



## विद्या प्रसारक मंडळ, ठाणे

मासिकाचे नाव	•	दिशा
संपादक	•	डॉ. विजय वा. बेडेकर
प्रकाशक	•	विद्या प्रसारक मंडळ
प्रकाशन वर्ष	•	२००७
वर्ष	•	आठवे
अंक	•	३
पृष्ठे	•	४० पृष्ठे

गणपत्रिका विद्या प्रसारक मंडळाच्या  
“ग्रंथालय” प्रकल्पांतर्गत निर्मिती

गणपत्रिका निर्मिती वर्ष : २०१०

गणपत्रिका क्रमांक : ११४



विद्या प्रसारक मंडळ  
स्वप्ना • विद्या • ज्ञान

व्ही. पी. एम्.

# दिशा

वर्ष आठवे/अंक ३ /फेब्रुवारी २००६

## संपादकीय

### अर्थसंकल्प

दिशाच्या फेब्रुवारीचा अंक आपणापर्यंत पोचविण्यास विलंब होत आहे, त्याबद्दल दिलगीर आहोत. दिशाच्या आजवरच्या वाटचालीत प्रथमच इतका उशीर होत आहे याची जाणीव आहे.

मार्च महिना उजाडता, उजाडता प्रतिवर्षाच्या रिवाजानुसार केंद्रीय अर्थसंकल्प संसदेस सादर करण्यात आला. सर्वसामान्य नोकरदार वर्गाच्या अपेक्षा असतात त्या प्रामुख्याने आवकरातील सवलतीबाबत व पेट्रोल डिझेलसह जीवनावश्यक गोष्टी स्वस्त होण्याबाबत! महागाईचे स्वरूप पाहता वात गैर काही नाही. पण प्रथमदर्शाने तरी या अपेक्षा पूर्ण होतील असा दिलासा या अर्थसंकल्पाने दिलेला नाही, अशा सामान्यांनी दिलेली प्रतिक्रिया आहे.

या संदर्भात कर न भरणारा किंवा जाणिवपूर्वक कर चुकवणारा असा जो एक मोठा वर्ग देशात आहे, त्याचा अर्थ मंत्रालयाने विचार करावयास हवा. या वर्गासाठी वेगळी कट्टरपणाली असावला हवी. कर न भरणे किंवा तो चुकविणे अशा वृत्तीच्या माणसांमुळे देशाच्या प्रगतीच्या वेगावर नक्कीच प्रतिकूल परिणाम होतो.

केंद्र शासनाने बाबरोबर ज्येष्ठ नागरिकांच्या प्रश्नांचा प्राधान्याने व वेगळा विचार करावयास हवा, अशी काळाची गरज आहे. जगभराची लोकसंख्या विचारात घेतली तर त्या लोकसंख्येतील एक विशिष्ट भाग ज्येष्ठ नागरिकांचा आहे. त्यांची संख्या जगभरच झपाट्याने वाढत आहे. एकीकडे आयुर्मान वाढत आहे तर माणूस कार्यक्षम राहण्याचे व्योमान खाली घेत आहे. प्रदूषण, ताणतणावांसह अनेक समस्यांचा गुंता असा आहे की माणसाची कार्यक्षमता लवकर संपून अर्धाजिन क्षमता घटत आहे. त्यामुळे या घटकाचा विचार प्रामुख्याने करावयास हवा. त्यांचे आवकरपात्र उत्पन्न हा घटक तर आहेच, त्याचबरोबर त्यांना दिल्या जाणाऱ्या इतर सोयी, सवलती, वयाची अट याबाबतच्या धोरणांचा सर्वंकष पुनर्विचार आवश्यक आहे.



व्ही. पी. एम्.

# दिशा



वर्ष आठवे / अंक ३ / फेब्रुवारी २००७

संपादक

डॉ. विजय बेडेकर

कार्यकारी संपादक

श्री. मोहन पाठक

'दिशा' प्रारंभ जुलै १९९६

(वर्ष ११ वे / अंक ८ वा)

कार्यालय

विद्या प्रसारक मंडळ

डॉ. बेडेकर विद्यामंदिर

नौपाडा, ठाणे - ४०० ६०२

दूरध्वनी : २५४२ ६२७०

www.vpmthane.org

मुद्रण स्थळ :

परफेक्ट प्रिंटस्,

नूरीबाबा दर्गा रोड, ठाणे.

दूरध्वनी : २५३४ १२९१

२५४१ ३५४६

Email : perfectprints@gmail.net

## अनुक्रमणिका

१) योगी श्री अरविंद (लेखांक चवथा)	श्री. शं.वा. मठ	३
२) Wisdom वाट	श्री. यशवंत साने	७
३) याला जीवन ऐसे नाव	श्रीमती पद्मा मेहंदळे	१४
३) कलाध्यापकहो, उत्तिष्ठत, जाग्रत..	सौ. मंजिरी दांडेकर	१७
४) गीताई	श्रीमती आशा भिडे	१९
५) कालनिश्चयनासाठी उपयुक्त ठरणारा महत्वाचा संदर्भ ग्रंथ	प्रा. मोहन पाठक	२१
६) मनातील हाव	श्री. मोहन पाठक	२३
७) विपश्यना	श्री. गोएंका आचार्य	२६
८) आधुनिक ग्रंथालयात मी घालविलेले दोन तास	श्री. श्रीकृष्ण गोविंद पारनाईक	२९
९) स्मरणशक्ती वाढविणारे मेंदूचे व्यायाम		३२
८) परिसर वार्ता		३३

या अंकात व्यक्त झालेली मते त्या लेखकांची वैयक्तिक मते असून त्या मतांशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही.

## योगी श्री अरविंद (लेखांक चवथा)

योगी अरविंद यांच्या चरित्राचा पुढील भाग येथे देत आहोत - संपादक

### काही विशेष घटना

कर्मयोगिन् कार्यालयाची झडती घेणे व श्रीअरविंदाना अटक करणे हे शासनाचे ब्रेत होते. श्रीअरविंद पुढच्या खोळीच्या विचारात होते. त्यांना आदेश मिळाला, 'चंद्रनगरला जा', त्यांना हा आदेश ऐकू आला. ही दैवी वाणी ते पाळीत असत. दहा मिनिटात गंगातीर गाढून ते फ्रँच भारतातल्या चंद्रनगरास जाणाऱ्या नौकेवर चढले. चंद्रनगरात ते गुप्तपणे लपून राहिले. १९१० साली आपला टावठिकाणा शत्रूला लागू नये म्हणून वारंवार निवासस्थान बदलत असत. तेथील मोतीलाल रॉय यांनी ही सारी व्यवस्था केली. कर्मयोगिन् च्या संपादकाचे काम भगिनी निवेदिता यांनी घ्यावे असे श्रीअरविंदांनी कळविले.

या सान्या गडबडीत आपली साधना श्रीअरविंदांनी चालू ठेवलेली होती. सत्य शिकण्यासाठी श्रीअरविंद या धर्तीवर अवतीर्ण झाले होते. ते म्हणत, मनुष्यप्राणी हा मध्यावस्थेतला असून तो मानसिक संवितीने जगत असतो. पण त्याला नवी संविती ईश्वरी सत्याची संविती प्राप्त करून घेणे शक्य आहे. पूर्णपणे सुसंवादी सत्, प्रवृत्त, सुंदर आनंदमय, पूर्णपणाने ज्ञानमय असे जीवन व्यतीत करण्याची क्षमता त्याच्या जवळ असते. श्रीअरविंद या संवितीलाच उन्मनी अवस्था असे म्हणतात. तिची स्वतःच्या ठिकाणी प्रतिष्ठापना करण्यासाठी, तिचा साक्षात्कार साधण्यात आपल्या भोवती जमा झालेल्यांना साहाय्य करण्यात त्यांनी वेळ घालवला. उन्मनी संविती विकसित करून त्याने आत्म्याचा आंतरविकास साध्य करून घेणे हा त्यांच्या योगाचा उद्देश होता.

श्रीअरविंद इहलोकाविषयी किंवा भारताच्या भवितव्यतेविषयी उदासीन नसून ते आध्यात्मिक अनुभवाच्या काही उच्चतर अवस्थेत निवृत्त होऊन राहिले होते. जगातल्या सान्या क्रिया या आध्यात्मिक संवितीच्या परिघात सामावून जांवन ग्रमहाधिष्ठित करावयाचे आणि त्याला आध्यात्मिक आशयाची जोड द्यावयाची असा त्यांचा उद्देश होता. या अवस्थेत त्याने भारत व जग येथील चडांमोडींकरडे वारकाईने लक्ष दिले होते. आवश्यकतेनुसार ते सक्रिय हस्तक्षेपही करीत असत. ती त्यांच्या ठिकाणच्या आध्यात्मिक शाक्तीने व मूक आध्यात्मिक कार्याने.

पांडीचेरीला पोहचल्यापासून १९१० च्या ऑक्टोबरपर्यंत श्रीअरविंद कोम्टी चेट्टी रस्त्यावरील शंकर चेट्टी घरात राहिले होते. पुढे आपले वास्तव्य श्रीअरविंदांनी सुंदर चेट्टी यांच्या मालकीच्या घरात हलविले. ब्रिटिशांचे प्रयत्न चालूच होते. फ्रँच हिंदुस्थानात राहणाऱ्या शरणार्थींना आपल्या स्वार्थीन करावे यासाठी फ्रँच शासनावर ब्रिटिश शासनाने दडपण अधिकच वाढविले. श्रीअरविंदांची ओढगस्त चालू होती. त्यांना २३ दिवस अनशन करावे लागले. योग आदी चालू होते. अशक्तपणा जाणवला नाही.

मॉरा रिचर्ड या फ्रँच युवती २९ मार्च १९१४ रोजी दुपारी साडेतीन वाजता श्रीअरविंदाना पहिल्यांदा भेटल्या. १९१० साली तिने श्रीअरविंदाना स्टार ऑफ डे डिची प्रतिकृती पाठवून दिली. श्रीअरविंदांनी त्याचा प्रतीकात्मक अर्थ विशद केला. आपल्याला त्यांच्याच संगतीत कार्य करावयाचे आहे. याची साक्ष तिला पटली.

पहिल्याच भेटीत तिने ओळखले, ज्याना आपण श्रीकृष्ण म्हणत असू आणि जे आपल्या साधनेत मार्गदर्शन करीत ते ईश्वरभूत गृहस्थ हेच. मीरा रिचर्ड यांचा जन्म पॅरिसमध्ये २१ फेब्रुवारी १८७८ साली झाला. त्या म्हणत मी जन्माने फ्रेंच असले तरी मनाने भारतीय आहे. लहानपणापासून त्या वेगळ्याच होत्या. त्यांच्या वयाच्या सातव्या वर्षी त्यांना एका मुलाने वेडावून दाखविले. दम भरताच तो जास्तच चेकाळला. तेव्हा तिने त्याला पकडला व उचलून खाली आदळला. तिला कालीची शक्ति प्राप्त झाली होती. त्या २२ फेब्रुवारी १९१५ ला पॅरिस गेल्या.

श्रीअरविदांनी १५-८-१९१४ साली माताजींच्या सहकार्याने 'आर्थ' नाराचे एक नियतकालिक चालू केले. यात दुहेरी हेतू होते. जीवनातील उच्चतम समस्यांच्या सुव्यवस्थित अभ्यास आणि दुसरा पाश्चात्य व पौरात्य लोकांच्या धार्मिक परंपरात सुसंवाद प्रस्थापित करणारी ज्ञान समन्वयी भूमिका. आर्यमध्ये श्रीअरविदांची फार मोठमोठी पुस्तके प्रसिद्ध झाली. लार्ड डिव्हाइन, सिथेसिस ऑफ योग, ह्यूमन सायकल, दि आयडिया ऑफ ह्यूमन युनिटी, दि सिक्रेट ऑफ वेद, एसेज ऑन गीता, फाउंडेशन ऑफ इंडियन कल्चर, फ्यूचर पोप्येट्री इत्यादी ग्रंथ क्रमशः प्रसिध्द होत असत. 'आर्थचे' प्रकाशन १९२१ साली बंद पडले.

दिनांक २४ एप्रिल १९२० साली श्री माताजी पुनः पाँडिचेरीस आल्या. श्रीअरविदाना त्यांच्या कामात आणि साधनेत सहकार्य व मदत देण्यासाठी आल्या यावेळ पोवतो श्रीअरविदानो कोणालाच शिष्य म्हणून स्वीकारले नव्हते. माताजी आल्या व अधिकाधिक लोक आध्यात्मिक मार्ग अनुसरण्यासाठी पाँडिचेरीला येऊ लागले. त्यांच्या पालन पोषणासाठी आणि मार्गदर्शनासाठी साधकांचे सामूहिक जीवन संघटित करण्यात आले. त्यांची सर्व व्यवस्था हळूहळू माताजींनी हाती घेतली. त्यांचे खाणेपिणे, आरोग्य संपन्न जीवन यासाठी त्यांची व्यवस्था करावयाची

होती. आपोआपच निरानिराळी खाती सुरु झाली. आणि अशा रितीने १९२६ मध्ये आश्रमाची स्थापना झाली.

१९२६च्या सुरुवातीपासूनच साधकांना मार्गदर्शन करण्याचे काम माताजींकडे आपोआप गेले. कारण श्रीअरविद अधिकाधिक एकांतात जाऊ लागले. साधना व साधकांची व्यवस्था माताजी साभाळू लागल्या. नित्याचे ध्यान अधिक एकाग्र व तीव्र होऊ लागले. एखाद्या उच्च शक्तीचे अवतरण होणार असे सर्व साधकांना वाटू लागले. श्रीअरविद अत्यंत एकाग्रतेने या अवतरणासाठी तयारी करीत होते. १४-११-१९२६ या दिवशी उच्चतर शक्ती खाली अवतरली. माताजींनी या दिवसाला विजयदिन असे म्हटले. ही श्रीअरविदांच्या कार्यातील एक मोठी महत्त्वाची पायरी होती. या शक्तीला श्रीअरविद अतिमानस असे म्हणतात. या शक्तीचे ज्ञान आपणास होणे कठीण आहे. श्रीअरविदांनी याबद्दल स्पष्टीकरण दिल्यामुळे थोडाफार बोध होणे शक्य आहे.

अतिमानस म्हणजे भगवंताची संपूर्ण सत्य चेतना. या अवस्थामध्ये सर्वात उच्च पातळी म्हणजे अधिमानस. ती प्रकाशमय व शक्तिमय आहे. आधी आधिमानस अवस्थेला पोहोचून ती शक्ती खाली आणली पाहिजे. त्याशिवाय अतिमानसाचे अवतरण कदापि शक्य नाही. कारण अधिमानस ही मधली वाट आहे. आपल्याला या गोष्टीचे आकलन होऊ शकत नाही. आपल्या मनाची शक्ती अत्यंत मर्यादित उच्चतर शक्तीविषयी श्रीअरविद 'सावित्री' मधे म्हणतात. अशी एक चेतना आहे जिला मन स्पर्श करू शकत नाही व विचारही व्यक्त करू शकत नाही. २४-११-१९२६ या दिवशी श्रीअरविदांच्या प्रचंड आध्यात्मिक कार्याचा एक नवीन अंक सुरु झाला. या दिवसापासून श्रीअरविद संपूर्ण एकांतात गेले.

**एकांतवास आणि कार्य :-**

एकांतात गेले तरीही जगातील व भारतातील

घडामोडी व त्यांचे बारकाईने लक्ष होते व काही वेळा त्यात हस्तक्षेपही केला. साधकाना मार्गदर्शन करण्याच्या कामात माताजीना सहकार्यही केले. श्रीअरविंद वर्षातून फक्त चारचवेळा सार्वजनिकदर्शन देत. श्रीअरविंद म्हणत बाह्यकार्य माताजीकडून होत असल्याने त्याकार्यातून मला मोकळे राहता येते. मला माझ्या खऱ्या कार्यासाठी त्यामुळे वेळ मिळाला आहे.

### त्यांचे खरे कार्य :-

त्यांचे खरे कार्य समजावून घ्यायचे झाल्यास त्यांच्या योगाविषयी समजावून घेतले पाहिजे. योग-मानवी आत्म्याचे भगवंताशी ऐक्य. या ऐक्याप्रत नेणारे जेजे मार्ग, संप्रदाव, साधनास असतील त्या सर्वांना योगमार्ग म्हटले जाते. श्रीअरविंदांच्या योगाचे उद्दिष्ट, दिव्य सत्याचा प्रकाश, शक्ती आणि आनंद जीवनात उतरून त्याचे संपूर्ण परिवर्तन करणे हा होता.

या पृथ्वीवर व भौतिक अस्तित्वात दिव्य जीवन निर्माण करणे हे अंतिम उद्दिष्ट आहे. जीवन हे देवाच्या दिव्य ज्योतीचा आविष्कार व्हावा, अव्यक्त भगवंतासाठी आहे. भगवंतावर प्रेम करणे, त्याच्या स्वभावाशी आपल्या स्वभावाचा सूर मिळविणे, आपली इच्छाशक्ती, आपली कार्ये आणि आपले जीवन भगवंताच्या हातातील साधन बनविणे हे माझ्या योगाचे उद्दिष्ट आहे.

