतो. माणसाची संस्कृती, त्याची विचारसरणी, त्याची भाषा अन्ना भोवती फिरत

असते. आपल्या रोजच्या बोलण्यात व्यवहारात कोणत्या ना कोणत्या प्रकारे अन्नाचा उल्लेख झाल्याशिवाय रहात नाही. मराठी भाषेत अन्नावर वाक्प्रचार म्हणी अगणित आहेत. उदाहरणार्थ साखरेचे खाणार त्याला देव देणार, पी हळद हो गोरी इत्यादी. काव्यातही अन्न ब्रम्हाची हजेरी आहे. 'आंबा पिकतो रस गळतो', ' केळीचे सुकले बाग' इत्यादी. अन्न देवतेवर कथा-कहाण्या तर खूपच. द्रौपदीची अक्षय थाळी, अनसूयेच्या दारी आलेल्या देवांना बाल रूप देऊन दुग्धपान देऊन तृप्त केले वगैरे वगैरे. आज-काल मोठ-मोठ्या समारंभातून होणारी अन्नाची नासाडी पाहिली की मन अगदी विषण्ण होते. हे होऊ नये. किती लोकं अर्धपोटी, भुकेलेली असतात याचा विचार करावा. 'अन्नदान हे श्रेष्ठ दान'. तेव्हा आपल्या वाढदिवसादिवशी किंवा दुसऱ्या कोण्या मोठ्या माणसांच्या श्राद्धपक्ष दिनी वृद्धाश्रमाला, अनाथाश्रमाला जेवण देऊन त्यांना तृप्त करावे. आज न्यूट्रिनिस्ट या व्यवसायाला फार महत्त्व आले आहे. आपल्या शरीराला अन्न काय हवे आहे, किती हवे आहे, कोणत्या वेळी घ्यावे हे सगळे ही व्यक्ती म्हणजे न्यूट्रिनिस्ट ठरवते. आणि आम्ही त्या बरहुकूम वागतो!! असं म्हणतात की प्रेमाचा रस्ताही पोटातून जातो!! म्हणजे आवडत्या माणसाला आपण चविष्ट पदार्थ करून घातले की तो खूष होतो. त्यामुळे प्रेम वृद्धिंगत होते. खूप भूक लागलेली असली की डोकेही काम करत नाही, आपण हाती घेतलेले काम हे चांगल्या रीतीने करू शकत नाही. खरंच, आधी 'पोटोबा मग विठोबा' म्हणतात ते काही खोटे नाही. म्हणून महत्त्वाच्या मीटिंग्ज वगैरे नेहमी भरल्यापोटी ठेवल्या जातात, किंवा मीटिंगमध्ये खाण्यापिण्याची व्यवस्था केलेली असते.

अशी ही अन्नाची महती, सर्व मानवी जीवनाला व्यापून उरणारी. म्हणून अन्न पूर्णब्रह्म आहे.

शुभदा दीक्षित पुणे 9881062115

~~~~~

## 12) रक्तदान श्रेष्ठदान

मित्रांनो आज जागतिक रक्तदान दिवस आहे. आणि त्यानिमित्त आज रक्ताचे शरीरात असलेले महत्त्व व रक्त दानाचे महत्त्व बघू. मानवाच्या शरीरात जर रक्त कमी असेल तर त्याला विविध आजारांचा सामना करावा लागतो. एवढेच नाही तर शरीराने कमजोर व मनाने दुबळा होतो. कुठलेही काम करण्याची इच्छा राहत नाही. विद्यार्थ्यांचे अभ्यासात व खेळण्यात लक्ष लागत नाही. तो चिडचिडा होतो. आणि समाज अश्या व्यक्तिला टाळायचा प्रयत्न करतो. कारण समाजाला, सुंदर व्यक्तिमत्व, प्रसन्न व सतत हसतमुख चेहऱ्याची अपेक्षा असते. आणि रक्त हे कारखान्यात तयार होत नाही. झाडाला ही लागतं नाही तर रक्त हे प्रत्येक सजीव प्राण्यात तयार होत. मला तर कधी कधी वाटतं देवाने हि सृष्टी निर्माण केली पण या भुतलावावर इतका अहंकार जर कोणात असेल तर तो फक्त मनुष्य प्राण्यात आहे. आणि म्हणूनच सगळ्या च्या रक्ताचा रंग एकच आहे. समाजात खुप ठिकाणी गरीब, श्रीमंत, काळा, गोरा, लंगडालुळा, उंच, निच जातीचा असा भेदभाव केला जातो पण ज्यावेळेस एखाद्या व्यक्तीची प्रकृती बिघडते आणि त्याला रक्त मिळण्याची गरज पडते तेव्हा मात्र हा स्वार्थी मनुष्य सर्व भेदभाव विसरून कुणाचेही रक्त स्वताचा जिव वाचविण्यासाठी घेण्यास तयार होतो. मित्रांनो आपल्या सगळ्यांना माहित आहे. की प्रत्येक माणसाचा रक्ताचा गृप वेगवेगळा असतो. त्या त्या गृपचे रक्त त्याला दिले जाते. काही लोक खुप भाग्यवान आहे की ज्यांचा रक्ताचा गृप हा o Rh+ असतो. आणि यांचे रक्त सगळ्यांना चालत. रक्तदाना बदल काही लोकान मध्ये खुप गैरसमज आहे. की रक्त दिले की देणारा कमजोर होतो. पण हे सगळं चुकीचे आहे. अस काहीही होत नाही. दिलेले रक्त लवकर भरून निघते. पेशेंटचे प्राण वाचल्यामुळे आपल्याला एक समाधान व सामाजिक कार्याचा आनंद मिळतो. समाजात एक वेगळ आदराचे स्थान मिळते. आणि म्हणून रक्त दान हे प्रत्येक व्यक्ती चे कर्तव्य आहे. मित्रांनो बरेच लोक म्हणतात रक्त रक्ताकडे आओढत.

रक्ताची नाते एकमेकांच्या कामी पडतात, खुप जिव्हाळ्याची असतात. पण माझ्या मते रक्ताच्या नात्यापेक्षा मनाशी जुळलेली नातीच श्रेष्ठ व टिकाऊ असतात आणि ती सुद्धा रक्ताचीच असतात आणि म्हणूनच तर सगळ्यांच्या रक्ताचा रंग एकच असतो. शेवटी रक्त दान श्रेष्ठ दान.

सौ. मेघा विनोद हिंगमिरे वर्धा

~~~~~


13) स्वच्छता आरोग्याचा मूलमंत्र



लहानपणी मामा मावशीच्या गावाला जायला कोणाला नाही आवडत? त्यात त्या मावशीच्या गावाला आंबे असतील, चिंचा असतील आणि मस्त नदीत डुंबायला मिळत असेल ;तर तुम्ही म्हणाल अरे वा मलाही आवडेल अशा मावशीच्या गावाला जायला. हो लहानपणी आम्ही मावशीच्या गावाला जायचो वर सांगितलेल्या गोष्टींची मजा लुटायला आमचे काका मावशी आम्हाला म्हणायचे, सुट्टीला चला. आमच्याकडे चला पण; एकच गोष्ट मावशीच्या गावची आम्हाला आवडत नव्हती 'तिच्या घरी मुक्काम करावासा वाटत नसे. आम्ही आईला म्हणायचो आई काही केलं तरी मुक्काम मामाकडे करायचा कारण मावशीकडे शौचालय नव्हते 'उघड्यावर शौचाला जावे लागायचे मावशीचा एक जुना पडका वाडा होता त्या वाड्यामध्ये जायचे सगळेच शौचासाठी. आम्हाला मात्र ते आवडत नसायचे. प्यायचे पाणी देखील अस्वच्छ असायचे त्यावर तुम्ही तुरटी फिरवा, काही करा परंतु; त्याला मात्र वास येत असे गावाजवळून नदी वहायची या नदीवर धुणे धुतले जायचे, जनावरांना आंगोळ घातली जायची लहानथोर त्याच पाण्यात पोहण्याची मजा लुटत असत. पहायला मजा वाटायची परंतु पाण्यामुळे आणि शौचालया च्या दुरवस्थेमुळे आम्हाला मावशीकडे रहावेसे वाटत नव्हते. या गोष्टीला साधारण पंचवीस एक वर्ष झाले असतील परंतु; आज गावाची स्थिती बदलली आहे प्रत्येक घरात शौचालय आहे. नदी देखील स्वच्छ आहे. सर्वजण धुने आप- आपल्या घरामध्ये धुतात. नळाला भरपूर पाणी येते आणि तेही स्वच्छ. आज गावाची अवस्था बदलली आहे आज मात्र आम्हाला मावशीच्या गावाला राहावेसे वाटते पण आता मोठे झालो आता ती लहानपणीची मजा नाही. मी वर्णन केलेले हे चित्र फक्त माझ्या मावशीच्या गावाचे नाही तर पंचवीस वर्षांपूर्वीचे संपूर्ण भारताचे चित्र असेच होते मग कसे बदलले हे चित्र? कशी झाली सुधारणा? तर स्वच्छता अभियानाने या अभियानाची सुरुवात सर्वप्रथम महाराष्ट्रामध्ये

झाली संत गाडगेबाबा स्वच्छता अभियान या नावाने महाराष्ट्रात अभियान सुरू झाले स्वच्छ गावासाठी स्वच्छ सुंदर गाव पुरस्कार देण्यात येईल असे जाहीर झाले. त्यामुळे गावागावांमध्ये स्वच्छ राहण्याची चुरस निर्माण झाली. उघड्यावर शौचालयास बसल्याने काय काय दुष्परिणाम होतात ते गावागावांमध्ये शाळा आरोग्य केंद्र याद्वारे समजावून सांगण्यात आले. दूरदर्शन, वर्तमानपत्र या माध्यमातूनही जाहिरात करण्यात आली. शाळा, महाविद्यालय त्याचप्रमाणे काही स्वयंसेवी संस्थांनी देखील नृत्य, नाट्य, पथनाट्य याद्वारे समाजामध्ये स्वच्छते विषयी जागरूकता निर्माण केली. सार्वजनिक पाणवठ्याच्या ठिकाणी धुने धुणे, भांडी घासणे, जनावरांना पाणी पाजणे ह्या गोष्टी करू नये म्हणून लोकांचे प्रबोधन करण्यात आले. याबाबत लोकांचे मतपरिवर्तन झाले आणि लोकांना स्वच्छतेच्या सवयी अंगी बाणता आल्या. काही गावांमध्ये सांडपाणी वाहून जाण्यासाठी गटारी नाहीत परंतु; तेथे मात्र शोष खड्ड्याच्या रूपांमध्ये ही सांडपाण्याची विल्हेवाट लावण्यात आली. काही ठिकाणी सांडपाण्याचा पुनर्वापर करून परसबाग देखील केली आहेत. महाराष्ट्रातील अनेक गावे निर्मल ग्राम म्हणून घोषित झालेली आहेत. स्वच्छतेमुळे आजार दूर होतात' मन प्रसन्न राहते, आजारपणा वरील पैशाचा खर्च कमी होतो आणि हाच पैसा आपल्या समृद्धीसाठी वापरता येतो हे लोकांना आता कळू लागले आहे. महाराष्ट्राने तर संत गाडगेबाबा यांच्याकडून प्रेरणा घेऊन स्वच्छता अभियान राबवले आता संपूर्ण देशाची जबाबदारी होती म्हणूनच 2014 मध्ये पंतप्रधानांनी स्वच्छ भारत अभियान राबवले. यामागे महात्मा गांधीजींची प्रेरणा देखील आहे. घराची, शाळेची, सार्वजनिक ठिकाणांची, कारखान्यांची सर्व ठिकाणांची स्वच्छता करायची आणि जमा झालेला कचरा टाकायचा, कुठे बरं कचरा टाकायचा हा? टाकणार तिथे मोठा कचरा निर्माण होणार त्याच्या आजूबाजूला दुर्गंधी सुटणार तिथल्या नागरिकांचे आरोग्य धोक्यात येणार मग याला उपाय काय ?तर ओला कचरा, सुका कचरा असे जर विभजन केले तर ओल्या कचऱ्यामध्ये भाजीपाला, फळे यांच्या साली खाद्य पदार्थही असतात यापासून पुन्हा माती बनू शकते. ओल्या कचऱ्याचा उपयोग गांडूळ खतामध्ये गांडूळांना अन्न म्हणून देखील होतो व त्यापासून खत

निर्मिती देखील होते. ही माती झाडांना खत म्हणून वापरू शकतात. त्यामुळे ओल्या कचऱ्याचा असा पुनर्वापर करता येऊ शकतो. सुक्या कचऱ्यामध्ये कागद' प्लास्टिक 'लोखंड, धातू अशा वस्तू येतात कागदाचा पुनर्वापर करून लगद्या पासून वेगवेगळ्या सुंदर गोष्टी बनवू शकतात परंतु ;प्लास्टिकचे करायचे काय ?काही प्लास्टिक पुनर्वापर करता येण्याजोगे नसते जाळले, तर आणखी प्रदूषण होते मग प्लास्टिक वर उपाय काय तर ज्या प्लास्टिकचा पुनर्वापर करता येत नाही अशा प्लास्टिकच्या वाप रावर बंदी घातली गेली त्यामुळे देखील प्लास्टिकचा वापर आणि कचरा कमी झाला लोखंड किंवा धातू त्याचा पुनर्वापर करता येऊ शकतो. घर-अंगण, सार्वजनिक ठिकाणी, कारखाने ही तर बाह्य सफाई झाली. स्वतःच्या शरीराची बाह्य सफाई देखील साबणाने होते परंतु आता मनाच्या स्वच्छतेचे काय? साने गुरुजींच्या श्यामच्या आईच्या पुस्तकात श्यामची आई श्यामला म्हणते श्याम पायाला घाण लागू नये म्हणून जपतोस तसेच मनाला घाण लागू नये म्हणूनही जप. बरोबर आहे जसे शरीराच्या स्वच्छतेची, परिसराच्या स्वच्छतेची आपण काळजी घेतो त्याचप्रमाणे मनाची स्वच्छता करायला हवी. कशी करणार ही मनाची स्वच्छता ?तर ध्यान-धारणा, कटून न बोलणे, मन मोकळे राहणे मित्र-मैत्रिणी जमवणे, छंद जोपासणे, इतरांना मदत करणे यामुळे मनाची स्वच्छता नक्कीच होऊ शकते चला तर मग तन व मन दोन्ही स्वच्छ ठेवू या

"स्वच्छता असे आरोग्याचा मूलमंत्र, समजेल ज्याला तो शिके जगण्याचे तंत्र".

सविता साळुंके श्रीरामपूर

~~~~~

## 14) " चित्ताची एकाग्रता "



" मन पाखरू पाखरू

त्याची काय सांगू दैना

आता होतं भूईवर

गेलं गेलं आभायात ! "

या बहिणाबाईंच्या काव्यपंक्तीतून मानवी चंचल मनांचे यथार्थ दर्शन घडून येते. खरंच, ' मन ' ही एक अशी अनाकलनीय संकल्पना आहे. जी कुणालाही स्पष्टपणे उलगडून दाखविता येत नाही. ती आपले स्वरूप निरंतर बदलत असते. अशा बदलत्या चंचल मनात एकाग्रता कशी काय राहिल ? ती राहते केवळ स्थिर मनोवृत्ती असणाऱ्या मनात ! आपण नदीच्या स्थिर पाण्यातूनच आपले प्रतिबिंब पाहू शकतो. पण जर ते पाणी आपण हलवून अस्थिर केले तर आपले प्रतिबिंबही आपल्याला हलते व अस्थिरच दिसणार... ही पाण्याची स्थिती अगदी आपल्या चित्ताशी तंतोतंत मिळतीजुळती आहे... कारण चित्त स्थिर असल्याशिवाय एकाग्रता साध्य होणार नाही... म्हणून आधी चंचल मन स्थिर करावे ! ते कसे करावे ? त्यासाठी काय काय करावे ? ते नियंत्रित कसे ठेवावे ? हे सहजासहजी शक्य होत नाही ! त्यासाठी कठोर मानसिक तपोसाधना करावी लागते... मनाला विवेकाच्या लगामाने नेहमी अंकीत करावे लागते... मनात फक्त आणि फक्त सात्त्विक भावनांचाच संचय करावा लागतो... जे काही वाईट, दोष, दुर्गुण आहेत ते महत् प्रयासाने अंतर्मनातून कायमचेच दूरवर फेकून द्यावे लागतात... काम, क्रोध, मोह, लोभ, माया, मत्सर या षडरिपूंचा तनमनातून त्याग करावा लागतो... मन नेहमी संयमी, शांत, सद्विवेकी, सदाचारी, परस्परांप्रती प्रेम, करूणा, कणव ठेवावी लागते... तेव्हा कुठे चंचल मन स्थिर व स्थितप्रज्ञ होणार... आणि चित्ताची एकाग्रता

आपसूक येणार.... चित्ताच्या एकाग्रतेसाठी काही प्राणायाम, आसने, सकारात्मक विचारसरणी, संगीत, कलोपासना, ध्यानधारणा, छंद, वाचन इत्यादी महत्त्वपूर्ण बाबींचा समावेश होतो... शिवाय ज्योती त्राटक, बिंदू त्राटक, सूर्य त्राटक, श्वासावर लक्ष केंद्रित करणे, आज्ञाचक्रे जागृत करणे, स्वयंपचार पद्धती, स्वसुचन पद्धती, स्वसंमोहन पद्धती इत्यादींच्या आधारे चित्त एकाग्रता आणता येते... पण सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे त्या व्यक्तीच्या मनात आंतरिकदृष्ट्या काही तरी शिकण्याची, आत्मसात करण्याची प्रखर अशी इच्छा व तळमळ आधी निर्माण झाली पाहिजे.... तरच ती व्यक्ती एकाग्रतेसाठी प्राप्त ठरते... अन्यथा जबरदस्तीने खाऊपीऊ घातल्यास परिणामी उलटीच होईल व सर्व मेहनत पाण्यात जाईल... म्हणून आधी आंतरिक तहान भूक महत्त्वाची आहे त्याशिवाय स्वतःहून एकाग्रता येत नाही... आणि ओढून ताणून आणलेली एकाग्रता फळास प्राप्त होत नाही... स्वयंस्फूर्तीने एकाग्रता आल्यास हमखास यशप्राप्ती मिळतेच.. अशाप्रकारे मानवी मनात उपरोक्त प्रकारे प्रयत्नपूर्वक व स्वयंस्फूर्तीने एकाग्रता आणता येईल... " मन करारे प्रसन्न ! सर्व सिद्धीचे कारण !! " हेही एकाग्रतेसाठी आवश्यक आहे... शेवटी एवढेच म्हणेल की,

" स्वभाव सोडा उग्र

मन होईल एकाग्र

गाठाल यशोमार्ग

धारता शांती मार्ग ! "

अर्चना दिगांबर गरूड

ता. किनवट, जि. नांदेड, मो. क्र. 9552963376

~~~~~

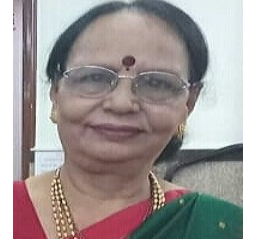
15) नैसर्गिक संपत्तीची बचत करणे गरजेचे



या निसर्गाने आपल्याला खूप काही दिले आहे. आपण निसर्गाचे खूप काही देणे लागतो. ऊन, वारा, पाऊस, दिवस, रात्र, माती, पाणी यासारख्या बऱ्याच गोष्टी निसर्गाने आपल्याला दिलेल्या आहेत. भविष्यकाळाचा विचार करून या नैसर्गिक संपत्तीची बचत करणे हे आपले प्रत्येकाचेच कर्तव्य आहे. आपण इंधन म्हणून आपल्या सोयीनुसार, सहज उपलब्ध होईल किंवा आपल्याला परवडेल असे ऊर्जेचे स्रोत वापरत असतो. जसे- गॅस, रॉकेल, जळतन इ. या स्रोतांचा वापर जरी आपण आपल्या सोयीनुसार करत असलो तरी तो मर्यादित राहूनच करायला हवा. कारण, "जमीन, पाणी व हवा ह्या गोष्टी म्हणजे आपणांस आपल्या पूर्वजांकडून मिळालेली देणगी नसून निसर्गाने दिलेली देणगी आहे. " हे निसर्गाचे आपल्यावर कर्ज आहे असे समजावे लागेल. जमिनीतून खनिज तेल, पाणी व कोळसा मिळतो. या जमिनीतून मिळणारी ही संपत्ती जपून वापरणे आवश्यक आहे. पेट्रोल, तेल, कोळसा, पाणी या सर्व नैसर्गिक प्रकारांचा वापर सर्वाधिक केला जातो. वापराच्या तुलनेने हि ऊर्जा निर्माण होण्यास लागणार अवधी जास्त असतो. त्यामुळे ऊर्जा निर्मिती आणि वापर यात समन्वय साधला गेला पाहिजे. माणसाची हाव इतकी आहे की निसर्गाने दिलेली हि अनमोल साधन-सामुग्री कधी संपेल हे सांगता येणार नाही त्यामुळे वेळीच सावध होऊन या ऊर्जेची, या साधन सामुग्रीची बचत करण्याची गरज आहे. आपल्या घरातील गॅस सिलिंडर एखादा आठवडा जास्त चालल्यास अथवा विजेचे बिल कमी झाल्यास आपले पैसे सुद्धा वाचतील आणि ऊर्जा सुद्धा. त्यासाठी स्वतःला बचतीची सवय लावली पाहिजे. थोडक्यात काय तर निसर्गाने दिलेल्या साधन-सामुग्रीचा वापर योग्य प्रमाणात केल्यास पर्यावरणाचा समतोल सुद्धा सुधारेल आणि पैशांची सुद्धा बचत होईल.

गणेश सोळुंके, जालना, 8390132085

16) समजदार नागरिक म्हणजे कर्तव्यदक्ष नागरिक



आपल्या देशात प्रजातंत्र आहे. लोकांचे, लोकांद्वारे, लोकांच्या करीता राज्य म्हणजे लोक तंत्र /प्रजातंत्र. प्रजातंत्र चे सर्वात महत्वाचे अंग म्हणजे कर्तव्य आणि अधिकार. आज आपल्या देशाचे नागरिक माझा अधिकार, my privilege, my right, आणि मानवाधिकाराच्या बदलच बोलत असतात. माझ्या देशा प्रति माझे कर्तव्य पण आहे याची जाणीव किती जणांना जाणीव आहे? माझ्या देशाने मला काय दिले ह्या ऐवजी मी आजतागायत माझ्या देशाला काय दिले ? हा प्रश्न स्वतःला किती जण विचारतात? साध ट्राफिक सिग्नल सुद्धा पाळणे आपल्या देशातील नागरिकांना नको असतात. जो नागरिक अशा अगदी छोट्या छोट्या गोष्टींचे पालन करतो. आपल्या कार्यालयात आपले निर्दिष्ट कर्तव्य अगदी जबाबदारीने पार पाडतो, तो समजदार नागरिक. आजच्या कसोटीच्या काळात सफाई कामगार, पोलिस, विज कर्मचारी, बँक कर्मचारी, डॉक्टर्स नर्सेस सर्व आपल्या रक्षणासाठी झटणाऱ्या, ह्या कोरोना वॉरियर्स प्रती सन्मान तर सोडा, सतत त्यांच्या कामात अडथळे निर्माण करतात त्यांना मारहाण करतात हे सर्व नागरिक म्हणवणाऱ्या लायकीचे सुद्धा आहेत का? ज्यांना लिहता वाचता येतं ते साक्षर आणि ज्यांना त्या साक्षरते मुळे बरे वाइट समजते, ते शिक्षित आणि जो जाणीवपूर्वक समाजात सौहार्द टिकवण्यासाठी सजगतेने कार्यरत राहतो. देशप्रेम असतो, देशाकरीता काहीही करायची तयारी असते. स्वतः तर देशाला समर्पित असतोच पण बाकीच्या लोकांनाही प्रेरित करतो तो समजदार, सुजाण नागरिक. आज आपल्या देशाला गरज आहे अशा सुजाण समजदार नागरिकांची. तरच आपल्या देशातील भ्रष्टाचार, गुन्हेगारी, गरीबी, व्यसनाधीनता ह्या सर्व गोष्टींचे निर्मुलन करण्यात तेव्हाच यश मिळेल, जेव्हा देशात समजदार नागरिकांची संख्या वाढेल. Each one Teach one च्या धर्तीवर प्रत्येक

सुजाण नागरिकांनी निदान एका नागरिकाला सुजाण बनवले तरी ही बराच मोठा पल्ला गाठाला जाईल.

डॉ. वर्षा सगदेव, नागपूर

~~~~~



## 17) प्राथमिक शिक्षण आणि कोरोना



'कोणत्याही इमारतीची मजबूती ही तिच्या उभारलेल्या पायावर अवलंबून असते' हे सरासरी व्यावहारिक गणित आहे. याच उद्देशाला जाणून कोणत्याही इमारतीचा पाया मजबूत बनवणे आवश्यक असते. शैक्षणिक तत्वज्ञान, शिक्षण प्रशासन आणि शासन या सर्वांच्या संयुक्त प्रयत्नातून खऱ्या अर्थाने शिक्षणाची धुरा सांभाळली जाते. यासाठी प्राथमिक शिक्षण ही माणूस घडण्याच्या प्रक्रियेत महत्त्वाची भूमिका असल्याची जाणीव सगळ्यांना झालेली आहे. यासाठी प्रचलित शिक्षण पद्धतीमध्ये काही अंशी बदल करणे सध्याच्या काळात तरी अपेक्षित आहे. कोरोना संकटाच्या नंतर प्राथमिक शिक्षणात सुद्धा काही प्रकारचे बदल घडवून आणणे अपेक्षित आहे. परंपरेनुसार आपल्याकडे चालत आलेल्या शिक्षण पद्धतीमध्ये विद्यार्थ्यांला शाळेमध्ये शिक्षण मिळते आणि त्यानंतर त्यांचे मूल्यमापन हे शाळेतच करून घेणे ही पद्धती आपल्याकडे प्रचलित आहे. परंतु कोरोना रोगाच्या संसर्गाच्या धरतीवर सुरक्षिततेचा उपाय म्हणून नव्याने शाळा केव्हा उघडणार आहेत.... प्रश्नचिन्ह समोर असतांना या विद्यार्थ्यांना अध्ययन-अध्यापन कशा प्रकारे करावे यावर वेगवेगळे चिंतन होणे अपेक्षित आहे. प्राथमिक शिक्षण हे खऱ्या अर्थाने सर्व शिक्षणाचा पाया मानल्या जाते परंतु शिक्षणव्यवस्था सोडल्यास पालकांमध्ये प्राथमिक शिक्षण घेणाऱ्या विद्यार्थ्यांच्या बाबतीमध्ये तेवढी जिज्ञासा आजही दिसून येत नाही. ग्रामीण भागामध्ये तर मॅट्रिकच्या परीक्षेला आणि बारावीच्या परीक्षेला विशेष महत्त्व दिले जाते, या दोनही इयत्तांमध्ये मिळालेले गुण म्हणजेच आपल्या पाल्याची प्रगती असा गैरसमज पालकांच्या मनात आजही दिसून येतो. इयत्ता नववी पर्यंत आपल्या मुलांच्या शिक्षणाकडे फारसे लक्ष न देणारे पालक इयत्ता दहावी आणि बारावी साठी वेगवेगळ्या शिकवण्या, चांगली शाळा निवडण्यासाठी धडपड करतात. परंतु या मुलांचा प्राथमिक पायावर पक्का झाला नसेल तर या वेळेला केलेली धडपड म्हणजे पालक्या घड्यावर

पाणी घातल्यासारखेच आहे. शिक्षण ही अविरत चालणारी प्रक्रिया आहे. विद्यार्थी शिकण्यासाठी शाळा हे फक्त साधन आहे, तसा तर कोणताही व्यक्ती आयुष्यभर शिकतच असतो. यासाठी आजूबाजूचा परिसर परिसरात घडणारे व्यवहार या सगळ्या गोष्टींचा पगडा विद्यार्थ्यांच्या अचेतन मनावर झालेला असतो. यासाठी विद्यार्थ्यांना पोषक वातावरण असणे गरजेचे आहे आणि ही त्या समाजाची जबाबदारी आहे. याचाच परिणाम म्हणून असामान्य वस्तीतील लोकांचे जीवन याने वेगळाच आकार घेतलेला आपल्या निदर्शनास येते. याच पार्श्वभूमीवर छत्रपती शिवरायांना घडवण्यामध्ये जिजाऊमासाहेबांचा वाटा फार मोलाचा मानला जातो. म्हणजेच कोणत्याही बालकाला घडण्यासाठी शाळेत प्रमाणेच समाज आणि घरातील वातावरण हे जबाबदार असते. घरामध्ये चालणारे व्यवहार हे विद्यार्थ्यांना शिकण्यासाठी चालते-बोलते विद्यापीठच म्हणावी लागेल. यासाठी पालकांनी आपल्या आपल्या समोर केलेलं वर्तन हे उचित असायला हवे. मुद्दामून घरातील बालकाला लहान लहान क्रिया करायला लावण्यास त्याच्या हस्त नेत्र समन्वय वाढण्यासाठी उपयोग होतो. प्राथमिक अवस्थेत मध्ये असलेल्या बालकाला मुद्दामून किराणा दुकानातील सामानाचे भाव, बाजारात झालेला खर्च आणि बर्याच अशा व्यावहारिक क्रिया यासारख्या गोष्टींचा सराव दिला गणित सहजपणे त्याला समजायला लागते. कोणताही शेतकरी शेतामध्ये उत्पादन घेण्याच्या उद्देशाने अगोदर करण्यापूर्वी त्या क्षेत्राची चांगल्या पद्धतीने मशागत करतो भुसभुशीत केलेल्या जमिनीमध्ये योग्य बियाण्याची निवड करून त्यामध्ये पेरणी करतो रोपट्याच्या अवस्थेमध्ये असलेल्या पिकांवर कुठल्याही प्रकारची कीड आणि रोग येऊ नये यासाठी अतोनात प्रयत्न करतो तेव्हा त्याच्या खऱ्या अर्थाने त्या पिकाला फळ प्राप्त होते आणि त्याच्या उत्पन्नात त्याला नफा मिळतो. अगदी किंबहुना त्याच समांतर पद्धतीने शिक्षण क्षेत्रातही मांडले तरी वावगे ठरणार नाही. उच्च शिक्षणामध्ये आपल्या पाल्याने प्रगती करावी हे अपेक्षित असणाऱ्या पालकांनी आवर्जून बालवयापासूनच शिक्षणाचे संस्कार त्या लेकराच्या मनावर बिंबवणे अपेक्षित आहे. हाच विचार करून वाबळेवाडी सारख्या प्राथमिक शाळेत बालवाडीचे वर्ग

जोडून त्यांना प्रगत करण्याचे काम मोठ्या झपाट्याने सुरू आहे. बालवाडी म्हणजेच शिक्षणाची पूर्वमशागत आणि प्राथमिक शिक्षण म्हणजे बियाणांची रुजवणूक अशी उपमा दिल्या योग्य ठरेल. केवळ पुस्तक वाचणे आणि लिहिणे म्हणजेच शिक्षण नाही ही संकल्पना खऱ्या अर्थाने शिक्षण व्यवस्थेबरोबरच समाजामध्ये सुदृढ होणे अपेक्षित आहे. मुलांचे शिक्षण म्हणजेच त्यांना सर्वांगीण बाबतीत स्वयंपूर्ण करणे हाच अर्थ स्वयंपूर्ण वाटतो. यासाठी अलीकडच्या काळामध्ये प्राथमिक शिक्षण पद्धतीत आमूलाग्र बदल करण्यात आलेले असून सातत्यपूर्ण सर्वकष मूल्यमापन याच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास करण्यासाठी प्रयत्न केला जात आहे. प्रगत शैक्षणिक महाराष्ट्र, ज्ञानरचनावाद, सातत्यपूर्ण सर्वकष मूल्यमापन यासारख्या संकल्पना शिक्षण क्षेत्राला यशोशिखरावर पोहोचू पाहात आहे. असेच का.. ? आणि तसेच का... ? हा प्रश्न विद्यार्थ्यांच्या मनात निर्माण होणे म्हणजेच त्यांच्या जीवनात शिक्षणाची ठिणगी पडली असा अर्थ प्राथमिक शिक्षण काळातच त्यांच्या मेंदूवर करणे गरजेचे आहे. यासाठी प्राथमिक शिक्षण सहज आणि आनंददायी पद्धतीने हसत-खेळत मिळणे गरजेचे आहे. प्राथमिक शिक्षणामध्ये आता कोरोनाच्या संकटाच्या पार्श्वभूमीवर... काही बदल सुद्धा स्वीकारणे अपेक्षित आहे. पालकांनी त्यांच्या पाल्यांना त्यांना घरच्या वातावरणातच जीवन शिक्षणाची उपलब्धता करून देणे अपेक्षित आहे. यामध्ये प्राथमिक शिक्षण प्रक्रियेतील मुलांचं मन एकाग्र करण्यासाठी मुलांना आवर्जून डाळ आणि तांदूळ वेगळे करणे, बॉटलमध्ये पाणी भरणे, फुलांचे हार तयार करणे, आईला घरकामात मदत करणे, घरातील वस्तूंची योग्य पद्धतीने रखरखाव ठेवणे, प्राणिमात्रांवर दया करणे, मोठ्या माणसाची चांगल्या पद्धतीने बोलणे, यासारख्या अनेक छोट्या-छोट्या कृतींतून शिक्षणाचे संस्कार मुलांच्या मनावर घरच्या घरीसुद्धा कोरले जाऊ शकतात. केवळ पुस्तकी शिक्षणावर अवलंबून न राहता शिक्षणाचा परिचय विद्यार्थ्यांना सतत देत राहणे हे पालकांना घरच्या घरी करता यावे यासाठी प्रयत्न होणे गरजेचे आहे. प्राथमिक स्तरावरील विद्यार्थ्यांना तंत्रज्ञानाचा उपयोग करणे तेवढे सोपे नसून सुरक्षिततेच्या दृष्टीकोनातून जरा कठीणच असले; तरीसुद्धा पालकांनी जाणीवपूर्वक काळजी

घेऊन विद्यार्थ्यांना तंत्रज्ञानाधारित शिक्षण देणे गरजेचे आहे. अंडा आणि शालेय अभ्यासक्रमात रोड झालेली ऑनलाइन शिक्षण पद्धती ही जाणीव आणि गरज पालकांनी स्वीकारणे अपेक्षित आहे. यासाठी प्राथमिक स्तरावरील पाल्यांना पालकांनी योग्य ते चॅनल ॲप्स वापरण्याची जाणीव त्यांच्या पाल्यांना द्यावी. दीक्षा ॲप, बोलो ॲप आणि अन्य शैक्षणिक ॲप्स चा वापर पालकांनी घरच्या घरी करावा. तसेच शासनस्तरावरून नव्याने सुरू होणाऱ्या दूरचित्रवाहिनी चॅनल्सचे स्वागत करून आपल्या पाल्याच्या योग्य वयोगटानुसार त्यातील प्रोग्राम त्यांना जाणीवपूर्वक दाखवावे, दूरचित्रवाहिन्यांवरील प्रोग्राम वर आधारित साधकबाधक चर्चा घरामध्ये पालकांनी त्यांच्या आपल्या सोबत करावी तरच या चॅनल्सचा खऱ्या अर्थाने उपयोग होईल. तसेच शिक्षकांनी सुद्धा पालक व विद्यार्थी यांच्याशी संपर्कात राहून दूरचित्रवाहिन्यांवरील प्रोग्राम आणि त्यावर आधारित चर्चा कशी घ्यावी याविषयी मोबाईल किंवा पालकांचे समुपदेशन करणे अपेक्षित आहे. प्राथमिक शिक्षण ही जबाबदारी शासनाप्रमाणे, शिक्षण व्यवस्था, पालक, समाज, विद्यार्थी या सर्वांचीच आहे.. चला तर सर्वांनी मिळून तोरणाच्या या संकटांमध्ये विद्यार्थ्यांच्या भविष्यातील शैक्षणिक इमारतीचा पाया करण्यासाठी सर्वांनी हातभार लावूया..... या वयोगटातील विद्यार्थ्यांना आवर्जून सर्वांनी शिक्षण घेण्याची सुविधा उपलब्ध करून देऊ या आणि प्राथमिक शिक्षणाला बळकटी देऊया.....

फुलणाऱ्या कळ्यांना फुलू द्या...

उडणार्या पाखरांना स्वच्छंदपणे उडू द्या...

द्या संधी उपलब्धतेची...

दरवळू द्या असमंतात...

त्यांना फुलायचंय दरवळायचं. !!

श्री ज्ञानेश्वर झगरे गुरुजी (वाकदकर), (स. शि. ) जि. प. प्रा. शाळा उमरखेडा.

भोकरदन, जि. जालना, मो. ९९२३५२८४९४

## 18) सुख



सुख हे फुलपाखरा सारखे असते.

पाठलाग केला तर उडून जात

बळजबरी केली तर मरून जात

निरपेक्षपणे काम करत राहिले तर मनगटावर अलगाद येऊन बसत.

प्रमाणापेक्षा जास्त सुख कोणाजवळ व्यक्त करू नये कारण लोक सुखाना नजर लावतात. सुख कणभर गोष्टीत लपला असत फक्त ते मणभर जगता यायला हवं

दुनियेत सर्वांना आपल्या मनासारखे सुख मिळत नाही परंतु जीवनाचा कंटाळा न करता आनंदात जगावे. दुसऱ्यांना सुख देण्याचा प्रयत्न करावा म्हणजे देव आपल्यालापुन सुख आणि समाधान देतो. आयुष्यात जर सुखी राहायचे असेल तर स्वतःची दुःख लपवायला शिका.

आयुष्यातील आनंदी क्षणासाठी पैशाने कमावलेल्या वस्तूपेक्षा स्वभावाने कमावलेली माणसे जास्त सुख देतात.

"आयुष्य आपले आहे खेळ ऊन सावल्यांचा

दुःख जरी पाही परीक्षा

सुख देई क्षण आनंदाचा"

Always be happy

निलम गायकवाड, पुणे

~~~~~

19) सत्याला पैशामुळे मरण आहे!

सत्याला मरण आहे असे म्हटल्यास अतिशयोक्ती होणार नाही. कारण सत्य रोजच्या रोज मरत असतं. कधी लाचार बनून तर कधी बदनाम होवून. कारण आज स्वार्थीपणा जास्त वाढलेला आहे. स्वार्थीपण व पैसा कमविण्याचा हव्यास यामुळं सत्य मरत चाललेलं असून त्याला वाचवतो म्हटलं तर आपलंच मरण होत असतं. म्हणून सत्याला वाचवायला कोणीही पुढं येत नाही.

घर असो की न्यायालय, शाळा असो की कार्यालय सर्वच ठिकाणी काही ना काही खोटं बोलणं असतंच. न्यायालयात तर हमखास खोटं बोललं जातं. कारण त्याशिवाय न्यायालयात पक्षकारांना न्याय मिळवून देता येत नाही. मग या खोटे बोलून खटल्याची बाजू मांडण्यात जो आरोपी असतो, तो जिंकूनही जातो. तसेच ज्याची बाजू खरी असते, तो हारूनही जातो. अशाचवेळी ज्यांची बाजू खरी असल्यास आणि त्याला पराभवाचा सामना करावा लागल्यास तो केव्हा जीव सोडेल हे सांगता येत नाही. अर्थात तो केव्हा आत्महत्या करेल हे काही सांगता येत नाही.

एक उदाहरण देतो. एका व्यक्तीला काहीतरी आरोप लावून मारहाण केली. त्यात जबर दुखापत तर झाली, अपमानही झाला. तो आपल्या मारहानीवर व अपमानावर दाद मागण्यासाठी न्यायालयात गेला. नव्हे तर न्यायालयात वकीलामार्फत दाद मागण्याचा प्रयत्न केला. पण ज्याप्रमाणे पक्षकारानं वकील उभा करून आपली बाजू मांडायला उभा केला. त्याचप्रमाणे प्रतीपक्षकारानेही आपली बाजू मांडायला वकील उभा केला. साक्षपुरावे तपासण्यात आले आणि तो खटला खारीज झाला. पक्षकाराचा झालेला अपमान व मारहाण धुळीस मिळाला. सत्य टिकलं नाही. कारण बरोबर तपास झाला नाही. प्रतिपक्षकारानं निव्वळ पैशाच्या भरवशावर सत्याला मारलं. साक्षीदार विकल्या गेले. पोलीस विकल्या गेले. वकील

विकल्या गेला. न्यायाधीशही. सत्य पैशासमोर मरण पावलं. त्यानंतर काही महिण्यातच प्रतिपक्षकारानं पक्षकारावर खटला भरला. खटल्यात बाजू मांडली की जो पुर्वी पक्षकार होता, त्यानं त्याला बदनाम करण्यासाठी खटला टाकला होता. आता त्या झालेल्या अपमानाचा मुहावजा म्हणून त्याने काही पैसा द्यावा. कसा लढायचा खटला? ज्याच्याजवळ पैसा अतोनात, त्याचं ठीक आहे. पण ज्याच्याजवळ पैसा नाही. त्याच्यावर अत्याचार झाल्यास त्यानं कोणाकडं दाद मागावी? सत्याला जर असं पैशाच्या शस्त्रानं मारलं जात असेल तर.

काल मनुस्मृतीच्या माध्यमातून स्पृश्य मंडळी अस्पृश्य आणि स्त्रियावर अत्याचार करीत होती. आज मात्र न्यायालयाच्या माध्यमातून श्रीमंत आणि असत्य बोलणारी मंडळी गरीबावर व स्त्रियांवर अत्याचार करीत आहेत. कितीतरी स्त्रियांवर आज बलत्कार होतांना दिसत आहेत. त्यांना न्यायालयाच्या माध्यमातून बरोबर शिक्षा मिळत नसल्याने. जर बलत्कार करणा-या लिंगपिसाटांची लिंगच कापून टाकण्याचे आदेश न्यायालयाने प्रत्येक बलत्कारपिडीतांच्या न्यायाच्या वेळी दिला असता तर आज बलत्कार करणा-यांच्या संख्येत वाढ झाली नसती. पण न्याय करतांना वकील म्हणतात की ही सुई मी फिरवीत आहे. ह्यात धागा कसा जाईल? बलत्कार होतांना पिडीता चूप बसली नसेल.. मग बलत्कार झालाच कसा?

सत्य इथंच हारत असते. पैशाची थैली दिली जाते आधीच वकिलांना. न्यायाधीशही विकत घेतले जातात रात्रीच्या अंधारात. इथे जो गुन्हेगार असतो..... श्रीमंत गुन्हेगार, त्यांच्यासाठी रात्रीला न्यायालय खुलतं. तसेच बलत्कार पिडीतेच्या खटल्यात आरोपींना फाशी देतांना दहा वेळा तारखा दिल्या जातात. न्याय असंगत तर नाही असं तपासून पाहतांना. सर्व सिद्ध होवूनही. आरोपींना पुर्ण स्वतंत्र्य आणि जर अशा केसेस बलत्कार पिडीता हारल्यास आमची बदनामी केली म्हणून 'उलटा चोर कोतवाल को दाटे' अंतर्गत पुन्हा पिडीतेवरच केस दायर होते. आधीच पैशानं आणि बदनामीनं मेलेली पिडीता. मग अशी केस दायर झाल्यास तिनं काय करावं?

बलत्कार पिडीता अरुणा शानबाग. बावीसव्या वर्षी बलत्कार झाल्यानंतर कोमात गेली. आरोपी पकडला गेला, त्यानं शिक्षा भोगली. त्यानंतर सुटका झाली. त्याचं लग्नही झालं. दोन मुलंही झाली. तरीही ती कोमातच. शेवटी कोमातच मृत्यूही झाला. अजूनही तो जीवंत आहे. इथेही सत्य हारलं आणि असत्य जीवंत राहिलं.

शेतीत काम करणारा शेतकरी सत्याचं प्रतिक आहे. त्याला जो भाव दिला जातो. तो घेतो व गुपचूप बसतो. नियतीही त्याच्या सत्यावर विश्वास करीत नाही. तर कधी जास्त दुष्काळ तर कधी कमी. कधी ओला तर कधी सुका. मात्र भाव करणारा तो दलाल, खोटं नाटं बोलून मालाचा भाव करतो. कमी पैशात अंटवतो आणि जास्त पैशात विकतो आणि खोटं बोलूनच जास्त पैसा मिळवतो. अन् मेहनत करणारा कास्तकार मार्गच राहतो.

महत्वाचं सांगायचं म्हणजे सत्याला पैशापुढं मरण असलं तरी सत्य कधीच मरत नाही. हं पराजीत नक्कीच होते. ते कधी ना कधी बाहेर येतेच आपलं मुंडकं काढत. तेव्हा मात्र वेळ निघून गेलेली असते.

अंकुश शिंगाडे नागपूर ९९२३७४७४९२

~~~~~



## 20) "पाप व पुण्य"

"पाप-पुण्याचा हिशोब,  
कराया मी बसलो,  
दोहोंच्या असमतोलाने,  
स्वतःशीच मग हसलो.. !"



"माणूस जन्माला आला की, पाप-पुण्य ह्यांची सोबत येतेच. चांगलं कर्म केलं की ते "पुण्य" म्हणून गणले जाते तर, वाईट कर्म केलं की ते "पाप" ठरवलं जात. असा साधा सरळ हिशोब. मग चांगलं वागलं की पुण्यसंचय होतो, नी वाईट वागलं की पापाचे धनी बनून नरकात जाण्याचा मार्ग सुकर होतो. अस उपहासात्मक बोललं जातं.

"पापाचा घडा भरला की, त्या व्यक्तीला नियती, देव, प्रारब्ध, जगनियंता, काळ कठोर शासन करतोच. असे म्हंटले जाते. त्यातील खरे-खोटेपणा देवच जाणे असे दुर्दैवाने बहुतांश वेळा म्हणावे लागते. कारण, खूप पापकर्म जी, चोरी, वाईट कर्म, निंदा, हिंसा, वाईट वर्तन, व्यसन, भ्रष्टाचार, खून, मारामारी, चुकीच्या मार्गाने मिळवलेली संपत्ती ह्यातून घडलेली असतात, घडत असतात तीच लोक सुखनैवपणे जगत-वागत असतात. त्यांनी केलेल्या पापाची शिक्षा त्यांना न मिळता उलटपक्षी ते सुखाच्या-ऐश्वर्याच्या जगात लक्ष्मीकांत बनून लोळण घेत असतात. अन दुसरीकडे, पापभिरू, सामान्य, सरळमार्गी व्यक्ती मात्र आयुष्यभर खस्ता-टक्केटोनपे खात जगणं जगत असतात.

तेव्हा मनाला प्रश्न पडतो, असे का बरे होत असावे? इथे पाप पुण्याला वरचढ ठरतंय.... !!तर तसे नसते, तो एक कालखंड असतो, "अति तिथे माती" या उक्तीनुसार, प्रत्येक गोष्ट

चिरकाल राहतं नाही. त्यामुळे उशिरा का होईना पाप-पुण्य म्हणजेच, मानवी वर्तनाच्या दोन बाजू कधीतरी घातक अथवा चांगल्या बनून आयुष्य वेगळ्या वळणवाटांवर येते.

जग तर ह्या दोन्ही बाबींवर चाललं आहे. "पाप "आहे म्हणून" पुण्याला "महत्त्व आहे. जगाची घोडदौड त्यामुळेच तर चालली आहे. सगळं कसं सुकर नि सरधोपट सुरू असत तर मानवी जीवनालाही अर्थ उरला नसता ना?

आता हे पाप -पुण्य जगाच्या बदलत्या स्वरूपानुसार विविधांगी रूपे धारण करून आपल्या सामोरं येत आहे. पण शेवटी त्यातील काय स्वीकारून आयुष्याचे मार्गक्रमण करत राहायचे हे आपण आपली सद्सद्विवेकबुद्धी वापरून ठरवलं तर सगळंच चांगलं घडेल ना?

शेवटी काय तर पाप-पुण्य आपण स्वीकार करण्यावर आपल्या जवळ येते. कोणी त्या दोहोंतील कोणा एकाचा कसा स्वीकार करतील हे ज्याच्या-त्याच्या विचारसरणीवर अवलंबून राहिल नाही का?

- शुभांगी विलास पवार, (कंदी पेढा)-सातारा

~~~~~

21) इंटरनेटच्या दुनियेत पुस्तके वाचुया



माणसाच्या आयुष्यात सर्वात महत्त्वाची वस्तू म्हणजे पुस्तक होय. माणसाला बालपणापासून घडवण्याचे काम संस्कार करतात. कुटुंबातून व शाळेतून उत्तम संस्कार मिळत असतात. असाच वाचनाचा संस्कार बालपणी आपले गुरुजी आपल्याला देतात. अ आ इ पासून ज्ञ पर्यंत आपली स्वर व व्यंजनाशी ओळख होते. हळूहळू आपण वाचायला शकतो. वाचनामुळे आयुष्यात किती मोठा फायदा होतो, ते त्या वयात कळत नाही. पण आपण वाचन करत जातो. हीच वाचनाची सवय माणसाला आयुष्याला समृद्ध बनवते. कारण प्रत्येक जण ज्या प्रकारचे वाचन करतो, त्यानुसार त्याचे विचार बनत जातात. विचारावर त्याचे आचरण घडत जाते. आचरणातून त्याचे कार्य घडत असते. म्हणून वाचनाची सवय ही प्रत्येकाला असलीच पाहिजे. वाचनामुळे माणूस किती मोठा होतो, याचे उदाहरण म्हणजे डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर हे होय. डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर लहान असताना शाळेत जायला लागले. त्या काळातील समाजाने अस्पृश्यतेच्या नावाखाली त्यांना खूप छळले. यामध्ये वर्गातील विद्यार्थी सुद्धा मागे नव्हते. वर्गातील मुले बाबासाहेबांशी बोलत नसत. त्यांना जवळ बसू देत नसत. कुणी स्वतःहून त्यांच्याशी मैत्री करत नव्हते. यातूनच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांना पुस्तकाशी मैत्री झाली. याचा फायदा असा झाला की, याकाळात डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांनी पुस्तके वाचायला सुरुवात केली. मिळेल ते पुस्तक त्यांनी वाचून टाकले. यामुळे त्यांच्या ज्ञानात प्रचंड वाढ झाली. वाचनामुळेच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांना अठरा-अठरा तास अभ्यास करण्याची सवय लागली होती. वाचनामुळे डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर घडले. आज संपूर्ण भारत देशात व देशाच्या बाहेर सुद्धा बाबासाहेबांचे विचार व कार्याची प्रेरणा घेतली जाते. म्हणून प्रत्येकाने वाचन केले पाहिजे. वाचनाची सवय लावून घेतली पाहिजे. भारत देशाने विज्ञान व तंत्रज्ञानात प्रगती केली. या प्रगतीचा प्रभाव

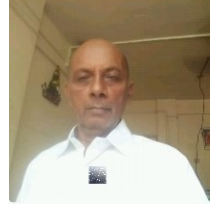
थोडासा आजच्या तरुण पिढीवर विरुद्ध होताना दिसत आहे. त्याचे कारण असे की आजची तरुण पिढी मोबाईल व इंटरनेट मध्ये प्रचंड गुंतली आहे. आज प्रत्येक व्यक्तीकडे अत्याधुनिक मोबाईल आहे. त्यामुळे वाचनाची सवय हळूहळू कमी होत चालली आहे. कुटुंबातील संवाद कमी होत आहे. गप्पागोष्टी, संवाद, चर्चा होताना दिसत नाही. याचे कारण म्हणजे मोबाईल, इंटरनेट, टीव्ही, लॅपटॉप, वाट्सअप, फेसबुक, ट्विटर, यासारख्या गोष्टींचा अतिवापर होय. जुन्या काळात प्रत्येक जण न्यूज पेपर आवडीने वाचायचा. वाचनालयात जाऊन वाचन करायचा. अनेक कथा, कादंबऱ्या, कवितासंग्रह, प्रवास वर्णन, नाटक, संवाद पत्रिका, आवडीने वाचायचे. यामुळे वैचारिक पातळी अत्यंत चांगली होती. आज आपण पाहतो शिक्षणाची टप्पे पार करताना प्रत्येक जण वाचन करतो. अपेक्षित ध्येय साध्य करण्यासाठी वाचन करतो. स्वतःची ध्येय साध्य झाले की, जो तो आपापल्या व्यवसायात, नोकरीत, काम धंद्यात स्थिरावतो. व हळूहळू वाचनापासून दूर होतो. माणसाला ज्याप्रमाणे शारीरिक वाढ व विकासासाठी उत्तम आहार व व्यायामाची गरज आहे. त्याप्रमाणे बौद्धिक विकासासाठी वाचनाची गरज आहे. प्रत्येकाला लहानपणापासून वाचण्याची सवय लागावी यासाठी राज्यसरकारने 15 ऑक्टोंबर हा दिवस वाचन प्रेरणा दिन म्हणून सुरू केला आहे. भारताचे माजी राष्ट्रपती डॉ. ए. पी. जे अब्दुल कलाम यांचा जन्मदिन 15 ऑक्टोंबर हा वाचन प्रेरणा दिन म्हणून आपण साजरा करतो. डॉ. अब्दुल कलाम यांचे प्रगत भारताचे स्वप्न साकार होण्यासाठी प्रत्येकांनी वाचनाचा छंद जोपासला पाहिजे. देशातील प्रत्येक व्यक्तीने सकारात्मक विचार करून स्वतःला समृद्ध करण्यासाठी वाचन करणे अत्यंत आवश्यक आहे. म्हणून आपण सर्वजण नियमित वाचन करूया व इतरांना सुद्धा वाचनाची प्रेरणा देऊया.

राजेंद्र प्रल्हाद शेळके. रा. किनगाव राजा, ता. सिंदखेड राजा जि. बुलढाणा

9823425852, rajendrashelke2018@gmail.com

~~~~~

## 22) स्वभाव एकेकाचा.....



माणसाच्या स्वभावाचे वर्णन करण्यासाठी अनेक विशेषणे वापरली जातात. कनवाळू, मायाळू, निष्ठूर, मग्रूर, कंजूस, उदार. ईत्यादी. तसेच मराठी मधील म्हणी मधून ही मनुष्याच्या स्वभावाचे वर्णन केलेले आढळते. स्वभावाला औषध नाही, कुत्र्याचे शेंपूट वाकडे ते वाकडेच, जित्याची खोड मेल्याशिवाय जात नाही वगैरे. माणसाचा स्वभाव म्हणजे नक्की काय ? आपण जन्मताच काही एखादा विशिष्ट स्वभाव घेऊन जन्माला येत नसतो. जसं जसे आपण मोठे होत जातो. तसतसे समाजातील लोकांच्या वागणूकीचा प्रभाव आपल्या वर पडत जातो. आपल्या कुटुंबातील लोकांची शिकवण, त्यांचे आपल्यावर होणारे संस्कार या मुळे आपले व्यक्तिमत्व घडत असते. लहानपणापासून एखाद्या कडे दुर्लक्ष झाले तर असा माणूस समाजात मिसळत नाही तो एकलकोंडा होतो व त्याच्या मध्ये न्यूनगंड तयार होतो. कुठलीही नविन गोष्ट करायला तो तयार होत नाही. आपल्याला ती जमणारच नाही म्हणून तो ती मिळविण्यासाठी प्रयत्नही करत नाही. मला ती गोष्ट पाहिजे पण ती दुसऱ्या कोणीतरी मला आणून द्यावी अशी त्यांची भावना होते. एखाद्याचा स्वभाव धाडसी असतो. कारण त्याच्यावर कुटुंबातील लोकांनी चांगले संस्कार केलेले असतात. त्याच्या मनातली भिती घालवलेली असते. फालतू लाड केलेले नसतात. एखादी वस्तू पाहिजे म्हणून हट्ट घेतला तर ती वस्तू तुझी तुलाच मिळवायची आहे. असे त्याला सांगितले जाते. हट्टी, रागीट, भित्रा असा स्वभाव का बनतो ? याचा आपण कधी विचार केला आहे का ? लहानपणापासून त्याची जडणघडण जशी होते तसा त्याच्या व्यक्तीमत्वाचा विकास होत असतो. मोठेपणी समाजात वावरताना तो लोकांशी जसा वागतो, लोक तसेच त्याच्या स्वभावाचे वर्णन करीत असतात. माणसाच्या वागणूकीवरून त्याचा स्वभाव कळतो तसा त्याची देहबोली, राहाणीमाना वरून ही त्याचा स्वभाव समजतो. स्वच्छ व साधा वेश परिधान करणारा व्यक्ती सरळमार्गी

असतो. भडक रंगाचे व फॅशनेबल पेहेराव ज्याचा असेल असे लोक स्वच्छंदी असतात ते इतर कोणालाही महत्व देत नाहीत. आपण नेहमी सार्वजनिक ठिकाणी जातो, जसे मंदीरात, गार्डन मध्ये, दवाखान्यात गेल्यावर आपण १५/२० मिनिटे, अर्धातास तिथे बसतो., तेंव्हा थोडे निरिक्षण केले तर आपल्याला सभोवतालच्या माणसांच्या स्वभावाची कल्पना येवू शकते. नविन व्यक्ती तिथे आली की ती आपले पादत्राणे काढते. कोणी चप्पल स्टँड मध्ये आपली पादत्राणे व्यवस्थित ठेवतात. ते शिस्तप्रिय असतात. कोणी स्टँड मध्ये जागा असून ही इतरत्र ठेवतात. कोणाचे शुज चकाचक असतात तर कोणाच्या चपलेचा अंगठा तुटलेला असतो. कोणाची स्लीपर टाचा घासून घासून झिजलेली असते. कुणाची उंच टाचेती चप्पल सर्वात उठून दिसते. दारात अस्ताव्यस्त पसरलेला चपलांचा ढीग आपल्याला काय सांगतो ? कोणते चित्र आपल्या पुढे उभे राहाते ? कपड्यावरून, चपला वरून जसा माणसांच्या स्वभावाचा अंदाज येतो तसा त्याच्या अक्षरावरून सुद्धा समजतो. स्वच्छ, वळणदार मोत्यासारखे अक्षर असणार्या व्यक्ती मोठ्या मनाच्या असतात. त्यांचा लोकसंग्रह दांडगा असतो. तुटक तुटक अक्षरे, खाडाखोड केलेले लिखाण ज्याचे असते अशा व्यक्तींची निर्णयक्षमता कमजोर असते. थोडक्यात काय, व्यक्ती तितक्या प्रकृती ! प्रत्येक जण निराळा, कोणी तापट, कोणी हेकट कोणी प्रेमळ कोणी गरीब तर कोणी तिरसट ! असतो स्वभाव एकेकाचा.....

अरविंद कुलकर्णी, पिंपरखेड कर

9422613664

~~~~~

23) पर्यटन, मनमुराद आनंद



सहल किंवा पिकनिक हा शब्द उच्चारताच प्रत्येकाच्याच चेहऱ्यावर आनंदाची कळी उमलल्या शिवाय राहत नाही, कारण फिरणे हा प्रत्येकाचा स्थायिभाव आहे. प्रत्येकाला पर्यटन आवडते. एखाद्याला निसर्गात भटकायला आवडते तर एखाद्याला गड-किल्ले आवडतात. एखाद्याला तीर्थक्षेत्री फिरायला आवडते तर एखाद्याला देश विदेश हिंडायला आवडतं, पण फिरणे मात्र सगळ्यांनाच आवडते. एप्रिल आणि मे महिने म्हटले सगळ्यांचे पर्यटन ठरलेलं असतं. किंबहुना एक वर्ष आधीच किंवा निदान सहा महिने आधी सर्व बुकिंग झालेली असते. सगळेजण एप्रिल मेच्या सुट्ट्यांची वाट पाहत असतात. पण 2020 ने मात्र सर्वांची निराशा केली आहे. कोरोना नावाचं भूत आपल्या सगळ्यांच्या मानगुटीवर येऊन बसले आहे आणि त्याने सर्वांनाच घरातच स्थानबद्ध करून ठेवले आहे. सगळ्यांचीच एक प्रकारे घुसमट सुरू आहे. मुलांना समुद्रकिनारे खुणावताहेत. युवकांना गड किल्ले बोलवत आहेत तर वृद्धांना तीर्थक्षेत्रे आवतण देत आहेत. पण सगळ्यांच्या पायात बेड्या घातल्यासारखी स्थिती निर्माण झाली आहे. 2020 हे वर्ष कोरोना प्रभावित वर्ष म्हणून कायमस्वरूपी स्मरणात राहिल. कोरोनाने सगळ्यांच्या मार्गात अडचणी निर्माण केल्या आहेत. मग त्यातून पर्यटन तरी कसे सुटेल? संपूर्ण जगाच्या अर्थव्यवस्थेचा महत्त्वाचा हिस्सा पर्यटनातून पूर्ण होत असतो. गोवा सारखे राज्य किंवा राजस्थान सारखे राज्य अशा राज्यांना पर्यटनातून खूप मोठा अर्थलाभ होत असतो. शिवाय पर्यटन स्थळी अनेक छोटे-मोठे व्यवसाय चालतात त्यातून अनेकांना रोजीरोटी भेटत असते. त्या सगळ्यांच्या पुढे उदरनिर्वाहाचे खूप मोठे प्रश्नचिन्ह निर्माण झाले आहे. एवढेच नाही रेल्वे, विमान, बस सर्व प्रवासाच्या सुविधा ठप्प झालेल्या आहेत. परिणामी शासनाचे आणि उद्योगांचे देखील खूप मोठे आर्थिक नुकसान झाले आहे. वर्षभराचा शिण आपण पर्यटनातून घालवत असतो. पर्यटनातून

एक नवी ऊर्जा मिळत असते. जास्तीत जास्त फिरल्यामुळे अनुभवांच्या कक्षा रुंदावतात. माणसाचा दृष्टीकोन व्यापक होतो. पर्यटनाच्या निमित्ताने अनेक मित्र एकत्र येतो. कधी सहकुटुंब तर कधी मित्रांसोबत पर्यटनाचा आनंद घेत असतो. सगळे मित्र, नातेवाईक, सहकारी यांच्याशी नवे बाँडिंग तयार होत असते. घरापासून काही दिवस बाहेर राहावे लागल्याने एक वेगळेच चैतन्य निर्माण होत असते. आमचीही तळ कोकणची ट्रिप संस्मरणीय ठरली. सिंधुदुर्गच्या समुद्र किनाऱ्यावर राहायला मिळालेला बंगला, त्याचबरोबर खायला मिळाले माशांचे सगळे प्रकार, पाण्यातील स्कुबा डायविंग, पॅरा सिलिंग, वॉटर स्पोर्ट्स इत्यादी प्रकार मनमुराद आनंद देणारे होते. त्याचबरोबर फणस, आंबे, जांभळे, नारळ हा सर्व रानमेवा मनसोक्त खायला मिळाला आणि घरीही आणता आला. कोकणातील वळणावळणाचे रस्ते एक वेगळाच आनंद देऊन गेले.