ते म्हणतात विश्वाच्या बाह्य दृश्यामागे एक सत्व आहे. आत्मा, चैतन्य आणि एक सनातन आहे. तोच भगवंत त्याच्यातच सर्व प्राणिमात्र सर्व जीव एकरूप आहेत. परंतु प्रकृतीच्या विभिन्न पडद्यामुळे त्याच्या खऱ्या आत्म्याविषयी अज्ञान आहे. योगाने हा पडदा दूर सारता येतो. मगच मनुष्य खऱ्या आत्म्याविषयी, दिव्यत्वाविषयी जागृत होतो.

### विकास क्रम :-

श्रीअरविंदांची शिकवण अशी आहे की जग हे चढत्या विकास क्रमाचे एक क्षेत्र आहे. भूमी आहे. जड कोटीतून वनस्पती, वनस्पतीतून पशु, पशुतून मानव, असा विकास क्रम आहे. ह्या क्रमात मानव जरी अखेरचा असला तरी तो सर्व श्रेष्ठ मानता येणार नाही. कारण तो भौतिक प्रकृतीत संपूर्णतः पशुच आहे. विचार करणारा व बोल्ड शकणारा पशु. या विकासाची पुढील पायरी चढून जावेच लागेल. पशु तुल्य मानव दिव्य मानव झाला पाहिजे. यालाच श्रीअरविंद अधिमानस किंवा अतिमानस चेतना म्हणतात.

### माताजी म्हणतात :-

आयुष्यात ही चेतना स्वतःमध्ये प्रस्थापित करण्यासाठी आणि तिच्या भोवती जमलेल्या तिचा साक्षात्कार व्हावा, तिची प्राप्ती व्हावी यासाठी श्रीअरविंदानी सर्व वेळ कारणी लावला. हेच त्यांचे मुख्य कार्य होते.

भगवंताचा साक्षात्कार करून घेणे प्रेम, आदर, भक्ती यांनीयुक्त होऊन त्या भगवंताकडे जाणे, आपल्या कर्माने त्याची सेवा करणे, आणि त्याचे ज्ञान करून घेणे, शेवटी सत्याच्या प्रकाशाने आपली संपूर्ण प्रकृति दिव्य बनवून रुपांतरित करून ती भगवंतास समर्पित करणे हाच सर्वांग परिपूर्ण योगाचा मार्ग आहे.

१९३८ नोव्हेंबरपासून श्रीअरविंदानी आपला कार्यक्रम बदलला, कारण एकाकी वसूनही सत्य प्रकाशाशी विरोध करणाऱ्या अंधःकाराच्या सेनेशी लढत होते. अचेतना आणि असत्य या घोर अंधाराच्या गर्तेत त्यांना खोल बुडी मारावी लागली होती तेथे सत्याची कावमची प्रतिष्ठापना करण्यासाठी अंधःकारतून पृथ्वीचा उद्धार करण्यासाठी, तिला भगवंताकडे नेण्यासाठी, त्यांना उग्र लढाई करावी लागली. पृथ्वीवर आणि मानवात प्रकाश, सत्य, शांति व आनंद आणण्यासाठी त्यांनी हे महान कार्य हाती घेतले होते.

## श्रीअरविंद म्हणतात :-

माझ्यामध्ये अमर प्रेमाची वृत्ती मानवतेला आणि जीव्यासाठी आपले बाहू पसरित आहे. अंधःकाराच्या शक्तीच सत्याच्या विरुद्ध संघर्ष करित आहेत असे नव्हे तर अखिल पृथ्वीच व मानव देखील त्याला विरोध करित आहे. सर्वोच्च सत्याला मानव धाबरतात. प्रकाशांचा प्रकाश ते अमान्य करतात. त्यामुळेच लढावे लागत आहे.

श्रीअरविंद गुप्तरुपाने आध्यात्मिक लढाई लढले. विश्व शक्तीवर अविरत कार्य करण्यासाठी आपली शक्ती उपयोगात आणली. हिटलर आणि नाझी यांच्या पाठीमागे काळ्या आसुरी शक्ती उभ्या आहे. त्या यशस्वी झाल्यास संपूर्ण मानवात अशुभ शक्तीच्या गुलामगिरीत पिचली जाईल. मानवाच्या आध्यात्मिक विकासाचे चक्र उलटे फिरविले जाईल म्हणून ते लढाईच्या अगदी कसोटीच्या क्षणाला मध्ये पडले. त्यांनी आपली शक्ती लावली आणि दोस्त राष्ट्रांच्या बाजूने सारीचक्रे फिरू लागली. त्याप्रमाणे भारतावर आघात करून, चढाई करून, तो जिंकण्याचा जपानचा हेतू जेव्हा उघड झाला, तेव्हाही जपानी आक्रमणा विरुद्ध त्यांनी आध्यात्मिक शक्ती लावली. आणि जपानच्या विजवाची आशा मावळून प्रचंड जमीनदोस्त पराभवामध्ये त्याचे रूपांतर झाले.

१५-८-१९४७ या दिवशी भारताने आपले स्वातंत्र्य जाहीर केले. हा काही योगायोग नव्हता. तर खरोखरीच श्रीअरविंदाच्या कार्यावर दिव्य शक्तीचा संमति दर्शक मुद्रांकित झाल्याचे ते चिन्ह होते. कारण याच दिवशी श्रीअरविंदांचा जन्म दिनही होता.

या दिवशी (१५-८-१९४७) श्रीअरविंदानी दिलेला संदेश :-

१५-८-१९४७ हा दिवस स्वतंत्रभारताचा जन्मदिन आहे. त्याच्या दृष्टीने एक प्राचीन युग संपून नवीन

युगाचा प्रारंभ या दिनाने सूचित होतो. परंतू स्वतंत्रराष्ट्र या नात्याने आपल्या जीवनाने आणि कृतीने आपण या दिवसात अखिल जगतासमोर उघड्या जाणाऱ्या नवीन युगाच्या मानवतेच्या राजकीय, सामाजिक, सांस्कृतिक आणि आध्यात्मिक भवितव्याचा एक महत्वाचा दिनांक असे स्वरूप देऊ शकू.

१५ ऑगस्ट हा माझा जन्म दिन आहे आणि त्याच दिवसाला इतका विराल अर्थ प्राप्त व्हावा ही गोष्ट साहजिकच मला संतोषदायक असणार. जी जी जागतिक आंदोलने सफल झालेली मी माझ्या आयुष्यात पाहिली अशी मी आशा बाळगली होती, पण त्यावेळी ती सत्य सृष्टीत उतरण्यास अशक्य अशा स्वप्नासारखी दिसत होती, ती बहुतेक सर्व आज एकतर जवळजवळ सफल होत असलेली किंवा सफलतेच्या मार्गास लागलेली असून प्राप्तव्याकडे प्रगत होत असलेली मी पहात आहे. या सर्व आंदोलनात स्वतंत्र भारत फार मोठा वाटा उचलू शकेल आणि नेतृत्व करू शकेल.

(क्रमशः)

- श्री. शं.बा.मठ

६, कुमार आशिष, राम मास्ती रोड,

ठाणे - ४०० ६०२.

दूरध्वनी : २५३३ २०३०

फेब्रुवारी अंकास झालेल्या

विलंबाबद्दल क्षमस्व!

-संपादक

## Wisdom वाट

श्री. यशवंत साने यांच्या वैचारिक लेख मालिकेतील पुढील लेख देत आहोत- संपादक

### 'शहाणपण' ही काय चीज आहे?

"प्रोग्रॅम मिळेल कां हो बाजारी?" माझ्या तरुणपणी हे गाणे लोकप्रिय होते. त्याच चालीवर 'शहाणपण' मिळेल कां हो 'ग्लोबलायझनी?' असे नवे 'साँग पॉप्युलर' आहे. मोबाईल फोन वर तसा 'ट्युनच' आहे म्हणतात!! 'वादळवाट' सारखा!!

माफ करा!! माझ्या मराठी लिखाणाची!! पण, साहित्य संमेलन आणि सरकार दरवारी सध्या तरी 'ध्याच मराठीची' तरफदारी चालली आहे.

पण, आपल्याला त्या वादात शिरावयाचे नाही. पण 'भारत महान' (सरकारी घोष वाक्य), [आर्थिक प्रांतात (Economic)] आणि जगातून आतंकवादाविरुद्ध लढईचा 'बुश दावा' व इराक मध्ये मोझा संहारक, लढा, ह्या मोर्चांतील प्रतिनिधीक हरवलेला 'शहाणपणाचा' तलास घ्यावयाचा आहे.

पणजी गोवा येथे फेब्रुवारी ८ ते १०, २००७ ह्या दिवशी एक 'कॉन्फरन्स' भरत आहे. तिथे मी एक 'पेपर' दिला. कॉन्फरन्स चा विषय आहे. "Ancient wisdom Brought to modern Times - Pathway to higher consciousness."

ही कॉन्फरन्स 'International Indology' ह्या विषयासाठी Kala Academy - Panaji Goa इथे झाली.

### शहाणपण व काँशसनेस :-

शहाणपण म्हणजे काय? 'प्राचीन शहाणपण' ही आणखी कोणती वर्गवारी? शहाणपण आणि काँशसनेस हांचा संबंध काय? काँशसनेस 'उच्च प्रतीचे' म्हणजे

काय? असे प्रश्न स्वाभाविकपणे पडावयाला हवे.

पण, ह्या सर्व प्रश्नांचे उत्तर मी माझ्या पेपरच्या नांवात देउन टाकले !!

"Adoption of the Vedic Wisdom to Human life for Revolution to Divine Consciousness."

आता या उत्तरातले शहाणपण सांगणे हे अर्थातच माझ्या 'सहस्रशीर्षावर' येऊन पडले, पण, पुरुषसुक्त आणि वेद, उपनिषद व समग्र वेद वाडमय व ज्ञान पाठीशी असल्यावर कुठल्याही शंकेला चाव नाही.

### Modern Life & Divine Life

मॉडर्न लाईफच्या व भौतिकवादी, वैश्ववृत्तीच्या पाश्चिमात्य संस्कृतींवर चालणाऱ्या समाजाच्या अधःपाताची एक, दोन, ठळक उदाहरणे पाहूया व त्या वाटचालीत 'शहाणपणा' औषधाला मिळतो आहे का हे शोधुया. मग, आपण खऱ्या "दैवी" शहाणपणाच्या खुणा कुठल्या संस्कृतीत मिळतात ते पाहू या!!

सोवत Times of India च्या फेब्रुवारी २००७ च्या अंकात "Global Warming May bring more misery : Experts" ह्या शीर्षकाची Photo Copy नं-१ चित्र पहा

### त्यातले महत्वाचे मुद्दे खालीलप्रमाणे.

- जगातले सर्वश्रेष्ठ वैज्ञानिक शुक्रवारी असे म्हणाले की ग्लोबल वॉर्मिंग (वैश्विक उष्मीकरण) हे मानव निर्मित आहे.
- त्यामुळे दुष्काळ, उष्ण हवेची लाट, पाऊस व समुद्राची पाण्याची उंचावलेली पातळी पुढच्या १००० वर्षांपर्यंत भोगावी लागेल.



**Global warming may bring more misery : experts**

Paris: The world's top climate scientists on Friday said global warming was man-made, spurring calls for urgent government action to prevent severe and irreversible damage from rising temperatures. The UN's intergovernmental panel on climate change, which groups 2,500 scientists from over 130 countries, released a landmark report predicting more droughts, heat waves, rains and a slow gain in sea levels that could last for more than 1,000 years. The report put the probability of the link between human activity and global warming at more than 90%, as against the 66 to 90% likelihood it had signalled in 2001.

"Clearly, we are endangering all the species on earth, we are endangering the future of the human race," IPCC chairman R K Pachauri said, "We are probably beyond the stage where we could have called it urgent. I would say it is immediate," he added, referring to the need for governments to act to reduce emissions. Environmental campaigners urged the US and other industrial nations to significantly cut their emissions of greenhouse gases in response to the report. The report said temperatures were likely to rise by 1.1 to 6.4 degree Celsius (a wider range than in the 2001 report) by 2100, with probable 2 to 4.5 degree range if carbon dioxide doubled from pre-industrial levels. Sea-levels gain by the end of the century may range from 18 to 59 cm, with an additional 10-20 cm being possible if recent, surprising melting of polar ice sheets continues. AGENCIES

३. हे स्पष्ट आहे की आपण ह्या पृथ्वीवरील सर्व जीवसृष्टीला व मानव जातीला धोक्याच्या खाईत टाकतून देत आहेत.
४. पृथ्वी (उत्तर व दक्षिण) क्षेत्रातील पृथ्वीवरील बर्फ वितळण्याचा प्रकार चालू राहिला, तर उष्णतामान १.१ ते ६.४ डिग्री सेल्सियस पर्यंत वाढेल समुद्राची



पाण्याची पातळी ही धोकादायकपणे वाढेल व सर्वनाशाची सावली पडेल.

५. २५०० वैज्ञानिक १३० देशांतून आले, त्यांनी निरनिराळ्या देशांतील प्रस्थापित सरकारांना ह्या धोक्याची जाणीव देउन तत्काळ योग्य कृतीचे आवाहन केले.

ह्या संदर्भात "The green house effect" ह्याचे

बोलके चित्र नं.२ छपले आहे. चित्र बोलके आहे पण ऐकणारे शहाणे नाहीत, हे आपल्याला माहीत आहे.

कारण 'Rawlsian Equity' म्हणजे भविष्यातील पिढीचे कल्याण संभाळण्याची जबाबदारी ही प्रत्येक मावळत्या सद्य पिढीची असते असे 'शहाणपणाचे तत्वज्ञान' आहे.

पण, ह्या जबाबदारीतील उघट पळवाट न समजणारे सध्याचे राजकारणी व सामाजिक नेतृत्व अडाणी आहेत, असा कृपा करून समज करून घेऊ नका. कारण लक्षात आले कां? हे पुढच्या १००० वर्षात भोगावयाला लागणार आहे. आता नाही! आता तर फक्त इलेक्शन जिंकणे व सत्ता काबीज करणे हेच 'शहाणपणाचे' निर्देशक आहे, नव्हे काय?

आता, ह्या भविष्यातील नवीन पिढीची जबाबदारी कशी 'जाणीवपूर्वक' संभाळली जाते आहे हे यु.पी. संयुक्त प्रांतातील, मुलायम सिंह ह्या चीफ मिनिस्टरच्या आपिपत्याखालील 'नॉईडा' ह्या श्रीमंत रेसिडेशल सेक्टर मधील राक्षसीपणे केलेल्या लहान बालके ह्यांच्या हत्याकांडा संघर्षातील आहे. भोषण आहे. राक्षसी आहे. हिंसक आहे, फिळसवाणे आहे!!



सोबत चित्र नं ३.

### "Serial Killer Preyed on Kids"

ह्या शीर्षकाखालील एक चित्र एक मोठे पोतेभर लहान मुलांच्या शरीराचे मृत अवयव, कवट्या, हाडे यांनी खचून भरलेले, पोलीस नेत असतानाचा हा फोटो आहे.



सोबत चित्र नं. ४ हे 'निघारी' ह्या 'नॉईडा' जवळील गरीब खेड्यांतील मुलांनी काढलेल्या मोर्चाचे आहे. ह्या चित्रांत फलक आहेत त्यावर लिहीले आहे.

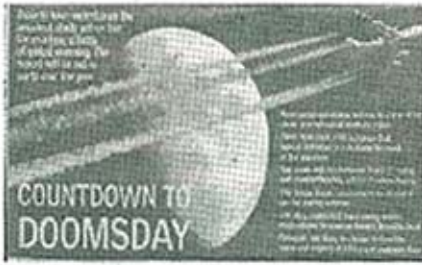
"हमे भी जीनेका अधिकार दो" आणि "हमारी हत्या बन्द करो."

हा दुसरा फोटो हिंदुस्तान टाइम्स ह्यांच्या <http://www.hindustantimes.com> ह्या वेबसाईट वर Noida Killing वर एक स्पेशल फोटो रिपोर्ट आहे त्यातील एक फोटो आहे.

हे भविष्यातील पुढील पिढीच्या नागरिकांना मारण्याचे काम का चालले आहे? त्याला राज्यकर्ते व पोलीस ह्यांचे कां संरक्षण आहे?

### सुसंस्कृत समाजाचे दुर्लक्ष

काराी, प्रयाग, अलाहाबाद वगैरे भारतीय संस्कृतीला प्रिय असणाऱ्या भारतभूमीवरील पवित्र भूमीवर हे लहान लहान कोवळ्या बालकांचे संहारक हत्याकांड चालले आहे अनेक वर्षे, आणि राज्यकर्ते, सामाजिक नेते,



### चित्र नं ४

पोलीस व समाजवादी, हिंदुत्ववादी मुस्लिम, दलितांचे पुढारी ह्यांना पत्ता नाही. खंत बाटावी अशी स्थिती आहे. बेफिकीरीमध्ये विलक्षण एकवाक्यता आहे. कां बरे?

आता ह्या प्रकरणाची छपवाळपवी जोरांत चालू आहे. 'ह्यांचे राजकारण करू नका' अशी आर्त किंकाळी सर्व पक्षनेते काढीत आहेत. मार्क्सवादी मंडळींना जे मुलायमसिंग समाजवादी वाटतात, त्यांनीही नाईलाजाने निषेधाचे सूर काढले आहेत.

### हेतू पुरःसर दिशाभूल

'सेक्स एक्सप्लॉईट' चे हे एक प्रकरण आहे असा आभास निर्माण करण्यात येतो आहे.

पण, माझ्या वाचनात पाकिस्तानात किडनी ट्रॅन्सप्लांट ऑपरेशन स्वस्तात होते म्हणून जगातले श्रीमंत रुग्ण पाकिस्तानात ही ऑपरेशनस करून घेतात असे वृत्त 'Asian Age' ह्या वर्तमान पत्रात छापले होते ते आले होते.

'निधारी' ह्या खेड्यांतील व इतर अनेक प्रांतातील शहरे व खेड्यांतून लहान मुले गायब होतात, त्याचा पोलीस विलकूल तलास करत नाहीत, असे वृत्त आहे. त्यामुळे एक समज जास्त दृढ होत चालला आहे की 'माफिया पातळीवर' कदाचित, राज्य पुरस्कृत, पोलीस संरक्षणात 'नोईडा हाऊस' ह्या पॉश वास्तूत हा भयानक कारखाना म्हणजे 'बालक संहार', शांतपणे चालला होता. पहिल्या

इडतीत सांपडलेल्या काही मृत अवयव व हाडे, यानंतरही C.B.I. ला, ४० बॅगा भरलेली मृत अवयवे, कवट्या अशी ह्या बंगल्याच्या बाहेरील गटारांत सांपडली. बंगल्याच्या जवळ किडनी ट्रॅन्सप्लॅन्ट तज्ज्ञाचे हॉस्पिटल आहे. ह्या प्रकरणाच्या अनेक गुप्त भानगडी आज ही उघडकीस येत आहेत. घृणास्पद आहेत!! मानवी मनातील पशुवृत्तीचे किळसवाणे दर्शन घडत आहे!! प्रश्न हा आहे की हा कांही केवळ बंगल्याचा मालक (हाउस नं D-5) 'मोनिंदर सिंग पांढरे' व त्याचा नोकर 'सुरेंद्र' ह्यांच्या अमानुष वृत्तीचा नाही पण त्यांची ही 'Industry' ज्या 'Peaceful Industrial Atmosphere' मध्ये अनेकांच्या संरक्षणाखाली व फायद्यासाठी चालली होती. त्याबद्दलचा आहे.

अनेक प्रकरणाप्रमाणे ह्या संहाराच्या भीषण प्रकरणाचा 'समाजाला फसवून एखादा राजकीय मान्यता मिळणाऱ्या कोटीत रंगलेल्या व फसलेल्या रंगीत चित्रात शेवट होईल व मूग गिळून समाज हे कडू जहर पोटांत रिचवीलही आणि मग पुढेही नव्या राक्षसी वृत्तीच्या प्रकरणाची आणखी एकदा वाट बघत!! पण, प्रश्न निराळाच आहे!!

### पैशाला पाप चिकटते कां?

ज्या लोकांनी ही इंडस्ट्री राबवली त्यांचा उद्देश पैसा हा आहे. हा पैसा राज्यकर्त्यांना, पोलीसांना, न्यायाधीशांना, सामाजिक पुढाऱ्यांना हवा आहे. त्याच्यावर कोणते 'पाप' संलग्न आहे त्याची खंत नाही आहे!! कारण---- कारण---!! पैशाला पाप चिकटत नाही. असा 'चार्वाक दर्शनातील वैश्यवृत्तीचा अंमल चालू आहे.!!' मग ज्या संस्कृतीत दान देणानाही तीर्थ व तुळस द्रव्यावर टाकून अर्पण करावयाचे - त्या भारतीय, वैदिक, हिंदू संस्कृतीतील विधासाबद्दल, तत्त्वांबद्दल असहिष्णूता समाजात वाणवली गेली आहे हे दिसते.

ह्या व अशा अनेक घटनांकडे निर्विकारपणे किंवा तटस्थपणे पाहून ह्या केवळ दुर्दैवी घटना आहेत असे कदाचित म्हणता येईल. एवढेच नव्हे तर त्यांचा कुठल्याही प्रकारे 'संस्कृती' शी संबंध जोडवा किंवा तसा तो आहे, असे वचण्यात अर्थ नाही. अशा 'मृतवत' संवेदनाक्षमता प्रसृत करण्यात हे 'मॉडर्न लाईफ' यशस्वी झाले आहे.

### Information Age

शिवाय 'शाहाणपणा' हा एक बुध्दीचा प्रकार आहे. सध्याची पिढी Intelligent आहे शोध लावत आहे, Information व Knowledge म्हणजे 'माहिती' व 'ज्ञान' क्षेत्रात Explosion म्हणजे क्रांतिकारी स्फोटक वाढ होत आहे व हेच 'प्रगतीचे' लक्षण आहे असा दावा 'मॉडर्न लाईफ' करतो आहे. शिवाय भारत महान आहे ना!!

पण, येथेच 'शाहाणपण' व बुध्दी व माहिती ह्या विषयांची गळत होत आहे. ह्या संकल्पना सारख्या नव्हेत.

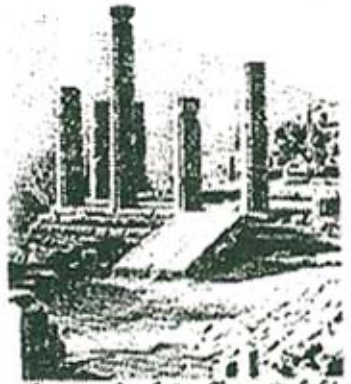
T.S.Eliot टी.एस. इलियट (नोबेल प्रॉइझ विनर) ह्या कवीने फार महत्त्वाचे विधान केले आहे. चित्र नं: ५ त्याला ह्या सगळ्या प्रगतीच्या खुणा व दावे ह्यामध्ये शाहाणपण सापडत नाही आहे. ते म्हणतात :-

Where is Wisdom lost in Knowledge?

Where is Knowledge lost in information?



ग्रीस देशात अथेन्स शहराच्या वायव्यदिशेला 'डेलफी' नावाचे शहर होते. आता ते भूतकाळात जमा झाले आहे मोडकळीस आलेल्या "The Temple of Apollo" या वास्तूचे अवशेष चित्र नं. ६ मध्ये दिसतील. ख्रिस्तच्या ६ शतके अगोदर इथे प्रचलित मानवी प्रश्नांना उत्तरे हवी असल्यास ती देण्याचा व हे शाहाणपण शिकवण्याची प्रथा अस्तित्वात होती. (चित्र. नं. ६)



The Temple of Apollo at Delphi  
Source of Wisdom

पण, सनातन अनुत्तरित प्रश्नांना उत्तरे देण्याची जबाबदारी आधुनिक जगानी केव्हापासुनच टाकून दिली आहे.

"मी कोण आहे?"

"मी इथे कां जन्माला आलो?"

"मी मृत्यूनंतर कुठे जाणार आहे?"

"जगात शाश्वत, नित्य, गहन व नैतिक तत्त्वे कोणती आहेत?"

ह्या प्रश्नांच्या तोफेला तोंड देण्याऐवजी प्राणी जीवन सदृश्य असे भोगाचे, सुखाच्या आभासाचे असे भौतिक जीवन जगण्यातच मानवी पलायनवादाने तंबू

टाकला आहे. त्यामुळे 'शहाणपणांची' एक व्यावहारिक व्याख्या सध्या रुढ आहे.

## पणजी गोवा कला अँकेडमी

गोव्याच्या कॉन्फरन्समध्ये ह्या प्रश्नांची उत्तरे व मार्ग, 'सनातन काळात' होती कां, ह्याचा शोध घ्यावयाचा मानस, संयोजकांनी योजला आहे. तोही भारताच्या इतिहासातून व संस्कृतीतून!!

## माझी व्याख्या

तेव्हा आपणसुध्दा काही प्रमेये मांडावीत या उद्देशाने मी सुध्दा 'शहाणपणाची' wisdom ची एका प्रायोगिक व्याख्या मांडली आहे.

"The quality of wisdom of any individual, group or society of Human beings is commensurate with the level or Status of consciousness either specific or average.

For example, the Wisdom gained in a materialistic paradigm is different than the intergral and or from Spritual paradigm.

The reason being all are relative concepts and not ontological.

मानव जातीच्या ह्या पृथ्वीतलावर अवतरलेल्या अस्तित्वात, त्याच्या 'शहाणपणाच्या' संकल्पना युगायुगात संक्रमण, उत्क्रांत होत गेल्या आहेत.

ही प्रगती त्याच्या मानवरूपामध्ये असलेल्या बीज संकल्पनेत विश्वाच्या उत्पत्ती सूत्रातच सामावलेली आहे.

पृथ्वीवरील प्रकृतीच्या नातेसंबंधातून होणाऱ्या अनुभव व अनुभूतीच्या देवाण घेवणीतून होणाऱ्या त्याच्या आत्मविकासात व त्याच्या वार्धिष्णू दिशेत, त्याच्या शहाणपणाच्या कक्षा सुद्धा विकास पावत आहेत. त्याच्या काँशसनेच्या तोलामोलात व सम प्रमाणात त्याच्या शहाणपणाचे 'स्केल' पातळी-पातळीतून संक्रमित बदल पावत आहे.

ह्या शहाणपणाची किंवा काँशसनेसची सुध्दा कोणतीही पूर्वनिश्चित व्याख्या व स्थिती विश्वनिर्मितीत 'रुढ' व 'बांपलेली' नाही.

'संकर्षण', 'प्रद्युम्न' व 'अनिरुध्द' अशी तिची संक्रमणे होत आहेत. व ती 'वासुदेव' ह्या देवतेच्या आधिकारात होत आहेत. हे वैष्णव तंत्र, लक्ष्मीतंत्र आहे.

## महायोगी अरविंद :-

हीच भूमिका महायोगी अरविंद यांनी मांडली आहे. 'तंत्र' याची व्याख्या व संकल्पना ही काँशनेसची नैतिक वृध्दी हीच आहे. हाच उद्देश व विनीयोग आहे. ह्या वृध्दीची दिशा "दैवी वृत्ती" कडे आहे व होणार आहे. 'Divine consciousness' ह्या 'The Life Divine' ह्या ग्रंथात अरविंद ह्या स्थितीची 'पक्की -व्याख्या' करण्याचे नाकारतात. कारण अशी व्याख्या करणे म्हणजे आगाऊच त्या संकल्पनेला काळाची वाट न पहाता, बांधून व रुध्द स्थितीत जखडणे होय. हे त्यांना विलकूल मानवणारे नव्हते.

या तुलनेने इतर धर्म व संस्कृतीत फरक आहे. तेव्हा आपण पाहिलेल्या दोन उदाहरणाकडे पुन्हा एकदा वळून पाहू.

## एकांगी, असंतुलित भौतिक प्रगती :-

जगात आज फक्त आर्थिक उन्नतीचा विचार शहाणपणाचा मानला जातो. त्याकारिता उद्योगधंदे, यंत्रे, इंडस्ट्री, उत्पादन, व्यापार ह्या विषयामध्ये जीवधेणी स्पर्धा व दुसऱ्या कोणात्या विषयांशी संतुलन न ठेवता 'प्रगती'च्या सतत उंचावणाऱ्या जीवधेण्या आकंड्यांची ध्येये मांडली जात आहेत.

त्यावर Mr. J.M. Mukherjee हे एक योगी अरविंदांच्या तत्त्वज्ञानाचे अनुयायी, काय म्हणतात ते पाहूया.

"Accordingly, Land is misued and devastated, non-renewable resources like petroleum and minerals squandered and depleted, ecology disrupted and Nature's capacity for regenerating renewable resources undermined. Technology, transport and trade are disoriented and unnecessarily proliferated. Economic processes themselves create and augment poverty and inequality.

Economics has to be reoriented to be 'natural' i.e. reasonable and in tune with Nature."

पुढे महायोगी अरविंद काय भाष्य करतात ते यद्युवा.

"The present industrial, commercial, economic age is characterised as Vitalistic and 'economic barbarism.'

Therefore, in a commercial age with its ideal, Vulgar and barbarous, of success, vitalistic satisfaction, productiveness and possession, the Soul of man may linger a while for certain gains and experienes, but cannot permanently rest. If it persisted too long, Life would become clogged and perish of its own plethora or burst in its straining to a gross expansion. Like the too massive "Titan" it will collapse by its own mass, "mole ruet Sua."

**कृत्रिम गरजा :-**

तेव्हा 'Global Warming' ह्या Green House Effect च्या परिणामाला जबाबदार असणारी ही 'औद्योगिक भोगावादी संस्कृती' एका 'Doom's Day' म्हणजे विश्वाच्या प्रलयाकडे ढकलून देणारी व समाजाला 'artificially created wants' म्हणजे 'कृत्रिम व अनैसर्गिक गरजा निर्माण करून त्याच्या पूर्ततकडे नेणारी ही आत्मघाती वृध्दीची दिशा, एका महाभयंकर मानवी जीवन व इतर जीवन संपुष्टात आणणाऱ्या, महाकाळाकडे ओढत नेत आहे. त्यामुळेच 'ग्लोबल वॉर्मिंग' ला अणुवॉम्ब, इराकमधील पेट्रोल संबंधीची युध्दे, S.E.Z. सारख्या सुपीक

जमिनी खाणारी इंडस्ट्री, वात्कोच्या ॲल्युमिनीयमची स्वस्त लूट ह्यांचा हातभार आहे. ह्यांतील संबंध व नाती ओळखावयाला लागतील.

**राक्षसी भोगवादी संस्कृति :-**

तसेच मोर्निजिर सिंग पांढरे व त्याचा नोकर सुर्वेद व त्यांच्या पाठीशी उभे रहाणारे पोलिस, राजकीय पुढारी व त्यांचा लभ्यांशांना उठवणारे परदेशीय रुग्ण हे काही केवळ मानव संस्कृतीची हिंस्त व किळसवाणी पशूतूल्य स्वरुपे नसून ती सुध्दा ह्या "Economic Progress" व "Materialistic" भोगवादी संस्कृतीचे 'आदर्श पुतळे' (Role Model) आहेत हे लक्षात घ्यावयाला हवे.

मानवी मनाच्या 'पुरुषोत्तम, परिपूर्ण मानव', 'Divine Consciousness' ह्या दिशेला जाणाऱ्या नैसर्गिक उन्नत मार्गाला, उलट मार्गाकडे परतवणाऱ्या राक्षसी भौतिकवादाचीच उदाहरणे आहेत.

आता ह्या उलट्या प्रवाहाला वेदिक संस्कृतीत काय उतारे आहेत ते आपण सविस्तर पुढच्या अंकात पाहूवा.

**यशवंत साने**

सोनल अपार्टमेंट, सारस्वत बँकेजवळ,

अभ्यारी लेन, ठाणे - ४०० ६०१.

Tel. : 2536 84 50 Email : yrsane@eth.net

## याला जीवन ऐसे नाव

ज्येष्ठ नागरिक संपाने आयोजित केलेल्या निबंध स्पर्धेतील एक पारितोषिक प्राप्त निबंध येथे देत आहोत. सकारात्मक दृष्टी हे वा लेखाचे वैशिष्ट्य आहे.

"दोन घडीचा डाव त्याला जीवन ऐसे नाव  
जगताचे हे सुरेख अंगण खेळ खेळू या सारे आपण  
रंक आणखी राव  
माळ यशाची हासत घालू  
हासत हासत तसेच झेलू पराभवाचे घाव."

कवीने या काव्यात माणसाच्या जीवनाचे यथाथ वर्णन केले आहे. जगताच्या अंगणात कधी यशाची माळ गळ्यात पडते तर कधी पराभव पत्करावा लागतो. तो हासत स्विकारला पाहिजे. हा सर्व अर्थ कळायला माणूस सज्ञान असावा लागतो. त्याचे बालपण खेळण्यात गेलेले असते, लहानपणी तो पूर्णपणे परावलंबी असतो. आईवडील त्याचे संगोपन करून सुसंस्काराचे शिषण करून त्याला मोठा करतात. लहानपणी घास भरवण्यापासून वोट धरून शाळेत जाईपर्यंत तो दुसऱ्यावर अवलंबून असतो. त्यानंतर त्याला शिक्षक मार्गदर्शन करतात. चांगले सुविचारी सुविद्य शिक्षक लाभते तर अर्थातच माणसाच्या जीवनाला योग्य दिशा मिळते. विद्यार्थी आपल्या कुवतीप्रमाणे शिकत असतो. चांगले विचार आचार संस्कार यातून जीवनाचे शिल्प घडत असते. पुढे महाविद्यालयात त्याचा त्याला मार्ग शोधवा लागतो. ज्या विषयात गोडी, आवड असेल तसा शिक्षणक्रम निवडावा लागतो. वाचन श्रवण यांच्याद्वारे तो जीवनात मिळालेल्या अनुभवातून चिंतन करण्याचे सामर्थ्य मिळवतो.

जसे मनात विचार असतात तसा माणूस घडतो. म्हणून लहानपणापासून चांगली संगत असावी लागते.

जगात तीन गोष्टी दुर्लभ असतात- एक 'मनुष्य जन्म', दुसरे 'संतांची संगत' तिसरे 'उत्तम मोक्षपद' लाभणे. मनुष्य जन्म लाभणे हे भाग्याचे लक्षण आहे. ह्या जन्मात आपण खूप चांगल्या गोष्टी करू शकतो. मनुष्य नसता तर हे जग जंगलमय झाले असते, उंच इमारती, मोठे रस्ते, सुंदर बाग, वाहने, शाळा, महाविद्यालये, बँका इत्यादी अनेक गोष्टी ही माणसाची निर्मिती आहे. आज कॉम्प्युटर, मोबाईल, टेलिफोन अशा अनेक साधनांनी जगाशी संपर्क होऊ लागला आहे. आपल्या घरातून मिक्सर, ग्राईंडर, ओव्हन, वॉशिंग मशीन, कुकर अशी अनेक उपकरणे माणसाच्या सेवेले हजर आहेत. ह्यामुळे वेळ वाचून कष्ट कमी व सुखप्राप्ती होऊ लागली. ही भूमी माणसाच्या कर्तुत्वाला कमी पडली म्हणून कि काय विमाने, क्षेपणास्त्रे आकाशात भराऱ्या मारतात. माणूस चंद्रावरही पोहोचला. अनेक ग्रहांचे शोध लागले. माणूस हे जगातील सर्व प्राण्यांमधले सौंदर्य आहे.