सुधाकर रामदास पाटील, ठाणे

7798963063

~~~~~



## 24) संस्काराचे बीज कुटुंबातच



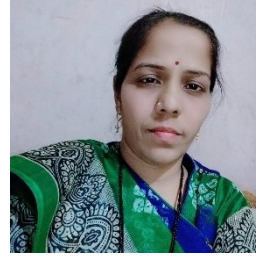
पूर्वापार चालत आलेली एकत्र कुटुंब पद्धती आज काळाच्या ओघात संपुष्टात येताना दिसत आहे. सुरवातीच्या काळात चार चार भाऊ एकत्र त्याचा प्रत्येकाचा परिवार एकत्र होता. सर्वांचा व्यवहार एकच मोठा भाऊ पाहत असे. आजी आजोबांनी लहान लहान मुलांना सांभाळणे व झालेल्या घडामोडी त्यांच्या बाबा काकाच्या लहानपणीच्या गमतीजमती त्यांना ऐकवणे घरातील थोरामोठ्याशी कसे वागावे त्याचा आदर कसा करावा या विषयी वारंवारमाहिती देणे समज देणे अशा अनेक गोष्टी मोठ्यानकडून आजी आजोबांकडून लहान मुले शिकत असायची. लहान लहान मुल बारा पंधरा असायची कुटुंबात. खेळण्यासाठी कुठे बाहेर जाण्याची गल्लीत फिरायची गरज नसायची मुलं कशी घरातच.. कारण वाडे मोठमोठाली असायची जागा भरपूर असायची खेळायला जागा असायची. वरचेवर कुटुंब मोठ मोठी झाली. शिक्षण वाढले, नौकरी निमित्त बरीच कुटुंबं शहराच्या दिशेने निघाली, काही ठिकाणी दुष्काळाची झळ पोहचली व पर्यायाने ब-याचजणाचे गाव सुटले. शेतजमीनी विकून लोक व्यवसायाच्या दृष्टीने स्थलांतरित झाले. तरूण मंडळी नोकरी साठी शहराकडे ओढली गेली आणि एकत्र कुटुंबातील लोकांची संख्या कमी होवु लागली. गावाकडे फक्त आजी आजोबा नसता काही दिवसांनी गावाकडची वाडे विकून सर्व जण छोट्या छोट्या प्लॅट मध्ये शहरातच राहु लागले लहान मुलाची मात्र संस्कारासाठी फरफट होऊ लागली जे सुख जी सुविचारांची खाणं एकत्र कुटुंबात होती ती मात्र हळु हळु कमी होऊ लागली. आजी आजोबांची जागा घ्यायला कुणी ही नव्हते मुलांना संस्कारासाठी इकडे तिकडे कोचिंग क्लासकडे धाव घ्यावी लागली आजीच्या कुशीत बसून ज्या गोष्टी ऐकायची सवय होती ती आज पैसे देऊन शिस्तीत ऐकावी लागु लागली. एकत्र बसून जेवण, सणावाराचे मूल्य थोरामोठ्याचा मानपान रीतिरिवाज सर्व गोष्टी न पासून दूर जावे लागत होते. मनाला बोचणारा हा एकाकीपणा

मुलाच्या मनात न्यूनगंड निर्माण करू लागला. मुलं खेळण्याच्या वयात अबोल झाली. मोबाईल व टिव्हीच्या नादात अनेक नको त्या गोष्टी शिकायला लागली. एकत्र कुटुंब पद्धती मध्ये या गोष्टी ना थारा नसतो. नको ते व्हायला सुरवात झाली. प्रत्येक जण स्वतंत्र विचारसरणीचे विचाराने जगण्याचा प्रयत्न करू लागला. एकत्र कुटुंब पद्धतीतील एकोपा, विचाराची देवाणघेवाण व महत्वाचे म्हणजे.. एखाद्या गोष्टीला लागणारे पाठबळ ते तर अतुलनीय असते. एकत्र कुटुंबात ते मात्र एकाकी झाले आज. एकत्र कुटुंबातून होणारे संस्कार आज मात्र एकाकी झाले आहेत. खरे संस्कार खेळीमेळीच्या वातावरणात आनंदाने सोबतीने मिळत असतील तर ते एकत्र राहूनच

स्नेहलता कुलथे बीड

~~~~~

25) प्रदुषण - नकारात्मक विचारांचे



आज सृष्टी वर राहणारे सर्व जीव जल, वायू, ध्वनी प्रदूषणाने त्रस्त झाले आहेत. मानवाने स्व कल्याणासाठी नवनवीन वैज्ञानिक शोधांचा आधार घेऊन स्वतःहाचे भौगोलिक जीवन सुखी करण्याचा प्रयत्न केला आहे. त्यात तो यशस्वी ही झाला आहे. पण आज संपूर्ण सृष्टी प्रदुषणाच्या विळख्यात सापडली आहे. हे सत्य सर्व ज्ञात आहे. खुप कमी लोकांना मानसिक डिप्रेशन च्या नावाने वाढत चाललेले नकारात्मक विचारांच्या प्रदुषणाचे ज्ञान आहे. काहींना ज्ञान आहे पण ते सत्य स्वीकारायला तयार नाही. नकारात्मक विचार करण्याची आजकाल सर्वांनाच कमी अधिक प्रमाणात सवय झाली आहे. काहींना ह्या सवयीतुन मुक्त व्हावेसे वाटते पण आजूबाजूच्या नकारात्मक ऊर्जेच्या प्रभावाने ते आणखीनच त्यात अडकत जातात. याचा परिणाम स्वभाव रागीट चिडचिडा होत जातो. मग आपण म्हणतो मी व्यक्ती अशी नव्हती अचानक अशी का वागायला लागली. तर, काहींना नकारात्मक वातावरण तयार करण्यातच आनंद मिळत असतो. याचे एक सर्व ज्ञात उदाहरण म्हणजे अफवा पसरवणे. आता काळ चालू आहे लॉकडाऊन चा आता संपेल आता संपेल म्हणत म्हणत चौथे लॉकडाऊन सुरू झाले. आज सर्वच जण मानसिक तणावाखाली वावरत आहेत. एकतर जिवघेण्या आजाराची भीती आणि दुसरे भविष्यात येणार्या आर्थिक संकटाची भीती आज सर्वांनाच भेडसावत आहे. आज आपण टिक्की वृत्तपत्र आणि सोशल मिडिया वर सतत कोरोनाच्या च बातम्या पाहतो वाचतो ऐकतो. आज लाखो करोडो लोक ह्या बातम्या पाहता ऐकता वाचता. सर्वांच्या मनात नकारात्मक विचारांचे काहूर सतत उठत आहे. जसे वातावरणात विषारी वायूचे प्रदूषण पसरते त्याच प्रमाणे वातावरणात मानवी विचारांचे प्रकंपन पसरतात. आपले पुर्वज नेहमी म्हणायचे नेहमी शुभ चिंतन करा आणि शुभ बोला कारण वास्तु तथास्तु म्हणत असते. हे काही अंशी खरे ही आहे आपण बोलले शब्द आणि

चिंतन केले संकल्प प्रकृतीत मिसळतात. प्रकृती आपल्याला तेच देते जे आपण तिला देतो. विशेषतः सकाळी उठल्यावर केलेले चिंतन सकाळी बोलेले शब्द नेहमीच सकारात्मक ऊर्जा निर्माण करणारे असावे. म्हणूनच म्हणतात. सकाळच्या प्रहरी 'राम नाम घ्यावे'. शुभ संकल्प करावे शुभ बोलावे. याला एक कारण ही आहे. आपण जेव्हा झोपेतून उठतो तेव्हा आपले अंतर्मन जागृत अवस्थेत असते. त्यावेळी आपण जे संकल्प करू ते सिध्दीस जातात. अजून एका नकारात्मक मानसिक प्रदूषणावर प्रकाश टाकू या. काहींना सवय असते भूतकाळात जगायची तर काहींना सवय असते भविष्यकाळात जगायची. भूतकाळात जगणे म्हणजे सतत घडून गेलेल्या त्रासदायक गोष्टी आठवणे आणि स्वतःला आणि इतरांना दोष देत राहणे. मानवी मन भूतकाळातील दुःखद आणि त्रासदायक गोष्टीतच जास्त भटकत असते. त्याचा परिणाम कमी अधिक प्रमाणात डिप्रेशन येतं मग स्वभाव चिडचिडा होणे. नात्यात दूरावा येणे, काहींना निद्रानाशाचा देखील त्रास होत असतो. ह्यातून बाहेर यायचे असेल तर स्वतःला सकारात्मक विचारांची सवय लावणे गरजेचे आहे. जर तुम्हाला एक वही तळ हातावर दोन दिवस तशीच पकडून ठेवायला सांगितली तर हात दुखणार ना ! मग हे तर आपलं मन आहे. आपला सखा सोबती तोच आहे. मग का आपण वॉईट भूतकाळात पुन्हा पुन्हा आठवून त्याला त्रास द्यावा. आपलं मन सुदृढ तर आपलं तन सुदृढ. काही तर भविष्याच्या चिंतेने जिवन व्यतीत करतात. जे भूतकाळात आणि भविष्यात जगतात त्यांना वर्तमानाचा आनंद कदापि घेता येत नाही. ते लोक सतत नकारात्मक विचारांनी वेढलेले असतात. आपल्याला जिवनाचा खरा आनंद घ्यायचा असेल तर वॉईट पाहू नका, वॉईट बोलू नका वॉईट ऐकू नका, आणि एक वॉईट चिंतन करू नका न स्वत साठी न इतरांसाठी. आपले मन नेहमी सकारात्मक विचारांच्या ऊर्जेने भरलेले असू द्या. जिथे इच्छाशक्ती प्रबळ असते तिथे काहीच अशक्य नाही. नेहमी लक्षात ठेवा शंभर नकारात्मक विचारांना एकच सकारात्मक विचार भारी पडत असतो. सकारात्मक विचारांची मन नेहमी हलके आणि उत्साही राहते तर नकारात्मक विचारांच्या नेहमी ओझ्या खाली राहते. आता आपण ठरवायचे मनाला नकारात्मक ऊर्जेचे खत पाणी द्यायचे की

सकारात्मक ऊर्जेचे खत पाणी द्यायचे. नेहमी लक्षात ठेवा सकारात्मक ऊर्जेने मनात सुगंधी फुले उमलतात, तर नकारात्मक ऊर्जेने मनात नेहमी काट्यांचे जंगल तयार होत असते. फुलं नेहमी सुगंध देतात आणि काटे नेहमी दुःख देतात. मग आपणच ठरवा आता. खत पाणी कोणाला घालायचे सकारात्मक ऊर्जेला की नकारात्मक ऊर्जेला !

सौ सुवर्णा सोनावणे, चाळीसगाव

७७४४८८००८७

~~~~~

## 26) कोरोनाला पत्र



प्रति,

पृथ्वी वरील प्रत्येक माणसाला मनातून भीती घालणारा रावण कोरोना,  
साष्टांग दंडवत..

खरंच कोरॉना, काय तुझी ताकद, काय तुझी हिम्मत ऐवढ्या दिवसाचे तलवारीच्या धाकाने, बुद्धी मत्तेच्या जोरावर हवे तेही काम केले आणि नाही तेही कामे केली. अहंकार माजला होता. धुमाकूळ माजला होता. तो सर्व क्षणात काही काळातच सर्वांना एका दावणीला बांधून घरात कोंबलास. वा !तुझ्या पेक्षा महान समजाव कुणाला. सर्व माणसांना दारे खिडक्या लाऊन घरात बसायला लावलाच आहेस. पण माणसं देवाचा आधार घेतात म्हणून तू मंदिराची दारे पण बंद करायला लावलास. मंदिरा पर्यंत सुधा लोकांना धाव घेऊ दिला नाहीस, तुला सर्वावर अन्याय करून मीच मोठा आहे असं मिरावायच होत ना, तुलाच काही दिवस महासत्ता गजवयाची होती ना. मोठे मोठे राष्ट्र महासत्ता बनण्याच्या तालात माणुसकी विसरले होते. त्यांना धडा शिकवला ना तू. हो जर तु जगाला आतातरी जगायला संधी दिली तर तुझं नाव आता इतिहासात अजरामर होईल. सर्व मानव जीवात लहान पासूनच वरुद्ध मनसा पर्यंत सगळ्यांच्या मनात तुझी भीती भरली आहे भीती पेक्षा धस्की पण भरली आहे. काय तुला काहीच कदर नाही येत आहे का? गोर गरीबांचे हाल होत आहेत, खाण्यासाठी त्यांच्या कडे जेवण नाही. हजारो लोक पायी आपल्या गावाकडे जात आहेत. अरे ते गावात काम धंदे नाहीत. पोट भरत नाही म्हणून गाव, प्रांत सोडून आले होते. अता ते परत जातील गावात तर त्या गावाचे लोक त्यांना काय म्हणतील. आणि परत जाऊन काय करतील. काही लोकांनी गाव सोडून

२०/२२वर्ष पण झाली गावात त्यांना मोजके लोक ओळखतील त्यांनी काय करावं थोडी आतातरी आमची काळजी घेरे !

अरे तू किती निर्दयी आहेस तुला थोडी सुधा मनाची आणि जनाची लाज वाटली नाही चालत आपल्या गावाकडे जात असताना दिवस भर चालून येत असताना रात्री थोडासा विसावा घेण्यासाठी औरंगाबाद येथे रेल्वे पट्टी जवळ झोपलेल्या १६ जणांचा तू जीव घेतला आहेस. तू ऐवढा धुमाकूळ घातला सर्व तुझ्यापासून कंटाळले आहेत. तुझा थोडा सुधा धीर कसं नाही खचला यवतमाळ जिलह्यातील अर्णी येथे. निष्पाप चार लोक मरण पावले आणि १७ लोक जखमी झाले. किती मानव जीवावर दहशत माजवला आहेस तू उत्तर प्रदेश मध्ये अपघातात काही लोकं मरण पावले. तू सगळ्यात जास्त सजा, दुःख फक्त गोरगरिबांना दिलास. आणि लहान बालकांना. का बरं तुला मानव जातीवर राग येतो. तुझेही काही चुकले नाही मानवाने निसर्ग आपली गरज पूर्ण करतो हाव नाही. ही गोष्ट माणूस विसरला होता. आणि स्वच्छंदी वागत होता. प्राण्यांना थारा नव्हता परंतु जंगली प्राण्यांनी तुझे कर्तव्य पाहून संधी साधली. मोठ्या मोठ्या शहरात माणसांना तू घरात कोंडलास ना तर सर्व प्राणी, पक्षी मोठ्या मोठ्या शहरात शिरून त्यांना वाटत होते की आपणच या शहराचे मालक आहोत. बरोबर आहे म्हणतात ना प्रत्येकाचा एक दिवस येतो. तू बरोबर गाव आणि राव यांना सगळ्यांना एका दावानित बांधलास किती कल्पना मोठी आहे रे तुझी. मोठ्या मोठ्या शहरात लोक मुठीत जीव धरून जीव जगत आहेत. घरी राहिले तर घरी खाण्यासाठी काही नाही. आणि बाहेर निघाव तर तू तोंड वासूनाच उभा आहे. माझे पण कुटुंब आहे ना रे मी आता काय करू. मला काही झाले तर माझे कुटुंब उघड्या वर पडेल. खरंच तू किती खोडकर आहेस. हा. अजुन एक सांगातचे म्हणजे तुझा जन्म चीन मध्ये युहोन शहरात झाला पण वीणा शस्त्राने जगावर हल्लाबोल करून जगाचा राजा बनला. काय तुझी युक्ती भारी आहे. तुला कसा थोडासा विचार येत नाही की माणसाचा सडा तयार केलास शासनाला हात बल केलास. या वेळी सर्व लोकांना घरी बसवला आणि फक्त पोलिस, डॉक्टर, नर्स यांनी खूप मोठं कार्य केलं. आणि प्रशासन खूप

गंभीर पणे परिस्थिती हाताळत आहे. प्रत्येक निर्णय घेताना तू विचार करायला भाग पाडत आहे.

बस जास्त नको. तुझ्या पासूनच प्रत्येक जीव वैतागला आहे. लहान लहान मुले शाळेत कधी जाण्यासाठी मिळेल याची वाट पाहत आहेत. ठीक आहे तुला सर्व मानव जात नतमस्तक होईल. सगळ्या मानव जाती च्या वतीने नतमस्तक करतो

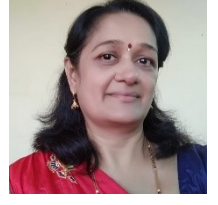
तू लवकर निघून जाशील हं !

जीवन खसावत

भंडारा ९५४५२४६०२७

~~~~~


27) पर्यावरण



निसर्गातील घटकांच्या सजीवांच्या अस्तित्वासाठी व विकासासाठी उपयोग होतो नैसर्गिक घटक विना मानवी अस्तित्त्वच शक्य नाही त्यामुळे मानवी जीवनात नैसर्गिक साधनसंपत्तीला अनन्यसाधारण महत्त्व आहे मानवाने आपल्या बुद्धीच्या जोरावर विकास साधत असताना पर्यावरणातील नैसर्गिक साधन संपत्तीचा वारेमाप वापर केला आहे. त्यामुळे काही मौल्यवान अशा नैसर्गिक साधन संपत्तीचा कायमचा न्हास झाला. मानवाने पर्यावरण संतुलना कडे दुर्लक्ष केले त्यामुळे पर्यावरणविषयक अनेक समस्या निर्माण झाल्या. त्यात तापमान वाढ, प्रदूषण, दुष्काळ, अतिवृष्टी इत्यादी समस्यांचा समावेश होतो. पर्यावरणाची गुणवत्ता दिवसेंदिवस ढासळत चालली आहे, ही चिंतेची बाब आहे. मानवासहित सर्व सजीव सृष्टीला ते घातक आहे. भविष्यात या सजीवसृष्टीच्या अस्तित्त्वावरच प्रश्न निर्माण झाले आहे. अशा परिस्थितीत पर्यावरण शिक्षण अधिकाधिक लोकांपर्यंत पोचवण्याची ही काळाची गरज आहे. भारतात शिक्षणाच्या सर्व स्तरावर पर्यावरण शिक्षण अनिवार्य विषय बनवून अभ्यासक्रमात समाविष्ट करण्यात आला आहे. ही स्वागतार्ह बाब आहे. सदर विषय अधिक प्रभावीपणे मांडायला हवा हे अपेक्षित आहे. पर्यावरण शिक्षणाच्या ऐतिहासिक पार्श्वभूमीच्या सखोल अभ्यास करून शाळा, महाविद्यालयातील विद्यार्थी, शिक्षक, संस्थाचालक या सर्वांची भूमिका काय असावी याबाबत सखोल चिंतन करण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे.

पर्यावरणातील हवा, पाणी, वनस्पती, मृदा, प्राणी, अन्न या सर्व घटकांवर मानवी जीवन अवलंबून आहे. या सर्व नैसर्गिक घटकांचा उपयोग करून मानव आपले जीवन व्यतीत करीत आला आहे. आज मानवाने यांत्रिक_ तांत्रिक वैज्ञानिक प्रगतीचा कळस गाठला आहे. आपले जीवन अधिकाधिक सुखकारक बनवण्याचा प्रयत्न केला आहे. हे करत असताना नैसर्गिक

साधनसंपत्तीचा वापर केला, याचाच परिणाम म्हणून मानवापुढे अनेक गंभीर अशा स्वरूपाचे प्रश्न उभे राहिले आहेत. त्यातील पर्यावरण संरक्षण समस्या ही प्रमुख समस्या आहे, यातूनच पर्यावरण संवर्धनासाठी आंतरराष्ट्रीय पातळीवर पर्यावरण विषयक संघटना स्थापन होऊन, पर्यावरण विषयक परिषदा घेतल्या जात आहेत. या परिषदेद्वारे जागतिक पातळीवर पर्यावरण शिक्षणाचे कार्यक्रम सुरू करण्यात आले आहेत. जगातील सर्व देशांनी शिक्षण संस्थान मध्ये पर्यावरण हा विषय अभ्यासक्रमात समाविष्ट करून, पर्यावरण दृष्टिकोन निर्माण करावा यासाठी प्रयत्न केला जात आहे. भारतात पर्यावरण शिक्षण हा विषय अनिवार्य विषय असून शिक्षणाच्या विविध स्तरावरील अभ्यासक्रमात समाविष्ट करण्यात आला आहे.

विद्यार्थी, शिक्षक, शिक्षण संस्थाचालक, प्रशासकीय अधिकारी यांनी पर्यावरण शिक्षणाविषयी केवळ गुण मिळवणे असा दृष्टिकोन न ठेवता ते काम मानवाच्या निरोगी जीवनाचे शिक्षण आहे असा दृष्टिकोन बाळगावा.

आजकाल सर्वजण पर्यावरणावर चर्चा करतात निसर्ग पर्यावरण म्हणजे नेमकी काय पर्यावरण हे अत्यंत व्यापक संज्ञा आहे. पर्यावरण म्हणजे घनदाट जंगल त्यातील असंख्य वनस्पती व प्राणी, त्यात वाहणारी नदी, भरपूर ऑक्सिजन सूक्ष्मजीव कीटक माती डोंगर दऱ्या वाळवंट बर्फाने झाकलेले हिमशिखरे समुद्र इत्यादी इतकेच नव्हे तर गर्दीने खचाखच भरलेली शहरे कारखाने, त्यामुळे होणारे प्रदूषण अशा सर्व गोष्टी पर्यावरणाचा भाग आहे. थोडक्यात सांगायचे तर पर्यावरण म्हणजे आपला परिसर. सर्वकाही भौतिक, रासायनिक व जैविक घटक या सर्वांना मिळून पर्यावरण म्हणतात. यामध्ये सर्व घटकांचा समावेश आहे. पर्यावरणातील जैविक व अजैविक घटक असतात नैसर्गिक पर्यावरणाच्या मानवाचे अस्तित्व ही आहे. नैसर्गिक पर्यावरणाच्या अस्तित्वाशिवाय मानवाचे अस्तित्व ही अशक्यप्राय बाब आहे. त्यामुळे नैसर्गिक पर्यावरणाचा समतोल बिघडू न देता त्याची जतन करणे, हे मन मानवाचे आद्य कर्तव्य आहे. आपल्या पूर्वजांकडून पृथ्वी आपल्याला वारसा हक्काने मिळालेली असून, ती आपल्या

पुढच्या पिढीकडून आपण सुरुवात घेतलेली आहे म्हणूनच आपल्यासाठी आणि पुढच्या पिढीसाठी ठेवून सांभाळण्याची जबाबदारी आहे. मानवाच्या निसर्गातील हस्तक्षेप वाढला आहे. जंगले नष्ट करीत आहे. सृष्टीची वैभव असणाऱ्या नद्या व समृद्ध प्रदूषित होत आहेत. पशुपक्षांची आश्रयस्थाने नष्ट होताहेत. वाढत चाललेले सूर्याची उष्णतेत तळपणे, पावसाची आणि पर्यावरणाचे नुकसान करून घेतली आहेत. माणूस निसर्गाला ओरबाडून काढत आहे. वाळू, माती, वृक्ष यांची बेसुमार लूट करत आहे. कालांतराने त्रास मानवालाच होईल म्हणून त्यांनीच पुढाकार घेतला पाहिजे.

श्रीमती मेघा अनिल पाटील, उपशिक्षिका, श्रीमती पी ए सोढा सार्वजनिक मराठी हायस्कूल व कनिष्ठ महाविद्यालय नवापूर जिल्हा नंदूरबार, 9665189977

~~~~~

## 28) बालविवाह : अनिष्ट प्रथा



मुला व मुलींचे अल्पवयात विवाह म्हणजे बालविवाह होय, पूर्वी बालविवाह होत पण वेद काळात अशा बालविवाहाचा उल्लेख आढळत नाही, 1860 मध्ये " इंडियन पिनेल कोड" ने 10 वर्षाखालील मुलींचा विवाह करणे, व त्यांच्याशी संबंध ठेवणे गुन्हायाचे ठरिवले, होते नंतर कायद्यामध्ये बदल होत गेले, विवाहाचे वय त्यावेळेस मुलीचे 14 व मुलाचे वय 16 ठरवण्यात आले होते, पण शारीरिक परिपक्वता झाल्याशिवाय विवाह हा आता बेकायदेशीर ठरवण्यात येतो, आता विवाहाचे वय 18 व मुलाचे 21 असे किमान वयोमर्यादा आहे.

शहरी भागापेक्षा ग्रामीण भागात आणि झोपडपट्टी असलेल्या शहरात किंवा अज्ञान हे देखील कमी वयात मुलांचे लग्न लावून देण्याचे कारण आहे, मुलीला जास्त दिवस लग्नाशिवाय ठेवायचे नाही, तसेच काय करणार ती शिकून सासरीच जाणार आहे, आर्थिक परिस्थिती सशक्त नसल्याने विवाह होतात, आणि या बालविवाहाचा परिणाम असा होतो की अपरिपक्व शरीरावर मातृत्व लादले जाते, मग काही वेळेस बालक व माता यांना देखील जीव गमवावा लागतो. उत्तरप्रदेश, मध्यप्रदेश अशा ठिकाणी लग्न करण्याची तऱ्हाच वेगळी आहे, दूधपित्या मुलांमुलींची लग्न म्हणे पाळण्यात केली जातात, त्यात एकमेकांच्या पसंतीलाही वाव नाही, आणि पुढे काय काय भोगावे लागते, बिचान्यांना किती गंभीर बाब आहे.

बालविवाह हे कायद्याने अमान्य असले तरी काही भागात हे होत असतात. असे जेव्हा समजते तेव्हा त्या कुटुंबावर गुन्हा दाखल केला जातो. बालविवाह निषेध 2006 अधिनियम अस्तित्वात आला, त्यानुसार बालविवाहास कारणीभूत असणाऱ्या व्यक्तीस कलम 10नुसार 2वर्षे कारावास व 1लाख रुपयांची शिक्षा होते. बालविवाहास बऱ्याच मंडळींनी केला. त्यात

राजाराम मोहन रॉय, केशवचंद्र सेन यांनी विरोध दर्शविला होता, तसेच भारतीय समाजसुधारक यात सक्रिय होते.

अजून या कार्यात म्हणावे तितके यश मिळाले नाही, कारण छुप्या पद्धतीने यापद्धतीचे विवाह केले जातात, पण शासनाची नजर अशा अपराध्यांवर नक्कीच आहे

सुजाता जाधव, नवी मुंबई

~~~~~

29) व्यसन सोडा

व्यसन!व्यसन! व्यसन!

सगळ्यांची झाली फॅशन!

एखाद्या गोष्टीच्या अाहारी जाऊन पुर्णपणे तिचा गुलाम होणे यालाच की, काय व्यसन म्हणून संबोधले जाते. व्यसनाने माणूस मानसिक गुलाम होउन जातो. कुणी फॅशनपायी तर कुणी बेरोजगारी, नैराश्य, असफलता अशा अनेककारणामुळे हे व्यसन जडते. या व्यसनरूपी अजगराने तरूण वर्गाला गिळंकृत करण्याचा जणू काही वसाच घेतलेला अाहे. जो तरूण वर्ग भविष्यातील भारताची धुरा सांभाळणारा, देशाचे भविष्य उज्वल करणारा अाधारस्तंभ अाहे. तोच अाज व्यसनाच्या अाधीन गेलेला अाहे. समाजाच्या, कुटूंबाच्या वाढत्या अपेक्षा, करिअरच्या मागे धावताना येणाऱ्या अडचणी, गरिबीमुळे हैराण होऊन थकलेल जीवन, श्रीमंत बापाच्या पोरसोबत केलेली मैजी, राजकारणात तरूणावर उधळपट्टी, प्रेमातील वैफल्य, वारंवार येणार अपयश या सारख्या असंख्य कारणामुळे हा तरूण वर्ग स्वतःच अनमोल जीवन व्यसनात फेकून देतो. हळूहळू ही सवय वाढत जावून व्यसनाधीन, गुलाम होतो.

दारू, तंबाखू, विडी, सिगारेट, अफू गांजा, ड्रग्ज, व हल्ली नवीन लागू झालेला सोशल मिडीयाचा अतिवापर ही सर्व व्यसनाची प्रकार अाहेत. हल्ली 10 पैकी 8 जण कशाने ना कशाने तरी व्यसनाधीन अाहेतच. हे सर्व घटक स्वतःच्या जीवनास हानिकारक अाहेत हे माहीत असूनही खुलेअाम याच्या अाहारी जाऊन स्वतःबरोबर कुटूंबाचेही जीवन नष्ट करून घेतात.

*बाळ्या येड्या रताळ्या

खाऊ नको तंबाखू गुटका

होईल टी बी कॅन्सर

लाविल जिवाला चटका

या व्यसनात बुडून गेलेल्या महान हस्तीला कुणीही शहाण्यानी समजवायचा प्रयत्न केला तर त्याला झिडकारून न लावता त्यालाच व्यसनाचे फायदे पटवून देणारे महाभाग ही कमी नसतात. व्यसनाधीन लोकांच्या नादी लागणे भल्याभल्याला महागात पडत. पण हे व्यसन करणारा कुठे जाणतो, की या दारू गुटख्यामुळे आपल्या शरीराचे आतडे, फेफडे निकामी होतात? स्वतःबरोबर कुटूंबाचीही धूळधानी करून टाकतात. एकूणच समाज व देशाचे नुकसान होते.

सुरवातीला हे व्यसन शौक म्हणून व नंतर जीवनाचा अविभाज्य भाग बनून केले जाते. देशातील सर्व स्तरातून हे होताना दिसते. मग तो श्रीमंत वा गरीब असो! शहरी भागाबरोबर आज ग्रामीण भागातही पार्टी, पब, डिस्को साठी मुले वारेमाप पैसा खर्च करत आहेत. दिवसभर मिळवलेली तुटपुंजी कमाई संसारासाठी कमी व फालतू शौक करण्यात जास्त खर्च करतात. घरातील भांडीकुंडी विकून, बायकापोरांची काळजी न करता ही लोक सरास आपली हौस पुरवतात. संसाराची राखरांगोळी करतात. मग लेकरांची शिक्षण अर्धवट राहतात. पुन्हा हीच पुनरावृत्ती होते. याऊलट शहरात मौज मज्जा मस्तीसाठी ऐशआरामात जगण्यासाठी गुन्हेगारी प्रवृत्ती बळावताना दिसते.

एकूणच काय आज व्यसन ही समस्या देशाला कमकुवत बनवताना दिसत आहे. आपण आज एकविसाव्या शतकात देशाला महासत्ता बनवण्याचे स्वप्न पाहत आहोत. आणि आपला हा तरूण वर्ग इथे खितपत पडलेला आहे. या तरूण वर्गाला जागृत केले पाहिजे, सावध केले पाहिजे. आपण देशाचे कारागिर आहोत ही उर्मी, ही क्रांती या तरूणाईत पेटवली पाहिजे, डॉ. ए. पी. जे. अब्दूल कलाम, गांधी, महात्मा, फुले, डॉ.

अांबेडकर, छजपती शाहू महाराज, छजपती शिवाजी महाराज यांचे वारस अापण अाहोत ही तळमळ यांच्यात रूजवली पाहीजे. अपयश येत जातं न हारता लढलं पाहीजे हा गुण रूजवला पाहीजे. मग! हे करायच कुणी??हा प्रश्न पडला असेल? हो सोप्य अाहे !

देशपातळीवरून व्यसनमुक्तीचे अनेक उपक्रमाचे अायोजन केले जात अाहे, जनजागृती केली जाते अाहे. पण अापला समाज फक्त ते दिखाव्यापुरतं करतो अन "शेवटी ये रे माझ्या मागल्या" असचं होताना दिसतं. म्हणून व्यसनमुक्त समाज बनवायचा असेल तर अाधि समाजातील माणसांची मानसिकता बदलायला हवी, मतपरिवर्तन दुसर कुणी करू शकत नाही स्वतःच स्वतःला बदल्याचं ध्येय रूजवाव लागत. प्रत्येक कुटूंबातील लहानमुलांपासूनच हे संस्कार रूजवावे लागतात. अगोदर कुटूंबातील पालकांनी अापण स्वतःला बदलून घ्यावं मग येणारी पिढी ही अशीच सुविचारी, सुसंस्कृत बनेल. हल्ली शाळकरी मुलेही व्यसनात फसत अाहेत. म्हणून पालकांनी त्वरित सावध व्हाव, जागरूक व्हावं अापल मुल ही अापली संपत्ती अाहे. त्याला वाईट विचार व व्यसनापासून दूर राहण्याची प्रवृत्ती निर्माण करणारी शिकवण द्यावी. मग पहा कसा सुसज्ज तरूण भारत तयार होईल अाणि व्यसनमुक्त भारत झाला तर महासत्ता बनायला काहीच वेळ लागणार नाही..