माणसाने कुठे जन्म घ्यावा हे त्याच्या हातात नाही पण पराक्रम करण्याचे सामर्थ्य मात्र आहे. चांगल्या श्रीमंत कुळात जन्म, सुशिक्षित आईवडिल लाभणं, निरोगी शरीर, बुद्धिमत्ता, घरात चांगली सहचारिणी, चांगली संतती, दीर्घायुष्य ह्या सर्व भाग्याच्या गोष्टी आहेत. त्या सर्वांनाच लाभतात असे नाही. कुणी कष्ट न करता आरामात गादीवर लोळत सुखाने जगतात अंबारीतून मिरवतात तर कुणी आयुष्यभर पायी रखडत चालत रहातात. पोटात अन्न नाही, वस्त्र नाही, निवारा नाही अशीही अवस्था असते, तरीही जिद्दीने जगणारे असतात. दुःखाची तमा न करता जीवनाला

सामोरे जाऊन आपले उद्दीष्ट साध्य करतात. अशी अनेक उदाहरणे देता येतील. पंतप्रधान शास्त्री, मंत्री सुशिलकुमार शिंदे, बाबा आमटे, शिवाजीराव पटवर्धन, लेखक विश्वास पाटील, कवि महानोर, दया पवार असे अनेकजण अक्षरशः जीवनाशी संघर्ष करून ताठ मानेने उभे राहिले. त्यांच्या हातून समाजोपयोगी कार्य घडले. काही व्यक्ती या ध्येयाने झपाटलेल्या असतात. गायक भीमसेन जोशी गायिका लता, आशा ह्या आदर्श व्यक्तिमत्त्वाची गायनसेवा करून समाजाला मदतीचा हात दिला व जीवन सफल केले.

माणूस ध्येयशून्य असेल तर भरकटल्याप्रमाणे वागतो उदास जीवन जगतो. जीवन ही मौल्यवान देणगी आहे ती अशी फोलपटाप्रमाणे उडवून देण्यासारखी नाही आयुष्य क्षणाक्षणाने संपत असते. गेला क्षण परत येत नाही. तरी वर्तमानात जेवढे चांगले करता येईल तेवढे करावे. माणसाला समाजात मिसळण्यासाठी सुस्वभावाची गरज असते. मदत करण्याची वृत्ती असावी लागते. विवेक विचाराची जोड लागते.

“जीवनाची गाडी थोडी विचाराने हाक रे.

वाट खाचखळग्याची नको डोळे झाक रे.”

संकटे ही सांगून घेत नसतात अकाली आलेले पूर, भूकंप, अतिवृष्टी, वीज कोसळणे, इमारती पडणे, गाड्यांचे अपघात अशा अनेक संकटाना सामोरे जावे लागते. काही वेळा जवळच्या माणसांचे मृत्यू पहावे लागतात, होत्याचे नव्हते होते अशा वेळी जो सावधपणे वागतो, धैर्य दाखवतो तो जगण्यास लायक ठरतो.

दुःख ही काही वेळा माणसाच्या अविचारीपणामुळे येतात. गाडी पकडण्यासाठी उशीरा स्टेशनवर जाणे, रस्ता चुकीने ओलांडणे, घरातला सिलेंडर नीट बंद न करणे, गिझर नीट न वापरणे, डॉक्टरकडे वेळेवर न जाणे अशा हलगर्जीपणामुळे दुःख येतात. घरात कितीही

सुख असले तरीही असमाधान चिडखोर स्वभाव व्यसनाधीन होणे. मुलांवर घरच्या माणसांवर रागावणे ह्यामुळे घरात शांतता लाभत नाही व जीवनाचा तोल बिघडतो. मनमिळाऊ स्वभाव, खेळमेळीने रहाणे असे सर्वाना जमतेच असे नाही.

आजच्या समाजात चंगळवाद फार दिसून येतो. गरजाही वाढल्या, तरुण छानछोकी फॅशनच्या आहारी गेलेले दिसतात. त्यामुळे खर्चिक वृत्ती दिसते. पैसा मिळवण्यासाठी सर्वजण धावत असतात पण पैसा समाधान देतो असे नाही. शेवटी कुठे तरी आबरू घालावा लागतो. घरातील स्त्रिया सुशिक्षित असल्यामुळे नोकरीसाठी बाहेर पडतात. मुलांना पाळणाघर आणि वृद्धांना वृद्धाश्रम अशी अवस्था. कसे प्रेम वाटणार? सर्वच रक्षणा जाणवतो. घरात ताणतणाव निर्माण होतात. मुल टी.व्ही. समोर बसलेली दिसतात. “जगी सर्व सुखी असा कोण आहे” असे रामदासस्वामी म्हणतात. “रात्रदिन आम्हा युद्धाचा प्रसंग” असे तुकाराम सांगून गेले. हे त्यांचे बोल आज खरे ठरले आहेत.

ह्या सर्वांवर उपाय शहाणपणा अंगी असणे जरूर आहे. विवेकाने विचाराने वागले तर सर्व समस्या सुटतील. एका कवीने म्हटले आहे,

“झटकून टाक जीवा दुबळेपणा मनाचा”

फुलाला पहा सभोवती आनंद जीवनाचा”

फुलाला कुठे माहित असते उद्या आपले निर्माल्य होणार आहे? ते जेवढा काळ फुललेले असते त्या काळात सुगंध देऊन जाते. तसे माणसाने जगावे.

“आस्वाद घे सुखाने येत्या नव्या क्षणाचा

अव्हेर काय करीसी अनमोल जीवनाचा”

खरच किती सुंदर शब्दात कवीने हे वर्णन केले



आहे. वा. भ. चोरकर म्हणतात,

“खुशाल गळता गळा फुलांनो, हसत सरा माझीवा क्षणानो,

वध क्षणांच्या पानगळीत मी अक्षय क्षण जपले,  
झुळूक आणखी एक आणखी एक पान गळले.”

ज्याने समाजासाठी घरातील माणसासाठी थोडा वेळ दिला झीज सोसली. याला जीवन म्हणावे. जन्मापासून मृत्यूपर्यंत चालणारा हा प्रवास (जीवनाप्रमाणे) पाण्याच्या प्रवाहाप्रमाणे वाहणारा आहे तो आनंदाने जगण्यातच मौज आहे. माणसाने आशावादी असावे, कसं जगायच ते आपणच ठरवा येतं 'कण्हत कण्हत की हसत हसत'.

जीवन हे आनंदाचे झाड हवं, नेहमी बहरलेले टवटवीत. आपल्या जीवनाकडे पाहताना लोकांना व आपल्याला आनंद उधळून देणारे. स्त्रीचे सौंदर्य, निसर्गाची रमणीयता झऱ्याची झुळझुळ, वाचनातील विचार, चित्रकलेतील नर्तनातील कौशल्य ही पहायला वेळ असावा तरच जीवनाचा आनंद घेता येतो.

जीवन ही सुवर्णसंधी आहे.

पद्म मेहंदळे

ज्येष्ठ नागरिक  
ठाणे

दि  
शा

नियमित  
वाचा.

आपली  
मते  
जाणूळ  
घेण्यास  
आम्ही  
उत्सुक  
आहोत.

## थोडक्यात पण महत्त्वाचे

पुराणात ग्रंथ एकूण अठरा, सगुण अवतारांच्या महात्म्याबरोबर पुराणे वाढली विष्णुचे दहा अवतार कथा, शिवाच्या तीलांचा प्रभाव पुराणानी लोकप्रिय केल्या. त्यांची नावे अशी १ ब्रह्म, २. पक्ष, ३. विष्णु, ४. शिव, ५. भागवत, ६. नारद, ७. मार्कंडेय, ८. अग्नि, ९. भविष्य, १०. ब्रह्मवैवर्त, ११. लिंग, १२. वराह, १३. स्कंद, १४. वामन, १५. कूर्म, १६. मत्स्य, १७. गरुड, १८. ब्रह्माण्ड. पुराण श्रवण रावापासून रंकापर्यंत नित्याच्या धार्मिक विधि प्राचीन राजे, वंशावळी, काळगणना, सृष्टी निर्मिती, भगवंताचे विविध अवतार, त्यांचे कार्य, प्रलय, भूगोल, खगोल, यांचे विस्तृत वर्णन पुराणातून आले आहे.

भारतीय धर्म, संस्कृती, मोक्ष साधन, यांच्या विकासात पुराणांचे मोठे साह्य झाले. सकाम व्रते ऐहीक अभिवृद्धीची लालसा पुराणमुळे झाली, अवेदिकांच्या लाटेखाली हिंदुधर्म खिळखिळा होण्यापासून पुराणामुळे वाचला. वेदातील विचार, कर्म, उपासना, इत्यादी लोकाभिमुख केली. उपनिषदातील सत्य ज्ञान अनंत परब्रह्म पुराणातून सगुण सालंकृत पतितपावन अशा रूपात उभे राहिले. वर्ण-वाह्यांना पुराणा नी भाक्तीच्या साधनेत आणले, पुराणा नी - प्रवृत्ती, निवृत्ती, यती, ब्रह्मचारी, गृहस्थ, वानप्रस्थ, स्त्री, शूद्र, संकर जाती व त्रैवर्णिक या सर्वांना उपयुक्त धर्म सांगितले.

## चित्रपावली

कलाध्यापकही, उत्तिष्ठत, जाग्रत..

चित्रकला विषयाचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे. त्या दृष्टीने दिशाने ही लेखमाला प्रसिद्ध केली. लेखमालेतील हा शेवटचा लेख - संपादक

कलाशिक्षक केवळ शाळेची सजावट करित नाही तर तो मुलांची मने फुलवतो, सजवतो शालेय चित्रकला शिक्षणाचा हेतू मुलांना चित्रकार बनवणे हा नसून त्यांना रसिक बनवणे हा आहे. आणि हे काम कलाशिक्षकांचे आहे. पण दुदैवाने आज कलाशिक्षक पाठ्या टाकण्याचे काम करताना दिसतात. त्यांनी आत्मपरीक्षण करण्याची वेळ आली आहे.

आज शालेय स्तरावर कला या विषयाची गळचेपी होत आहे. हे विघातक आहे. आपल्या दैनंदिन जीवनात सर्वच कलांना विरोधतः चित्रकलेला एक महत्त्वाचे वैशिष्ट्यपूर्ण स्थान आहे. त्यामुळे कलावंतांच्या हस्तस्पर्शाने, सामर्थ्याने विध्वंसक वृत्तीला आळा घालता येईल. विध्वंसक सामर्थ्यापेक्षा रचनात्मक सामर्थ्य निश्चितच आजच्या जगात हवे आहे. या दृष्टीने चित्रकलेचे शिक्षणात महत्त्वाचे स्थान आहे. कलेतून विविध विषयांचे ज्ञान मुलांना सहजतेने होते. सामाजिक, सांस्कृतिक मूल्यांची जोपसना करण्यासही हा विषय पोषक आहे. यातूनच मुलांचे व्यक्तिमत्त्व घडत असते. पण आज शालेय जीवनात चित्रकला विषयाचे स्थान व महत्त्व किती आहे? बहुसंख्य पालक, समाज, संस्थाप्रमुख, संस्थाचालक यांचे मत असे दिसते की, चित्रकलेचा काय उपयोग? आमच्या मुलांना चित्रकार करायचे नाही. हा वेळकाढू विषयच मुळात नको. (सुट्टीत मात्र मुलांना अडकवायला या विषयाचे क्लास हवेत. फंड जमा करण्यासाठी चित्रकलेच्या स्पर्धा हव्यात.) आज चित्रकला आणि चित्रकला विषय दुर्लक्षित होत चालला आहे. शालेय जीवनातून कला विषय उचलला गेला की बाकी राहिल शून्य. कला शिक्षक केवळ शाळेची

सजावट करित नाही तर तो मुलांची मने फुलवतो, सजवतो.

कलाशिक्षकांनी आत्मपरीक्षण करण्याची वेळ आली आहे. आपला विषय शाळेत टिकावा यासाठी आग्रही राहिले पाहिजे. केवळ पाठ्या टाकून हे कार्य साध्य होणार नाही. कदाचित काही बंधु-भगिनींना याचा राग येईल आणि ते स्वाभाविक आहे. पण मला आलेल्या काही अनुभवा वरून मी हे मत मांडीत आहे. अनुभव असे - मुंबईच्या एका प्रतिष्ठित शाळेची एक विद्यार्थिनी मे महिन्याच्या सुट्टीत आजीकडे राहायला आली होती. तिच्या आजीच्या सांगण्यावरून आमच्या शाळेत सुरु असलेल्या छंद वर्गाच तिला प्रवेश दिला. एक दिवस संकल्पचित्राबाबत चर्चा चालू असताना ती पटकन म्हणाली, मला नाही माहीत संकल्पचित्र म्हणजे काय? मला आश्चर्य वाटले. ती इयत्ता आठवीत होती. म्हणजे खरे तर तिला माहीत असायला हवे होते. मी तिला म्हटले तुझी शाळेची वही उद्या घेऊन ये. कारण तिला चित्रकलेत 'ए' श्रेणी होती. दुसऱ्या दिवशी तिची वही म्हणजे कॉपी युक्त होते. डाव्या पानावरचे रंगीत छापील चित्र पाहायचे व उजव्या पानावर जसेच्या तसे काढून रंगवायचे.

दुसरा किस्सा असा की, आपण मुलांच्या वार्षिक कामाचे प्रदर्शन भरवतो. त्यातून मुलांना प्रोत्साहन मिळते. वेगळा अनुभव मिळतो. प्रदर्शनावरून विषय निघाला तेव्हा एका कलाशिक्षकाने चक्र हात झटकले. 'कोण करतो ही मगजमारी? आम्ही नाही करित कधी प्रदर्शन.' हे ऐकून आश्चर्यच वाटले. मनात आले की आपल्या विषयाबाबत शिक्षकच एवढा उदासीन तर इतरांनी काय करावे? तेव्हा

बंधु-भगिनीनो, एक कळकळीची विनंती आपल्या एका भगिनीकडून, आपल्या विषयाचे महत्त्व सर्व स्तरावर पटवून द्या.

कला हा विषय कार्यानुभवांतर्गत न ठेवता 'स्वतंत्र' हवा अशी आग्रही मागणी हवी. कारण कार्यानुभव हे मार्गदर्शन कौशल्य (guided skill) तर चित्रकला म्हणजे मुक्ताविष्कार (free expression) दुसरे असे की शालेय चित्रकला शिक्षणाचा हेतू मुलांना चित्रकार बनवणे हा नसून त्यांना रसिक बनवणे हा आहे. खरे तर आपण जे मांडतो, रचतो, निर्माण करतो ते सौंदर्य आहे, याची जाणीव विद्यार्थ्यांमध्ये झाली तर विविध ठिकाणी सौंदर्य सुसंवाद घडेल. या मुलांच्या मनाची सजावट चित्रकला विषय करतो आणि एकदा मने सजली की मग प्रयोगवहीतल्या, भूगोलातल्या आकृत्या नेटक्या येतात. प्रत्येक वस्तूतील सौंदर्य टिपण्यास मन सज्ज होते. यातूनच विद्यार्थ्यांचा व्यक्तिमत्त्व विकास घडतो. व जीवनातला खरा आनंद लुटता येतो.

विविध क्षेत्रात काम करणाऱ्या व्यक्तींचा आरेखनाशी संबंध येतो. डॉक्टर, इंजिनीअर या क्षेत्रातील विद्यार्थ्यांनाही आकृत्या काढाव्या लागतात. त्या नेटक्या याव्यात यासाठीची जोपासना शालेय स्तरावरच व्हायला हवी. त्यासाठी चित्रकला हा विषय सर्व इयत्तांसाठी अनिवार्य हवा अशी आग्रही मागणी आपण सर्वांनी करू या.

कला शिक्षक हा 'अध्यापक' असावा. म्हणजेच यातील प्रत्येक अक्षराचा विचार केला तर 'अ' म्हणजे स्वतः 'अध्ययनशील' असावा. कारण जगात नवनवीन विचार प्रवाह येत असतात. त्याचे अध्ययन करून ते अध्यापनात आणले पाहिजेत. विद्यार्थ्यांना नवनवीन प्रवाहांची ओळख करून दिली पाहिजे. 'ध्या' म्हणजे विद्यार्थ्यांच्या हिताचा 'ध्यास' असणारा हवा. मी मुलांना काय देऊ शकेन? त्यांच्यातला माणूस कसा घडवू शकेन? त्यांच्यातील

सौंदर्याभिरुची कशी वाढवू शकेन? कारण त्यामुळे ती मुले विघातक वृत्तीकडून विधावक कार्याकडे वळतील. तसेच 'प' म्हणजे 'परोपकारी' वृत्तीचा असावा. 'क' म्हणजे 'कर्तव्यनष्टि' असावा. आपण जे काम करणार त्याची कळकळ हवी. 'मागता येत नाही भीक तर मास्तरकी शीक' असा नको. देताना तो कर्णासारखा उदार. हातचे काही राखून ठेवणारा नको.