बघा पटतय का? पालकानों उठा जागे व्हा! देशाला घडवा.., ,

श्रीम. रावते ज्योती

सहशिक्षिका

~~~~~



### 30) स. न. वि. वि.



(किशोर वयातील आपल्या मुलाला आईचे पत्र..... )

चि. विश्वास,

स. न. वि. वि. पत्रास कारण की, .....

कालच तुझे अकरावीचे अँडमिशन लातुरच्या शाहु कॉलेजला मिळाले असे समजले. आणि तुझ्यासह मलाही खुप आनंद झाला. तुला तुझ्या मनासारखे कॉलेज मिळाले. आता तुझी शिक्षणाची भुक भागनार आहे.

बाळा, तु लहाणपनापासुनच अभ्यासात हुशार आहेस. हे माझ्यासह तुझ्या शिक्षकांच्याही लक्षात आले होते. आणि तेव्हापासुन मी माझ्या अतृप्त इच्छा तुझ्यामध्ये पहात आहे. तु खुप शिकावेस असे मला सतत वाटतेय. त्यामुळे तुला कोणतीच गोष्ट कमी पडु नये म्हणुन मी व तुझ्या बाबांनी खुप काळजी घेतली. तुझे प्राथमिक शिक्षण जिल्हा परिषदेच्या शाळेतच झाले. नंतर माध्यमिक शिक्षणातही तु तुझा पहिला नंबर कधी सोडला नाहिस. शिक्षणासोबतच तुझ्यावर संस्कार व नितिमूल्य रुजवण्यात मी कसलीही कसर केली नाही. परिस्थितीशी जुळवून घेण्याचे बाळकडू मी तुला खुप लहाण वयापासुनच दिलेत. तु कधीतरी चिडायचास, म्हणायचास कि माझ्या वर्गातील मुले बघ कसे बाहेर ऐश करतात, सिनेमाला जातात, बाहेरचे चमचमीत खातात त्यांचे आईवडील त्यांना पैसे देतात. पण बाळा मी तुला पटवून दिल्यावर तुझ्या चिडण्याचा तुलाच राग यायचा. आणि नंतर तु कधीही हट्ट करत नसायचास.

बाळा, सगळी सोंग करता येतात पण पैशाचं सोंग करता येत नाही. तुझा दहावीचा निकाल लागला तुला ९६% मार्कस् मिळाले. व मला माझ्या कष्टाचे चिज झाल्यासारखे वाटले. पण आता खरी सुरवात आहे. आणि म्हणुनच हा पत्रप्रपंच.....

तुझे कॉलेज सुरु होवून आता चार दिवस झालेत. तु एकटा कधी कोठे राहिला नाहीस पण बाळा, आता तुला सवय करुन घ्यावी लागेल. तु स्वतःला एकटा समजु नकोस. मी तनाने नसली तरी मनाने सतत तुझ्या सोबत असते हे विसरु नको. एक लक्षात ठेव बाळा आपण हलाखीचे दिवस काढले आहेत. जसे पक्षाला पंख फुटल्यानंतर ती गगन भरारी घ्यायला उत्सुक असतात तशी तुझी अवस्था मी पाहिली आहे. याप्रसंगी काही गोष्टी तुला सांगाव्यात असे मला वाटते.

१) आपण इथे कशासाठी आलोत हे सतत स्मरणात ठेव.

२) मित्र असुदे पण मित्राची निवड करतांना त्याना पारखुन निवड. संगत नेहमी चांगल्या मुलांची असावी. वाईट संगतीचे दुष्परिणाम खुप घातक असतात.

३) तुझ्या मनाला जे योग्य आहे असे वाटेल तेच करत जा.

४) कष्टाची कधीही लाज वाटु देवू नकोस.

५) आणि शेवटचे जसा दहावी पर्यंत पहिला नंबर सोडला नाहिस तसा पहिला नंबर सोडू नकोस.

लहानपणापासुनच तुला डॉक्टर होण्याची इच्छा आहे. आणि त्या ध्येयाने तु अभ्यास मन लावून करत आहेस. मला त्याबद्दल अजिबात शंका नाही.

बाळा, तु गेल्यापासुन घर कसं खायला उठतेय बघ. सगळे काम हरवल्यासारखे वाटतेय. पण पुन्हा मी मनाला समजावुन सांगते. बाळा तुझ्या यशातच माझा आनंद दडलेला आहे. मला खात्री आहे तु नक्की डॉक्टर होणारच. पण बाळा तुला पुढचेही सांगते, तु डॉक्टर झालास ना तरी पैशाच्या मागे धावू नको. गरीबांची, अडल्या नडल्यांची सेवा कर. माझे संस्कार कधी विसरु नकोस. मी हे काय बोलायला लागले ? तु बोअर तर झाला नाहीस ना ! पण काय करु बाळा आईचं मनच अस असते आई आपल्या मुलाचं भल व्हाव यासाठीच असते हे कस विसरु.

तुझ्या शिक्षणाला आता दिशा मिळाली आहे. तु खुप मेहनत घेत आहेस, घेणार आहेस हे मी जानते. पण प्रकृतीची काळजी घेत जा बाळा. आणि महत्वाचं म्हणजे आता तुझ्याजवळ थोडेफार पैसे असतील. जे तुला आम्ही शिक्षणासाठी पाठवत आहोत. ते कसे पाठवतोत याची जानीव तुला असल्यामुळे तु ते व्यर्थ खर्च करणार नाहीसच. पण जर तुला कुणी काही अमिष दाखवले तर, वेळीच सावध हो बाळा. खर्च करतांना तो योग्य ठिकाणी करावा याचे महत्व तुला माहित आहेच

आणखी एक बाहेरच्या कोणत्याही मोहजाळात अडकु नकोस. कधी खोटे बोलु नको. सत्याची कास सोडू नको. मन लावुन अभ्यास कर. कारण स्पर्धेच्या युगात टिकण्यासाठी अथक परिश्रमाची गरज आहे. ते तु करशीलच यात शंका नाही. आणि, हो, बाळा कधी जर अपयश आलच तर खचून जावू नकोस. मी तुझ्या यश अपयशात सतत तुझ्या पाठिसी असेल हे लक्षात घे. जास्त काही लिहित नाही पुन्हा एकदा तुझ्या सर्व इच्छा पूर्ण होवोत अशी प्रार्थना करते. बस....

इकडची काळजी करु नको.

तुझीच आई

सौ. खेडकर सुभद्रा बीड, मो. नं. 9403593764

~~~~~

31) क्रोध

सृष्टीची निर्मिती होताना अनेक पशू, पक्षी यांची निर्मिती करण्यात आली. प्रत्येक प्राणी आपल्या भावना व्यक्त करू शकतात. यात मानव हा असा प्राणी आहे जो आपल्या भावना व्यक्त करू शकतो. क्रोध हा एक भावना व्यक्त करण्याचा मार्ग आहे.



क्रोध हा मानसाच्या विकासामधील अडथळा आहे. मानसाच्या चांगल्या गुणातील हा एक मनोबल कमी करणारा गुण आहे. म्हणून म्हणतात की, क्रोधामुळे मानसाचे होणारे काम बिघडतात. प्रेमाने बरेच कामे होऊ शकतात पण ते क्रोधामुळे बिघडतात. क्रोधामुळे मनुष्य आपला विश्वास, मुल्य याचा लोप पावतो.

क्रोधामुळे समाजात अनेक दुष्ट कर्म होतात. याकरिता आपल्या भावनावर संयम राखणे आवश्यक आहे. सध्या समाजात क्रोध जास्त दिसून येते. कोणीही एकमेकांना समजून घ्यायला तयार नाही. इतरांचे भावनाचा आदर नाही. विनाशकारी विपरीत बुद्धी... या म्हणी प्रमाणे जगात काही देश आपला क्रोध, ताकत दाखवण्यासाठी अनेक विनाशकारी अस्त्र तयार करून मानव सृष्टीचा विनाश करायला निघाला. या क्रोधामुळेच मानव मानवाचा जिव घेत आहेत. पण निसर्ग असा शासक आहे जो अति झाल्यावर योग ती शिक्षा देतोच.

हिटलर सारखे माणसे क्रोधाच्या रूपाने मानव जातीचा संहार करण्याचा प्रयत्न केला. क्रोध हा मानवाला विनाशाकडेच नेणारा आहे. म्हणून त्यावर आपले नियंत्रण आवश्यक आहे. याकरिता आपले राष्ट्रपिता गांधीजी यांचे विचाराची जगाला आवश्यकता आहे. म्हणूनच आपण त्यांना राष्ट्रपिता म्हणतोत.

बोईनवाड गुणवंत किशनराव, नांदेड मो. नं. 9921034211

~~~~~

## 32) कोरोनास लिहिलेले पत्र...

प्रिय कोरोना,

हल्ली तुझी नेहमीच आठवण येते रे! तुझा विचारच मनातुन जात नाही म्हणुन म्हणलं तुला पत्र तरी लिहावं...

तुझी मैत्रीण म्हणून तुझ्या शी बोलतेय रे! अरे तुला सगळेच घाबरायला लागलेत आता तर मला सुद्धा तुझी भिती वाटायला लागलीय. तुला माझी एक विनंती आहे, ऐकशील ना रे! आम्ही शेतकरी लोक आहोत रे, श्रीमंत नाहीत. तुझ्या येण्यान जे लाँकडाऊन झाले आहे त्यामुळे तर वाटायला लागलय की, आमचं नशीबच लाँकडाऊन झालेय बघ... अरे आम्हाला साधं मामाच्या गावी सुद्धा जाणं होत नाही आणि तु जगभर हिंडलास होय... आता तर मला तुझा खूप रागही यायला लागला आहे, तुला कल्पना ही नाही की तुझ्या मुळे आमचे किती नुकसान झाले आहे... आमची हातावरची पोटं आहेत रे बाबा... तुझ्या मुळे सगळी मार्केट सुद्धा बंद झालेत आणि आम्ही वर्षभर मेहनत करून, पोटच्या लेकराहुन जास्त काळजी घेऊन जी धानं मोठी केली, आज त्यांना फळं लागली आहेत आणि मार्केट बंद झालेत. या पिकासाठी सावकारा कडुन व्याजाने उपसलेला पैसा आम्ही म्हणलं, " आता पिकं काढली की कर्ज फेडायचे. " आणि जर उभं धान रानात सडुन जात असेल तर आम्ही काय करायचे? याचे उत्तर आहे का तुझ्याकडे... ? अरे बाप खचुन गेलाय बघ माझा... आता त्याच्या पुढे भला मोठा प्रश्न उभा आहे की, "आता करायचं काय? खायच काय?" आणि घर चालवायला थोडा पैसा लागत नाही रे बाबा..... अरे!आम्ही राजन-दिस मातीत जनावरा सारखं राबतोय रे! अरे! डोळ्याला-डोळा लागत नाही, जीव घोरानं निस्ता झुरून गेलाय बघ... तुला पत्र लिहीतेय खरी पण पत्रात तरी काय-काय मांडु... डोळ्यातुन अविरथ पणे वाहणारी आसवं अशी पत्रातुन व्यक्त करता येत नाहीत... त्याच काय? दिवसभर उन्हात कष्ट करण्यारया देहाचे चटके पत्रात

मांडता येत नाहीत, मार्केट बंद झाल्याने रानात सडुन गेलेला माल पजात मांडता येत नाही, पोटातली भुक पजात मांडता येत नाही, संकटानी होरपळून गेलेला जीव पजात मांडता येत नाही, लेकराची भुक पजात मांडता येत नाही, सावकाराचा दाब पजात मांडता येत नाही, आम्हा शेतकरयाचे जीवन या पजात मांडता येत नाही त्याचे काय??? आता तुला किती सांगू कि आमचं अजुन काय- काय मांडता येत नाही..... अरे काल तर एक व्यापारी म्हणाला, "आज माल नेतो काढा. " बरं वाटलं ऐकुन की कमीत-कमी माल डोळ्यांच्या आड तरी होईल.. म्हणुन आई बापानी आणि मी 50-55 डाग शेवगयाचे काढले आणि माल भरायच्या वेळी व्यापारी म्हणाला, "माल नाही नेणार मार्केटबंद आहेत" अरे! काल किती सारं उन होते चक्कर यायची वेळ आली होती रे तरीही आम्ही दम धरून काम केले याचा काय उपयोग झाला? कोरोना तुच सांग आता आम्ही काल केलेलं कष्ट तु आम्हाला परत करू शकणार आहे का? अरे आता तो माल जनावराला खाऊ घालायचा का? आम्ही करायचं काय?

पण एक शेवटची विनंती आहे मित्रा!!! तु इतक्यात तरी परत जात नाहीस तर मग आम्हाला हळु-हळु चिंतेने मारण्या पेक्षा एकदाचा घारी सारखा ये आणि सगळ्या शेतकरया च्या कुटुंबाला, सगळ्यांना घेउन जा... कमीत-कमी ही जगायची चिंता तरी मिटेल ना....

तुझीच मैत्रीण,

दिपाली शिवाजी राऊत, ( शेतकरी पुत्री )

जिल्हा-उस्मानाबाद. 7498702706

~~~~~

33) श्रमाचे महत्व



श्रमाशिवाय जीवनाला पर्याय नाही. श्रम जीवन जगण्याचा एक आधार आहे. श्रम केले तर जगण्याकरिता पैसा मिळेल. "देगा हरी पलंगावरी" असं जीवन जगता येत नाही! कष्ट केले तर सन्मानाने जीवन जगता येते. जन्माला आलेल्या प्रत्येक जीवाला जगण्याकरिता श्रम करावेच लागतात. लहानशी मुंगी तांदळाचा दाणा घेऊन जाते. मधमाशी फुलाफुलातून मध गोळा करते. श्रमाशिवाय जीवन नाही. प्रत्येक व्यक्ती श्रम करतो. कुणी बौद्धिक श्रम करतो, कुणी शारिरीक श्रम करतो. पण श्रमाचे मूल्य वेगवेगळे असते. शारिरीक श्रमाचे मूल्य बौद्धिक श्रमापेक्षा अतिशय कमी आहे ही वस्तुस्थिती आहे. बालश्रम हा अपराध आहे. लहान मुलांकडून काम करून घेणे म्हणजे त्यांचे बालपण करपवून टाकणे. सरकार बालश्रमिकांच्या सुटकेकरिता प्रयत्न करत आहे. दुष्ट चक्रातून बऱ्याच मुलांची सुटका केली. श्रमाचे महत्व जाणून बाबा आमटेंनी श्रम विद्यापीठ काढले होते. कुणीही दयेवर जगणे त्यांना मंजूर नव्हते. आनंदवनात बोट नसलेले लोक स्वावलंबी जीवन जगतात. शेतात मजूर उन्हातान्हात पावसात चिखलात राबराब राबतो. घाम गाळतो. धान्य पिकवतो. परंतू शेतकऱ्यांचं कुटुंब उपाशी राहतं. शेतकर्यांच्या शिरावर कर्जाचा डोंगर असल्यामुळे शेतकरी आत्महत्या करतो. मजूर, मोलकरीण, पोळ्या करणारे, ईस्त्री करणारे, रस्ता सफाई करणा, रे कचरा उचलणारे खूप मेहनत करतात. शिक्षणालाही श्रम आवश्यक आहे. विद्यार्थ्यांने श्रम केले तर यशाचे फळ मिळते. आई वडिल मुलं शिकावे, मोठे व्हावेत म्हणून खूप कष्ट घेतात. आई वडिलांच्या श्रमाला मोल नसते. बौद्धिक श्रम करतांना मेंदूवर ताण असून बुद्धीचा वापर होतो. वैमानिक, ड्रायव्हर, डॉक्टर, इंजिनिअर यांना प्रत्येक क्षणाला जागृकता ठेवावी लागते. बौद्धिक श्रमिकांच्या निर्णयाची कसोटी असते. आपल्याकडे शाळेत शिकविणारा शिक्षक विद्यादानाचे पवित्र कार्य करतो. शिकवणाऱ्या शिक्षकाला त्या शिक्षणकार्यानुसार, विद्यादान कार्यानुसार

मान मिळत नाही. आपल्या देशात श्रम प्रतिष्ठा समान नाही. विदेशात" डिग्रीटी ऑफ लेबर" आहे. ड्रायव्हर, प्लंबर तुमच्या बरोबरीने खुर्चीवर बसतो. प्रत्येक कामकरी व्यक्तीला सन्मान, प्रतिष्ठा आहे. तिथे सारे सारखेच सन्मानीत असतात. आपल्या देशात कुठलेही काम लहान - मोठे न समजता श्रमिकांना समाजात प्रतिष्ठा देण्यात यावी एवढेच कळकळीचे निवेदन आहे.

मीना खोंड, हैदराबाद

9703942425

~~~~~



### 34) बळीराजाचे राज्य येवू दे

"झाडाविन ढग गेले, ढगाविना पाणी गेले, पाण्याविना शेती गेली, शेती विना समृद्धी गेली एवढी सारी अवकळा दुष्काळाने केली. "



बळीराजा हा शेतकऱ्यांचा राजा, असे मानतात. त्यामुळेच आजही शेतकऱ्याला बळीराजा म्हटले जाते. दसऱ्याच्या दिवशी बळीराजाला कपटाने मारण्यात आले. वामनाने व त्याच्या सैन्याने या दिवशी बळीच्या प्रजेला प्रचंड लुटले. सोने, चांदी, धन-धान्य सर्वस्व लुटले. प्रजा हताश झाली. अशा वेळी बळीच्या शूर मुलाने बाणासुराने प्रजेला धीर देतांना सांगितले की, 'आपला राजा मेला नाही. तो आपल्याला २१ दिवसांनी भेटायला येणार आहे.' दसऱ्यानंतर २१ वा दिवस म्हणजे प्रतिपदा. या दिवशी बळीराजा आपल्या दुःखी व कष्टी प्रजेला भेटायला येतो. प्रजा आपले सर्व दुःख बाजूला ठेवून आनंदाने आपल्या राजाचे स्वागत करते. नवे कपडे, मिठाई, फटाके, रोषणाई अशा जल्लोषात बळीराजाचे स्वागत होत असते. घराघरात बलिपूजन केले जाते.

ग्रामीण भागात बलिप्रतिपदेला माता-बहिणी 'इडा पिडा टळो, बळीचं राज्य येवो' म्हणून घरातील पुरूषांना ओवाळतात. खंडोबा, म्हसोबा, मल्हार, मरतड हे बळीराजाच्या मंत्रिमंडळातील कार्यक्षम मंत्री होते, असे मानतात. बळीराजाचे राज्य नऊ खंडी होते. प्रत्येक खंडाच्या प्रमुखाला 'खंडोबा' म्हटले जात असे. आज जसे भारतातील प्रत्येक राज्याच्या प्रमुखाला मुख्यमंत्री म्हटले जाते, त्याचप्रमाणे खंडाचा प्रमुख खंडोबा होय. प्रत्येक खंडात छोटे छोटे सुभे (जिल्हे) असायचे. अनेक सुभ्यांचा मिळून एक महासुभा असायचा. या महासुभ्याचा प्रमुख महासुभेदार म्हणजे म्हसोबा होय. त्याचप्रमाणे जिल्ह्याचा प्रमुख जोतीबा, मल्हार व मरतड हे सुरक्षा अधिकारी होत, अशी भावना आहे. बलिप्रतिपदेला केवळ बळीराजाचीच पूजा होते, असे नाही तर त्याच्या या मंत्री व अधिकाऱ्यांचीही पूजा होते. यावरून बळीच्या

राज्यात प्रजा किती सुखी व संपन्न होती, हे लक्षात येईल. अशा सुखी व संपन्न राज्यावर नेहमीच परकीय आक्रमक वाईट नजर ठेवत असत. बाहेरून आलेल्या परकीयांनी कपटाने बळीराजाला ठार मारले व राज्य बळकाविले. युद्धात जिंकता येत नाही म्हणून आर्यांचा सेनापती असलेल्या वामनाने बळीराजाला कपटाने मारले, असे म्हटले जाते. वामन अवताराने तीन पावले जमीन मागून बळीराजाला पाताळात गाडले, ही कथा आपणास पुराणांमधून सांगितली जाते. परंतु बहुजनांच्या हिताची प्रत्येक गोष्ट गाडून टाकण्यात आली आहे. बहुजनांच्या फायद्याचे आयोग आजही दडपून टाकण्यात येत आहेत. बळीराजा असलेल्या शेतकऱ्याला आज आत्महत्या करावी लागत आहे. देशात पसरलेले जातीभेद, स्त्री-पुरुष विषमता, आर्थिक शोषण या सर्व घाणीचे साम्राज्य नष्ट करण्यासाठी बळीराजाच्या क्रांतिकारी इतिहासापासून प्रेरणा घेण्याची गरज आहे. सांस्कृतिक संघर्ष करावा लागेल. म्हणून बलिप्रतिपदेच्या निमित्ताने बळीराजाचे स्मरण करण्याची गरज आहे.

इतिहासातील बळीराजा हा आक्रमकांविरोधात लढता लढता मेला. आजचा बळीराजा लढण्याऐवजी मरणेच पसंत करत आहे. लढाई सुरू होण्याआधीच तो पराभव मान्य करत आहे. त्याची लढण्याची प्रेरणा हरवली आहे. कारण त्याचा क्रांतिकारक लढ्याचा इतिहास हरवला आहे. त्याची लढाऊ 'आयडेंटि'च हरवली आहे. म्हणून आज बहुजन बुद्धिजीवींनी खरा इतिहास लिहिण्याचे काम हाती घेतले पाहिजे. हा इतिहास बहुजनांच्या रुढी व परंपरांमध्ये शोधला पाहिजे. त्यावरील अंधश्रद्धांची पुटे खरवडून काढलीत तर अस्सल इतिहास आपल्याला सापडल्याशिवाय राहाणार नाही. बहुजनांच्या डोक्यातून अंधश्रद्धा नष्ट करावयाच्या असतील तर त्यांच्या देवांचा अभ्यास करून त्यामागील क्रांतिकारक इतिहास शोधून काढला पाहिजे. प्राचीन काळापासूनच्या सर्व रुढी, परंपरा व दगडांच्या देवांच्या अभ्यासाची आज नितांत गरज आहे. तात्यासाहेब महात्मा जोतीराव फुले यांनी बळीराजाचे जे प्रतिक दिले आहे, त्याच्या मुळाशी सांस्कृतिक संघर्षाची पाश्र्वभूमी आहे. परंतु या दृष्टीकोनातून बळीराजाचा अभ्यास अजून व्हावयाचा आहे. सर्व माहिती ताटात ठेवलेली असतानाही बहुजन बुद्धिजीवींना

बळीराजाचे सांस्कृतिक संघर्षातील महत्व कधीच लक्षात आले नाही. ग्रामीण भागातील बहुजन अडाण्यांना बळीराजाचे महत्व कळते, म्हणूनच पाच हजार वर्षांपासून ठराविक गटाच्या विरोधाला न जुमानता त्यांनी आजही बळीराजाचा इतिहास जिवंत ठेवला आहे. या लढ्यात अग्रभागी आहेत अडाणी ग्रामीण स्त्रिया. ज्या आजही इडा पीडा घालवण्यासाठी बळीच्या राज्याची आस जिवंत ठेवत आहेत.

श्री सुंदरसिंग आर. साबळे

ता. गोरेगाव जि. गोंदिया

मो. 9545254856

~~~~~

35) मोबाईल अत्यावश्यक गोष्ट

मोबाईल ही सध्या जीवनातील एक अत्यावश्यक गोष्ट झाली आहे. खर तर हे संदेशवहनाचे साधन आहे. पण आता त्याने जीवनातल्या प्रत्येक गोष्टीत शिरकाव केला आहे. मनुष्याच्या इतर गरजांबरोबर मोबाईल ही एक महत्त्वाची गरज बनलेला आहे. पुर्वीच्या काळी संदेशवहनाची साधने म्हणजे माणसाकरवी निरोप पाठवला जायचा. त्यानंतर कबुतराचा यासाठी उपयोग होऊ लागला. परंतु जलद गतीने संदेश पाठवण्यासाठी दूरध्वनीचा शोध लागला व पाठोपाठ मोबाईलचा शोध लागला. मोबाईल हे अतिशय जलद गतीने संदेश पाठवण्यासाठी उपयोगात येऊ लागला. आता दैनंदिन जीवनातील अनेक कामांसाठी मोबाईलचा सर्रास वापर होत आहे. त्यामुळे जगाशी संपर्क वाढला आहे. नवनवीन तंत्रज्ञान मोबाईल द्वारे समजता, शिकता येऊ लागले आहे. हा मोबाईलचा खूप मोठा उपयोग आहे. परंतु जितके उपयोग आहेत तितके तोटे सुद्धा आहेत. मोबाईलवरच प्रत्येक गोष्ट होऊ लागल्याने जनसंपर्क कमी झाला आहे. माणसामधील संवाद कमी झाला आहे. त्यामुळे नात्यांमध्ये दुरावा वाढत आहे. माणसाचे माणसांशी प्रत्यक्ष बोलणे कमी झाल्याने माणूस आत्मकेंद्री बनू लागला आहे. त्यामुळे अनेकदा प्रत्यक्ष संवाद साधणे हे कौशल्य कमी होऊ लागले आहे. मोबाईलच्या सतत वापरामुळे अनेकदा डोळ्यांचे विकार उद्भवतात. तसेच अनेक आजारांना मी माणूस बळी पडत आहे. लहान मुले देखील मोबाईलच्या अति वापराने चंचल बनले आहेत. त्यामुळे त्यांची निरीक्षणवृत्ती कमी झाली आहे. मोबाईलवरील खेळांमुळे मुले मैदानापासून लांब गेली आहेत. मुलांमध्ये, तरुणांमध्ये हिंसक वृत्ती वाढत आहे. कोणत्याही तंत्रज्ञानाचा योग्य पद्धतीने, योग्य प्रमाणात वापर झाला तर ते जीवनासाठी वरदान ठरते. त्याचप्रमाणे मोबाईलचेही आहे. मोबाईलचा वापर योग्य प्रमाणात केल्यास ते आपल्यासाठी एक सुंदर वरदान ठरेल.

सौ. गौरी ए. शिरसाट, मुंबई

36) "मुलींचे शिक्षण"



आज आपण मुलींच्या शिक्षणाचा विचार केला की आपल्या डोळ्यासमोर महात्मा जोतिबा फुले आणि सावित्रीबाई फुले ही जोडगोळी उभी राहते. मनुस्मृती नुसार कोणत्याही स्त्रीला शिक्षण घेण्याचा अधिकारच नव्हता त्यांचा काळ हा पारतंत्र्याचा काळ होता मुलींना शिक्षण देणे हे आपल्या धर्मा विरोधी आहे असा त्याकाळी समज होता पण महात्मा जोतिबा फुले याना हे चुकीचे वाटले त्यासाठी मुलींच्यासाठी शाळा सुरू करण्याचा निर्णय घेतला पण त्यासाठी महिला शिक्षकेची गरज होती त्यामुळे त्यांनी असा विचार केला की आपण प्रथम आपल्या सावित्रीबाईला घरातच शिकवू नंतर सावित्रीबाई मुलींची शाळा सुरू करू शकते म्हणून सावित्रीबाई ला शिक्षण दिल्यानंतर शाळा पुणे येथील भिडे वाड्यात पहिली मुलींची शाळा सुरू केली पण तेथील लोकांना ते आवडत नव्हते त्यासाठी त्यांनी सावित्रीबाई ज्या रस्त्याने शाळेत जात असत त्यावेळीं मनुवादी लोक त्यांचे अंगावर शेणाचे गोळे फेकत, काही अंडी फेकत जेणेकरून त्यांची साडी घाण व्हावी व शाळेत जाऊ नये जेणेकरून शाळा बंद पडेल. पण सावित्रीबाई याला घाबरल्या नाहीत त्यांनी शाळेचे काम अधिक जोमाने सुरूच ठेवले त्यासाठी त्यांनी शाळेत जाताना एक दुसरी साडी बरोबर घेऊन जात होत्या शाळेत गेल्यानंतर खराब झालेली साडी बदलत असत अशाप्रकारे शाळा सुरू ठेवल्यामुळेच "मुलींचे शिक्षण"सुरू झाले त्यामुळे त्यांना भारतातील पहिली शिक्षिका म्हणून ओळखले जाते. त्यावेळी सावित्रीबाईनी दगड धोंड्यांना भिऊन शाळा सुरू ठेवली नसती तर आजची महिला "चूल आणि मूल" यातच अडकून पडले असती. तिचे शिक्षणाचे दरवाजे कायमचे बंदच राहिले असते. स्त्री शिक्षणाचा पाया सावित्रीबाई व त्यांना सहकार्य करणाऱ्या त्याचे पती महात्मा जोतिबा फुले यांनीच घातला आहे. शिक्षणा शिवाय प्रगती करत येणार नाही

हे त्यांनी ओळखले होते ते नेहमी म्हणत असत की, "विधे विना मती गेली, मती विना गती गेली, गती विना वित्त गेले, वित्त विना शूद्र खचले, एवढे अनर्थ अविध्येने केले"

त्यामुळेच त्यानि सावित्रीबाईला मदत करून १८४८ पहिली मुलींची शाळा काढली आज मुलीच्या शिक्षणाचे श्रेय सावित्रीबाई व महात्मा फुले यांचेकडे जाते एक स्त्री शिकली तर थिटे केवळ कुटूंबच शिकत नाही तर दोन्ही कुटुंब शिकली जातात एक माहेरी व दुसरे सासरी. स्त्री दोन्ही कुळांचा उद्धार करू शकते. त्यानंतर स्त्री च्या शिक्षणाचे महत्व लोकांना पटू लागले मुलीला सुद्धा मुलाबरोबर शाळेत घालू लागले नाही तर असा समज होता की "मुलगी म्हणजे परक्या घरच धन" कारण एकदा मुलीचे लग्न करून दिले की आपले कर्तव्य संपले असा समज होता पण तीच मुलगी शिक्षणा मुळे भविष्यात तिच्या स्वतःचे पायावर उभी राहू शकते. हे पालकांना व त्या मुलीला सुद्धा कळल्यामुळे मुलीच स्वतःहून पुढे येऊ लागल्या आहेतत्या आता कोठेच मागे नाहीत हे केलं मुलींच्या शिक्षणाचा परिणाम आहे. ती स्त्री आपल्या थोर स्त्रीयाचा इतिहास वाचू लागली आहे. माता जिजाऊ माता, अहिल्या, माता रमाई, झाशीची राणी लक्ष्मी, मागरिट, इत्यादी वाचून ती आता तयार झाली आहे ती कोणत्याही क्षेत्रात मागे नाही ती राष्ट्रपती, पंतप्रधान, राज्यपाल मुख्यमंत्री, वायुदल, पायदळ, नाविक अय तिन्ही दलामध्ये अधिकारी पदावर काम करीत आहेत याशिवाय आमदार, खासदार, डॉक्टर, वकील, मंत्री, कलेक्टर, पोलीस अधीक्षक अभियंता, रेल ड्राइवर अशा एक नव्हे अनेक क्षेत्रात मुलींच्या शिक्षणामुळे प्रगती केलेली आहे. यावरून शिक्षण आपल्या जीवनात किती महत्वाचे आहे कळून येते. केवळ सावित्रीबाईच्यामुळे आपण पोहचलेलो आहोत हे विसरता कामा नये पण काही सुशिक्षित महिला आपल्या शिक्षणाचा वापर न करता कर्मकांडामध्ये मग्न आहेत. एक वाचलेली कविता शिकलेल्या मुलींच्यासाठी प्रेरणादायी वाटते ती अशी। " डोळे उघड बया"केलीस का ग घटस्थापना?उपवास कडकडीत धरलाना? नऊ दिवस अनवाणी चालण्याचा पन केलास ना?आता नऊ दिवस वेगवेगळ्या रंगाचे तू बिनधास्त कपडे घाल वर्षभराची एकदाच कसर काढ..... सखे तू शिकलेली आहेस ना? स्त्री.... मुक्तिची वल्गना

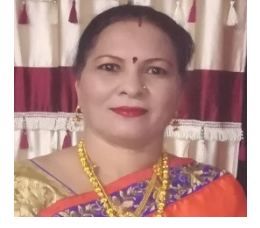
करतेस ना? मा.. जिजाऊचा आदर्श घेतेस ना ? मग मला सांग सखे मा जिजाऊ नी कडकडित नउ दिवस कधी उपवास केला का? तुज सारखे नउ दिवस नउ रंगाचे कपडे परिधान केले का ? अग मा जिजाऊने शिवबा घडवाला। सांग सखे मला तू तुझ शिवबा कुठे दडवला? सावित्रीची लेक म्हणते तू विसरली का त्याग सावित्रीचा. तुझ्या शिक्षण साठी तिने मार सोसला दगड शेंण गोळे.. जेव्हा सावित्रीबाई फुले स्त्री शिक्षणासाठी झटत होती. आग सखे सांग ना तंबोरा घेऊन ती सरस्वती कोणत्या शाळेत मुलींना शिकवत होती ?. सखे अशी कशी ग तू खुली झाली मनुवाद्यांच्या भूलथापांना तू बळी पडली.. सांग मा उपवास पकडून कुणाचे भले झाले? तुझ्या ह्या अंधश्रदेपायी काहींचे पोट भरत गेले अग सोड सखे ही अंधश्रद्धा.. नको गरब्यात तू नाचावे. तुझा आदर्श असू दे मा जिजाऊ सावित्रीबाई यांना तू वाचावे. त्यामुळे मुलींचे शिक्षण आपल्या रोजच्या कामात उपयोग करावा. "महात्मा फुले कहते थे".... मंदिर का मतलब होता है मानसिक गुलामीका रास्ता. स्कूल का मतलब होता है जीवन मे प्रकाशक रास्ता. मंदिर की जब घंटी बाजाती है तो हमे संदेश देती है की हम धर्म, अंधविश्वास, पाखंड और मुख्त की ओर बद्ध रहे है. वही जब स्कूल की घंटी बजती है तो संदेश देती है की हम तर्क पूर्ण ज्ञान ओर बढ़ रहे हैं।.. अब तय करो आपको करना है कि आपको जाना कहा है... आपण समाजात वावरताना आपली छाप आपल्या कामा तुन दिसली पाहीजे आपल्या कुटुबातआपली सासु हिला आईची माया दिली पाहिजे. तरच" मुलींचे शिक्षण"... सुरु केले बदल सावित्रीमा फुले यांना लाख लाख सलाम..

लेखक जी. एस. कुचेकर पाटील

भुंज ता. वाई जि. सातारा मो. न. ७५८८५६०७६१.

~~~~~

### 37) एकाग्रता म्हणजे लक्ष



एकाग्रता ' या शब्दातच अर्थ दडलेला आहे. सरळ अर्थ लावायचा म्हटलं तर फक्त एकाच गोष्टीवर अग्र म्हणजे प्रथम किंवा प्राधान्य देणे. आपल्या दैनंदिन जीवनात दररोज अनेक गोष्टी होत असतात. एकावेळी एकाच गोष्टीवर केंद्र बिंदु ठरवून लक्ष पुरवणे म्हणजे एकाग्रता होय. प्रत्येकाच्या जीवनात एकाग्रतेला महत्व असतो. आपण बघतो की अनेकदा वारंवार वाचून सुद्धा एखादी गोष्ट लक्षात राहत नाही किंवा काही कालावधीनंतर आठवत नाही. त्याचे अनेक कारण असू शकतात पण सर्वात मोठे कारण आहे एकाग्रता नसणे. एकाग्रता ही फक्त बोलण्याने, वाचल्याने किंवा सांगितल्याने येणार नाही. त्याकरिता प्रत्येकाला आपल्या दैनंदिन जीवनातील काहीवेळ स्वतःला द्यावा लागेल. आजच्या धकाधकीच्या जीवनात सगळे एवढे व्यस्त आहेत की निर्जीव मशीन प्रमाणे यंत्रवत रात्रंदिन कामाच्या मागे धावत असतात. एकाग्रता नसण्याचे दुसरे कारण म्हणजे अनुवांशिकता सुद्धा असू शकते. एकाग्रता नाही हे आपण विविध लक्षणांवरून समजू शकतो. एखादी गोष्ट वारंवार नजरेपुढे येणे, कितीही केलं तरी कामात लक्ष न लागणे, लवकरच विसरणे, इत्यादी. या सर्व उदाहरणांवरून लक्षात येते की मन एकाग्र नाही आणि एकाग्रतेचा अभावामुळे हे सर्व होत आहे. एकाग्रता आणण्यासाठी विविध मार्ग आहेत. मेडीटेशन, योग, ध्यानधारणा, विपश्यना अशासारखे अनेक उपायांनी जीवनात मन एकाग्र करून आनंदी जीवनजगता येईल. हे सर्व करण्याकरिता मनावर संयम किंवा ताबा मिळवणे हे महत्वाचे आहे. मन हे विचलित असते. कधी कुणाकडे भरकटेल हे सांगता येत नाही. स्वतःच्या मनावर ताबा मिळवण्यासाठी एकांत आवश्यक असतो. एकांतात सर्व गोष्टींकडून फक्त आपल्या श्वासावर लक्ष केंद्रित करावे लागते. आपण नियमित श्वासोच्छ्वास करित असतो तेव्हा नाकाद्वारे शरिरात येणारा श्वास व बाहेर सोडतो तो उच्छ्वास यावर लक्ष केंद्रित करावे. नियमित सरावामुळे हे शक्य होऊ शकते. आपण



आपल्या आजूबाजूला घडणाऱ्या व जीवनात होणाऱ्या गोष्टींकडून लक्ष बाजूला सारून फक्त श्वासावर नियंत्रण करता येईल. अशाप्रकारे योगसाधना, विपश्यना हे सुद्धा मिळतेजुळते आहे. यामुळे मनाची विचलित होण्याच्या क्रियेवर ताबा मिळवता येईल व कोणत्याही गोष्टीवर लक्ष केंद्रित करता येईल. लक्ष केंद्रित करता आले म्हणजेच एकाग्रता आली. एकाग्रता असली की वाचलेला भाग चटकन लक्षात येतो. विस्मरण होत नाही, लक्षकेंद्रित होतो आणि या सर्वांचा फायदा व्यक्ति ला आपल्या दैनंदिन जीवनात होत असतो. म्हणूनच म्हणतात की 'मनाची एकाग्रता ही यशाची पहिली व महत्वपूर्ण पायरी आहे. ' एकाग्रता वाढविण्यासाठी प्रत्येक व्यक्ति परत्वे छंद सुद्धा उपयोगी पडतात. उदा. शब्दकोडे सोडवणे, सुडोकू, मार्गशोधणे, सुंदर हस्ताक्षर काढणे, स्मरणशक्ती वाढवणारे खेळ, वाचलेला भाग किंवा ऐकलेली गोष्ट लिहून काढणे असे अनेक प्रकार आहेत जे एकाग्रता वाढविण्यात मदत करतात. एकाग्रता फक्त विद्यार्थी जीवनातच नाही तर सर्वांनाच आवश्यक आहे. प्रत्येकाला एकावेळी अनेक कामे करावी लागतात तेव्हा मनाची एकाग्रता ही महत्वाची आहे. ज्याप्रमाणे महाभारतातील अर्जुनाला फक्त त्याचं ध्येय म्हणजे फक्त माशाचा डोळाच दिसत होता. मन हे चंचल आहे व ज्याने मनावर ताबा मिळवला व एकाग्रता आली त्याला जीवनात यशस्वी व आनंदी जीवनाच्या वाटेवर येणाऱ्या सर्व अडथळ्यांवर मात करता येते.

सौ. जयश्री निलकंठ सिरसाटे, गोंदिया

9423414686

~~~~~

38) प्रेरणा म्हणजे काय ?



प्रेरणा म्हणजे काय?... प्रेरणा येते कुठून?... प्रेरणा कशी मिळते? म्हणजे... प्रेरणा म्हणजे नेमके काय असते? जिंकलेल्या प्रत्येक व्यक्तीला आपण त्याचे प्रेरणास्थान नक्की विचारतो. यशामागे प्रेरणा अतिशय महत्त्वाचे काम करत असते. जन्मतः मुलांसाठी आई ही पहिली प्रेरणादायी व्यक्ती असते. किंबहुना, प्रत्येक व्यक्ती आपल्या आईला प्रथम प्रेरणास्थान मानते. कुटुंबातील आणि परिसरातील इतर व्यक्तीदेखील व्यक्तीच्या वाढ आणि विकासासाठी कारणीभूत ठरतात. अनुकरण हा सहज स्वभाव बालपणात प्रेरणादायी ठरतो. तर, मोठेपणी काही व्यक्ती आणि त्यांचे कार्य प्रेरणादायी ठरते. खरं आहे की, दुसऱ्याचे विधायक कार्य हे आपणास निश्चितच प्रेरणा देणारं होऊ शकतं आणि ते अनेक उदाहरणांनी पटवूनही देता येईल. परंतु, मग सगळीकडेच अशी सकारात्मक परिस्थिती का निर्माण होत नाही, याचाही विचार व्हायला पाहिजे. उणीव कशाची आहे, तर प्रेरणेची नव्हे अंतःप्रेरणेची. अंतःप्रेरणा म्हणा किंवा 'सिक्स्थ सेन्स' म्हणा, हा एक तर नैसर्गिक असतो किंवा तो प्राप्त करावा लागतो. या अंतःप्रेरणेमुळे वेगवेगळ्या परिस्थितीचा सामना करणं सोपं जातं. एखादा अवघड निर्णय घेणंही यामुळे शक्य होतं. नातेसंबंधांमध्ये योग्य ती भूमिका घेण्यास मदत होते आणि अर्थातच करिअरचा मोठा पल्ला गाठायलाही याचा उपयोग होतो. व्यक्तीची वैचारिक बैठक व आपल्या कर्तव्याविषयी असलेली नितांत श्रद्धा यातूनच अंतःप्रेरणा जागृत होत असते. आपल्या कामाची जबाबदारी व आपली व्यक्तिगत वर्तणूक यांचा साकल्याने विचार करणारी व्यक्ती ही आपल्या कार्यक्षेत्रात व सार्वजनिक जीवनात नेहमी यशस्वी होताना तसेच अधिक कार्यक्षम होताना दिसत असते. आपली अंतःप्रेरणा अर्थात आपल्या कार्यक्षेत्रातील कार्य करण्यासाठी आपणास प्रवृत्त करणारी किंवा उद्युक्त करणारी एक प्रकारची ऊर्जाच होय. त्या अनुषंगाने आपले विचार, त्यानुसार आपली कृती यांच्यामागील

असलेला कार्यकारणभाव आणि त्याला नियंत्रित करणारी शक्ती म्हणजेच अंतःप्रेरणा होय. अंतःप्रेरणेतून आपली धडाडी, ऊर्मी, इच्छाशक्ती व आपला दृष्टिकोन स्पष्ट होत असतो. आपली आपल्याकडून असलेली मूलभूत इच्छाच आपली अंतःप्रेरणा जागृत करत असते. मला काय हवं आहे? मला काय करायचं आहे? अशा प्रकारच्या प्रश्नांतूनच खरी सुरुवात होत असते. यात कोणतेही दडपण किंवा लादणे नसते. ते आपल्या हृदयातूनच यायला हवं. यात खूप खोलवर अशी तृष्णा दडलेली असते. हे मी करायला हवे, असे सतत जाणवत असते. यात एक भावनिक जुळवणूक निर्माण झालेली असते. अशा इच्छा पूर्ण झाल्यावर होणारा आनंद फार मोठा असतो. ज्याची किंमत व मोजदाद होऊच शकत नाही. मात्र, अशी अंतःप्रेरणा जागृत असणाऱ्या व्यक्तींचेही तीन वेगवेगळ्या गटांत वर्गीकरण केलेले असते. तेही समजून घेणं गरजेचं आहे. थोडक्यात काय तर व्यक्ती तितक्या प्रवृत्ती असतात. त्यामुळे प्रत्येक जण आपल्या विचारावर व आपल्या कृतीवर आपण आपले कार्यक्षेत्र उजळून टाकू शकतो. दुसरीकडून प्रेरणा घ्यावी, परंतु बाहेरून मिळणारी प्रेरणा ही खूपच अल्पजीवी असते. त्यामुळेच तिच्यात ताकद नसते. परंतु, जेव्हा आपल्याला आतून, आपल्या हृदयात एखादी गोष्ट बसते, एखादी गोष्ट पटते, तेव्हा त्यापासून ऊर्जा मिळते आणि तेव्हा मात्र आपल्याला कोणीच रोखू शकत नाही. यश, यश म्हणजे तरी नेमकं काय हो? तर आपलं आयुष्य आपल्या मनाप्रमाणे आपल्याला घडवता आलं की, ते मिळालंच समजा.

- अमित प्र. बडगे, नागपुर

(7030269143)

~~~~~

### 39) भ्रष्टाचार :- एक भयानक राक्षस.



आज स्वतंत्र भारतात, खेड्यापाड्यात, गावोगावी, शहराशहरात, सरकारी कार्यालयात, दवाखान्यात, कंपन्यात सर्व ठिकाणी भ्रष्टाचाराने धुमाकूळ घातला आहे. सभोवताल पाहिले असता भ्रष्टाचारी देशाचे भयानक रूप आपल्याला दिसून येते. सर्व ठिकाणी गुन्हेगारी, गुंडागर्दी, लाचखोरी, चुकीची शिक्षा इत्यादी अनेक वाईट प्रवृत्तीचे वातावरण पसरलेले आहे. सरकारी, खाजगी कार्यालय कोणत्याही विभागाची असो, तेथे तर खालच्या चपराशी, बाबू पासून तर वरच्या अधिकाऱ्यांपर्यंत फाईलवर वजन द्यावे लागते. पैसे नसेल तर काम पूर्ण होत नाही. आज मानव मानव राहिला नाही तर तो क्रूर राक्षस याप्रमाणे झाला आहे. सर्वच ठिकाणी भ्रष्टाचार आपले घट्ट पाय रोवून बसत आहे. म्हणून भ्रष्टाचार एक भयानक राक्षस आहे.

आपल्या विकास कार्याला अपेक्षित आणि भरीव फळे येत नाहीत, याची एक अत्यंत महत्त्वाचे कारण म्हणजे सर्व स्तरावर बोकळलेला भयानक राक्षस भ्रष्टाचार. ! ज्याप्रमाणे covid-19 ची लागण देशात वाढत आहे त्याचप्रमाणे या भ्रष्टाचाराने देखील एकही क्षेत्र अस्पर्शित ठेवले नाही. जेव्हा समाजाच्या नीतीचा पगडा सैल होतो तेव्हा समाजात भ्रष्टाचार बोकळतो. माणुसकी हरवते. त्यामुळे सामाजिक जीवन विस्कळीत बनले आहे. त्याचाच एक भाग म्हणजे समाजातील भ्रष्टाचार. भ्रष्टाचाराची रूपे अनेक आहेत, आणि जीवनाच्या सर्व अंगात की वाळवी सारखी पसरलेली आहे. या भ्रष्टाचाराची आवडते ठिकाण म्हणजे शासकीय व्यवहार. तिथे सत्ता असते, अधिकार असतो. भ्रष्टाचाराची कीड समाजांचे मुळानाच लागलेली आहे. बदली किंवा बढती पाहिजे असेल तर ती जबाबदारी भ्रष्टाचाराकडे सोपवीणे फार सोयीचे होते. वशिलेबाजी हे भ्रष्टाचाराचे आणखी एक रूप. ओळखीचा किंवा आप्तसंबंध याचा फायदा घेऊन काम साधने हे वशिलेबाजी चे काम. विशेषतः नोकरी मिळविण्याच्या क्षेत्रात

वशिलेबाजी ची कर्तबगारी फार प्रसिद्ध आहे. काळाबाजार हे भ्रष्टाचाराची आणखी व्यापारी दर्शन. उपयुक्त व दैनंदिन गरजेच्या वस्तूंचा तुटवडा ही काळ्या बाजाराची जननी आणि अधिक किंमत देऊन वस्तू प्राप्त करणे हा आपला सोस असतो. उपयुक्त व दैनंदिन जीवनाच्या गरजेच्या वस्तूंचा तुटवडा काही अपरिहार्य कारणाने होतो. या परिस्थितीमुळे काळ्या बाजाराला बहार येतो आणि व्यापारांचा खिसा भरतो.

भेसळ आणि नक्कल हे काळ्याबाजाराचा चुलत किंवा मावस भाऊ, पण विशेष जवळचे सगेसोयरे. दुधामध्ये पाणी मिसळवीणे ही तर सर्वांच्या परिचयाची बाब झाली आहे. रोज नित्यनियमाने गवळी दुधात पाणी मिक्स करतो. फल्लीच्या तेलात पामोलिन तेलाची भेसळ केली जाते. त्यातच हळद मिरच्या पावडर मधील भेसळ समजत देखील नाही. अफरातफर हे भ्रष्टाचाराची आणखी एक वारसदार. खोटे दस्तऐवज हे त्याचे शस्त्र. हुंडा हा समाजाधिषठीत भ्रष्टाचाराचा एक लोकप्रिय नमुना आहे. वैयक्तिक स्वार्थासाठी याचा उपयोग होतो. हा वैचारिक भ्रष्टाचाराचा आधुनिक अवतार. आणि अलीकडे या अवताराला फार भाव आलेला आहे. खुर्चीचे दर्शन व्हावे म्हणून नेता जनतेला लाच देतो. तर बालाजीचे दर्शन लवकर व्हावे म्हणून भक्त पुजाऱ्याला लाच देतो. असे का घडते ?याचा विचार केला असता श्रम न करता सगळ्यांना झटपट श्रीमंत बनायचे असते. या श्रीमंतीत माणुसकी विकल्या गेली तरी परवा नाही किंवा आपल्या चारित्र्याचा विचार नाही. आजचा समाज अतिशय शुद्ध भावनेच्या आहारी गेलेला आहे. या भ्रष्टाचाराची बीज समाजामध्ये गरिबांपासून श्रीमंतांपर्यंत, शिक्षिता पासून अशिक्षिता पर्यंत, कलावंत, राजकारणी, डॉक्टर, वकील इत्यादी प्रतिष्ठित व्यक्ती, धर्मरक्षक मंडळी या सर्वांच्या मनात भ्रष्टाचार विषयक विचारांचे थैमान सुरू आहे. महात्मा गांधीची, नेहरू जींची, ज्योतिबा फुले यांची, लोकमान्य टिळकांची, डॉक्टर बाबासाहेब आंबेडकरांची परंपरा काळाच्या पडद्याआड गेली. निस्वार्थ देशभक्ती लोपली आणि उरला फक्त भ्रष्टाचाराचा तमाचा अंधकार!

ही भूमी संतांची आहे. राम कृष्ण या भूमीत जन्माला आले. ज्ञानेश्वर तुकाराम यांनी सत्य आचरणाचा मंत्र दिला. अनेक देशभक्त याच भूमीने जन्माला घातले. अशा या पावन मंगल सात्विक भूमीवर या भ्रष्टाचार नामक राक्षसाने उघड-उघड आकांत-तांडव करावे हेच समाजाला काळीमा फासणारी आहे. भ्रष्टाचार ही समाजाला लागलेली कीड आहे. लाच घेणारा आणि देणारा ही तेवढाच दोषी असतो. भ्रष्टाचार ही गोष्ट मुळापासून नष्ट करायला हवी तर त्याची सुरुवात प्रत्येकाने स्वतः पासूनच करायला हवी. स्वतः पण भ्रष्ट आणि लाचखाऊ लोकांना समाजापुढे आणायला हवं. स्वतः प्रामाणिकपणे काम करायला हवे. सरकारने भ्रष्ट अधिकारी सेच भ्रष्टाचाराला प्राधान्य देणाऱ्यांवर कडक कारवाई करायला हवी. भ्रष्ट लोकांमुळे देशाची अर्थव्यवस्था डळमळीत होते. देशात असुविधा आणि विषमता निर्माण होते. प्रामाणिकपणे काम करणाऱ्या लोकांना प्रोत्साहन देऊन त्यांच्या कामाला वाव द्यायला हवा. आपण आपल्या कामात तसेच सरकारी कामात सुद्धा पारदर्शकता आणायला हवी. आपल्या भारत देशात अण्णा हजारे सारख्या व्यक्तीने भ्रष्टाचार विरोधी आंदोलन पुकारले होते. भ्रष्टाचार हा क्रूर राक्षस आहे. योग्य नियंत्रण राबवून या भ्रष्टाचारी रुपी राक्षसाला वेळीच आटोक्यात आणणे आवश्यक आहे. यासाठीच हिंदीतील एक उक्ती मला आठवते.

"गुरु जनो की मेहनत न जाने देंगे बेकार, सच्चाई से अपने करेंगे जीवन जीवन गुलजार.

"

सौ. भारती दिनेश तिडके, रामनगर गोंदिया

8007664039.

~~~~~

40) आदरणीय बाबा,

सा. न. वि. वि.

पत्रास कारण की बरेच दिवस झाले पत्र लिहिण्याचा विचार करत होते पण अभ्यासातून वेळच मिळत नव्हता.



सतत अभ्यासाचा ताण व परीक्षा जवळ आल्याने वेळच मिळत नाही. तुम्ही माझ्या पत्राची वाट पाहत असणार हे मला माहित आहे. माझे ध्येय समोर ठेवून मी यश मिळविण्यासाठी सतत प्रयत्नशील आहे.

त्यातच कधी तुमची आठवण झाली की मन भरून येते, आठवणींच काहूर माजतं आणि मग एकटेपणा जाणवायला लागतो म्हणून मी स्वतःला अभ्यासात गुंतवून घेतले आहे.

माझे ध्येय मला गाठायचे आहे. तुमची मुलगी खूप मोठी अधिकारी व्हावी असे तुमचे स्वप्न आहे नां मग मला ते पूर्ण करायला नको का?

आईची तब्येत कशी आहे? ती माझी आठवण काढते का? आणि छोटी काय म्हणते? तुम्हाला खूप त्रास देत असेल नां.

तिला गोड बोलून समजावून सांगत जा. तिचीही मला खूप आठवण येते. आईला सांगा मला येथे काहीही त्रास नाही. मी अगदी आनंदात आहे. तुम्हीच सर्वजण काळजी घ्या.

परीक्षा संपली की लगेच येईल.

तुमची लाडकी,

सौ. मनिषा पांढरे, सोलापूर

~~~~~

## 41) मुलीस वडिलांचे पत्र

प्रिय ताई

अनेक आशीर्वाद

मी आशा करतो कि भगवान पांडुरंग परमेश्वराच्या कृपाशीर्वादाने तू आणि तुझा परिवार सुखात असेल संतांची मार्गदर्शक तत्वे व आपल्या संस्कृतीचे पालन करून तू एक आदर्श मुलगी, सून, पत्नी, आई या सर्व भूमिका पार पाडशील यात माझ्या मनात कुठलीही शंका नाही म्हणूनच वडील या नात्याने तुला पत्र मी लिहित आहे ज्याप्रकारे एक आदर्श मुलगी म्हणून तू आज आमच्या आमच्या परिवाराचा मान-सन्मान वाढला त्याच प्रकारे भविष्यातही तू तुझ्या घराचा मानसन्मान वाढवशील. ज्या प्रकारे तू आपल्या आईवर माझ्या प्रेम केले त्याच प्रमाणे तुझ्या सासू वर प्रेम करून त्यांच्या सुखदुःखाची वाटे दार होशील माझ्यावर आपल्यात जीवापेक्षाही प्रेम केले त्याच प्रकारे तू आपल्या पिता रूपी सासर्यावर प्रेम करशील. त्यांची आपल्या वडिलांप्रमाणे सेवा करशील नाही तुला करावीच लागेल हीच तुला माझी शिकवण आणि समज आहे तू हे सर्व चांगल्याप्रकारे करशील याबाबत माझ्या मनात कुठलीही शंका नाही त्याच्या बरोबर एक गोष्ट लक्षात ठेव कृतीप्रमाणे आपला पोशाख आपल्या राहणीमान टिकवून ठेवणे गरजेचे आहे तुझ्या कुठल्याही एका चुकीमुळे परिवाराचे नाव जाईल अशी कुठलीही गोष्ट तू आपल्या जिवणात करणार नाहीस याची मला पूर्णपणे खात्री आहे. समाजातील बदलत्या काळानुसार नव्याचा स्वीकार करणे योग्य पण कुठल्याही गोष्टीचा अतिरेक अयोग्य आहे हे. तू विसरणार नाही तू आपल्या परिवाराचा समाजाचं नाव उज्वल करशील हीच आशा

तुझ्या भावी आयुष्यासाठी आशीर्वाद आणि मनःपूर्वक शुभेच्छा



तुझाच बाबा

संदिप नानासाहेब वाकडे

रा. खेडा ता. कन्नड जि. औरंगाबाद

9766992776

~~~~~

42) आपले वसतिस्थान वसुंधरा.....



खरे म्हणजे कोठेतरी, केव्हातरी कशामुळेही का होईना, हे ब्रह्मांड अस्तित्वात आले. अस्तित्वात आले... हे ग्रह तारे अनेकानेक खगोल, सोबतच इवलीशी पृथ्वी. हो इवलीशीच कारण या विश्वातील अगणित ग्रहगोलांशी तुलना करता क्षुल्लक आकारमान असणारी. एका सूर्याच्या आतमध्ये 13 लाख पृथ्वी मावतात. आणि सुर्यापेक्षा कितीतरी मोठे खगोल वास्तवात आहेत. या इवल्याशा पृथ्वीवर आधिपत्यासाठी कितीतरी लढाया लढल्या गेल्यात. हीच आपली वसुंधरा. विश्वाच्या पसान्यात कितीही लहान असली तरी आम्हा सजीवांसाठी एकमेव वसतिस्थान. हे आम्हाला कळले पण वळले नाही. काय नाही दिले या वसुंधरेने? आम्हाला आसरा दिला. आज या वसुंधरेच्या पोटातील कितीतरी खनिजांच्या सहाय्यानेच आम्ही या संगणकिय युगात येऊन पोहोचलो. येथील निसर्गसौंदर्य आणि आपण याचा विचार केला तर हे सर्व काही आपल्यासाठीच तर होतं. होय होतं..... अशीच वेळ आज आपण आणलीय. अन आम्ही काय दिले या वसुंधरेला. निळं पाणी, आकाश हिरवी वनराई असलेल्या वसुंधरेची आम्ही आज काय अवस्था करून टाकली. वसुंधरा, भूमी, पृथ्वी, माता, धरती कितीतरी नाव आहेत. कधी ती हिरवळीचा शालू नेसते तर कधी शुष्क होते. कोठे बर्फाची दुलई पांघरते तर कुठे निळ्या पाण्याआड लपते. कोठे उंचच उंच झालाआड प्रकाश लपाछपी खेळतो तर कुठे जमिनीला शिवायला बघतो. कितीतरी मनमोहक छटा या पृथ्वीच्या आहेत. आणि आम्ही काय करतोय? जमिनीला अगणित छिद्रे पाडलीत. फक्त आता पृथ्वीच्या आरपार रस्ता तयार करावयाचा राहिला. आकाशाला सुद्धा भगदाडं आम्हीच पाडली. कितीतरी प्राणीपक्षी यांच्या प्रजाती आज नष्ट झाल्यात हेच आमचे कर्तृत्व. आपण आपल्या घराचा पायाच ढिला करत आहो हे आम्हाला समजत का नाही आहे? हे सर्व कशासाठी तर "कोण्या तरी एका व्यक्तीला सर्वशक्तिमान व्हायचे आहे" "कुण्या तरी एका राष्ट्राला महाशक्ती

व्हायचे आहे" आणि कोण्या तरी "एका समूहाला चंद्रावर सुद्धा उत्खनन करायचे आहे". पण कशाला हा सगळा उपट्याप. एक दिवस हा सगळा उपट्याप आपल्याला अंताकडे घेऊन जाईल. ज्या वसुंधरेने आपल्याला आश्रय दिला तीच एक दिवस अनाथ होऊन जाईल.

हेमंत साहेबराव पापळे,

कारंजा लाड जिल्हा वाशीम 9422762278

~~~~~

### 43) आम्ही " आत्मनिर्भर " आहोत कां ?



मनुष्य प्राणी किंवा कोणताही जीव जन्माला येतो तेंव्हा तो परावलंबी असतो. त्याचे पालन पोषण-उदरभरण हे मातेच्या अमृततुल्य दुधावर अवलंबून असते. त्याशिवाय तो क्षणभरही जीवंत राहू शकत नाही. निसर्गानेच जन्मतः सर्वांच्या पालनपोषणाची व्यवस्था करून ठेवलेली आहे. म्हणूनच त्याने ही जीवसृष्टी निर्माण केलेली आहे. असे असतांना आत्मनिर्भर होण्याचा प्रश्न उपस्थित कां होतो आहे ? तसाही मनुष्य हा सामाजिक प्राणी आहे. तो समुहाने राहणेच पसंत करतो. बरेचसे प्राणी हे पण समुहाने, कळपाने राहणेच पसंत करतात. यामागे सुरक्षिततेची भावना आणि मरणाची भिती ही कारणीभूत असते. प्रत्येकाला आपल्या जीवाची भिती असते. मनुष्य प्राणी हा सर्वात जास्त मरणाला घाबरत असतो. स्वतःचा जीव वाचविण्यासाठी आत्मनिर्भरता ही महत्त्वाची असते.

आत्मनिर्भर होणे म्हणजे स्वतःच्या पायावर उभे होणे होय. आजच्या काळात संपुर्ण जग हे खुले झालेले असल्याने मनुष्य प्राणी हा संपुर्ण जगावर आपली छाप पाडू शकतो. आपला व्यवसाय सातासमुद्रापार नेऊ शकतो. यासाठी स्वतःचे सामर्थ्य ओळखून आपले साम्राज्य उभे करावे लागते. आत्मनिर्भर होणे म्हणजे कुणाचिही मदत न घेता स्वबळावर आपला उद्योग-व्यवसाय स्थापीत करणे होय. आपला देश आत्मनिर्भर झाला पाहिजे म्हणजे काय ? थोडक्यात सांगायचे म्हणजे आपले कुठलेही काम कुणावाचून अडले नाही पाहिजे. हीच गोष्ट प्रत्येक मनुष्याला लागू पडते. परंतु प्रत्यक्षात हे शक्य आहे आहे कां ? याचे उत्तर नाईलाजाने नाही असे मिळते. कारण एकमेकांशिवाय, एकमेकांची मदत घेतल्याशिवाय आपण जगूच शकत नाही. अशी निर्मिती ही निसर्गानेच केलेली आहे.

आपण आत्मनिर्भर झालो पाहिजे म्हणजे आपले स्वबळावर आर्थिक साम्राज्य उभे राहिले पाहिजे. आपले कुणावाचूनही अडले नाही पाहिजे. यातूनच अहंकाराची निर्मिती ही होत असते. सर्वांना सोबत घेऊन चालणे, सर्वांच्या सुखदुःखाचा विचार करणे हेच मनुष्याच्या जीवंतपणाचे लक्षण समजले जाते. आत्मकेंद्रीत मनुष्य हा यशाचा मोठा पल्ला गाठू शकत नाही. जो स्वयेची कष्टत गेला त्याचा कार्यभाग साधला. जो दुस-यावरी विश्वासला त्याचा कार्यभाग बुडाला अशी म्हण प्रचलित आहे. हे एखाद्या व्यक्तीपुरता सिमीत आहे. हाच भारतीय स्वभाव बनलेला आहे. म्हणूनच आपली प्रगती ही बेताचीच किंवा सिमीत राहिलेली आहे. भारतीय लोक बाजारपेठेतील आव्हानांचा मुकाबला करण्यात कमी पडतात. आजचे युग हे स्पर्धेचे युग आहे. एकापेक्षा एक आव्हाने समोर उभी आहेत. या आव्हानांना तोंड देण्याची आपली तयारी असली पाहिजे. काळानुसार व्यवसाय, उद्योग धंद्यात बदल हा घडवून आणता आला पाहिजे. यासाठी लागणारे कौशल्य विकसित करण्याची आपली तयारी असली पाहिजे.

आत्मनिर्भर होणे म्हणजे स्वतःचे काम कुठेही अडता कामा नये. समजा शिक्षक व्यवसाय स्विकारला तर शिक्षणातील नवनविन आव्हानांचा सामना हा करता आला पाहिजे. जसे आज संगणकाचे ज्ञान असणे आणि ते हाताळता येणे ही काळाची गरज बनली आहे. आत्मनिर्भर होणे म्हणजे आपल्या क्षेत्रातले संपुर्ण ज्ञान प्राप्त करणे होय. असे असले तरीही एखाद्या कमी शिक्षित व्यक्तीकडे चांगले व्यवस्थापन कौशल्य हे असू शकते. जसे दिवंगत धिरूभाई अंबानी यांचे सोदाहरण घेता येईल. ते गल्फ कंट्री मध्ये एका पेट्रोल पंपावर पेट्रोल भरण्याचे काम करीत होते. पेट्रोल भरता भरता आपण पेट्रोल च्या विहीरी भाडे तत्वावर घेऊन भारतात पेट्रोल विक्री केली तर आपले स्वतःचे पेट्रोल पंप असतील आणि यातून मिळणारा नफा हा जास्त असू शकेल असे त्यांना वाटले. आज पेट्रोलियम च्या व्यवसायात त्यांची मुलं ही अग्रेसर आहेत. थोडक्यात काय तर आत्मनिर्भर होणे म्हणजे स्वावलंबी होणे होय.

आपला देश आज अन्नधान्याच्या बाबतीत आत्मनिर्भर झालेला आहे. यासाठी शेतकरीवर्गांनी घेतलेली मेहनत ही कारणीभूत ठरते आहे. यासाठी त्यांचे आभार मानले पाहिजे. संपुर्ण देशाला तीन वर्ष पुरेल एवढा अन्नधान्य साठा आज आपल्याकडे उपलब्ध आहे. ही देशासाठी अभिमानाची बाब असली तरी शेतक-यांच्या जीवावर उठली आहे. कारण यामुळे शेतक-यांच्या मालाला योग्य भाव मिळत नाही आहे. शेतकरी वर्ग हवालदिल झालेला आहे. तो आत्महत्तेस प्रवृत्त होतो आहे. ही एक विडंबनाच म्हणावी लागेल. आज आपल्याला संरक्षण क्षेत्रात आत्मनिर्भर होण्याची गरज आहे. भारतात टॅलेंट ची कमी नाही तर ती वापरून घेतल्याची क्षमता आपल्या राज्यकर्त्यांत नसलेल्या कारणाने आपली बुद्धी, टॅलेंट हे अमेरिका आणि इतर प्रगत राष्ट्रे पैशाच्या जोरावर वापरून घेत आहेत. भारत सरकारने याकडे लक्ष देऊन आपल्या लोकांना, तरुणांना प्रोत्साहीत केले पाहिजे. त्यांना जास्तीचे पेमेंट देऊन भारतात बोलविले पाहिजे. तरच आपला देश ख-या अर्थाने आत्मनिर्भर होवू शकेल असे वाटते.

मिलिंद गड्डुमवार, राजुरा

भ्र. क्र. ९५११२१५२००

~~~~~

44) पावसातील अनुभव

एके दिवशी मी माझ्या शाळेसाठी दररोज सारखा जायला निघालो पण अर्ध्या वाटेतच ढगांचा गडगडाट सुरू झाला. जोरात वारी यायला लागली मी पाहिले कधीही इतके जोरात वारे बघितले नव्हते वाई का जोरात ढगांचा गडगडाट सुद्धा ऐकला नव्हता. थोड्यावेळाने मला कळले की पाऊस येणार आहे. आपण कुठेतरी असला घेतला पाहिजे. मी किराणा दुकानाच्या छपराखाली आसरा घेतला. पाऊस सुरू झाला व इतका मुसळधार झाला की मी आतापर्यंत अशा मुसळधार पावसाचा अनुभव घेतला नव्हता.