तेव्हा कलाध्यापक मित्र-मैत्रिणीनो, माझ्यावर न रागवता वर म्हटल्याप्रमाणे आपल्या विषयासाठी झगडू या. डी.एड्. झालेल्या शिक्षकाने चित्रकला विषय शिकवण्यापेक्षा ए. टी. डी. झालेल्या शिक्षकाची नेमणूक व्हावी, यासाठी पाठपुरावा करू या. जेणेकरून आपल्याच बांधवांना काम मिळेल. कला हा विषय प्रशिक्षित शिक्षकानेच शिकवावा अशीही मागणी करू या. म्हणून म्हणते, 'उत्तिष्ठत जाग्रत'.

सौ. मंजिरी माधव दांडेकर

मधु-मिर्लिद विल्डिंग, घंटाळी रोड,

नौपाडा, ठाणे - ४०० ६०२ण

दूरध्वनी: २५४१४५३९

manjirimadhav@yahoo.com

## विद्या प्रसारक मंडळ, ठाणे

### उपक्रम

- १) भावे राष्ट्रीय व्याख्यानमाला
- २) दिशा व्यासपीठ
- ३) डॉ. वा. ना. वेडेकर स्मृती व्याख्यान
- ४) विद्या प्रसारक मंडळ - वर्धापन दिन
- ५) नारळीपौर्णिमा - संस्कृत दिन
- ६) ५ सप्टेंबर - दीक्षांत समारंभ

## गीताई

गीता समजावून घेण्यास उपयोगी ठरतील अशा ग्रंथांचे परिचय दिशातून आम्ही करून देतो. श्रीमती आशा भिडे यांच्याप्रमाणेच अन्य कोणाला असे परिचय करून पाठवावयाचे असतील तर अवश्य पाठवावे. - संपादक

परंधाम प्रकाशन, पवनार, पृष्ठे १०८ किंमत - ५०  
पैसे (वर्षा) महाराष्ट्र

जानेवारी ७४ ची 'गीताई' ची आवृत्ती माझ्याजवळ आहे. ती ५७ वी आवृत्ती आहे. त्याच्या प्रती २५००० होत्या.

गीताप्रवचने १९३२ साली धुळ्याच्या जेलमधे विनोबार्जोनी दिली. साने गुरुर्जोनी ती त्यावेळी लिहून घेतली. त्यानंतर त्याचे पुस्तक निघाले असणार. 'गीताई' 'गीताप्रवचने' नंतर की आधी लिहिली गेली याचा कुठे खुलासा नाही. पण आगेमागे लिहिली गेली असणार साधारण त्याच सुमाराला.

'गीताई' हे गीता ग्रंथाहूनही लहानसे पुस्तक म्हणण्यापेक्षा पुस्तिका आहे. यात गीतेचे संस्कृत श्लोक नाहीत. अर्थही नाही. कारण 'गीताई' हाच गीतेच्या संस्कृत श्लोकांचा मराठी समश्लोकी अनुवाद आहे. गीतेचा भावार्थ समजेल अशा रीतीने अतिशय सोप्या व सुलभ मराठीत हा अनुवाद केलेला आहे.

विनोबा म्हणजे 'गीताई' असे निदान मराठी भाषिकांसाठी समीकरण आहे। गीतेचा समश्लोकी समच्छंदी मराठी पद्यानुवाद म्हणजे 'गीताई'!

गीताईच्या खोल अध्ययनासाठी मार्गदर्शक साम्यवोग दीपिका म्हणजे हे ग्रंथ-त्रय-

### १) गीता प्रवचने

२) स्थितप्रज्ञ दर्शन - गीतेची आदर्शमूर्ती!  
प्रार्थनेत नित्य म्हटल्या जाणाऱ्या अठरा श्लोकांवर मूलगामी

विवेचना ग्रंथकर्त्यांच्या जीवन दर्शनाचा गाभा या ग्रंथात आढळेल.

३) गीताई चिंतनिका - गीताई, गीताध्यायसंगती आणि १०८ साम्यसूत्रे यात आहेत. अभ्यासकांचे गीताईचें चिंतन चिंतनिके शिवाय पूर्ण होऊ शकणार नाही. (हे सर्व ग्रंथ वरील पत्त्यावर उपलब्ध होऊ शकतील.)

गीताई माऊली माझी तिचा मी बाळ नेणता

पडता रडता घेई उचलून कडेवरी ॥ विनोबा

मुखपृष्ठाच्या मागे व मलपृष्ठाच्या मागे 'गीताई' ची अधिकरणमाला दिली आहे. यात सात कडवी आहेत. संपूर्ण गीतासार त्यात आलेले आहे.

सुरुवातीला 'गीताईचें ध्यान' आहे ते असे

भक्ताते प्रतिबोधिलीसं समरी

नारायणे श्रीवरें

मुक्ते। संग्रथिलीस मान्य मुनिने

वेदान्त - विद्याकरें।

माते। षष्ट्यधिकारिणी सतराती

अष्टादशाध्यायिनी

तूतें मी अनुसंधितो निशिदिनी

गीते! भवद्वेषिनी ॥

अनुक्रमणिकेत विनोबार्जोनी गीतेच्या अध्यायांना स्वतः दिलेली नावे दिलेली आहेत. गीता प्रवचनामध्येही हीच नावे अनुक्रमणिकेत आहेत. फक्त जरा सविस्तर आहेत इतकेच.

● अध्याय १ ला गीतेच्या पहिल्या श्लोकाचा हा अनुवाद पहा - धृतराष्ट्र म्हणाला -

त्या पवित्र कुरुक्षेत्री पांडुचे आणि आमूचे युध्दार्थ जमले तेव्हां वर्तले काय संजया ॥१.१  
नको जय नको राज्य नकोत मज ती सुखे  
राज्ये भोगे मिळे काय किंवा काय जागूनि ही ॥१.३२

● अध्याय १५ वा - उर्ध्वमूल मधुस शाखं.... ह्या श्लोकाचा हा अनुवाद पहा - श्रीभगवान म्हणाले -

खाली शाखा बरी मूळ नित्य अश्रत्य बोलिला  
ज्याच्या पानांमधे वेद जाणे तो वेद जाणतो ॥१५.१  
अत्यंत गूढ हे शास्त्र निर्मळा तुज बोलिलो  
हे जाणे तो बुद्धिमंत होईल कृतकृत्य चि ॥१५.२०

● अध्याय १८ वा - शेवटचा श्लोक 'यत्र योगेश्वर कृष्ण.....

योगेश्वर जिथे कृष्ण जिथे पार्थ धनुर्धर

तिथेमी पाहतो नित्य धर्म श्रीजय वैभव ॥१८.७८

गीतेची आता बरीच समश्लोकी भाषांतरे झाली आहेत. पण 'गीताई' हा पहिलाच मराठी समश्लोकी अनुवाद असावा, त्यावेळी गीतेइतकीच 'गीताई' ही लोकप्रिय होती. 'गीताप्रवचने' व 'गीताई' लिहून विनोबाजींनी गीता सर्वसामान्यांपर्यंत नेऊन पोचवली.

'गीताई' हे पॉकेट बुक आहे. कुठेही नेता येण्यासारखे. पाहाच एकदा 'गीताई' हातात घेऊन अनुभवून.

आशा भिडे

बी/९ विजय अपार्टमेंट्स

'आराधना' टॉकीजजवळ

ठाणे (प) ४०० ६०२

दूरध्वनी - २५४१०१४०

आचार्य विनीवा भावे यांचे मौलिक विचार :

भारतीय गणतंत्रासाठी आपण अशोकचिन्ह, बोधचिन्ह म्हणून निवडले आहे. या अशोकचिन्हात अनेक अर्थ दडलेले आहेत. गायी आणि मेंढ्या कळपांनी रहातात कारण त्यांच्यात धैर्याचा अभाव असतो. मेंढ्यांना आपण अहिंसक म्हणू शकत नाही. त्या नुसत्याच भिऱ्या असतात. याउलट सिंह धैर्यवान आहे, जंगलचा अनभिषिक्त राजा आहे. परंतु आपल्याच प्रजाजनांची शिकार करून त्याचा दरारा निर्माण झाला आहे. सिंह धीट परंतु आक्रमक आहे. आक्रमक असल्याने तो एकटा पडतो.

अशोकाने अशा एकट्या रहाणाऱ्या चार सिंहांना एकत्र आणले आणि एका नव्याच सिंहाला अस्तित्व दिले. जो गूर तर आहेच पण त्याबरोबरच प्रेमाच्या बंधनांने इतरांबरोबर बांधला गेला आहे. मेंढ्या कळपात रहातात पण त्यांच्यात धैर्याचा अभाव आहे. सिंहाकडे धैर्य आहे परंतु दुसऱ्यांसाठी प्रेम नाही. जेथे धैर्य आणि प्रेम एकत्र वास करतात, तेथे अहिंसा वास्तव्यास येते आणि अहिंसेची ताकद याच धैर्य आणि प्रेमाच्या युतीत असते.

अशोकचिन्हातील चार सिंह, बोध्या अशोकाचे सन्मार्गी अशोकामधे झालेले परिवर्तन दर्शवतात.

प्रत्येक भारतीयाकडे सिंहासारखे धैर्य असावे, परंतु त्याने सिंहासारखे स्वतंत्र न रहाता, एकोप्याने रहावे असे आम्हास वाटते. हीच खरी क्रांती आहे आणि हीच क्रांती ग्रामदान चळवळीत प्रतीत होते.

अनुवाद :

शुभांगी भावे

विद्या गायकवाड

तृतीय वर्ष विधी महाविद्यालय, ठाणे.

## ग्रंथपरिचय

### कालनिश्चयनासाठी उपयुक्त ठरणारा महत्वाचा संदर्भ ग्रंथ

श्री. श्री.ल. टिळक व प्रा. सोनाली पेडणेकर यांनी संकलित केलेला संदर्भ ग्रंथाचा परिचय येथे देत आहोत.

- संपादक

संदर्भाची साधने तयार करताना संपादन व संकलन यांना अतिशय महत्त्व असते. संपादित अथवा संकलित साहित्याच्या आधाराने झालेल्या अशा प्रकारच्या संदर्भ साहित्याच्या, संदर्भ ग्रंथांच्या मदतीशिवाय कोणत्याही ज्ञानशाखेतील संशोधन व संशोधनाधिष्ठित वाढ होत राहणे, केवळ अशक्य असते. स्वाभाविकच, संशोधन अधिकाधिक उपयुक्त व्हावयाचे असेल, समृद्ध व्हावयाचे असेल तर उत्कृष्ट आणि कल्पक पद्धतीने संपादित, संकलित करण्यात आलेली संदर्भ साधने उपलब्ध असावी लागतात.

संशोधनाचे असेच एक महत्त्वाचे क्षेत्र म्हणजे कालनिश्चयन हे होय! अनेक प्रकारच्या घटना, ऐतिहासिक दस्ताऐवज व साधनसामग्रीच्या काळाची निश्चिती करणे हे केवळ इतिहासकारांनाच नाही तर मानव्यविद्येतील सर्वच शाखांना आव्हान ठरत आलेले आहे. तिथी बरोबर आहे तर तारीख जुळत नाही. तारीख आहे पण वर्ष किंवा वार यांच्यात मद्धत आहे. अशा टप्पांपर्यंत येऊन संशोधनाचे काम अर्धवट सोडावे लागते किंवा रखडते अशी असंख्य उदाहरणे इतिहासकारांच्या चरित्र आत्मचरित्रांचे वाचन करताना सापडतात. शिवाय कालगणनेच्या पद्धतीही पुष्कळ असल्याने कालगणनाविषयक संदर्भही वारंवार पडताळून पाहावे लागतात. अशी पडताळणी करण्यासाठी काळाचा निर्देश करणाऱ्या विविध साधनांची उपलब्धता महत्त्वाची ठरते. अशा सारण्या स्वतंत्रपणे उपलब्ध असण्यापेक्षा एकत्रित असतील तर कालनिश्चयन अधिक अचूक ठरते.

येथे स्वाभाविकपणे एक प्रश्न निर्माण होतो, तो म्हणजे किती वर्षांच्या आणि किती कालमान पद्धतीच्या सारणी एकत्रित करता येणार आहेत. संगणक वापरामुळे हा प्रश्न सोपा झालेला असला, तरी कालमापन पद्धतीतील विविधता, त्यांची संख्या, काळाच्या ओघात लुप्त झालेल्या पद्धती या सर्व प्रश्नांमुळे कालनिश्चयन अवघड होऊन बसते. याचे कारण मूळ संशोधनाचा विषय बाजूला ठेवून या तांत्रिक तपशीलांच्या शोधासाठी बराच वेळ दवडावा लागतो. यावर अशा कालगणना सारणींचे एकत्रीकरण केलेले स्वरूप हे संशोधकाच्या दृष्टीने सोयीचे ठरते.

### पञ्चकाल रूपलिपी

या पार्वर्धूमीय, पंचकाल (पञ्चकाल) रूपलिपी हा अतिशय उपयुक्त व महत्त्वपूर्ण ग्रंथ संशोधकांना उपलब्ध झाला आहे. दोन वा त्यापेक्षा अधिक कालगणना पद्धतीतील एका दिवसाची सर्व माहिती देणाऱ्या सारणीला कालनिश्चयनाच्या परिभाषेत जंत्री हा शब्द आहे. महाराष्ट्रात मोडक जंत्री, खरे जंत्री, धारवाड जंत्री इ. प्रमुख जंत्री उपलब्ध असणारी ग्रंथालये, अल्प प्रमाणात का होईनात आहेत, काळाच्या ओघात झालेल्या वापराने वरून या जंत्रीमधील चुटी व मर्यादा स्पष्ट होत गेल्या. या मर्यादांबरोबरच पुनर्मुद्रणाच्या अभावी या जंत्रीची उपलब्धताही विरळच होत गेली. त्या दुर्मिळ होत गेल्या.

उपलब्ध दुर्मिळ सारणांमध्ये नसलेला किंवा समाविष्ट न झालेला कालखंड व त्या कालखंडातील कालनिश्चयन हाही प्रश्नच आहे. या बाबींचा विचार करताना

ज्येष्ठ अभ्यासक श्री. ल. टिळक व प्रा. सोनाली पेडणेकर यांनी पुढील कालखंडातील पाच कालगणना पध्दतींचा समावेश असणारी तुलनात्मक सारणी, ( लिपी) तयार करून प्रकाशित केली. त्यांच्या या कामामुळे संशोधकांची मोठी सोय होणार असल्याने संदर्भ साहित्यातील ही महत्त्वाची भर ठरणार आहे.

या रूपलिपीत संकलक द्वयांनी लक्षात घेतलेले कालखंड व कालगणना पद्धती पुढीलप्रमाणे आहेत.

१. विक्रमसंवत (१९३५ ते २०६२)
२. शालिवाहन शक (१८०१ ते १९२७)
३. शिवराज्याभिषेक शक ( २०५ ते ३३२)
४. ख्रिस्ती शक (१८७९ ते २००६)
५. हिजरी शक (१२९६ ते १४२६)

म्हणजेच या रूपलिपीत वर्षांच्या कालासंदर्भात पडताळणी करता येईल अशा सारणी आहेत. या वर्षांची घेरीज वजावाकी करता तिथी वा दिनांक निश्चित करण्यासंबंधी माहिती प्रास्तविक भागात आलेली आहे. या संदर्भातील गणितांमध्ये अधिकमास, मासक्षय, तिथीची वृद्धी किंवा क्षय अशा अनेक बाबी असतात. त्यांचे स्पष्टीकरण दिलेले असल्याने सारणीचा उपयोग सुलभ झालेला आहे. पु. १४ ते १६ या भागात देण्यात आलेली माहिती अभ्यासक आणि संशोधकांकरिता फार महत्त्वाची आहे.

विख्यात पंचांगकर्ते डॉ. वि. वा. सातपूरकर यांची प्रस्तावना या ग्रंथात लाभली आहे. पृ. ४ ते ३२ या भागातील माहिती मराठी व इंग्रजी अशा दोन्ही भाषांमध्ये दिलेली आहे. त्यामुळे हा संदर्भ ग्रंथ पाहताना येऊ शकेल अशी भाषेची संभाव्य अडचण दूर झालेली आहे. भारतीयच नव्हे तर जागतिक स्तरावर संशोधन करणारे

संशोधक, अभ्यासक, लेखक, पंचांगकर्ते, ग्रंथपाल, शिक्षक व विद्यार्थी या सर्वांच्या दृष्टीने अत्यंत मोलाचा ठरेल असा हा ग्रंथ आहे.

डॉ. सातपूरकरांच्या प्रस्तावनेत एफिमिरीज उल्लेख केला आहे. व एफिमिरीज पेशा ही रूपलिपी उपयुक्त असल्याचे नमूद केले आहे. प्रास्ताविकाल दिलेली संवत्सरांच्या नावांची यादी, वेदांमध्ये सूर्यसिध्दान्तकारांनी दिलेली व उपनिषदात दिलेली या दोन्ही कालमापन, पद्धतींची माहिती इ. मजकूर उपयोगी ठरणारा झाला आहे. या महत्त्वपूर्ण संदर्भ ग्रंथाचे प्रकाशन मुलुंडच्या शील, प्रकाशनने केले आहे. संकलकद्वयांची ओळखही वेष्टनाच्या दुमडलेल्या भागावर आहे.

पञ्चकाल रूपलिपी

संकलन :-

श्री. ल. टिळक व प्रा. सोनाली पेडणेकर

मुंबई, शील प्रकाशन, २००५

पृ. ३०, २६२ मूल्य रु. ४००/-फक्त

प्रा. मोहन पाठक, ठाणे



## मनातील हाव

माणसाला सुखाचा शोध कधी लागलाच नाही, कारण त्याचं मन हपापलेलं असतं, जगभराची मृगजळं त्याला खुणावत राहतात. - संपादक

माणसाच्या मनावर किती, कोणते तणाव आणि किती प्रमाणात कार्यरत असतात याची गणिते अतिशय अवयड आहेत. कोणाला कोणत्या गोष्टींचा तणाव आणि का येतो हे व्यक्तिस्वापेक्ष आहे. बाजारात गेल्यानंतर मटणाच्या दुकानात चालणारी कापाकापी लांबून पाहूनही त्रास होतो तर कोणाला हे दृश्य अजिबात त्रासदायक वाटत नाही. ताणतणावांचे प्रमाण, त्यातील कारणे यामध्ये सातत्याने होणारी वाढ लक्षात घेणे. या ताणतणावांचे व्यवस्थापन करणे याची स्वतंत्र शास्त्रे विकसित होत आहेत. व या विषयांवर अनेक अभ्यासपूर्ण ग्रंथही येत आहेत.

मनावर ताण येण्यास लागणारी अशी कारणे असंख्य असली तरी मध्यवर्गीय माणसाच्या मनावर येणाऱ्या अशा कारणांपैकी प्रमुख अशा दोनतीन कारणांचा विचार येथे करावयाचा आहे. मध्यवर्गीय माणसाचे एका शब्दात वर्णन करावयाचे झाल्यास 'भौंडस्त', किंवा 'पापभीरू' असे करता येईल. त्यामुळे इतर वर्गापेक्षा 'लोकांचा विचार', या मध्यम वर्गात प्रामुख्याने केला जातो. त्यातून रॅट रेस, दुसऱ्यांशी तुलना वा थरोवरी करणे ही वा तत्सम वैशिष्ट्ये प्रामुख्याने आढळतात. Tim Hindle यांच्या Reducing Stress मध्ये ताणतणावांची व्याख्या 'मानसिक व शारीरिक स्वास्थ्यात बाधा निर्माण करणारी अवस्था' अशी दिली आहे.

### तंत्रज्ञानाचा सोस

जीवनातील सर्व क्षेत्रे, घरगुती व कार्यालयांन जीवनपध्दतीत आज तंत्रज्ञानाच्या अतिरेकी सोस असलेला दिसतो व तंत्रज्ञानाच्या साहय्याने विकसित झालेली हजारा

उत्पत्तये वापरणे हे सोशल स्टेट्स्चे मोजमाप होऊ पहात आहे, किंवा ह्या विजेचा वा इलेक्ट्रॉनिक्सचा वापर म्हणजेच प्रगती असा प्रगतीचा चुकीचा अर्थ रूढ होऊ पहात आहे. पाश्चात जगातील 'वापरा आणि फेका' ही जीवनपध्दती आपल्याला अनेकानेक कारणांनी परवडणारी नसली तरी 'लोक काय म्हणतील' याचा तणाव घेऊन आपण नवनव्या वस्तू वेगाने घेत रहातो व तितक्याच वेगाने त्या कालबाह्य ठरून फेकूनही देत रहातो. नवीन वस्तू खरेदी करताना त्या नव्या वस्तूशी मिळते जुळते (अॅकॅप्ट) होण्याचा तणाव असतो, मॅनज करा...

अनेकानेक ताण मनावर कार्यरत होत असतात. 'नवे ते हवे' हा सोस कुठपर्यंत? तर मरेपर्यंत! रोज आपलं नवीन तंत्रज्ञान बाजारात येतच आहे.

जगी सर्व सुखी असा कोणी नसला तरी जुनी गोष्ट फेकून देताना सुखाचा जीव दुःखात पडण्याचीच शक्यता अधिक.

अगदी डोवळ उदाहरण द्यावयाचे तर मोबाईलचेच घेऊया. दिवसागणिक असंख्य कंपन्यांचे मोबाईल्स, हॅण्डसेट्स् बाजारात येत असतात. खरे तर दोन वर्षांपूर्वी पाच सात हजार खर्चून घेतलेला आपला हॅण्डसेट चांगला असतो. व्यवस्थित काम करत असतो. पण "काय यार, याबा आदमच्या काळातलं मॉडेल वापरतोयस? फेकून दे. नवीन त्या अमूक तमूक कंपनीचं घे. कारण हलकं आहे. शिवाय कॅमेरा, इंटरनेट..." असा मैत्रीपूर्ण सल्ला दिवसभरात सकाळ-दुपार-संध्याकाळ घरीदारी ऐकावा लागतो. ह्याच वेळी एखादा, जाहिरातीत मिळतात म्हणून पुरवण्या



काढणारा भांडवलदारी पेपर कोण्या 'तज्ज्ञ' डॉक्टराचा सल्ला असणारा मोबाईल धारकांनो सावधान! मोबाईलसमुळ ब्रेन हिमरेज होतो अशा शीर्षकाचा लेख छापतो. म्हणजे आणखी ताण! लेख वाचून खाली त्या 'तज्ज्ञ' डॉक्टराचे नाव आपण वाचतो. तेव्हा त्याच्या नावाखाली 'भ्रमणध्वनी' क्रमांक दिलेला असतो.

याचा अर्थ जुनं ते सगळं कवटाळून बसायचं असाही नाही, कारण पुन्हा लोक काय म्हणतील. आपलं सोशल स्टेट्स् आणि महत्त्वाचे म्हणजे काळाबरोबर रहायलाच हवं याचं 'टॅशन' (!) जुन्या टेलिफोनचं, फ्रिजचं, टी.व्ही. मिक्सर अशा उपकरणांचं जुनं टेलिफोनचं, काय करायचं? 'भंगार में बेच दो' असा सल्ला दिला जातो व परंपरावादी मन एकदम भयकंपित होतं. भंगारमध्ये दहा वीस रुपयांत अशा वस्तू टाकायच्या या विचारानं आपण अस्वस्थ होतो. भंगारवाल्याच्या दुकानात अशा वस्तू दिसतात तेव्हा भारत हा गरिबांचा कसला, अनावश्यक श्रीमंतीचा माज आलेल्या लोकांचा देश आहे असं वाटायला लागतं.

या जीवनातील स्वास्थ्य गमावून टाकण्यास कारणीभूत असलेल्या तंत्रज्ञानाशिवाय रहायचं तर तेही शक्य होत नाही. " काय चाटेल ते झालं तरी टी. व्ही., फर्निचर घेणार नाही. चर्टईवर बसता येत असेल तर या, नाहीतर नाही आलात तरी चालेल." असं सांगणारे आमचे एक प्राध्यपक होते. त्यांना मुलगी झाली, ती मोठी झाली आणि त्यांना बदलावंच लागतं. "फोनमुळे आपले स्वास्थ्य नाहीसे होते" असं सांगणाऱ्या आमच्या या प्राध्यपकांना आज मोबाईलशिवाय चालत नाही.

गती हवी पण किती हवी, त्याचा विचारच आपण करेनासे झालो आहोत.

## माहितीचा मारा

तंत्रज्ञानामुळे जसे ताणतणाव वाढले आहेत तसेच

माहितीच्या मान्यामुळेही ते प्रचंड प्रमाणात वाढले आहेत. इतक्या असंख्य प्रकारची बरोबर वा चुकीची माहिती हजारो माध्यमांतून आपल्यापर्यंत येत असते की सांगायची सोय नाही. बरे या उलटसुलट माहितीमुळे आपला अर्जुनच होतो.

परवा एका नियतकालिकात अंडे खाणे म्हणजे विप खाण्यासमान आहे या आशयाचा लेख वाचला. शास्त्रीयदृष्ट्या (लेखकाच्या ! ) हा मुद्दा त्याने पटवून दिला होता. पण त्याविरुद्ध अंडे चांगले असते असे सांगणारे लेखही आपल्यापर्यंत पोचत असतात. एखाद्या रोगावरील वृत्तपत्रांतील लेख वाचला की आपली पाहिली प्रतिक्रिया काय असते? ही लक्षणे आपल्यात आढळतात का हे तपासणे. थोडेही लक्षण साम्य आढळले की आपण विलक्षण अस्वस्थ होतो. लगेच डॉक्टर गाठा, टेस्ट करा.. जणू काही असे नाही केल तर आपण मरणारच आहोत !

काही तज्ज्ञ ( या मंडळींना काय म्हणावे हेच कळत नाही.) टी. व्ही. वरील व्यायामप्रकार पहात तुम्हीही अनुकरणातून व्यायाम करू शकता असे सांगतो तर या उलट गुरूच्या मार्गदर्शनाखाली व्यायाम करा असे सांगणारेही तज्ज्ञ आहेत. जाहिराती, चित्रपट, वृत्तपत्रे, ग्रंथ, सीडी, कॅसेट... किती प्रकारची माध्यमे आहेत आणि किती प्रकारची माहिती सतत चिखल फेकावा तशी फेकत असतात !

सचिनचे पहिले शतक कधी, कोणाविरुद्ध कोठे... संपूर्ण तक्ता. क्रिकेटच्या आकडेवारीचं विषय समजावून घेतायेता मीनाकुमारी, धर्मंन्द्र यांच्या चित्रपटांची यादी समोर येते. ती उलटली तर राजकीय नेत्यांच्या जीवनक्रमाचे आलेख येतात... या सर्व माहितीची, ही वाचण्याची गरज असते का? न समजता आपण समजावून घेतो आणि अनावश्यक माहितीचा ताण मनावर कार्यरत होतो. डोळ्यांवर येत रहातो. हे माहीत नसेल तर आपलं निभावणार नाही असं आपल्याला वाटत रहातं. 'वेल इनफॉरम्ड' असणं

ही काळाची गरज असते.

या सर्वांपासून दूर जायची इच्छा असते, पण शक्य नसतं. जग क्षणाक्षणाला इतकं बदलत चाललं आहे की 'टू कीप पेस विथ टाइम' याचं ओझं घेऊनच मध्यमवर्गीय शिक्षित शहरी माणूस जगत असतो आणि या तणावाचं व्यवस्थापन कसं करायचं ते कळतच नाही.

'वाचाल तर वाचाल' यावर बोलताना, लिहिताना ग्रंथपाल म्हणून मी नेहमी 'काय वाचू नये ते ओळखता आलं पाहिजे' असं आवर्जून सांगतो. कारण या प्रक्रियेचा डोक्यावर ताण येतो तसाच मनावरही येतो. तणावाने आपल्याकडे असणाऱ्या वेळेचं व्यवस्थापन करून जीवन संघटित करण्याचा आजचा काळ आहे. जास्तीत जास्त ३६५०० (१०० वर्षे) दिवस आपल्याला आयुष्य मिळते. स्वतःला, स्वतःच्या गरजांना ओळखून आपण जगणं आवश्यक आहे, नाही तर मानसिक स्वास्थ्य क्षणाक्षणाला संपत जाईल.

मानवी नातेसंबंधांचे बदलते आयाम, स्वतः बद्दलच्या अवाजवी अपेक्षा, स्वतःबद्दलचे गंड या सर्वांतून आपण ताणतणाव आपल्या आयुष्यात ओढवून आणतो. त्यापेक्षा स्वतःला शोधावं, स्वतःला ओळखावं. कारण अपेक्षा, अतिहाव हे दुःखाचं मूळ असतं हे आपण समजावून घ्यायला हवं.

हे ज्ञातं काय आहे त्याबद्दल. यावर उपाय कोणते आहेत, यातून सुटायचं कसं याच्या उत्तराचा शोध आपण लगेच सुरू करतो. साडेतीन हात देहाला किती लागतं, काय लागतं व का लागतं याची उत्तर व्यक्तिसाक्षेप आहेत. त्यामुळे अमूक एक स्वामी, बाबा, महाराज, सद्गुरू यांची भाषणं पुस्तकं हा सुटण्याचा मार्ग ठरू शकतो असे नाही. अशा एका बाबाचे भक्त प्रवचन करून घरी येता-येता मित्राशी गप्पा मारताना त्यांना कळतं की उद्या पाणी घेणार नाही. (माहिती आपल्यापर्यंत येण्याचे मार्ग ! ) घरी येताच

ते बायको, सून, मुलगा यांच्यावर डाफरतात, "टी. व्ही. काय पहात बसलात, पाणी भरा पटापट."

आता ही चिडचिड होणार असेल, मनावर माहितीचा ताण घेणार असेल तर प्रवचनांतून काय साधलं? त्यामुळे आपल्या चित्तवृत्ती ताणत न ठेवण्यासाठी आपणच साधना करावला हवी. 'गीता' हा ज्या संस्कृतीचा ग्रंथ आहे तो समजावून घेतला, त्यावर चिंतन केलं तर बरंच काही सापडेल, कारण या सर्व स्वामी महाराजांच्या - व्यावसायिक पोपटपंंचीची मूळ प्रेरणा गीता (पण त्यांना न समजलेली ! ) असते.

त्यामुळे ३६५०० दिवसांचं काय करावचं कोणते ताण घ्यायचे, किती घ्यायचे, का...

आपणच आपलं ठरवायला हवं.

मोहन पाठक,  
ठाणे.



## विचारमंथन

## विषयना

माणसाने जगण्यापुरतं खावं. शरीराला तेवढंचे आवश्यक असतं. आपल्या भाषणामध्ये गोएंका आचार्यांनी मनासाठी सांगितलेले पाच नियम अतिशय महत्त्वाचे.

उगवणारा प्रत्येक दिवस हा अनेक घडामोडींना जन्म देऊन मावळत असतो. आजकालच्या या घडामोडीं माणसाच्या जीवनात अनेक प्रकारचं दुःख घेऊन अवतरत असतात असं हल्ली प्रत्येकजण म्हणत असतो. काळजी, व्यथा, चिंता, दुःख, नैराश्य, ताणतणाव यांनी घासलेला मनुष्य आयुष्याला कंटाळलेला असतो. कंटाळवाणं जीवन जगणाऱ्याला या माणसाला जीवनाभिमुख करून त्यांच्या ठिकाणी 'आनंदाचे डोही आनंद तरंग' निर्माण करावयाचे असतील तर 'विषयना' या ध्यानधारणेची ओळख जरूर करून घ्यावी.

स्वतःकडे अंतःमुख होऊन पहाण्याची ध्यानधारणा म्हणजेच 'विषयना'. नाशिकच्या अलीकडे इगतपुरू नावाचे गाव आहे. या गावातच श्री. गोएंका गुरुजींनी विषयना केन्द्र स्थापना केले आहे. तिथे जाणाऱ्या प्रत्येकाला स्वतःला भिक्षू समजून निगर्वां मनानेच परिसरात प्रवेश करावा लागतो. रहाण्या जेवण्यासाठी कुठल्याही प्रकारची वर्गणी घेतली जात नाही. वेंगैमधून कुठल्याही प्रकारच्या खाण्याच्या वस्तू नेण्याला परवानगी नसते. चॉकलेट, बिस्किटे न्यायलामुद्रा मज्जाव असतो. तुमच्यासोबत असणारी पाचशे माणसे जे खातील तोच तुमचा आहार असतो. घरामध्ये मिळणाऱ्या स्पेराल पदार्थांची आठवणमुद्रा घेऊ नये अशा वेगळ्या वातावरणामध्ये हळूहळू तुम्ही स्वतःला घडवत जाता.