थोड्यावेळाने दुकानातील दुकानदाराने मला माझे नाव विचारले मी सांगितले माझे नाव खंडेराव बळीराम वारकड आहे. दुकानदाराने पुन्हा विचारले तू कुठे राहतोस मी म्हणालो दोन गल्ल्या सोडून चौथे घर माझे आहे. मी आणि दुकानदार थोडावेळ विचारपूस करत बसलो. नंतर पाऊस येणे थांबला. रस्त्याने खूप पाणी झाले होते. रस्त्यावरच्या नाल्या तुडुंब भरल्या होत्या मी आतापर्यंत कधी पावसाचा असा अनुभव घेतला नव्हता. हा माझा सर्वात चांगला अनुभव होता. इतक्यात माझ्यासमोर वीज पडली. मी खूप घाबरलो व दचकलो. विज एका झाडावर पडली होती. बरं झालं त्या झाडाखाली कोणी थांबले नव्हते. पण ते झाड सर्व जळून गेले होते.

मी माझ्या शाळेत पोहोचलो. तेव्हा कळाले की शाळेला पावसामुळे सुट्टी देण्यात आली आहे. सर्व मुले आपापल्या घरी गेली गसर्व मुले आपापल्या घरी गेली व मीसुद्धा माझ्या घरी पोहोचलो. मी खूप उत्सुक होतो आईला झालेल्या घटना सांगण्यासाठी कारण माझा हा अनुभव अविस्मरणीय होता

नाव:खंडेराज बळीराम वारकड

वर्ग आठवा जवाहर नवोदय विद्यालय, परभणी.

मो. नं:9960453288

पत्ता: भाग्यनगर वसमत रोड परभणी

~~~~~



## 45) धैर्यगाथा : एका स्वयंसिद्धेची.

अमरावती रेल्वे स्टेशनवरची ती दुपारी 4 ची वेळ. एप्रिल महिना. उन्हाळ्याचे दिवस असल्यामुळे वातावरणात उन्हाची धग काही कमी वाटत नव्हती. आणि स्टेशन वर खूप गर्दी असल्यामुळे मला प्लॅटफॉर्म वर उन्हातच उभे राहायला जागा मिळाली. उद्या 14 एप्रिल, भीमजयंती, त्यामुळे हजारांच्या संख्येने लोक दिक्षाभूमीवर जाणार होते त्याचेच हे प्रतिबिंब कि मला उभे राहायला सावली पण नाही मिळाली म्हणूनच सूर्यस्नान घेत गर्दी नसलेल्या जागी माझी ट्रॉलीबॅग घेऊन मी उभी राहिले. आणि ट्रेन ची वाट बघत होते. उन्हामुळे डोकं दुखायला सुरु झालं होतं, घामाचे ओघळ पूर्ण शरीरातून पाझरत होते. अशातच मी असलेल्या भागात लोकांची गर्दी वाढायला लागली. उन्हाच्या झळांनाही न जुमानता प्रत्येक जण आपापला घाम टिपत गाडीची वाट पाहत होता.

या गर्दीत माझी एका मुलीवर नजर पडली, सुंदर असा फिकट गुलाबी रंगाचा पंजाबी ड्रेस आणि त्यावर सुंदर कलाकुसर केलेली गुलाबी आणि पांढऱ्या रंगाची बांधणीची ओढणी, त्या ड्रेस मध्ये झाकलेली तिची सुरेख आकृती अतिशय सालस आणि सुंदर भासत होती. 18-19 वर्षे वयाची असेल बहुदा, तिच्या गोऱ्या आणि नाजूक रंगावर तीचा ड्रेस साधाच असूनही सुंदर दिसत होता. हरणाच्या पाडसासारखे डोळे, चाफेकळीप्रमाणे नाक, नाजूकशी जिवणी, गुलाबाच्या पाकळ्या दुमडाव्यात तसे ओठ अगदी सुंदरतेचं भांडार..... क्षणभर कोणीही तिच्याकडे पाहिलं तर नजर दुसरीकडे वळवणे कठीण होईल असं. मी तिच्याकडे पाहत होते, 2-3 सेकंद जास्तच माझी नजर तिच्यावर थांबली आणि मला जाणवलं कि स्वप्निल मला हलवतोय, "ओ मॅडम कुठे हरवलात? आणि एवढ्या गर्दीत तुला आजच्याच दिवशी वारी काढायची होती का?" मी भानावर आले, " अरे हो थांब थांब, दम तरी घे, किती प्रश्न विचारशील एकाच वेळी !!" स्वप्निल माझा मित्र. अतिशय खोडकर आणि मनमिळाऊ. कोणालाही क्षणात

आपलं बनवणारा. आणि तितकाच बावळट. कधीकधी तर इतका पटापट बोलतो कि त्याच्या वाक्यातील फक्त शेवटचाच शब्द समजतो, ऐकायला येतो, आणि लक्षात राहतो बाकी आपल्याला गेस करावं लागतं

आम्ही दोघे बऱ्याच दिवसांनी भेटलो होतो त्यामुळे उन्हाचा चटका जाणवेनासा झाला होता आणि दोघेही गप्पात हरवून गेलो होतो. तो मला प्रश्न विचारत होता. आणि मी काही बोलायच्या आधीच त्याची काहीतरी नवीन गोष्ट चालू करत होता. मला त्याच्या या स्वभावाची सवय झाली होती. पण त्याच्या गोष्टीत मात्र मन रमतं. त्याला एवढ्या दिवसात कितीतरी मैत्रीणी भेटल्या होत्या, त्यांच्याविषयी तो अखंड बोलत होता. त्याने मैत्रीच्या काही स्टेजेस ठरवल्या होत्या. त्याच्या मैत्री च्या जगात kiss करून मिठी मारणे ही लास्ट स्टेज. त्यापुढे जर एखादी मैत्रीण जाण्याचा प्रयत्न करत असेल तर तो तिच्याशी मैत्रीच ठेवत नसे. तर बोलताना तो अतिशय उत्साहाने कोणत्या मैत्रीणीसोबत कोणत्या स्टेज पर्यंत मैत्री झाली हे सांगत होता. आणि मी म्हणजे आधीपासूनच त्याची उघड सत्य राखून ठेवलेली डायरीच.

गप्पा मारता मारता ट्रेन आली आणि आम्हाला कशीबशी जागा मिळाली. ट्रेन मध्ये स्वप्नील अनेक मैत्रीणींचे किस्से सांगत होता ; पण बोलता बोलता एका मैत्रीणीबद्दल सांगताना त्याच्या चेहऱ्यावर मी पहिल्यांदा गांभीर्य बघतलं. तो तिच्या बाबतीत थोडा जास्तच बारकाईने सगळ्या गोष्टी सांगत होता... तिच्याबद्दल बोलत असताना त्याचा चेहऱ्यावर वेगळेच रंग दिसत होते. त्याच्या डोळ्यात एक वेगळं जग झळकत होतं. हो, तो तिच्या प्रेमात पडला होता, तिच्याबद्दल बोलताना तो हरवून जात होता. मी त्याला तिच्याबद्दल जेव्हा विचारलं तेव्हा तो अस्वस्थ झाला, त्याच्या बोलण्यातून लक्षात आले कि ती त्याला टाळत आहे आणि त्याला त्याचे कारण माहित नव्हते. स्वप्नील खूप अस्वस्थ होता. ती का टाळतेय यापेक्षा त्याला काळजी वाटत होती तिची. कारण त्याला माहिती होतं कि काहीतरी असं कारण आहे जे तिला त्याला सांगायचं नाहीय. कारण ती नेहमीच म्हणायची कि सोबत नेहमीच राहू आपण पण मी एक मुलगी आहे

म्हणून मी तुला प्रत्येक प्रॉब्लेम शेअर करावा आणि एक मुलगा किंवा माझा पाठीराखा म्हणून तू मला मदत करावीस हे मला मान्य नाही. तिला तिचे प्रॉब्लेम्स स्वतःच सोडवणे योग्य वाटत होते.

"ती दरवर्षी 14 एप्रिल ला नागपूरला जाते दीक्षाभूमीला म्हणून उद्या तिला भेटता येईल तिथेच, या आशेने निघालोय " तो सांगत होता, "तिने एक आठवड्यापासून मला फोन कॉल, व्हाट्सअप, फेसबुक, ट्विटर सगळीकडे ब्लॉक केलंय. केवळ मी तिच्या आवाजातील अस्वस्थता ओळखून तिची काळजी करेल म्हणून..... खूप स्वाभिमानी आणि जगावेगळी मुलगी आहे ती. " तो एकटाच बोलत होता आणि मी बालिश स्वप्नीलला पूर्णपणे बदलेला इतका गंभीर आणि जबाबदार बनलेला पहिल्यांदा बघत होती..... क्षणभरासाठी वाटलं प्रेम ही खरंच एक अद्भुत गोष्ट आहे, ती आपल्याला पूर्णपणे मुळासहित कोणत्याही प्रवचनाशिवाय बदलवून टाकते. एव्हाना सूर्य मावळला होता, आकाशाचा कॅनवास वागवेगळ्या रंगछटांनी भरून गेला होता. आमच्या दोघांचा असा एकतर्फी संवाद चालू होता आणि अचानक पुलगाव च्या अलीकडेच गाडी हळू हळू थांबली, कुठलंही स्टेशन नाही काही नाही.... आश्चर्य वाटलं थोडं. मला वाटलं प्लॅटफॉर्म खाली नसेल म्हणून गाडी इथे थांबली असावी. एवढ्यात समोरच्या डब्यातून थोडा आरडा ओरडा ऐकू आला आणि काही लक्षात यायच्या आत दोन तरुण खाली पडले, ते पडले नसावेत बहुदा कारण एकापाठोपाठ एक असे खूप जोरात आणि फेकून दिल्याप्रमाणे ते बाजूच्या रिकाम्या ट्रॅकवर डोळे मिचकावत तडफडत पडले होते, आणि काही समजण्याच्या आत त्या ट्रॅकवरून जबलपूर एक्सप्रेस त्या दोन्ही तरुणांच्या गगनभेदी किंकाळ्या निमिषात शांत करून आपला खाडखाड आवाजात आपल्या वाटेने निघून गेली. उरले होते ते फक्त थरथरणारे, रक्तबंबाळ, सगळीकडे विखुरलेले तुकडे..... अतिशय हृदयद्रावक दृश्य ते..... ज्या व्यक्तीने यांना असं फेकलं तो किती निर्दयी असेल या कल्पनेने मला त्या फेकणाऱ्याची घृणा आली. भानावर येऊन थरथरत्या, आणि पाण्याने डबडलेल्या डोळ्यांनी मी स्वप्नील कडे बघितलं, स्वप्नील तर माझ्याजवळ नव्हताच..... मी थरथरत्या पायांनी

स्वतःला सावरत त्याला बघायला उठले पूर्ण ट्रेन मधील लोक या प्रसंगाने गपगार झाले होते अगदी 2ते 3 मिनिटाच्या कालावधीत हे सगळं घडलं होतं. बायका, छोटी मुलं भेदरून गेली होती. मी स्वप्नील ला शोधायला डब्याच्या बाहेर आली तर मला त्या रक्ताच्या थारोव्यात पडलेल्या तुकड्यांच्या थोड्या अंतरावर अजून जास्त गर्दी दिसली, दोन ट्रॅक च्या मध्ये असलेल्या जागी खूप मोठा घोळका मला दिसला. आता इथे काय घडलं असेल म्हणून घाबरलेली मी तिथे जाऊन पोहोचली. एव्हाना चैन कोणी आणि का खेचली म्हणून शोध घ्यायला डिपार्टमेंट चे लोक आले होते. मी घोळक्याच्या आत बघितले तो स्वप्नील मध्ये उभा होता आणि त्याने एका मुलीला आपल्या बाहुपाशात घेतलेले होते आणि त्याच्या डोळ्यात अभिमान होता. तो तिला सांगत होता " I am proud of you, well done, you are really brave " नंतर तिने त्याचाशी बोलायला म्हणून त्याची मिठी सोडवली आणि म्हणाली, " म्हणून मी टाळत होते तुला, हे दोन्ही नराधम गेल्या दोन आठवड्यापासून पाठलाग करत होते, आणि अश्लील कमेंट्स करत होते, आणि आज ट्रेन मध्ये एकटीला बघून..... " पुढे तिला बोलवलं नाही..... बोलता बोलता तिने चेहरा मागे वळवला, आणि मी अवाक झाले ही तीच सालस सुंदर सौंदर्याचं भांडार असलेली अमरावती स्टेशनवरची पिंग ब्युटी !तिच्या डोळ्यात आता आग होती..... तिचा गोरा चेहरा रागाने लाल झाला होता. तिचा आत्मविश्वास आणि हिम्मत या गोष्टी त्या नाजूक आणि डोळ्यात भरणाऱ्या सौंदर्याला अधिक जास्त तेजस्वी लकाकी देऊन गेल्या होत्या.

तिने स्वप्नीलकडे बघितलं आणि म्हणाली, "आज माझा मित्र माझ्यासोबत होता हे मला माहित नव्हतं, आणि माहित झालं तेव्हा, हे सगळं घडून गेलं होतं. मी संकटात असताना माझा मित्र, माझा भाऊ, नवरा, बाबा माझ्यासोबत असतीलच असे नाही, पण मी माझ्या सोबत असायलाच हवं. आज मी बनवलेला चटणीचा स्प्रे मला वाचवू शकला. मला संरक्षण नकोय. माझं संरक्षण मी करू शकते. माझ्यावर फक्त सहानुभूती किंवा दया दाखवण्याची वेळ येईल अशी नजर टाकू नका. एवढंच होतं स्वप्नील म्हणून मी तुला काहीही सांगितलं नव्हतं. " स्वप्नील

ने अतिशय आदराने तिच्याकडे भरल्या डोळ्यांनी बघितलं..... आणि ते स्वाभिमानी युगुल  
एकमेकांच्या डोळ्यात हरवून गेलं.

श्वेता रमेशपंत अंबाडकर. कविठा बु ||

जिल्हा अमरावती

8600918016

~~~~~

46) सुटता सुटेना लोभ दिखावेगिरीचा...



काही महिन्यापासून संपूर्ण जगाला कोरोना विषाणूच्या आपत्तीला सामोरे जावे लागत आहे. मानव निर्मित विषाणूमुळे पुन्हा एकदा आपल्या रौद्र रूपाचे दर्शन केले आहे. संपूर्ण मानव जातीच्या अहंकाराला उन्मळून ठेवण्याची ताकद घातक विषाणूमध्येच असल्याचे सिद्ध केले. या विषाणूमुळे अनेक देश व तेथील सामाजिक, आर्थिक व्यवस्था लयास गेली आहे. विविध त्रासाने कंटाळलेला मानव आता नवीन आजाराला सामोरा जात आहे. प्रत्येक वेळी नवीन आत्मविश्वास उरी बाळगून सकारात्मकतेने जगण्याचा प्रयत्न करत असतो. परंतु या कोरोना विषाणूमुळे मानवाला शारीरिक, मानसिक, आर्थिक तसेच व्यावहारिकदृष्ट्या कधीही न भरून निघणारी हानी होत आहे. पशु, पक्षी व शेतातील पिके त्याचबरोबर अनेकांचे संपूर्ण संस्कार उद्धस्त होऊन जात आहेत. कोरोना विषाणूच्या भयावह परिस्थितीपासून वाचण्यासाठी अनेक मदतीचे हात पुढे येत आहेत. कोणी मास्क वाटप करत आहेत. कोणी सॅनिटायझर वाटप करत आहेत, तर कोणी अन्न धान्य व अत्यावश्यक वस्तूंचे वाटप करत आहेत. या मदतीच्या हाताबरोबर त्याच्या पाठीमागे वेगवेगळ्या प्रकारचे छुपे राजकारण, राजकीय, सामाजिक आणि अहंकारी फायदा घेणाऱ्या अनेक मंडळींची डोकीवर निघत. आपण आपत्ती ग्रस्तांना जी मदत करतो, म्हणजे या आपत्तीमध्ये अडकलेल्या व्यक्तींवर एका प्रकारचे उपकारच करतो आहे असा भाव त्यांच्या चेहऱ्यावर व्यक्त होताना दिसतो. स्वतःच्या प्रसिद्धीसाठी अनेकांनी या आपत्तीचा फायदा देखील घेतला आहे, आणखी घेत आहेत. ज्यांनी ज्यांनी आपत्ती ग्रस्तांना मदत करताना फोटो काढले, सेल्फी काढली व ती प्रिंट मिडिया तसेच फेसबुक, व्हाट्सअप्प, इंस्टाग्राम व इतर ऑनलाईन प्रसिद्धीच्या माध्यमातून अपलोड केली. त्यांच्यासाठी माझ्या वाचनात आलेली एक गोष्ट आज आपणापर्यंत पाठवत आहे.

एकदा श्रीकृष्णाने त्याच्या समोरच्या दोन टेकड्याचे रूपांतर सोन्याच्या टेकड्यांमध्ये केले आणि अर्जुनाला म्हणाला.. हे सगळे सोने गावकऱ्यांना वाटून टाक, पण अट एकच, एकूण एक सोने तू दान केले पाहिजेस. लगेच अर्जून जवळच्या गावात गेला आणि तिथे त्याने जाहीर केले की, मी प्रत्येक गावकऱ्यांला सोने दान करणार आहे आणि त्यासाठी प्रत्येकाने टेकडीपाशी यावे. लोक अर्जूनाच्या मागे टेकडीच्या दिशेने चालू लागले. पुढे अर्जून छाती काढून चालत होता. मागे गावकरी त्याचा जयजयकार करत होते. दिवस रात्र काम चालू होते. अर्जून खोदत होता आणि सोने काढून लोकांना देत होता. पण टेकडी थोडीदेखील संपली नव्हती. लोक सोने घेऊन घरी जायचे आणि परत येऊन रांगेत उभे राहायचे. आता अर्जून अगदी दमून गेला होता. पण त्याचा अहंकार त्याला माघार घेऊ देत नव्हता. शेवटी त्याने कृष्णाला सांगितले की बास.... ! आता यापुढे मी काम करू शकत नाही. मग कृष्णाने कर्णाला बोलावले आणि सांगितले की, या दोन सोन्याच्या टेकड्या आहेत त्या तू लोकांना दान करून टाकायच्या... पण अट एकच, एकूण एक सोने तू दान केले पाहिजेस. लगेच कर्णाने पंचक्रोशीतील गावकऱ्यांना बोलवले आणि सांगितले, या दोन सोन्याच्या टेकड्या तुमच्या आहेत. एवढे सांगून कर्ण तिथून निघून गेला. लोक सोने वाहून नेऊ लागले. अर्जून चकित होऊन पाहात बसला. हा विचार आपल्या मनात का आला नाही? तो भयंकर अस्वस्थ झाला. कृष्ण मिशकीलपणे हसला आणि म्हणाला... अनावधानाने का होईना तू सोन्याकडे आकर्षित झालास.. ! तू गर्वाने प्रत्येक गावकऱ्याला सोने वाटू लागलास. जणू काही आपण उपकार करतो आहोत अशा थाटात तू दान करत होतास.. ! कर्णाच्या मनात असले काहीही नव्हते. त्याने दान केले आणि तो निघूनही गेला. आपले कुणी कौतुक करतंय, गुणगान गातंय हे पाहण्यासाठी देखील तो थांबला नाही. व्यक्ती प्रकाशाच्या मार्गावर चालत असल्याचे हे लक्षण आहे. थोडक्यात म्हणजे देणगीच्या बदल्यात, मदत केलेल्याच्या बदल्यात लोकांनी आपले कौतुक करावे, शुभेच्छा द्याव्यात, शाबासकी द्यावी, धन्यवाद द्यावेत, अशी अपेक्षा ठेवणे हे कधीच निरपेक्ष दान नसते. अशावेळी तुम्ही जिंकून देखील हरलेले असता. मग एखाद्याला मदत करत

असताना स्वतःची प्रसिद्धीचे लागलेले व्यसन केव्हा सुटणार आहे कोणास ठाऊक? हा संदेश सद्य स्थितीस योग्य वाटला म्हणून यावर थोडस लिहाव अस वाटलं. या आजारात स्वतःचा जीव धोक्यात घालून इतरांचे जीव वाचवणाऱ्या डॉक्टर्स, नर्सेस, पोलीस, आरोग्य विभागाचे कर्मचारी, आशा स्वंसेविका हे खऱ्या अर्थाने ते निरपेक्ष भावनेने व कार्य दक्षतेने काम करत आहेत. अशा असंख्य लोकांना ज्यांचे कार्य मानवता, कर्तव्य, सामाजिक बांधिलकी अशा भावनेने करत आहेत त्यांचे आभार मानावेत तेवढे थोडेच आहे.

मंगेश विठ्ठल कोळी.

९०२८७१३८२० mangeshvkoli@gmail.com

~~~~~



## 47) शाळेतील गंमतीजमती

शाळा..... या शब्दातच लहानपणापासूनच गोडवा, शाळेत शक्यतो कधीच सुट्टी न मारणार मी विध्यार्थी.



शाळेतील गंमती जमती सांगितले तितके कमीच असतात, पण त्यातील मी वर्ग 8 वि ते 10 वीच्या काही थोडक्यात गोष्टी सांगू इच्छितो.. !!

तस लहान पण म्हणजे पहिली ते सातवी गावातच जिल्हा परिषद मध्ये खूप छान आनंदात, मजाक मस्ती मध्ये गेला, , कारण कसली अक्कल नसताना काही पण करत जाणे आणि त्यातून खूप काही शिकणे या सारखी मजा कुठे, असच काहीस बालपण म्हणजे सातवी पर्यंत झालं.

पण मग आठविला प्रवेश करायचं होतं, तीन शाळा ऑपशन मध्ये असल्याने मनात थोडं गोंधळ सुरू होता, माझ्या इतकेच थोडंफार हुशार मित्र तालुका शाळेत शिकायचे ठरवले व आम्हच्या एक मॅडम ने मला पण आग्रह केला,, पण एकदम खास जवळीक मित्र गावच्या शाळेत असल्याने आपलं जीव थोडंफार इथेही असायचा,, , यामुळे मी थोडा काँफुजच होतो, पण म्हणतात न "दोघात तिसरा, आता सगळे विसरा". असाच काही तरी अनुभव माझ्या जीवनात आलं,, एक आम्हचे रेलटिव्ह शिक्षक आम्हच्या घरी येऊन बसले. ते आले मला काहीच माहिती नव्हते, आले त्याच दिवशी घरच्यांची परमिशन ने माझी ऍडमिशन आपल्या शाळेत करण्याकरिता माझे सर्टिफिकेट घेऊन गेले,, ती शाळा म्हणजे आम्हच्या गावावरून किमान 30 किमी, होती,, आणि तिथे वस्तीगृह असल्याने तिथे राहूनच शिकायचं होत,, घरी आल्यावर मला हे सर्व कळाल, खूप विचार करू लागलो,, आपले सर्व मित्र मंडळी इकडे,

आपण तिथे कुणासोबत असणार, आणि अगदी लहानवयातच घर सोडल्यामुळे थोडं घाबरटपणा मनात होत.

काही दिवसांनी शाळा सुरू झाले, माझं पहिला दिवस बाबांनी मला सोडण्या करीता माझ्या सोबत शाळेत आले,, कारण आई बाबाला सोडून कधी एक दिवसाठी गावाला न जाणार मी आता आईबाबा व कुटूंबाला सोडून बाहेर राहायच होत.. वडीलाच्या मनात ही खूप सारी भीती दुःख, पण ओठावर खोटेपणाच हसू आनून छान राय अस सांगून ते निघून गेले,

पहिल्यांदा नवीन वर्गात म्हणजे 8 वित गेल्याने सर्व शिक्षक आले की सर्वात पहिले सर्वांचं विचारपुस करायचं, विचाराने थोडं फार हुशार असल्याने तेव्हाच कळलं की आपल्यासारखेच सर्वच मूल या शिक्षकासाठी नवीनच आहे..

मग पहिल्या दिवशी मूल काहीशे कमी असल्याने वर्गात येणारे प्रत्येक शिक्षक बेसिक म्हणजे सातवी पर्यंतचे काही प्रश्न घ्यायचे, पण मला नवल वाटायचं की त्यातील सर्व प्रथम उत्तरे मी द्यायचा.. मग काही दिवसातच मी सर्व शिक्षकाच्या नजरेत येऊन गेलं, आणि शेवटून दुसऱ्या नंबरच्या बेंच वर बसणारा मी पहिल्या बेंचवर सरांनी निवड केली कळलंच नाही. आता त्या वर्गातील हुशार व्यक्ती म्हणून माझी नेमणूक झाली,, वर्गाची शिक्षिका कॅप्टन म्हणून म्हणून माझं नाव घेतली पण मला पहिले पासूनच या गोष्टीत काही इंटरेस्ट नसल्याने मी ते नाकारलं,, व त्यामुळे वर्गात चिट्टी टाकून मग निवडणूक घेण्यात आली..

सांगायचं खूप काही छान छान आहे पण sorry time अपुरा असल्याने ठीक आहे इतकंच, थोडं कामात होत, त्यामुळे, वाटलं तर निकालास ग्राहय नाही धरले तरी चालेल.. !

कु. महेंद्र संगारवार, गडचिरोली

~~~~~

48) शाळेतील गंमतीजमती



शाळेत असताना आम्हा मित्रांना

ताप येत नसे

पोटच का दुखत होतं की?

आमचे सर, केंद्रांवर काम आहे म्हणून जायाचे.

आम्हाला वाटायचं

चंद्रावर कसे गेले असतील.

आम्ही चिंचा शाळेत नेत होतो.

आम्ही खाताना मुलामुलींच्या तोंडाला पाणी येतं असलेले पाहून बरं वाटायचं.

कुणी मागलं की, तू मला मागल्यानं दिला होतास का?असे म्हणताच.

तो म्हणायचा, तवा मझं मुरकूल,

गोळी कसा मचामचा खाल्ला होतास. आता देत नाहीस.

मग आम्ही देऊन टाकताना तुझं आता काहीच घेत नाही, उचकणं

काढतूस तू म्हणून मोकळे होत होतो.

कडीबट्टी हे प्रकरणं तर नेहमीचच.

ज्या मित्रासोबत नेहमी राहत होतो. त्याची कटी झालेल्या सोबत आम्हाला इच्छा नसली तरी कट्टी करावी लागत असे.

नाही तर आमचा क्लोज फ्रेंड म्हणायचा, एक तर मला बोला ना तर त्याला बोला.

मग जाऊन कट्टी बट्टीच गाणं गाऊन यावं लागतं असं.

मग तेव्हा आमच्या क्लोज फ्रेंडला बरं वाटतं असे.

उद्या सकाळी ते दोघे बोलताना दिसत.

आता सगळ्याचीच दो बे

म्हणून युती होतं असे.

युती होणं आणि युती तुटणं ह्याला काही विशेष कारणांची गरज नसे.