माणूस म्हणजे सगुण साकार 'देह' आणि निर्गुण, निराकार 'मन' या दोहोंच्या समन्वयातून निर्माण झालेला. लहानपणापासून देहाच्या वाढीसाठी नानाप्रकारचे चोचले पुरवण्याची सवय लागलेली. मोठेपणासुद्धा शरीर सुंदर दिसावं म्हणून हरत-हेचे व्यायाम करून सकाळी 'चालणं' ठेवून, योगा-एरोबिक्सचे क्लासेस करून मेहनत घेतली जाते. परंतु शरीराइतकंच महत्त्वाचं असलेलं 'मन' - ते कसं सुंदर दिसेल याचा विचारच होत नाही. विषयना केंद्रामध्ये या मनावरच लक्ष केंद्रित केलं जातं. जोपर्यंत माणसाचा घासोच्छवास चालू असतो तोपर्यंत तो या जगात जीवित असतो. सुरुवातीला या घासाचं निरीक्षण करण्याचा अभ्यास सांगितला जातो. हळूहळू एके ठिकाणी केंद्रित झालेलं लक्ष मस्तकमध्याभागी परिवर्तित करण्याची सवय लावली जाते. काही दिवसांनी मस्तकापासून पायापर्यंत संपूर्ण शरीरभर आपल्या मनाचा प्रवास चालू राहतो. वरून खाली पुन्हा खालून वर असं हे फिरणं सुरुवातीला अगदी धिम्म्या गतीने सहा सात दिवसानंतर खूपच गतिमान बनतं. श्री. गोएंका गुरुजींच्या सूचना मानितरवरून मार्गदर्शन करत रहातात. काहीना या ध्यानधारणेत 'धाराप्रवाहचा' अलौकिक आनंद मिळून जातो. शरीर वजनरहित होतं. अणूप्रमाणूचा चलनवलनाबरोबर तेजस्वी केंद्रविंदू मांडी घालून बसलेल्या शरीराच्या त्रिकोणात चेंदूसारख्या दृणदृण आपल्याला हव्या तशा उड्या मारतो. डोळ्यांतून नकळत पाणी प्रवाहित होतं. या अनुभवाचा आनंद विलक्षण असतो. तो आनंद

मिळवण्यासाठी म्हणून केलेली ध्यानधारणा मात्र पुन्हा सफल होईल म्हणून सांगता येत नाही. सकाळच्या वेळी 'विपश्यना' क्रियेचं 'प्रक्रिकल' सगळ्या साधकांकडून अशा प्रकारे नित्य करून घेतलं जातं. अर्थात कुणाची किती प्रगती हे ज्याच्या त्याच्या एकाग्रतेवर अवलंबून असते. काहीजण तर डोळे मिटून डुलक्या काढायला लागतात आणि कार्यकर्ते त्यांना जागवित असतात. काही साधक खरोखरच गुरुजींनी सांगितलेली प्रत्येक सूचना तंतोतंत पाळून या ध्यानधारणेत प्रगती करतात. हे जे विपश्यनेचे 'प्रक्रिकल' आहे ते केन्द्रामध्ये जाऊन शिकणे अतिशय महत्त्वाचे आहे. पहाटे ५ वाजता उठणे, स्वच्छ होऊन ध्यानधारणेच्या सभागृहात जमणे. एक तास ध्यानधारणा-त्यानंतर आल्यालिंगाचे पाणी पिणे - आंघोळीनंतर पुन्हा ध्यानधारणा - केळे, पपया, कर्लिंगडे अशी फळे, कमीत कमी तेलाची न्याहारी पुन्हा सभागृहात ध्यानधारणा - स्वतःला येणाऱ्या समस्यांचं निराकरण करून घेणे, दुपारचं सात्विक जेवण, विश्रांती - पुन्हा संध्याकाळी हिंदी, मराठी, इंग्रजी भाषेत प्रवचने - प्रक्रिकलमध्ये येणाऱ्या अनुभवांना थिअरी सांगून समर्थ करणे - एकतास चालणे - रात्री ७ वाजता कुरमुरे मोजता येतील अशा शेंगदाणे - चणे वांसह पुन्हा झोपण्यापूर्वी ध्यानधारणा. रात्री ९ वा. झोपणे पुन्हा सकाळी ५ वा. उठण्यासाठी. दिनक्रम ठरलेला आखीव. परंतु दिवसेदिवस येणारा नूतन अनुभव जगण्यासाठी चैतन्यदायी ठरवणारा.

माणसाने जगण्यापुरतं खावं. शरीराल तेवढंच आवश्यक असं. आपल्या भाषणामध्ये गोंएका आचार्यांनी मनासाठी सांगितलेले पाच नियम अतिशय महत्त्वाचे. शब्दांमध्ये सांगायला हा नियमांचा व्यायाम अतिशय सोपा. परंतु आचरणात आणणं खूपच कठीण.

### पहिला नियम

माणसाने भूतकाल - भविष्याकाल याविषयी दुःख,

चिंता करू नये. भूतकालात घडलेल्या घटना आठवून व्याकूळ होण्यात काहीच अर्थ नसतो. भविष्यकालात घडणाऱ्या गोष्टी आपल्याला माहित नसतात. त्यामुळे विनाकारण त्याची काळजी करण्यात काहीच तथ्य नसते. वर्तमानकालात समदृष्टी ठेऊन जगावे. व्यक्ती - वस्तू - घटना समोर येणाऱ्या कुणाविषयीही मनात व्येप - मत्सर नसावा. तसेच मनाला कुठेही गुंतू नकोस ही ताकिद द्यावी. क्षणाक्षणाला बदलणारा कालप्रवाह. इथे कायमस्वरूपाचे काहीच नसते आणि म्हणूनच 'अनित्य' सतत बदलणाऱ्या व्यवस्थेची जाणीव ठेवावी. म्हणजे कितीही संकट आलीत तरी हे धांवणार नाही निघून जाईल या जाणिवेने माणूस हतबल, निराश होत नाही. मनाच्या दयनीय अवस्थेत वायका-मुलांसह आत्महत्या करणाऱ्या लोकांची वृत्ते ऐकून समाजाने हा पहिला नियम कायम ध्यानात ठेवला पाहिजे असे वाटते.

### दुसरा नियम

काया, वाचा मनाने माणसाने 'सत्य' आचरावे. एका खोट्या घटनेतून अनेक खोट्या घटनाना तोंड द्यावे लागते आणि त्यामुळे माणूस दुःख पदरी ओढवून घेतो.

### तिसरा नियम

'अहिंसा' धर्म पालन करण्याचा. दुसऱ्याची 'निंदा - नालस्ती' करून जेवढी हिंसा होते. तितकीच हिंसा मनामध्ये एखाद्याचे वाईट चिंतून होते. एखाद्या डॉक्टराच्या मनात 'सगळींफडे रोगराई पसरू दे आणि माझ्या व्यवसाय तेजीत चालू दे' असा विचार येणे हीसुध्दा हिंसा झाली. इथेसुध्दा काया, वाचा मनाने 'अहिंसक' वृत्ती आचरणात यावी.

### चौथा नियम

अहंपणा. मी, मी करण्याचा स्वभाव नष्ट करण्याची मनाला सवय लावणे. मी- मी-माझं केल्यामुळे अपेक्षा मनात ठेवूनच कार्यक्रम होतं. अर्थातच दुःखाला बोलावणं

आपोआप केलं जातं. माझा माझा म्हणून वाढवलेला मुलगा मोठेपणी ऐकेनासा होतो तेव्हा दुःखाचा डोंगर कोसळतो. निष्काम अपेक्षारहित कार्य करावं. मग ते समाज, संस्था, कुटुंब, कुणासाठीही असो. मनाच्या आनंदासाठी निःस्वार्थ निगर्वापणे केलेली सेवा उपयोगी पडते.

### आणि पाचवा नियम

घडणाऱ्या घटनांचा दोष स्वतःकडे न घेता दुसऱ्यांना देण्याची सवय सोडून द्यावी. आपणही घटनेमध्ये सहभागी असतो. पण वाईटपणा घ्यायला तयार नसतो. ही गोष्ट याच्यामुळे - हिच्यामुळे घटली सांगून दोषांचे खापर दुसऱ्यावर फोडण्याची सवयीमुळे मनाला दुःख होतं. त्यापेक्षा कबुली देणं चांगलं. मन स्वच्छ होतं.

हे पाच नियम गोएंका गुरुजी अनेक उदाहरणांनी कजू भाषेत समजावून सांगतात. भाषणाच्या शेवटी 'भवतु सब्ब मंगलम्' अशी प्रार्थना म्हणतात. सगळ्यांचं कल्याण होऊ दे. संत ज्ञानदेवांनी हेच सांगितलं,

'दुरितांचे तिमिर जावो।  
विघ्न स्वधर्म सूर्ये पाहो।  
जो जे वांछिल तो ते लाहो।  
प्राणिजात ॥'

दहा दिवसांच्या हा विपश्यनेचा कोर्स साधना करताना प्रथम प्रथम कंटाळा येतो. परंतु जसजसे दिवस जातात एका वेगळ्या वातावरणाची साधकाला सवय होत जाते. पवित्र, मंगल, चैतन्यदायी बदलाची जाणीव होते. मनातला सगळा केरकचरा निघून जाऊन मन निर्मळ झाल्यासारखे वाटते. इथे प्रत्येक साधक बोलतो ते फक्त स्वतःशीच तेही मनात अंतर्मानात. सभोवताली शकडो जण असतात त्यांच्याशी तोंडाने बोलणं सोडा पण नजरेन हातवारे करून खुणावायला सुद्धा मज्जाव असतो. इथे फक्त प्रत्येकाने साक्षीभावाने मनातल्या प्रतिक्रिया पहायच्या असतात. खाताना-खाणं

चमचमोत नाही त्यावर मनात उमटणाऱ्या प्रतिक्रियांचं निरीक्षण करावं. धास कसा आहे त्याची जाणीव नाकाखाली कशी होते. ऊष्ण - थंड फक्त निरीक्षण करावं आणि मग हीच निरीक्षणाची सवय पुढे जीवनाला घडणाऱ्या सुखदुःखाच्या घटनांच्या वाढतीत असावी. धिअरीमध्ये एकलेल्या गोष्टींचा प्रॅक्टिकल करताना अनुभव येतो. ध्यानधारणा करताना समभावना ठेऊनच पुढे पुढे जावं त्यात न गुंतता, न थांबता आवर्तने चालू रहाताना. जीवनात मार्गक्रमण करताना याच पाच नियमांना धरून माणूस आनंदाचा अनुभव घेऊ शकतो. मनामध्ये कोणत्याही देवाचे, कोणतेही रूप नजरेसमोर न ठेवता फक्त साक्षीभावाने निरीक्षण करणे स्वतःकडे अंतर्मुख होऊन पहाणे म्हणजेच 'विपश्यना'. ह्या 'विपश्यना' धर्माचे आचरण करणाऱ्या प्रत्येक व्यक्तीला 'आनंदाचे डोही आनंद तरंग' याचा प्रत्यत येतो. आनंदाच्या सागरात नित्य डुंबत रहाणे म्हणजेच परमेश्वराच्या सान्निध्य जाणे. मनाची ही प्रसन्नता प्रत्येक माणसाने मिळवून स्वतःला सुखी करावे हेच गोएंका गुरुजी सांगतात. सुखाची गुरुकिल्ली मिळवण्यासाठी 'विपश्यना' ध्यानधारणा प्रत्येकाने शिकावी आणि स्वतःच्या मनात वसत असलेल्या परमेश्वराला संतुष्ट करावे. आपले मनोरथ पूर्ण करण्यासाठी 'मनाची प्रसन्नता' हाच खरा उपाय आहे. संत रामदास हेच सांगतात -

मन करा रे प्रसन्न । सर्व सिध्दीचे कारण ॥

गोएंका आचार्य

•••

## आधुनिक ग्रंथालयात मी घालविलेले दीन तास

ग्रंथालय सेवासमूहाने घेतलेल्या निबंध स्पर्धेतोतल प्रथम पारितोषिक प्राप्त निबंध दे. समित्रच्या सहकार्याने येथे पुनर्मुद्रित करीत आहोत. -संपादक

काही दिवसांपूर्वी इंग्लंडला भावाकडे जाण्याचा योग आला. चांगला चार महिने मुकाम होता. प्रत्येक आठवड्यात कुठेना कुठे तरी खूप जाणे व्हायचेच. मला वाचनाची खूप आवड आहे हे माहित असल्यामुळे माझ्या भावाने मला बर्मिंघम येथील खूप मोठ्या (पाच मजली) हडसन ग्रंथालयात घेऊन जाण्याचे ठरविले... मी पण तयार झालो. सकाळी अकरा वाजता माझ्या भावाने मला ग्रंथालयात नेऊन सोडले आणि तो त्याच्या कामावर म्हणजे हॉस्पिटलमध्ये गेला.

एवढी प्रचंड लायब्ररी पाहून मी तर थक होऊन गेलो. कोठून आणि कशी सुरुवात करावी हे ठरविण्यात थोडा वेळ गेला. मी तेथील भिंतीवरील शोकेसमधील काही निवेदन पहात होतो. साधारण पंधरा सोळा वर्षांची एक मुलगी माझ्याजवळ आली व म्हणाली 'हॅलो'... त्यानंतर थोडा वेळ परस्पराने नाव, गांव, देश, शिक्षण याबद्दलची चर्चा झाली. त्यावरून त्या मुलीला माझा हेतू आणि अपेक्षा याची कल्पना आली असावी असे मला वाटते.

नंतर त्या मुलीने-ट्रेसाने- ग्रंथालयाचे सर्व मजले दाखविले. प्रत्येक मजल्यावर वाचनासाठी मोठा हॉल होता. छानपैकी खुर्चा होत्या. त्या खुर्चांच्या पायाच्या तळाशी रबराचे तुकडे लावलेले होते. त्यामुळे खुर्ची सरकविताना आवाज येत नसे. हॉलमध्ये भिंतीला लागून पुस्तकांची भरलेली कात्रेची कपाटे होती. हॉलला लागून एक लहान खोली होती. त्या खोलीत त्या मजल्यावर असलेल्या सर्व देखरेखीसाठी नेमलेल्या ग्रंथपालासाठी टेबल खुर्चीची व्यवस्था होती. त्या टेबलाजवळ चार खुर्चा होत्या. या खोलीत नेहमीप्रमाणे बोलले तरी चालत होते. कारण वाचनाचा हॉल व ही खोली यांच्यामध्ये पूर्णपणे काचेची

भिंत होती. या छोट्या खोलीच्या एका कोपऱ्यात टॉयलेटची खोली होती. लहानशा धातूच्या पट्टीवर लिहिलेल्यावरून हे समजत होते.

त्या खोलीतच एका टेबलाशी मला बसायला सांगितले. प्रथम मी माझी पसंती नोवेल पारितोषिके मिळविणाऱ्या साहित्यिकांच्या साहित्याची केली, पाच सहा मिनिटात ट्रेसाने पत्रासमाठ पुस्तके माझ्यापुढे टेबलावर ठेवली. अगदी सावकाशपणे मी एक एक पुस्तक हाताळू लागलो. लेखकांचे नाव, प्रकाराकाचे नाव, प्रकाशन दिनांक व किंमत या गोष्टी मी पहात होतो. बाकी सर्व मिळाले पण पुस्तकाची किंमत मात्र मलपृष्ठावर वारकोड पद्धतीने लिहिली होती. एका मागून एक पुस्तक पहाताना... पर्ल बक, सॉमरसेट मॉम, बर्नाड शाॅ, हेमिंग्वे इ. अनेक साहित्यिकांची पुस्तके चाळली. काही पुस्तकाच्या प्रस्तावना वाचल्या. अत्यंत मुबक छपाई, सुंदर टाईप... पण हे मी किती पहाणार माझे तर डोकेच गरगरू लागले... थोडावेळ मी खुर्चीतच जरा आरामात बसलो... ट्रेसाने हे लक्षात आले असावे. ती माझ्याजवळ आली आणि मला विचारले "कॉफी घेणार काय?... थोड्या वेळातच दुसरी एक मुलगी कॉफीचा मोठासा मग घेऊन आली. ट्रे माझ्या टेबलावर ठेवला व ती निघून गेली. गरम बाफाळलेली कॉफी घेताना मजा वाटली. रिकामा मग ट्रेमध्ये ठेवताना कॉफी विलाचे चाळीस पेन्स मी ट्रेमध्येच ठेवले. जरा फ्रेश होऊन झाल्यावर पुन्हा टेबलावरची राहिलेली पुस्तके मी चाळू लागलो. दोन चार पुस्तकानंतर माझ्या हाती लागले ते 'गीतांजली'... मला भरून आले. भारतात या पुस्तकाबद्दल पुष्कळ ऐकले होते. पण आता ते माझ्या हातात होते. खूप आनंद झाला. पुस्तकाच्या जाड कव्हरवर 'गीतांजली' आणि रविंद्रनाथ

टागोर ही नावे एम्बॉस करून त्यावर सोनेरी छटा होती. या पुस्तकासाठी मी जरा जास्तच वेळ दिला. मी इकडे तिकडे पहात होतो, तेवढ्यात ट्रेसाने माझ्यासमोर एक पॅड आणि एक छानपैकी वॉलपेन आणून दिले. जवळजवळ पंधरा ते वीस मिनिटे मी काही पुस्तकांची नावे, लेखकांची नावे यांची यादी तयार केली. जरासा खुर्चीतच पण टेकून बसलो. नंतरच्या माझ्या पसंतीनुसार ट्रेसाने मला जगातील नामवंत चित्रकारांच्या पुस्तकांचा गड्डा आणून दिला. मायकेल अँजेलो, व्हॅन गॉग, कॉर्नेलेट्रो, व्हिंही, पिकासो इ. इ. अनेकांची पुस्तके मी चाळली. प्रत्येक चित्र पाहताना काही वेगळच आनंद होत होता. काही चित्रे माहित होती. ती पाहताना मन भरून येत होते. असे वाटत होते की ही सर्व पुस्तके आपल्या स्वतःच्या संग्रहात असावीत आणि आपल्याला त्यांचा आस्वाद केव्हाही घेता यावा. भारतीय कलाकारांची पुस्तके पण त्यात होती. नंदलाल बोस, रविंद्रनाथ, हुसेन, आलमेलकर, रझा रविवर्मा अशा प्रसिद्ध कलाकारांची चित्रे होती. बेरूळ, अजंठा, धारापुरी अशा लेण्यातील शिल्पांचा व रंगीत चित्रांचाही संग्रह होता. आपल्याला माहित असलेल्या कलाकृतीचे असे दर्शन खूप आनंददायी वाटत होते. हे सर्व पहातांना वेळ कसा निघून गेला समजलेच नाही.

नंतरची माझी पसंती होती नाटकांच्या पुस्तकांची ... खरं सांगायचं तर मला फक्त पाच सहाच इंग्रजी नाटककारांची नावे माहीत होती आणि माझ्यासमोर त्या मुलीने भलामोठा गड्डा आणून ठेवला होता. त्यातून मला माहित असलेल्या नाटककारांची पुस्तके निवडून काढणे मला थोडे जडच गेले. शेक्सपीअर, इय्येन, अँगाथा व्हिस्ती अशा नाटककारांची नाटके तसे पाहिले तर अवघडच आणि माझ्या आवाक्या बाहेरची होती, जवळजवळ सर्वच पुस्तके मी बरबरच चाळली. एखादेच पुस्तक जरा जास्त वेळ चाळले. कारण बाकीची पुस्तके मला माहितच नव्हती. या गट्ट्यातल्या काही पुस्तकांच्या नावाची यादी मी तयार केली. कशासाठी, तर पुढे केव्हातरी वेळ मिळालाच तर ही नाटके आपल्याला वाचायला मिळावित म्हणून.