डॉ हनुमंत भोपाळे

9767704604

~~~~~

## 49) बंधमुक्त "



आयुष्यभर घर संसार सांभाळताना स्वतःलाच विसरलेली, प्रत्येक वळणावर नवऱ्याच्या सोबतीची संवय झालेली स्त्री अचानकपणे ही बंधनं झुगारून मुक्त होऊ पहाते, तेव्हा घराची घडी कधी कधी एवढी विस्कळून जाते, अन मुळातच घरादाराची आवड असलेल्या तिचे पाय परत त्याच घराकडे वळतात.

" स्त्री ही अनंतकाळाची माता " हेच ती सिद्ध करत असते. लग्नानंतरचा सासूरवास, मुलींच्या जन्मांचे सुसह्य करून घेतलेले दुःसह्य सोहळे, बाल्य अन अंत या मधल्या काळात शरीराची झालेली परवड, होकारापेक्षा नकारच जास्त पचविणारी ती ! कधी कधी विचार करते, झालंय का माझं क्षितीज मुक्त !

मावळतीच्या वाऱ्यांचे झोत, मंदिरातल्या घंटा, सगळ्याचंच हवं नको पाहता पाहता तिच्या मनात विचार येतात, प्रत्येक दिवस म्हणजे आधीच्या दिवसाची झेराॅक्स !

" चाल चाल माते,

पायी मोडले किती काटे !"

तर हे असे काटे फक्त मोडलेच नाही तर, त्यांची कुरपं होऊन अजूनच पिडा देताहेत. शिरीष फुलांचा गंध मनाला किती बरं वेड लावायचा ! गाणं गुणगुणतच भराभर कामं हातावेगळी करणारी काॅलेज जीवनातील ती, फुलपाखरी आयुष्य जगणारी ती, कारंजाप्रमाणे थुईथुई नाचणारी ती ! नंतर नंतर कुठं बरं हरवते. मुठभर वाळू हातात धरावी, अन ती सगळीच्या सगळी गळून जावी. उरावे ते दोन तीन कण आयुष्य ! हेच का ते स्त्री जीवन !

आई, जी नव्या श्वासाला जन्म देते. अन तार्ईरूपी ती त्या श्वासाचे भास पूर्ण करते. मैत्रिण सुखदःखाची सोबतीण होते, तर पत्नी या नात्यात ती सत्यात वावरते. अन मुलगी स्वरूपात तर ती बापाचं जणू काळीजच असते. अन आजी रुपातील ती तर दुधावरची सायच !

अशा अनंत कड्यांनी नाती निभावणारी ती आहे म्हणून या जगाचा गाडा अद्ययावत सुरळीत चालू आहे. तरीही पन्नास टक्क्यांच्या आरक्षण काळातही तिला का बरं नेहमी दुय्यमच स्थान ! आल्या असतील पन्नास टक्के स्रिया उजेडात ! पण मग बाकीच्या अजूनही अंधश्रद्धा, जाती पाती, उच्च निच, अशिक्षित पन्नास टक्क्यांचं काय ?

एकीकडे भारतीय संस्कृतीचे पोवाडे गायचे अन एकीकडे तिला पायाची वहाणच समजायचे ! एकीकडे तिला देवीचा दर्जा देऊन मखरात बसवायचे अन दुसरीकडे तिला खोट्या प्रेमजाळ्यात अडकवून कोठ्यावर बसवायचे ! अरे ! संस्कृतीच्या पूजकांनो आता तरी जागे व्हा रे ! अन तिला तिचा मान द्या रे !

"स्वामी तिन्ही जगाचा आईविना भिकारी " फक्त म्हणण्यापुरतं नको. कृतीतून सिद्ध करा !

सौ. सरोज सुरेश गाजरे

भाईदर

~~~~~

50) शारीरिक शिक्षणाचे महत्व

शिक्षण ही अविरत चालणारी प्रक्रिया आहे. शिक्षण हा शब्द "शास्" यामुळे संस्कृत धातू पासून आलेला आहे. याचा अर्थ शिस्त लावणे, नियंत्रण करणे, अध्ययन करणे असा होतो. विविध शारीरिक हालचालींद्वारे व्यक्तीला मिळणाऱ्या अनुभवांचे संघटीत ज्ञान म्हणजे शारीरिक शिक्षण होय. स्नायुंची हालचाल व त्या संबंधित असलेल्या क्रियांना शारीरिक शिक्षण असे म्हटले जाते. "शारीरिक हालचालींद्वारे शरीर, मन, आत्मा यांचा परिपूर्ण व योग्य विकास साधून बालकाच्या व्यक्तिमत्वाचा सर्वांगीण विकास साधणे" अशी शारीरिक शिक्षणाची व्याख्या केंद्रीय शारीरिक शिक्षण व मनोरंजन सल्लागार मंडळाने केली आहे. आजच्या विज्ञान, तंत्रज्ञानाच्या युगात विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक हालचाली कमी झाल्या आहेत. गतिमान जीवनात शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य कमकुवत होत चालले आहे. मोबाईल, संगणकावरील बैठे खेळ यामध्ये शारीरिक हालचाली कमी झाल्याने विद्यार्थीदशेत मधुमेह, लठ्ठपणा स्थूलपणा, चिडचिडेपणा विद्यार्थ्यांमध्ये वाढत आहे. त्यावर उपाय केवळ आहार बदलणे हा नसून शारीरिक व मानसिक व्यायामाची जोड देणे आवश्यक आहे.

शारीरिक शिक्षणाचा तास बहुतांश विद्यार्थ्यांचा आवडता असतो. या तासाला कधी एकदा वर्गाबाहेर जातो असं विद्यार्थ्यांना होत असतं. खेळ म्हटलं की सर्व आनंदाने सहभागी होतात. परंतु या तासाला होणा-या कवायती, योगासने, सूर्यनमस्कार करायला बरेच विद्यार्थी नाक मुरडतात. पण त्यातूनच तर चांगल्या सवयी लागतात हे विद्यार्थीदशेत समजत नसतं. प्राथमिक स्तरावर इ. १ली ते ५वी तील विद्यार्थ्यांकरीता शारीरिक शिक्षण व आरोग्य या विषयांतर्गत विविध अवयवांवर ताबा मिळवून कौशल्य संपादन करण्याच्या दृष्टीने धावणे, फेकणे, झेलणे आदि कसरतींचा अभ्यासक्रमात समावेश केलेला आहे. कार्यक्षमता वाढविणाऱ्या हालचाली करणे याचा अंतर्भाव शारीरिक शिक्षणात होतो. इंद्रिय विकास व

शरीराची सुदृढता यावर कार्यक्षमता अवलंबून असते. शारीरिक क्रियांचे कौशल्य वाढविणे, मूलभूत क्रिया(चालणे, फिरणे, उड्या मारणे, झेलणे, तोल सांभाळणे इत्यादी) सहज व कौशल्यपूर्ण होण्याकरिता शारीरिक शिक्षण आवश्यक आहे.

शारीरिक शिक्षणामुळे व्यक्तिमत्व विकास सहज सुलभ होण्यास मदत होते. व्यक्तीमत्व म्हणजे व्यक्तीच्या शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक, सामाजिक, अभिवृत्ति, अभिरुचि, कर्तुत्व, कलागुण यांचा वैशिष्ट्यपूर्ण संघात होय. आंतरिक व बाह्य व्यक्तिमत्व विकास होण्याकरिता शारीरिक शिक्षणाची गरज आहे. शारीरिक आरोग्य सुदृढ राहण्याकरिता शारीरिक शिक्षण देणे आवश्यक आहे. मानवी मनावर देखील शारीरिक शिक्षणाचे संस्कार होतात. आरोग्य चांगले असेल तर मनही चांगले राहते. शरीर आणि मन या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू आहेत म्हणून तर म्हंटल आहे. "Sound mind in a sound body. "शारीरिक शिक्षणामुळे निर्णय शक्तीचा विकास होतो, खेळामध्ये काही निर्णय तात्काळ घ्यावे लागतात उदाहरणार्थ प्रतिस्पर्धांवर चढाई कशी, कुठून करावी आपला बचाव कसा, कुठे करता येईल यासंबंधी निर्णय घेण्यासाठी सराव उपयोगी पडतो तर यासंबंधीचे धडे शारीरिक शिक्षणांतूनच मिळतात. तसेच संघनिष्ठा, राष्ट्रनिष्ठा, समाजनिष्ठा देखील वाढीस लागतात. व्यक्ती भावनांवर नियंत्रण ठेवून त्यांना सहज आवर घालू शकते. जय-पराजय, आनंद दुःख अशाप्रकारच्या भावनांवर नियंत्रण ठेवणारी समायोजन साधणारी व्यक्ती आनंदी जीवन जगण्यास लायक होते. तसेच आत्मविश्वास, सदाचार प्रामाणिकपणा, वक्तशीरपणा, तत्परता, निष्ठावान इत्यादी वैयक्तिक गुणांचा विकास होऊन सहकार्य, बंधुभाव आदरभाव, सहानुभूती, खिलाडूवृत्ती, समानानुभूतीही या गुणांची वाढ होते. नैतिक मूल्यांचे आपोआप संवर्धन होते. चारित्र्य घडविण्याचे काम शारीरिक शिक्षण करते.

वैदिक काळात देखील स्वसंरक्षण व स्वजाती संरक्षणाकरिता युध्दोपयोगी शिक्षण दिले जात असे. मध्ययुगीन काळात लढाऊ वृत्ती टिकवण्यासाठी कुस्ती, मल्लयुद्ध, अश्वारोहण,

नेमबाजी, तलवार चालवणे, भालाफेक, तिरंदाजी इत्यादी चा समावेश शारीरिक शिक्षणात होता. तसेच प्राणायाम सूर्यनमस्कार वनविहार इत्यादींचाही समावेश केला जात होता. समर्थ रामदासांनी गावोगाव बलोपासणेकरिता हनुमानाची मंदिरे उभारली. दंड बैठका, सूर्यनमस्कार, वजन उचलणे, कुस्ती, दांडपट्टा चालवणे, भालाफेक अनेक गोष्टींचा समावेश शारीरिक शिक्षणात होत असे.

भारत सरकारने शारीरिक शिक्षणाचे महत्त्व ओळखून ग्वाल्हेर येथे राणी लक्ष्मीबाई राष्ट्रीय शारीरिक शिक्षण संस्था 1957 मध्ये सुरू केली. तसेच पंजाब मधील पतियाळा येथे राष्ट्रीय क्रीडा प्राधिकरण 1961 मध्ये स्थापन केले. तेथे विशिष्ट खेळातील मार्गदर्शक तयार केले जातात. महाराष्ट्रामध्ये देखील औरंगाबाद येथे सहा आठवड्यांचा अभ्यासक्रम हा शिकविला जातो. 1912 मध्ये मध्यवर्ती सरकारने शारीरिक शिक्षणाकरता विशेष तरतूद केली होती. तेव्हापासून फुटबॉल, क्रिकेट सारखे खेळ सरकारी शाळांमध्ये शिकवले जाऊ लागले.

बहुतेक वेळा माध्यमिक व उच्च माध्यमिक स्तरावर शालेय विद्यार्थ्यांचा शालेय विषयांचा अभ्यासक्रम पूर्ण झाला नाही तर शारीरिक शिक्षणाच्या तासिकांचाच वापर अभ्यासक्रम पूर्ण करण्यासाठी केला जातो.. विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी असलेल्या या तासिकांचे महत्त्व दुर्लक्षिले जाते. विद्यार्थी संख्या बघता क्रीडा शिक्षकांची ही कमतरता शाळा-महाविद्यालयांमध्ये दिसून येते. 200 ते 400 विद्यार्थ्यांमागे एक क्रीडाशिक्षक नेमले जातात. शारीरिक शिक्षणातून तयार झालेले क्रिडापटू, क्रीडासंघ देशाला नावलौकिक मिळवून देतात. राष्ट्राच्या दृष्टीने हि अभिमानास्पद बाब असते. ऑलंपिक सामन्यांमध्ये विविध प्रकारची पदके प्राप्त करण्यासाठी शारीरिक शिक्षणाच्या माध्यमातूनच असे क्रीडापटू व संघ तयार होतात हे सत्य नाकारून चालणार नाही. म्हणूनच व्यक्तीमत्व विकास व राष्ट्रविकासाकरीता शारीरिक शिक्षणाचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे.

शारीरिक शिक्षणाने साधूया

सर्वगीण विकास विद्यार्थ्यांचा,
नैतिक मूल्यांच्या आधारे
गाठूया कळस प्रगतीचा....

सौ. आरती डिंगोरे, नाशिक.

9404687729

aartidingore@gmail.com

~~~~~

## 51) पुस्तक - सच्चा मित्र. "\*"

माणसाच्या आयुष्यात अनेक वेळा एकट्याने संकटाला सामोरे जायची वेळ येते. बरेचदा उपाय न सुचणाऱ्या गंभीर परिस्थितीचा सामना करावा लागतो. नातेवाईक, आप्तस्वकीय, मित्र किंवा मदतीचा कोणताही हात पुढे येत नाही. अशावेळी काय करावे, हे आपल्या मेंदुला सुचते, ते केवळ मेंदूच्या अनेक कप्प्यांमध्ये साठवून ठेवलेल्या आपल्या पुस्तकरूपी मित्राच्या सहाय्याने. जन्मल्यापासून मरेपर्यंत माणूस त्याच्या मेंदूच्या केवळ चाळीस टक्केच भाग वापरतो असे म्हटले जाते. खरे खोटे माहित नाही. पण लहानपणापासून आपण जेवढे वाचन केलेले असते, ते मात्र आपल्या मेंदूच्या कुठल्या न कुठल्या तरी कप्प्यांमध्ये साठवून ठेवलेले असते. त्या माहितीचा आधार आपल्याला वेळोवेळी होत असतो. वाचन मग ते कोणत्याही प्रकारचे असो. तुम्ही गोष्टीचे पुस्तक वाचा, अभ्यासाचे पुस्तक वाचा, ज्ञानसंवर्धनाची पुस्तक वाचा, विरंगुळ्यासाठी पुस्तक वाचा किंवा अध्यात्म चे पुस्तक वाचा. पुस्तके आपल्याला जगायला शिकवतात, पुस्तके आपल्याला जगाकडे बघायला शिकवतात. पुस्तके आपल्याला जगात वागायला शिकवतात. पुस्तके आपल्याला श्वास घ्यायला शिकवतात. पुस्तके आपल्याला इतरांना मदत करायला शिकवतात. आपल्या व्यक्तिमत्त्वाला समृद्ध करायला सगळ्यात जास्त मदत कोणाची होत असेल तर ती पुस्तकांची.... ! जीवनात सगळी माणसे तुमची साथ सोडतील, मित्रपरिवार, कुटुंबीय, तुमचे जोडीदार किंबहुना तुमची मुले सुद्धा तुमचा साथ सोडतील. तुम्ही कमावलेले पैसे, दागदागिने, रोख आणि जंगम मालमत्ता एवढेच काय पण, तुमची तब्येत सुद्धा तुमची साथ सोडते. अगदी शेवटच्या श्वासापर्यंत जर काही तुमच्या सोबत राहत असेल तर ते केवळ पुस्तकांच्या मदतीने तुमच्या डोक्यात राहिलेलं ज्ञान. जेव्हा हाती काहीच नव्हते, तेव्हा 10000 ओळी तोंडपाठ करून अंदामानातून आल्यावर स्वातंत्र्यवीर सावरकरांनी लिहून काढली होती. ही अलौकिक बुद्धिमत्ता, प्रज्ञा, ओज रूपाने प्रकट झाली ती

पुस्तकाच्या माध्यमातून. ज्ञानोबांनी सांगितलेली ज्ञानेश्वरी असेल किंवा तुकोबांनी सर्वसामान्यांच्या मुखामध्ये दिलेली अभंग वाणी असेल. या शाश्वत ज्ञानाचा उपयोग आपल्या आयुष्यात होत असतो.. आणि म्हणूनच संवर्धन करणारा मुख्य स्रोत म्हणून पुस्तके आपल्या आयुष्यात येतात आणि ती एका सच्चा मित्राची भूमिका पार पाडतात.

श्री. गुरुराज गणेश गर्दे.

समुपदेशक पुणे.

~~~~~

52) उद्याची पिढी व्यसनाधीश



व्यसन म्हणजेच एक सवय, ती एका चुंबकासारखी मनुष्याच्या शरीराला चिटकलेली आहे. आज आपल्या देशामध्ये मनुष्याला व्यसन करण्यासाठी नेमक कारण पाहिजेल असत. ते कारण दुःख असो, सुख असो किंवा मानसिक ताणतणाव असो या सगळ्या गोष्टींवर मात करण्यासाठी मनुष्य व्यसन करीत असतो. जी माणसे व्यसनाच्या आहारी गेली आहेत, त्याची उद्याची पिढी ही व्यसनाच्या आहारी जाण्याची ज्यास्त शक्यता आहे. याचे चालते बोलते उदाहरण म्हणजे, मी काही महिन्यांपूर्वी एका पार्टीच्या ठिकाणी गेलो असताना, या पार्टीमध्ये काही मुले आपल्या पाल्यांबरोबर पार्टीच्या ठिकाणी आलेले, त्यातले काही मुले एका टेबलावर बसून काही तर खेळ करताना मला लांबून दिसलीत. मी त्या मुलाकडे पाहत होतो. ती मुले पाण्याचा ग्लास घेऊन व चॉकलेटची काटी आपल्या हाताच्या दोन्ही बोटांमध्ये ठेऊन कोणतातरी खेळ खेळत असताना दिसले. मला त्या मुलांचा अजब असा खेळ कळला नव्हता. तेव्हा अचानक माझं लक्ष दुसऱ्या टेबलाकडे गेले. त्या मुलांचे पालक तिकडे सिगारेट व दारूसारखे व्यसन करीत असताना मला दिसले. तेव्हा मला कळलं की, ही मुले खेळ-खेळत नव्हते, तर ही मुले आपले पालक व्यसन करीत आहेत त्यांची इकडे कृती करत होतीत. मला हे सगळ पाहून असे वाटते की, हे पालक आपल्या मुलांना चांगले संस्कार द्यायच्या वयात, हेच पालक आपल्या मुलांना व्यसन कसे करावे हेच शिकऊन देत असावे. आज ही मुल आपल्या पालकांची कृती करताना दिसली, उद्या हीच पिढी दारूचा ग्लास व सिगारेट सारख व्यसन करालाही मागे पुढे बघणार नाही. या सगळ्या गोष्टी वर आजच्या पिढीने कुठे तरी आळा घातला पाहिजेत, तर आणि तरच उद्याची पिढी व्यसनमुक्त होऊ शकते...

प्रतिक विजय उकले, इचलकरंजी

तालुका - हातकणंगले जिल्हा - कोल्हापूर

मो. नं. 8624872409

~~~~~

## 53) माणसात दिसला देव



सर्वभूतस्थमात्मानं सर्व भूतानि चात्मनि  
ईक्षते योग युक्तात्मा सर्वत्र सम दर्शनम् :

भगवद् गीतेमधील सहाव्या अध्यायात भगवान श्रीकृष्ण म्हणतात, वास्तविक योगी सर्व प्राणीमात्रांना मध्ये मला पाहतो आणि सर्व प्राणिमात्रांना सुद्धा माझ्या मध्ये पाहतो. याचाच अर्थ प्रत्येकाच्या हृदयात भगवंताचा वास आहे आणि म्हणूनच आपल्याला प्रत्येकामध्ये भगवंताचा एक तरी गुण दिसतो. कुणामध्ये सेवाभाव आहे. तर कुणामध्ये दुसऱ्यांना ज्ञान देण्याची तळमळ आहे. कुणी परोपकारी आहे तर कुणी स्वतःचा आनंद दुसऱ्यांमध्ये सोधतांना दिसतोय. जर आपण पूर्णतः स्वच्छ मनाने व कुठलाही द्वेष मत्सर मनात न ठेवता तटस्थ होऊन या गोष्टीकडे बघितले तर आपल्याला देव माणसात पण दिसेल आणि चराचर सृष्टी मध्ये देखील दिसल्याशिवाय राहणार नाही. म्हणूनच एका महान कवीने म्हटले आहे कुठे शोधिसी रामेश्वर अन् कुठे शोधिसी काशी ? हृदयातील भगवंत राहिला हृदयात उपाशी. ह्या कविला तर भगवंत रिमझिम पाऊस धारा मध्येही दिसतो. मातीतून मोती पिकविणाऱ्या शेतकऱ्यांमध्ये ही दिसतो. एखाद्या कर्जबाजारी शेतकऱ्याला संकटसमयी मदत करणारा व्यक्ती देवाच्या समान वाटेल, स्वतःच्या कुटुंबातील एखाद्या सदस्याला झालेल्या मोठ्या आजारावर उपचार करून त्याला मरणाच्या दारातून परतवणारे डॉक्टर, नर्स देव वाटतील. त्या संकट समयी आर्थिक मदत करणारा आणि दोन शब्द धिराचे बोलणारा त्याप्रसंगी नक्कीच देव वाटेल. ग्लोबल अवॉर्ड विजेती सौंदर्यवती नमिता कोहक एकदा तिच्या आयुष्यावर बोलताना म्हणाली होती की हॉस्पिटल मधील नर्स अगदी देवासारखी माझ्या आयुष्यात आली आणि दुर्धर आजाराशी लढता लढता तिने मला स्पर्धे पर्यंत पोहोचवले. असे एक नाही अनेक उदाहरणे देता येतील एखाद्या गरजू विद्यार्थ्यांना शिक्षणामध्ये आर्थिक मदत करणारी व्यक्ती आयुष्यभर त्या विद्यार्थ्यांच्या आयुष्यात देवासमान पूजनीय असेल. त्याचप्रमाणे मीसुद्धा अनेक व्यक्तींमध्ये

देवाला बघते. सर्वात प्रथम मला घडवणारे माझे आई-बाबा, माझे आजोबा, माझे मावशी काका, हे सर्व माझ्यासाठी देवच आहेत आणि रक्ताच्या नात्या व्यतिरिक्त असलेली एक देवासमान व्यक्ती म्हणजे आमच्या शेजारच्या ताई सौभाग्यवती भामरे ताई. अत्यंत साधी राहणी आणि उच्च विचारसरणी, नेहमी हसरा चेहरा, घरी येणाऱ्या प्रत्येकाची विचारपूस करणे, आपल्या घासातला घास देणे असा ताईचा गोड स्वभाव. आर्थिक परिस्थिती अत्यंत बिकट असतानासुद्धा मुलांचे शिक्षण पूर्ण केले दोन्ही मुलांना इंजिनियर बनविले. मुलीचे शिक्षण पूर्ण करून थाटात लग्न करून दिले. हे करीत असताना कधीच कुरकुर नाही की दुःख नाही. प्रसंगी पापड लोणची बनवली ती विकली व त्यातून मुलांचे शिक्षण व उदरनिर्वाह सर्व केले. ह्या ताई माझ्या आयुष्यात आल्या तेव्हा माझे लग्न होऊन 1 वर्ष झाले होते अगदी आईच्या सारखे त्यांनी मला प्रेम दिले एवढेच नाही तर मला शिक्षण सुरू ठेवण्याची प्रेरणा दिली आणि अशाप्रकारे आमचे ऋणानुबंध जुळले. सात आठ वर्षांचा कालावधी लोटल्यानंतर त्यांनी माझ्या मध्ये असलेली शिक्षणाची आवड, तळमळ बघून की काय मला शिक्षिकेची नोकरी करण्याची प्रेरणा दिली व सांगितले मुलांची अजिबात चिंता करू नका मी त्यांना सांभाळते सांभाळते. ताईंनी माझ्या मुलांना केवळ सांभाळलचं नाही तर त्यांच्यावर स्वतःच्या नातवा सारखे प्रेम केले. संस्कार दिले. आज मी जे काही बनू शकले, जीवनात जे काही करू शकले ते त्याप्रसंगी त्यांनी मला जी साथ दिली त्यामुळे. त्याक्षणी खरोखर मला त्यांच्यामध्ये देव दिसला म्हणतात. त्या प्रत्येक स्त्रीला समजून घेऊन मदत करतात मग स्वतःला कितीही त्रास झाला तरी. अशा अध्यात्मिक वृत्तीच्या ताई देवाची भक्ती तर करतातच पण ती भक्ती खऱ्या अर्थाने आपल्या आचरणात आणून त्याप्रमाणे जगतात अशा निस्वार्थ प्रेम करणाऱ्या ताईंना उदंड आयुष्य लाभो हीच देवाकडे प्रार्थना

प्रा. सुनीता आवंडकर बारी मोतीवाला शिक्षणशास्त्र महाविद्यालय नाशिक

~~~~~


54) लॉकडाऊनमुळे मी काय शिकलो

खरं पाहिलं तर मनुष्य प्राणी हा आजन्म विद्यार्थी दशेतच राहतो.. तो प्रत्येक वेळेस या निसर्गाच्या सानिध्यात काहीतरी नवंनवीन शिकतच असतो.... मात्र गेली काही दिवस मला वेगळीच प्रचिती येत आहे... हल्ली अख्खं आयुष्य ज्याने नुसते कमाईच्या मागे घातले. भरपूर पैसा कमावला नोकर चाकर घरी ठेवलेत, मोठमोठाले बंगले बांधले, दरात भल्या मोठ्या गाड्या लावल्या. ते आज एका विषाणूने किंमत हिन करून टाकल्या.. तुम्ही कितीही मोठे झालात, भली मोठी संपत्ती जमा करून ठेवली तरी सुद्धा तुम्ही निसर्गाच्या पुढे जाऊ शकत नाही... या मानव जाती मध्ये अनेक प्रकारच्या प्रवृत्ती जन्माला आलेल्या आहेत.. कुणी गुंडगिरी करून, कुणी शावकारी करून तर कुणी मारामारी करून लोकांना भीती दाखवत असतात... पण आपले जीवन हे नश्वर आहे.. हे मात्र आता सर्वांनाच कळलेले आहे... एक सूक्ष्मजीव किती भयानक असतो.. याची प्रचिती सर्वांना आता आलेली आहे... गेली एक महिना आपण सर्वजण घरातच आहोत.. त्यामुळे आपल्या कुटुंबातील सदस्यांना आपण पूर्णपणे वेळ देत आहोत... हल्ली मोठमोठ्या शहरात राहणारे आज आपल्या मुळगावी कधीनव्हे आपल्या आई वडिलांसोबत राहत आहे... शेवटी आईवडिलांच्या कष्टाची व गावातील घराची किंमत सर्वांना कळाली आहे... विभक्त कुटुंब पद्धतीपेक्षा एकत्रित कुटुंब पद्धत कधीही चांगलीच हा फरक लॉकडाऊन मुळे आमलात आला आहे.. जीवन हे अमूल्य आहे.. त्याची काळजी कशी घ्यावी.. त्याची काळजी घेण्यासाठी आज धडपड करताना सर्वजण दिसत आहे....

शेवटी...

थांबले आहे जग सारे

आपण सुद्धा थांबुया

बसुन सारे घरातच

कोरोना हद्दपार करूया...

. जीवन अमुल्य आहे

याची जाण राहुद्या

लॉक डाऊन क्षणभंगुर आहे

घरातच जगण्याचा मार्ग शोधुया..

श्री समाधान बोरुडे ९२७००१८३५३

~~~~~

## 55) लॉकडाऊन आणि.....

लॉकडाऊन चे सुरुवातीचे दिवस फारच नैराश्याचे होते. घरातील रोजची कामं बाई नसल्याने वाढली होती. सवय नसल्याने अंगवळणी पडायला त्रास होत होता. सतत मनावर कोरोनाच्या संकटाचा आघात होत होता. मुलं पबजी खेळाच्या विश्वात होती. नवरा सतत टीव्हीवर नाहीतरी वर्क फ्रॉम होमच्या पडद्याआड होता. सासू सतत तब्येतीची तक्रार करत होती. आई बाबा जवळच राहत असले तरी त्यांची काळजी घेणारे कोणी नाही ही जाण सतत सलत होती. सकारात्मक असे काहीच जाणवत नव्हते. एक दिवस आनंद नाडकर्णी यांना ऐकलं. 'धोखा की मौका ' हे शब्द डोक्यात कोरून घेतले. मुलांशी संवाद साधला. आपण फक्त घरातच राहून अजून काय -काय करू शकतो ? भरपूर गोष्टी पुढे आल्या. मोठ्या मुलाने कुकिंग मधे रस दाखवला. आता पीठ मळणे हे त्याचं रोजचं टास्क आहे. रोज संध्याकाळी कापूर आणि तूप घालून नारळाच्या करवंटीपासून मच्छर पळवण्यासाठी धूर ही करतो. छोट्याला रोज गॅझेट्स सॅनिटाईझ कसे करायचे शिकवले. झाडांना ओंजारून गोंजारून पाणी घालणे ही नियमित करू लागला. आता आई ( सासू ) ला विश्वासात घेतले. आम्ही दोघी मिळून एकत्र व्यायाम करू लागलो. तक्रारींची जागा संभाषणाने घेतली. नवरा ही सामील झाला. मुलांनी हळूहळू पुढच्या शैक्षणिक वर्षाची तयारी सुरु केली. आता अवसाद गळू लागला होता आणि उत्साह चढू लागला होता. मी गेली दीड वर्ष शैक्षणिक विडिओ तयार करत होते. बरेच काम बाजूला पडले होते. एवढा वेळ मला कधी मिळेल ही कल्पना पण केली नव्हती. मग काय ! आता रोज एक विडिओ upload करते आहे. त्या प्रक्रियेत रोज काहीतरी नवीन शिकते आहे. Online test तयार करणे ही शिकले. संवाद साधून महत्वाचे. पण सर्वात महत्वाचा भाग 'धोखा या मौका '

आरती ठाकूर

~~~~~

56) निसर्ग आणि वसुंधरा

निसर्ग म्हणजे सृष्टी, पृथ्वी, पाणी, अग्नी, वायू व आकाश या पंचतत्त्वांनी बनलेली सृष्टी. या निसर्गाचे व मनुष्याचे नातं अगदी त्याच्या जन्मापासूनचे असते. मनुष्याचा जन्म याच निसर्गाच्या पंच तत्त्वातून होतो. व त्याच पंचतत्त्वात विलीन होतो. तेव्हा निसर्गाशी आपल नातं अतूट नाही का आहे? म्हणूनच या निसर्गाचं जतन करणं, पोषण करणं व त्याची वृद्धी करणे हे आपले कर्तव्य आहे. निसर्ग मानवा करिता खूप मोठे वरदान आहे. मानवाच्या मूलभूत गरजा या निसर्गाकडून पूर्ण केल्या जातात. निसर्गाच्या सोबतीत मनुष्यास खूप काही शिकायला मिळते, म्हणूनच काय तर नोबेल पुरस्कार विजेते गुरुदेव रवींद्रनाथ टागोर यांनी निसर्गातून शिक्षण मिळावे या करिता 'शांतिनिकेतन' नावाची शिक्षण संस्था सुरू केली. फुल काट्यात राहूनही फुलते, झाड नेहमी खंबीर उभे राहून मदत करते हे सर्व मानवास शिकवणच आहे. निसर्ग मानवास सातत्याने देतच असतो मग या निसर्गाला सुद्धा मानवाने काहीतरी दिले पाहिजे ना!

"जेथे दिव्यत्वाची प्रचिती

तेथेच कर माझे जुळती "

"निसर्गाची करणी आणि नारळात पाणी. " निसर्ग जर सुंदर आणि स्वच्छ ठेवलात तर सगळे अबाधित राहते. आणि निसर्ग आणि पृथ्वी जर कोपली तर संपूर्ण विध्वंस निश्चितच होतो. हे सगळे मानवी प्रवृत्तीवर अवलंबून असते. वरील दोन्ही म्हणीनुसार जेथे जेथे मानवाला दिव्यत्वाची प्रचिती येते तेथेच त्याचे कर अपोआप जुळतात. "निसर्ग, ही मानवाला मिळालेली एक देणगीच आहे. " पण मानवी प्रवृत्तीनुसार विनामूल्य मिळालेल्या देणगीचा नेहमी मनुष्य गैरवापरच करत आलेला आहे. कारण ते मानवाला विनामूल्य मिळालेले असते ना? पण त्याचे फळ मात्र हे शेवटी मानवालाच भोगावे लागणार आणि आजच्या पार्श्वभूमीवर हे सगळे चित्र

स्पष्ट होताना दिसतेच आहे. मानवाला जर विनामूल्य सगळेच मिळत गेले तर त्याला त्या गोष्टीची किंमत नसते. आणि परमेश्वर सुद्धा असंख्य वेळेस मानवाला सुधारण्याची संधी देतो पण त्याला जर पायावर दगड पडल्याशिवाय कळतच नाही तर त्याला ईश्वर तरी काय करणार ? सुंदर निसर्ग आणि वसुंधरा मिळूनही मानवाने संपूर्ण सृष्टीचा विनाश करायला मानवच कारणीभूत आहे. त्याची असंख्य उदाहरणे खालीलप्रमाणे - प्लास्टिकच्या अतिवापरामुळे संपूर्ण सृष्टीचा विनाश होतोय. आणि प्लास्टिक हे जमिनीत मिसळत नाही. म्हणजेच त्याचे विघटन सुद्धा होत नाही. असा किती तरी टन कचरा पृथ्वीवर खचून भरला आहे. त्याचे दुष्परिणाम आपण बघतच आहोत. विविध कारखान्यांचे दुषित पाणी नद्यांमध्ये मिसळल्यामुळे त्या दूषित होत आहेत. मानवाच्या अतिरिक्त वृक्षतोडीमुळे संपूर्ण सृष्टी विनाशाकडे जाऊ लागली आहे. वृक्ष तोडून त्या जागी सिमेंटच्या मोठमोठ्या इमारती उभ्या राहत आहेत. वृक्षतोडीमुळे सगळ्यात मोठा दुष्परिणाम म्हणजे पृथ्वीवर ओझोनच्या कवचाला छिद्र पडले आहेत. सूर्याचे अतिनील किरण या छिद्रांमधून पृथ्वीवर प्रवेश करतात व पृथ्वीवरील तापमान वाढवतात. वायू प्रदूषणामुळे माणसाला श्वास घेणेही आता कठीण झालं आहे. मानवाच्या आहारावर देखील बंधन नाही राहिले. मानव विनाशाकडे झुकतो आहे. आजच्या स्थितीत कोरोनाचे संकट प्रत्येक राष्ट्रावर ओढावले आहे, बोलायचे झाल्यास कोरोना या महाभयंकर रोगाने मानवाच्या सर्व अतिरेकावर बंधन घातले. व आता निसर्ग आणि वसुंधरा स्वतःला नव्याने सुधारित आहेत. वाढत्या आधुनिकीकरणामुळे, प्रदूषणामुळे, निसर्गाचे सौंदर्य दिवसेंदिवस कमी होत आहे. वृक्षतोडी झाल्यामुळे पाऊस कमी पडत आहे. आणि यामुळे निसर्गाचे भयंकर रूपाचे दर्शन आपणास घडत आहे. निसर्गा च्या समतोल बिघडल्यामुळे विविध प्रकारचे विषाणूजन्य आजारांचा मानवाला सामोरे जावे लागत आहे. त्यात कोरोना सारख्या महाभयंकर रोगाचे थैमान हे जगभर सुरू आहे. याचा अनुभव संपूर्ण मानव जातीला येत आहे. मानव घरात राहात असल्यामुळे कदाचित पुन्हा निसर्गाचे उत्तम स्वरूप आपणा सर्वांना अनुभवास येत

आहे. तेव्हा आपले हे कर्तव्य आहे की निसर्गाचे संतुलन ठेवले पाहिजे कारण मनुष्याचे व निसर्गाचे अतूट नाते आहे. तुकाराम महाराजांनी आपल्याला कितीतरी शतकांपूर्वी सांगितले

"वृक्षवल्ली आम्हा सोयरे वनचरे।

पक्षीही सुस्वरे आळविती ॥

येणे सुखे रुचे एकांताचा वास।

नाही गुणदोष अंगा येती ॥"

सौ. योगिता नागमोती, नाशिक

~~~~~

## 57) निसर्ग आपला सखा

सर्व सजीव प्राणी मात्रांना जगण्यासाठी मुबलक अन्न, हवा, पाणी, सूर्यप्रकाश उपलब्ध असलेला एकमेव ग्रह म्हणजे पृथ्वी होय. इथल्या काळ्या मातीत पिकणारे मोती हे मानवाची उपजीविका भागविणारा एक अत्यंत महत्वाचा घटक आहे. वनस्पतींच संगोपन करणारी माती वेळप्रसंगी प्राण्यांची विष्ठा, वनस्पतींचा पालापाचोळा एकंदरीत टाकाऊ पदार्थ आपल्या उदरात सामावून घेते. कालांतराने त्यापासून पुन्हा वनस्पतींची निर्मिती होते. यातूनच निसर्गाचे औदार्य रूप दिसून येते.

मन उल्हासीत करणारा सूर्योदय, वसंत ऋतूत झाडांना फुटणारी पालवी, रंगबिरंगी फुलांनी सजलेला परिसर, त्या फुलमधून मध गोळा करण्यासाठी भुंग्याची धडपड, झाडांच्या सावलीत पक्षांच्या किलबिलाट, फुलपाखरांची पकडा पकडी, सायंकाळी हिरव्या, पिवळ्या वसुंधरेवर केशर पिंपडून खडकाच्या मागे होणारा तो सूर्यास्त. हे सर्व विलोभनीय दृश्य नेत्रसुख देणारं असलं तरी सहजासहजी पाहायला मिळणे कठीणच. त्याला कष्टाची जोड असावी लागते तेव्हा वसुंधरेसारखी अप्सरा जगी दुसरी कुणी नाही हे आपल्या ज्ञानात येईल.

वाढत्या लोकसंख्येमुळे राहण्यासाठी जागेचा प्रश्न उद्भवतो. एका घरात 2 भाऊ असतील तर एकाला राहत्या घरापासून वेगळं स्वतःच सिमेंटच स्वतंत्र घर हवं असतं. हक्काच्या जागेवर कसंही चिरफाड करून, वर्चस्व गाजवून आपण त्या जमिनीचे लॉकडाऊन करत आहोत हे आपल्या गावी ही नसते. मी थोड्या अधिक प्रमाणात निसर्गाची हानी केली आहे हे मानायला माणूस कधीच तयार नसतो. तेव्हा खऱ्या अर्थाने तो माणूस हिंस्त, क्रूर आणि स्वार्थी बनलेला असतो.

ज्या निसर्गामुळे मानवाचे जीवन बहरले त्याच्याच जीवावर उठलेली आजची पिढी म्हणजे पृथ्वीवर झालेल्या अफाट गर्दीचाच भार आहे असे म्हणायला हरकत नाही. देणाऱ्या जवळ हिरावून घेण्याचीही ताकद असते असे म्हणतात. जेव्हा ही ताकद निसर्ग दाखवायला लागेल तेव्हा मानवी जीवन अवघड होईल. जीवनावश्यक पंचमहाभुते मिळवितांना मानवाच्या नाकी नऊ येतील आणि मानवी जीवन धोक्यात येईल. म्हणून अजूनही वेळ गेलेली नाही. मित्र, बंधू, सखा, मायबाप, परमेश्वर यांची भूमिका बजाविणाऱ्या प्राणप्रिय निसर्गाला जापुया.

"निस्वार्थ निसर्ग प्राणप्रिय सखा आपला

जीवनातील रस सर्व निसर्गात सामावला"

नम्रता दिलीपराव उभाळे

रा. तिवसा (अमरावती)

~~~~~


58) *मरावे परि अवयवरूपी उरावे!*



नांदेड येथील ज्येष्ठ, व्यासंगी पत्रकार श्री माधव अटकोरे यांनी निष्ठेने, मेहनतीने, जिद्दीने लिहून प्रकाशित केलेले आणि मला अगत्याने दिलेले ' अवयवदान: पार्थिवाचे देणे ' हे पुस्तक वाचले. अनेक महिन्यांपासून श्री अटकोरे यांच्या अवयवदानासंदर्भात जनजागृतीपर कार्यक्रमाविषयी ऐकून होतो. त्या संदर्भातील त्यांचे काही लेखही वाचण्यात आले होते. या अभियानाविषयी त्यांची तळमळ एवढी पराकोटीची आहे की, पदरमोड करून, प्रसंगी पोटाला चिमटा घेऊन त्यांनी हे पुस्तक प्रकाशित केले आहे. पार्थिवाचे देणे हे नावच अत्यंत काव्यात्मक आहे. हे समर्पक शीर्षक महाराष्ट्रातील ख्यातनाम समीक्षक, नाटककार श्री दत्ता भगत यांनी सुचविले असल्याचे लेखक आदरपूर्वक सांगतात.

आत्मा सोडून गेलेले शरीर म्हणजे पार्थिव! जिथे आत्मा नसलेल्या शरीराजवळ जाण्याचे अनेक लोक टाळतात तिथे त्या पार्थिवाचा एखादा अवयव घेऊन गरजवंताला दान करणे, तो अवयव जिवंत ठेवून त्या माणसाच्या शरीरात स्फूर्ती, चैतन्य निर्माण करून त्याला नवजीवन देणे हे कार्य खरोखरीच महनीय, वंदनीय आणि अनुकरणीय आहे. अवयवदान ही चळवळ तशी शासन अंगीकृत अशी आहे. लेखक माधवराव हे या चळवळीकडे एक चळवळ, एक शासकीय योजना म्हणून बघत नाहीत तर त्यासाठी ते तन-मन-धनाने उतरतात. त्यासाठी वाहून घेतात, सर्वस्व झोकून देतात. त्यांच्या 'न भूतो न भविष्यती ' अशा कार्यातून अवयवदानाचे कार्य आता चळवळ राहिली नसून एका क्रांतीची नांदी दिसत आहे, एक ललकारी देते आहे. क्रांती केवळ रक्तरंजीत असते असे नाही तर ती विनाशस्त्रानेही होऊ शकते. ती असते विचारांची, शब्दांची आणि लेखनीची क्रांती. माधव अटकोरे हेही अशाच एका क्रांतीची मशाल घेऊन गल्लीपासून थेट दिल्लीपर्यंत धडक देतांना दिसत आहेत.

जनजागृतीचे एक महत्त्वाचे साधन म्हणजे लेखणी! पत्रकारिता करत असताना शब्द आणि लेखणी ही त्यांची दोन महत्त्वाची साधनं, अस्त! या दोन्ही आयुधांचा त्यांनी अवयवदान अभियानात अत्यंत जाणीवपूर्वक, कौशल्याने वापर करून घेतल्याचे पार्थिवाचे देणे हे पुस्तक वाचताना लक्षात येते. एकूण दोनशे आठ पानांच्या या पुस्तकात त्यांनी जणू याच संकल्पनेचा जागर मांडला आहे. विविध परिशिष्टासह स्वतःच्या एकूण एकोणसाठ लेखांचा समावेश करताना त्यांनी या विषयावर अनेकांना लिहिते केले आहे. अधिकारी, पदाधिकारी, लेखक, डॉक्टर, नागरिक यापैकी कुणाचे लेख, कुणाच्या कविता, कुणाचे आवाहन, मतमतांतरे या सर्वांनी परिपूर्ण असे हे पुस्तक आहे.

माधव अटकोरे यांनी पार्थिवाचे देणे या पुस्तकात समाविष्ट केलेले लेख अनेक वर्तमानपत्रात प्रकाशित झालेले आहेत. त्या लेखातून जनसामान्यांपासून सर्व स्तरावरील नागरिकांचे देहदान, अवयवदान या संबंधाने निश्चितच जनजागरण झाले असल्याचे दिसून येते. वाचकांच्या, दिग्गजांच्या आलेल्या प्रतिक्रिया, मतं, अनुभव आणि लेख या सर्वांना एकत्र पुस्तकरूपाने प्रकाशित करण्याचा विचार पुढे आला परंतु, सोबतच पैशाचा ही प्रश्न समोर उभा राहिला. समाजसेवा आणि पैसा या दोन गोष्टी म्हणजे जणू रेल्वेचे समांतर जाणारे रुळ! मैलोनमैल प्रवास केला तरीही दोन्ही रुळ योग्य अंतर राखून असतात. तद्वत समाजसेवा आणि आर्थिक स्थिती यांचे असते. शेवटी मुलांनी कर्ज काढून रक्कम उभी केली आणि माधवरावांची पुस्तक प्रकाशित करण्याची इच्छा पूर्ण झाली. या पुस्तकात वाचायला मिळणारी माहिती लेखकाने अतिशय परिश्रमपूर्वक जमा केली असल्याचे पुस्तक वाचताना लक्षात येते. जिथे कुठे अवयवदानाचे कार्य चालते, जिथून कुठून अवयवदानाची माहिती मिळवता येईल, सोबत यथोचित आकडेवारी देता येईल ते सारे जमा करताना अटकोरे यांना किती कष्ट पडले असतील त्याची कल्पनाच केलेली बरी. बरे, एवढी सारी पदरमोड, कष्ट करून ही पुस्तक प्रकाशित झाल्यानंतर पुस्तक विक्रीतून झालेला खर्च वसूल करण्याचा विचारही त्यांच्या मनात आला नाही. उलट माधव अटकोरे यांनी या पुस्तकाच्या सातशेपेक्षा अधिक प्रती विनामूल्य

आणि कुरिअर, स्पिडपोस्ट अशा माध्यमातून स्वखर्चाने पाठविल्या हे सांगताना त्यांच्या चेहऱ्यावर समाधानाचे भाव ठळकपणे जाणवतात. एखाद्या ध्येयाने पेटलेली व्यक्ती काय करू शकते याचे जिवंत उदाहरण म्हणजे माधव अटकोरे!

या चळवळीला वाहून घेताना असे काय घडले याचे विवेचन करताना माधव अटकोरे सांगतात की, 'अवयवदान श्रेष्ठ दान ' या लेखमालेची प्रेरणा कविवर्य मंगेश पाडगावकर यांची 'मृत्यूला

म्हणतो' ही कविता! हिच कविता जीवनाचा खरा अर्थ उलगडून सांगते, जीवनस्त्रोत असल्याचे अटकोरे विनयाने सांगतात. नेत्रदान, रक्तदान, किडनीदान, देहदान, त्वचादान, मुत्रपिंडदान, यकृतदान, स्वादुपिंडदान, आतडीदान, फुफ्फुसदान, गर्भाशयदान इत्यादी अवयवांचे दान जिवंतपणी वा मरणोपांत मानवप्राणी करू शकतो हे अत्यंत प्रभावीपणे अटकोरे सांगतात. त्याचवेळी पार्थिवाचे देणे हे पुस्तक लेखक अंजनाबाई लहाने यांना अर्पण करतात. या मागे लेखकाची भूमिका अत्यंत प्रांजळ आहे कारण या अंजनामाता केवळ तात्यासाहेब या अपत्याला जन्म देऊन थांबत नाहीत तर त्या तात्यांना स्वतःची किडनी देऊन मातेचे आगळेवेगळे कर्तव्य आणि एक उच्चतम आदर्श समाजापुढे ठेवतात. त्यांच्या या महत्तम त्यागातून डॉ. तात्यासाहेब लहाने प्रेरणा घेऊन पुढे नेत्रशस्त्रक्रियेचा जागतिक विक्रम होईल असा पराक्रम करतात. तब्बल दीड लाख नेत्रशस्त्रक्रिया करणाऱ्या तात्यांच्या कार्याची नोंद घेऊन केंद्र सरकारने त्यांचा 'पद्मश्री' हा सन्मान देऊन गौरव केला आहे. मातेने किडनी देऊन आपणास पुनर्जन्म देऊन नवजीवन दिले या पवित्र भावनेने डॉ. लहाने हे ज्या दिवशी किडनी प्रत्यारोपण झाले तो दिवस स्वतःचा वाढदिवस म्हणून साजरा करतात. या सोबत ज्या ज्या लोकांनी अवयवदान केले त्यांची माहिती माधव अटकोरे यांनी अत्यंत हृदयद्रावक भाषेत पुस्तकात नमूद केली आहे. अंजनाबाई लहाने यांच्याप्रमाणेच स्वतःच्या पंचवीस वर्षांच्या मुलाला स्वतःची किडनी देणारी माता औरंगाबाद येथे असताना आमच्या शेजारी राहात होती.

औरंगाबादपासून जवळ असलेल्या एका खेड्यातील एक सधन शेतकरी कुटुंब मुलाच्या त्या शस्त्रक्रियेसाठी औरंगाबाद येथे अनेक महिने येऊन राहिले होते. त्या तरुण मुलाची किडनी प्रत्यारोपणाची यशस्वी शस्त्रक्रिया झाल्यानंतर ते कुटुंब त्या आदर्श मातेसह स्वगृही परतत असताना कुटुंबातील प्रत्येकाच्या चेहऱ्यावर असलेला आनंद, समाधान अजूनही माझ्या स्मरणात आहे. धन्य त्या माता!

श्री माधव अटकोरे यांच्या अथक परिश्रमानंतर अनेकांनी देहदान, अवयवदानास संमती दिली असल्याची माहिती त्या दानशूर व्यक्तींच्या नावासह पुस्तकात वाचायला मिळते. श्री अटकोरे यांचे पुत्र सदानंद आणि रश्मी यांचा ०५ नोव्हेंबर २०१७ या दिवशी पुणे येथे विवाह संपन्न झाला. नवविवाहित जोडप्याने स्वतःच्या लग्न सोहळ्यात देहदानाचा संकल्प केला. यापेक्षा आणखी मोठे यश ते कोणते? नागपूर येथील प्राध्यापक योगेश बनकर यांचा विवाह २९ मार्च २०१७ रोजी प्रियंका बागडे यांच्याशी झाला. नवदाम्पत्याने लग्नमंडपात अवयवदानाचा निश्चय जाहीरपणे घेतला. असे अनेक अनुभव माधव अटकोरे यांनी पुस्तकात शब्दबद्ध केले आहेत. लेखक अटकोरे यांची भेट एका सत्तर वर्षांच्या ज्येष्ठासोबत झाली. बोलताना त्या व्यक्तीने स्वतःची त्वचा दान करण्याचा संकल्प केला असल्याचे सांगितले. त्या निर्णयामागे असणारी प्रेरणा स्पष्ट करताना तो महातारा (म्हातारा नव्हे) म्हणाला की, त्याच्या नात्यातील एका तरुणाने स्वतःची त्वचा अशा एका तरुणीला दान केली आहे की, जिचा चेहरा कुण्या तरी माथेफिरुने अँसिड हल्ला करून विद्रुप केला होता. दानामागचा शुद्ध हेतू लक्षात येताच वाचणारा, ऐकणारा दोघेही अशा 'कर्णापुढे', त्यांच्या दानशूर भावनेपुढे नतमस्तक होतात.

अजून एक भावविभोर करणारी, संवेदनशील मनाला अंतर्मुख करणारी, चटका लावणारी घटना लेखकाने नमूद केली आहे. दिल्लीजवळ असलेल्या रोहतक येथील एका टँक्सीचालकाच्या चाळीस वर्षांच्या पत्नीने स्वतःच्या मुलाला चांगल्या शाळेत प्रवेश मिळावा म्हणून स्वतःची किडनी विकायला काढली. किडनी विकताना आणि नंतर मुलाला चांगल्या

शाळेत प्रवेश देताना ते कुटुंब दोन्ही ठिकाणी असलेल्या दलालांच्या जाळ्यात अडकते. परंतु, त्या मातेला एक समाधान निश्चित लाभले ते असे की, किडनी गेली, दलालांनी लुटले तरीही माझ्या मुलाला मला हव्या त्या शाळेत प्रवेश देता आला. अवयवदानाचा ही बाजार होतो हे आकडेवारीसह लेखक वाचकांपुढे मांडतात. त्या संदर्भात वेगवेगळी उदाहरणे देताना 'मराठवाड्यात किडनी अँटॅक', आणि 'भारत दानापेक्षाही तस्करीतच पुढे' हे दोन लेख वाचकांपुढे अवलोकनार्थ ठेवतात.

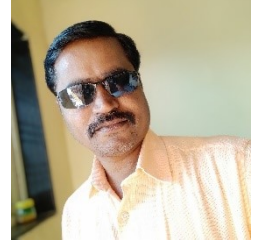
अवयवदान : पार्थिवाचे देणे हे पुस्तक वाचनीय तर आहेच परंतु भविष्यात घडू पाहणाऱ्या क्रांतीचे आपण साक्षीदारच नव्हे तर भागीदार असू शकतो अशी भावना निर्माण करणारे आहे. लेखक माधव अटकोरे हे जवळपास चाळीस वर्षांपासून पत्रकारिता क्षेत्रात आहेत. प्रत्येक क्षेत्राशी त्यांचा जवळचा संबंध आहे. त्यामुळे त्यांची भाषा ओघवती, सरळ, सोपी आणि सहज समजेल अशी आहे. पुस्तकाच्या सातशेपेक्षा अधिक प्रती स्वखर्चाने, मोफत पोहचवूनही माधव अटकोरे यांचा अवयवदानाचा यज्ञ शांत न होता अजूनही धगधगतो आहे. लवकरच त्यांच्या पार्थिवाचे देणे या पुस्तकाची दुसरी आवृत्ती प्रकाशित करण्याचा त्यांचा मानस आहे. या दुसऱ्या आवृत्तीसाठी अनुभव, लेख, कविता, चारोळी पाठविण्याचे आवाहन ते वाचकांना करत आहेत. श्री माधव अटकोरे यांच्या जिद्दीला, मेहनतीला, प्रामाणिकतेला सलाम! त्यांच्या धडपडीला शुभेच्छा!

नागेश सू. शेवाळकर

पुणे (९४२३१३९०७१)

~~~~~

## 59) तरुण भारत देश घडवू या..... !



जगात लोकसंखेच्या बाबतीत भारत दुसऱ्या क्रमांकावर असलेला देश आहे. आज भारत देशाची लोकसंख्या सव्वाशे कोटी च्या वर पोहोचली आहे. यात 20 % बालक आणि 20 % वृद्ध तर बाकी 60 % च्या वर तरुणाची संख्या आहे हे विशेष म्हणूनच भारताला तरुणाचा देश असे संबोधले जाते. ज्या देशात एवढ्या मोठ्या प्रमाणात तरुणाची संख्या असेल तर त्या देशाची प्रगती लक्षणीय आणि वेगात असायला पाहिजे. पण नेमके उलट या ठिकाणी पाहायला मिळते. आमच्या कडे मनुष्यबळ, शक्ती आणि युक्ती सर्व आहे, तरी भारत आज स्वातंत्र्याच्या सत्तरीत असून देखील प्रगती पथावरच आहे म्हणजे अजून ही रस्त्यावर आहे त्याला अजून खूप काही करणे शिल्लक आहे. असे का ? आज आपण जपान या देशाच्या विकासाकडे पाहिलो तर लक्षात येईल की त्या देशाने कमी वेळात एवढी प्रगती कशी केली असेल ? त्याला एकमेव कारण म्हणजे तेथील कोणताच व्यक्ती रिकामा नसतो, बेरोजगार नसतो. तो सदानकदा काही ना काही काम करीत असतो. आळस हा माणसाचा शत्रू आहे हे गौतम बुद्धाचे वचन त्यांनी आत्मसात केले म्हणून आज जपान मधील प्रत्येक वस्तु देश विदेशात आढळून येते. वास्तविक पाहता जपानची लोकसंख्या भारतच्या तुलनेत फार कमी आहे परंतु तेथे बेरोजगार कमी आहेत हे विशेष. त्याउलट आपल्या देशात दिसून येते. येथे आपल्या देशात आळस हा माणसाचा शत्रू नसून मित्र बनला आहे. काम करणाऱ्या युवकापेक्षा बेरोजगार युवकांची संख्या भरमसाठ आहे. व्यक्तीच्या हाताला काम असेल तर त्या ठिकाणी फक्त त्या व्यक्तीचा विकास होत नसून त्याच्या सोबत त्याच्या कुटुंबाचा, समाजाचा, गावाचा, राज्याचा पर्यायाने देशाचा विकास होतो. परन्तु आपल्या देशातील युवकांना रोजगार का मिळत नाही किंवा युवक असे भटकण्याच्या कोंडीत का सापडत आहेत ? यावर विचार करणे आवश्यक आहे. स्वातंत्र्याच्या शंभरीत तरी भारत जगाच्या नकाशावर ठळक उठून दिसण्यासाठी आज या समस्येची उकल शोधणे किंवा यावर संशोधन करून त्यावर उपाययोजना करणे गरजेचे आहे.

\* बेरोजगार युवक - देशात सध्या दोन प्रकारचे बेरोजगार युवक आढळून येतात. अशिक्षित आणि सुशिक्षित बेरोजगार. अशिक्षित मंडळी त्यांना ज्याप्रकारचे काम जमते त्याप्रकारचे काम ढोर मेहनत करीत करतात. त्याचा म्हणावा तसा मोबादला त्याला मिळत नाही म्हणून खूप कष्ट आणि काम करून देखील त्याचा आणि त्याच्या कुटुंबाचा विकास होत नाही. त्याच्याकडे शक्ती आहे मात्र त्या शक्तिचा वापर योग्य प्रकारे कसा करावा याचे ज्ञान नसल्यामुळे त्याची पूर्ण मेहनत त्याचा विकास करू शकत नाही. त्यासाठी या युवकांना प्रथम आपल्या शक्ती आणि त्याच्या किमतीची जाणीव करून द्यायला हवी. अश्या बेरोजगार युवकाची संख्या तुलनेने कमी आहे. मात्र सुशिक्षित बेरोजगार युवकाची संख्या भरपूर आहे ज्याचा विपरीत परिणाम देशाच्या विकासावर होत आहे.

वयाची 18 वर्षे पूर्ण झाली की तो भारताचा सक्षम नागरिक बनतो. त्याला मतदान करण्याचा अधिकार प्राप्त होतो. या वयापर्यन्त त्याचे उच्च माध्यमिक शिक्षण देखील पूर्ण झालेले असते. येथून पुढे त्याच्या जीवनाला कलाटणी मिळणार असते. या वयात घेतलेल्या निर्णयावर संपूर्ण आयुष्य अवलंबून असते. येथील निर्णय अचूक असणे आवश्यक असतात आणि येथेच चूका होताना दिसून येत आहे म्हणून खूप मोठी समस्या निर्माण होत आहे. माध्यमिक आणि उच्च माध्यमिक शिक्षण घेताना मुलांना भविष्यातील त्यांचे चित्र दाखविण्याचे काम शिक्षणाच्या माध्यमातून येथे करायला पाहिजे. काही व्यावसायिक शिक्षणाची ओळख येथे झाल्यास मुले त्या अभ्यासक्रमाकडे वळू शकतील. त्यांच्या मध्ये व्यवसाय विषयी गोडी निर्माण होईल. सर्वच मुले हुशार नसतात त्यामुळे त्यांच्या क्षमता ओळखून तसे शिक्षण घेण्याची सुविधा या स्तरावर मिळाले तर योग्य राहते. मात्र याच ठिकाणी मुलांना मार्गदर्शन मिळत नाही आणि भविष्यात ते भटकतात. एखादे कौशल्यपूर्ण शिक्षण पूर्ण केल्यास शिकलेल्या माणसाला त्यात मार्ग सापडतो. मात्र युवक या क्षेत्रात येण्यास तयार नाहीत. त्यांना बेकार फिरणे आवडत आहे मात्र काम करणे अजिबात आवडत नाही. कारण त्यांना या विषयी काहीच गंध नसतो, त्यांच्या मध्ये काम करण्याची चेतना जागीच केल्या जात नाही. आज श्रमप्रतिष्ठा हे मूल्य कमी

होत चालले आहे असे म्हणणे चुकीचे ठरणार नाही. याचाच विपरीत परिणाम युवकाच्या जीवनावर झाला आहे किंवा होत आहे. रिकाम्या माणसाच्या डोक्यात भुताचा वास असतो असे इंग्रजीत एक वाक्य आहे त्यानुसार बेरोजगार युवक म्हणजे रिकामी डोके त्यामुळे त्यांच्या डोक्यात नेहमी भुताचा वास असतो. ते देशाच्या प्रगतीचे विचार करण्याऐवजी देश विघातक किंवा वाईट काम करण्यास प्रवृत्त होत आहेत. समाधानकारक जीवन जगण्यासाठी सर्वात महत्वाचे आहे पैसा आणि पैसा कमविण्यासाठी काम करावे लागते. दे रे हरी पलंगावरी च्या वृत्तीनुसार आळसी बनलेल्या युवकांना काम न करता झटपट खूप पैसा मिळावा अशी अपेक्षा असते आणि त्यासाठी ते कोणतेही काम मग ते चांगले असो किंवा वाईट याचा अजिबात विचार न करता काम करायला तयार असतात. याचाच गैरफायदा काही लोक घेतात. देश विघातक कार्य करणारे काही समाजकंटक लोक अश्या गरजू युवकांना अलगद जाळ्यात अडकवितात आणि मग सुरु होतो त्याचा जीवघेणा प्रवास. ते अश्या दलदल मध्ये फसतात की त्यांची ईच्छा असून देखील त्यांना बाहेर पडता येत नाही. दहशतवादी किंवा नक्षलवादी बनण्यात युवकाची संख्या मोठी असण्यामागे हेच कारण नसेल कश्यावरून ?

हाताला काम नसल्यामुळे हे युवक वाईट व्यसनाच्या विळख्यात अडकले आहेत. दारू पिणे, तंबाखू खाणे, चरस, गांजा, अफु याचे सेवन करणे आणि समाजात गैरवर्तन करणे असे प्रकार वाढीस लागले त्यास फक्त एकच कारण आहे ते म्हणजे युवकाच्या हाताला काहीच काम नसणे. त्यामुळे युवकास काम देणे गरजेचे आहे. रिकामटेकडे इकडून तिकडे फिरणे, दिवसभर अन रात्रभर फेसबुक आणि व्हाट्सएप्प सारख्या सोशल मिडियाचा जास्त वापर करणे, मित्रासोबत अवांतर गप्पा मारत बसणे याशिवाय सध्या युवकांना दूसरे काहीच काम दिसत नाही. सुखदेव राजगुरु आणि भगत सिंग यांच्या सारखी स्फूर्ती आजच्या युवकात दिसून येत नाही कारण आज आपण स्वतंत्र आहोत आपणास त्यासाठी कोणाला भांडण करत बसायचे काम नाही. याची जाणीव त्यांना झाली आहे. सर्व काही आयते मिळत आहे त्यांना त्यासाठी वेगळे कष्ट करण्याची गरज नाही. मुले रिकामी हाताने फिरत आहेत याची काळजी



त्या युवकापेक्षा त्याच्या पालकाना जास्त आहे. शिक्षण घेतलेला युवक आज शेतात काम करायला तयार नाही. मग एवढं शिक्षण घेऊन काय फायदा असे त्याचे बोलणे असते. यात युवकाची स्थिती मात्र धोबी का कुत्ता सारखी झाली आहे ना घरचा ना घाटचा. काम नसलेल्या व्यक्तीला समाजात दुय्यम स्थान असते असे म्हणण्यापेक्षा कुणी ही विचारत नाही. समाजात आपली पत आणि प्रतिष्ठा मिळविण्यासाठी काम करणे अत्यंत महत्वाचे आहे.

देशातील गलिच्छ राजकरणाचे युवक बळी पडत आहेत. हुशार राजकारणी मंडळी या युवकांचा निवडणुकीच्या कामासाठी तात्पुरता वापर करतात आणि निवडणूक संपल्यावर वाऱ्यावर सोडून देतात. काही ठिकाणी असे दिसून आले आहे की बरीच नेते मंडळी आपल्या सोईसाठी काही युवकाचे पालनपोषण करतात. त्यांना आळशी बनवितात. यामुळे आता युवकांनी जागे होऊन स्वतः राजकारणात शिरकाव करणे आवश्यक आहे त्या शिवाय देशाची प्रगती अशक्य आहे. युवकांनी रोजगाराच्या मागे न धावता आपण रोजगार तयार करणे देशाची गरज आहे. आज भारत देशाला नरेंद्र मोदी सारखे हुशार पंतप्रधान लाभले आहेत. त्यामुळे जगाचा भारत देशाकडे पाहण्याचा दृष्टिकोण देखील बदलला आहे. मेक इन इंडिया सारखे उपक्रम देशात चालू झाले आहेत. आज देशाला हुशार, उद्योगी आणि कर्तबगार युवकाची खरी गरज आहे. युवक मित्रांनो आळस झटका आणि कामाला लागून एक समृद्ध भारत घडवू या

- नागोराव सा. येवतीकर, विषय शिक्षक

कन्या शाळा धर्माबाद, 9423625769

~~~~~

मित्रहो, पुस्तकं वाचून कोणी शहाणं होतं का?

हो! आम्ही म्हणतो वाचनाने माणूस शहाणं होतं. वाचन करणारी माणसं त्यांच्याबरोबरच्या वाचन न करणाऱ्या माणसांहून अधिक प्रगल्भ आणि विचारी असतात.

कोणत्याही प्राण्याला, सजीवाला, अनुभवाने शहाणपण येतं. प्रत्यक्ष अनुभवासारखा शिक्षक नाहीच. इतर प्राण्यांना काही प्रमाणात त्यांचे जन्मदाते थोडंफार शिक्षण देतात. पण मानव हा असा प्राणी आहे ज्याला पुर्वी जगलेल्या आणि आता जिवंत नसलेल्या माणसांचे अनुभवही शिकता येतात. ते पुस्तकांद्वारे. माणसाला आपल्या सभोवताली नसलेल्या, दूर देशातल्या माणसांचे अनुभव समजून घेऊन शिकता येतं. तेही पुस्तकांद्वारे. प्रत्यक्ष अनुभवांहून चांगला शिक्षक नाहीच. पण इतरांना आलेले अनुभव, त्यांनी खाल्लेल्या ठेचा याही माणसाला शिकवतात आणि शहाणे करून सोडतात.

म्हणून वाचा. वाचत रहा. इतरांना वाचायचा आग्रह करा. वाचाल तर वाचाल हे शंभर टक्के सत्य आहे. एक एक पुस्तक म्हणजे व्हिटामिनची एक एक गोळी असते असं समजा. शहाणं करून सोडणारं व्हिटामिन. आणि जसे इतरांचे अनुभव तुम्हाला शहाणं करतात तसे तुमचे अनुभव इतरांना सांगून त्यांना शहाणं करायचं काम तुम्ही करू शकता. तुम्ही तुमचे अनुभव लिहून ई साहित्यकडे पाठवा. बाकी सर्व आम्ही बघू.

मंडळी!

वाचायला तर हवंच!

पण वाचून झाल्यावर प्रतिसादायलाही हवं...

...आणि स्वतःही लिहायला हवं.