आता मात्र मला कंटाळा यावाला लागला होता. मी घड्याळात पाहिले तर माझ्या भावाला यायला अजून वेळ होता. म्हणून त्या मुलीला विचारून रिडींग हॉलमध्ये सावकाशपणे एक चक्र मारली. सर्व कपाटातील पुस्तके त्यांची नावे पाहून समजत होती. मध्येच एखादे पुस्तक कपाटाबाहेर काढून मी पहात होतो... आणि पुन्हा जागच्या जागी ठेवीत होतो. संबंध हॉलला एक राऊंड घेऊन झाला होता. सहज म्हणून तेथे वाचत बसलेल्या लोकांकडे मी एक दृष्टीक्षेप टाकला... पण ... सारं कसं शांत शांत... कुणाचेही माझ्याकडे लक्ष गेले नाही, सर्वजण वाचनात दंग होते. ही गोष्ट माझ्या मनात धर करून बसली...तेथूनच मी माझ्या पहिल्या जागेवर म्हणजे टेबलाजवळ येऊन बसलो.

पाच एक मिनिटे जरा शांत बसून राहिलो आणि थोड्या वेळाने उठून मी त्या मुलीच्या टेबलाशी गेलो आणि तिच्याशी बोलू लागलो. तेवढ्यात त्या ठिकाणी दोनजण एक मुलगा व एक मुलगी आले आणि दोघांनी दोन वेगवेगळ्या पुस्तकांची चौकशी केली. ट्रेसाने लगेच संगणकाचे सहाय्याने त्या पुस्तकांचे क्रमांक, कपाट क्रमांक वगैरे मिळवून, तिथल्याच छोट्या कागदावर लिहून त्या मुलांच्या हातात ते कागद दिले आणि ती मुले लगेच रिडींग हॉलमध्ये गेली आणि त्यांना हवी असलेली पुस्तके कपाटातून काढून शांतपणे वाचत बसली.

"हं, मी चौकशी करित होतो की या ग्रंथालयांत भारतीय भाषातील पुस्तके आहेत काय?" त्या मुलीला मराठी, हिंदी, गुजराथी, बंगाली अशी भारतीय भाषांची नावे माहित नव्हती, ती फक्त या पुस्तकांना 'युक्स ऑफ इंडियन लँग्वेज' असेच ओळखत होती.... मोठ्या दोन कपाटापाशी तिने मला नेले, कपाटे उघडून दिली आणि म्हणाली, "पहा, तुम्हाला हवीत ती इंडियन लँग्वेजमधील पुस्तके आहेत का?" ... आणि तेवढ्यात तिच्या टेबलाजवळ कुणीतरी आले म्हणून ती निघून गेली.

मी पहिल्या मोठ्या कपाटात पाहिले तर काय चक्र

मराठी पुस्तकेच तिथे होती. मी अधाशासारखा पाहू लागलो...स्वामी, श्रीमान योगी, काजळमाया, मी कसा झालो, व्यक्ती आणि वल्ली, साठवण, नटसम्राट... ज्ञानेश्वर, तुकाराम, वि.स. खांडेकर, कुसुमाग्रज, गडकरी, बोरकर, विंदा इ. साहित्यिकांच्या प्रसिद्ध साहित्याचा खजिनाचा माझ्यापुढे खुला होता. वस्तुतः ही सर्व पुस्तके आपण वाचली आहेत. आपल्या संग्रही पण आहेत. पण ब्रिटिशांच्या भूमीत आपली अमृतानेही पैजा जिकणारी 'मराठी' डोलाने उभी आहे हे पाहून डोळे भरून आले. फार फार आनंद झाला. पण हा आनंद बाहेर दाखविता येत नव्हता. सर्व मराठी पुस्तकांना मी प्रेमाने हात लावीत होतो. एखादे दुसरे पुस्तक उघडूनही पहात होतो... सर्व सर्व माहीत होते पण सर्व मराठी पुस्तके चाळताना खूप वेळ होऊन गेली होती. मी कपाट लावून घेतले व ट्रेस टेबलाच्या दिशेने चालू लागलो... माझा भाऊ व ट्रेस बोलण्यात गुंतले होते... मी त्याला तेथे पाहिल्यावर खूप झालो, तो म्हणाला, "पंधरा मिनिटे झाली मी आलो आहे. तू पुस्तकांत रंगला होतास म्हणून हिच्यारी बोलत बसलो आहे."

तिथे गेल्यावर पूर्वीचे ट्रेसाने दिलेले पॅड आणि बॉलपेन मी तिला परत करू लागलो. ती म्हणाली, "दॅटस ओ के हे तुमच्याजवळच ठेवा." ट्रेसाला 'थॅक्स' म्हणून आम्ही तेथून निघालो, गाडीने घरी परतताना मीच बोलत होतो. तेथील शांतता, स्वच्छता, शिस्त, नोटनेटकेपण, वाचन संस्कृतीचे महत्त्व, ग्रंथपालांची तिथे येणाऱ्या लोकांवद्दलचा विश्वास, ग्रंथलयांत असणाऱ्या सुविधा, ग्रंथपालाजवळ असलेला आत्मविश्वास, बहुश्रुता, माहिती, ज्ञान आणि समोर येणाऱ्या वाचकांवद्दल असणारी आपुलकी... असे सर्व बोलत असता घरी केव्हा पोहोचलो, समजलेच नाही.

**श्रीकृष्ण गोविंद पारनाईक**

ठाणे

(मुखपृष्ठावरून)

**संपादकीय**

**अर्थसंकल्प**

या अर्थसंकल्पातील एक महत्त्वाची बाब म्हणजे शिक्षण क्षेत्राला देण्यात आलेले महत्त्व. त्याबरोबरच पुण्याच्या भांडारकर प्राच्यविद्या संस्थेला विशेष आर्थिक साहाय्य देण्याची केलेली तरतूद ही एक चांगली बाब आहे. काही समाजकंटकांनी केलेल्या विध्वंसामुळे अशा संस्था अकार्यक्षम बनणे हा फार मोठा सांस्कृतिक धोका असतो. ऐतिहासिक महत्त्व आणि भविष्यकालीन संदर्भ यांचे महत्त्व लक्षात घेता, राष्ट्रीय संस्कृतीचा वारसा पुढे नेणाऱ्या या संस्था महत्त्वाच्या असतात. या संस्थेला केलेले अर्थ साहाय्य हे या दृष्टीने आवश्यक आणि महत्त्वाचे ठरेल असे पाऊल आहे.

राष्ट्रीय अर्थसंकल्पाबरोबरच रेल्वेचे वार्षिक अर्थ नियोजन महत्त्वाचे असते. प्रतिवर्षाप्रमाणे केंद्रीय अर्थसंकल्पाच्या अगोदर रेल्वेचा अर्थसंकल्पही सादर झाला. काही अपवाद वगळता हा अर्थसंकल्प उपचाराचा भाग होता. जनसामान्यांच्या सर्वच अपेक्षा विरोधतः माध्यमे अधोरेखित करतात, त्या रास्त असतात असे म्हणणे भावडेपणाचे ठरते. आर्थिक उदारीकरणानंतर जगभर सुरू झालेल्या स्पर्धेत टिकाव्याचे असेल तर स्वतःला सिध्द करणे ही काळाची गरज असते. त्यामुळे सर्वसामान्य या शब्दांतून अभिप्रेत असणाऱ्या समाजाने आपल्या क्षमतांचे पुनरावलोकन करित राहणे गरजेचे आहे. रेल्वेच्या बाबतीत होणाऱ्या अपघातांचे प्रमाण, बेशिस्त पाहता सुजाण नागरिकांच्या अपेक्षा काही प्रमाणात वाजवी ठरतीलही. पण जादूची कांडी फिरावी व स्वस्ताई व्हावी ही भावडी अपेक्षा सर्वस्वी गैर लागू आहे. तुम्हाला चांगल्या सेवा हव्या असतील तर तसा पैसा तुम्हाला मोजावाच लागणार आहे!



## स्मरणशक्ती वाढविणारे मेंदूचे व्यायाम

मेंदूशिवाय शरीराच्या सर्व अवयवांचे पारंपारिक व आधुनिक व्यायाम आतापर्यंत उपलब्ध होते. एक मेंदूच तेवढा व्यायामाला अपवाद उरला होता; किंबहुना मेंदूचे व्यायाम असू शकतात, अशी कल्पनादेखील आतापर्यंत कोणी केली नसेल; परंतु अमेरिकेतील ड्युक युनिव्हर्सिटी मेडिकल स्कूलमधील न्युरोबायॉलॉजीचे प्राध्यापक लॉरेन्स कॅट्झ यांनी मेंदूच्या व्यायामाचे संपूर्ण शास्त्रच विकसित केले आहे. 'न्युरोबिक्स' असे या शास्त्राचे नाव आहे. त्यानुसार मेंदूचे व्यायाम केल्याने बुद्धी तल्लख होते. स्मरणशक्ती सुधारते. आकलनशक्ती वाढते, असे फायदे कॅट्झ यांनी सांगितले आहेत. लिंगभेद व वयोगटानुसार मेंदूचे विविध व्यायामप्रकार कॅट्झ यांनी दिले आहेत.

### मोठ्यांसाठी

- दिवसातून एकदा एकमेकांशी एक अक्षरही न बोलता सहकुटुंब एकत्र बसून जेवण करा.
- काही मिनिटे शांवरखाली उभे राहा आणि नंतर डोळे बंद ठेवूनच अंगावर कपडे घाला.
- विशिष्ट प्रकारच्या फुलांचा वास घेत असताना विशिष्ट प्रकारचे संगीतच निवमितपणे ऐका.
- दात घासणे, दाढी करणे व जेवण करणे ही कामे तुम्ही उजखुरे असला तर डाव्या हाताने व डावखुरे असाल तर उजव्या हाताने करा.
- डोळे बंद करून घरातील माणसे व फर्निचर यांचा अंदाज घेत संपूर्ण घरात व घराबाहेर फेरी मारा.
- कपाट उघडून आत काही मिनिटे पाहा व नंतर पुन्हा ते बंद करून आतील वस्तू आठवून त्यांची यादी लिहून काढा.
- दोन्ही हातांचा एकाच वेळी उपयोग करून दोन चेंदू झेला, दोन कपातील चहा चमच्याने हलवा.
- दोन्ही हातांनी एक हाताखालून तर एक हातावरून अशा पद्धतीने कागदांचे बोळे वास्केटमध्ये फेका.

### महिलांसाठी

- डोळे बंद करून केस धुवा.
- उजखुरे असाल तर डाव्या हाताने व डावखुरे असाल तर उजव्या हाताने केस विचरण्याचा व मेकअप करण्याचा प्रयत्न करा.
- किराणा मालाच्या नव्या दुकानात खरेदी करा.
- सुपरमार्केटमध्ये 'एसलेस' च्या मदतीने स्वतःचा मार्ग बदलण्याचा प्रयत्न करा.
- किचनमध्ये दोन किंवा तीन कामे एकाच वेळी करा.
- कुटुंबाची जेवण्यासाठी बसण्याची जागा ऐनवेळी बदला.
- नाण्यांना केवळ स्पर्श करून त्यांच्या किंमती ओळखण्याचा प्रयत्न करा.
- डोळे बंद करून चावीने कुलुप उघडण्याचा प्रयत्न करा.

### मुलांसाठी

- वयाच्या १८ व्या वर्षापर्यंत वाचनाची सव्य विकसित करा.
- कागदावर कशाही वाकड्या-तिकड्या रेषा ओढा, रेषांनी विंदू जोडा, कोडी सोडवा.
- नवीन भाषा शिकून घेण्याचा प्रयत्न करा.
- नवा छंद जोपासा.
- आकाशातील ढगांकडे पहात हातांनी चिकनमातीची मूर्ती करण्याचा प्रयत्न करा.
- तुम्ही वापरत नसलेल्या हाताने पॉपकॉर्न तयार करण्याचा प्रयत्न करा.

### काम करताना

- कामाची नवी पद्धत अवलंबा.
- कार्यालयाची, त्यातील फोन, वेस्टवास्केट, माऊस इत्यादी वस्तू सातत्याने वेगवेगळ्या ठिकाणी मांडणी करीत राहा.
- घड्याळ दुसऱ्या हाताच्या मनगटावर बांधा.
- डोळे बंद करून लिफ्टमधील बटणे दावा.

## परिसर वार्ता

परिसर वार्तासाठी घडामोडींची माहिती महिन्याच्या दहा तारखेपर्यंत मंडळाच्या कार्यालयात येणे आवश्यक आहे. नंतर आलेली माहिती पुढील अंकात घेतली जाईल. - संपादक

### डॉ. बेडेकर विद्या मंदिर पूर्व प्राथमिक विभाग

#### सहल

३१ जानेवारी, २००७ रोजी पूर्व प्राथमिक विभागातील मुलांची सहल 'रॉयल गार्डन' येथे गेली होती. ३॥ ते ५ या वयोगटातील २५० मुलांना सहलीला नेणे ही सोपी गोष्ट नव्हती.

बसमधून जाताना मुलांना ज्या सूचना दिल्या, उदा. हात बाहेर काढू नये, खिडकीतून डोकावू नये इ. या सूचना मुलांनी तंतोतंत पाळल्या. तिथे गेल्यावर मुले रांगेतच आत गेली. सर्व खेळ त्यांनी मनसोक्त खेळले. तेथील लोकांना देखील मुलांचे कौतुक वाटले.

नंतर 'कृष्ण' हा सिनेमा मुलांना दाखवण्यात आला. मुले एकाग्र होऊन सिनेमा बघत होती. सिनेमा बघितल्यावर पावभाजी, पुलाव, गुलाबजाम असा मुलांच्या आवडीचा वेत होता.

जेवणानंतर अर्धा तास मुलांनी आराम केला आणि मग कपडे बदलून कारंज्यात भिजायला, पाण्यात डुंबायला व पाण्यातील घसरगुंडीवर घसरायला मुले लगवणीने निघाली. पण रांगेतच ब्रं का? संगीताच्या तालावर पाण्यात डुंबण्याची मजा काही औरच होती.

गार्डन मधील काही माणसे पाण्यात उतरून डुंबणाऱ्या मुलांवर लक्ष ठेवण्यास सज्ज होती. कारण काही अनर्थ घडायला नको आणि आम्ही तर सर्व शिक्षिका, सेविका डोळ्यात तेल घालून मुलांची काळजी घेतच होतो.

मुले खूपच खूप होती. पाण्यातून बाहेर पडायलाच तयार नव्हती.

सरतेशेवटी आईस्क्रीम देणार असे सांगितल्यावर मुले पटपट पाण्यातून बाहेर आली. लगेचच अंग पुसून मुलांचे कपडे बदलले. आईस्क्रीम खाऊन सहलीची सांगता झाली. सहलीचा आस्वाद मुलांनी पुरेपूर उपभोगला.

### कला चिल्ड्रन अॅकॅडमी

कला चिल्ड्रन अॅकॅडमीतर्फे घेतलेल्या २००६ - २००७ या सालातील रंगभरण, चित्रकला, हस्ताक्षर या स्पर्धेत १२४ विद्यार्थ्यांनी भाग घेतला व त्यात १५ विद्यार्थ्यांना मेडल मिळाली व स्पर्धेत भाग घेतलेल्या सर्व विद्यार्थ्यांना प्रशस्तिप्रतक देऊन गौरविण्यात आले.

### पेंटिंग स्पर्धा

१. स्वप्ना विजय घडशी - लहान शिशु - गुलाब गट
२. जयश्री गोविंद पाटील - लहान शिशु - मोगरा गट
३. तेजस विलास मदन - लहान शिशु - सायली गट
४. अक्षय रविंद्र कदम - मोठा शिशु - मोगरा गट
५. ऋतुजा अनंत पांचाळ - मोठा शिशु - सायली गट
६. उन्नती सतिश शेवाळे - मोठा शिशु - शेवंती गट
७. यश दिपक भुंडे - मोठा शिशु - गुलाब गट

### चित्रकला स्पर्धा

१. नेहा गणेश लोखंडे - मोठा शिशु - शेवंती गट
२. प्रतिक प्रकाश दर्डे - मोठा शिशु - मोगरा गट

## हस्ताक्षर स्पर्धा

१. सौरभ अशोक पाटील - मोठा शिशु - मोगरा गट
२. ऋषिकेश ज. महाडीक - मोठा शिशु - गुलाब गट
३. आकांक्षा चंद्रकांत भुजबळ - मोठा शिशु - गुलाब गट
४. आदिती अजित गिजे - मोठा शिशु - शेवंती गट
५. प्राची प्रकाश कदम - मोठा शिशु - सायली गट
६. तृप्ती दिपक महाडीक - मोठा शिशु - अबोली गट

ब्राह्मण सभेतर्फे घेण्यात आलेल्या 'मनाचे श्लोक' ह्या पाठांतर स्पर्धेत कु. यश दिपक भुंडे ह्या विद्यार्थ्यांस प्रथम क्रमांकाचे बक्षिस मिळाले.

## संस्कृत कलादर्पण

'संस्कृती कलादर्पण' या संस्थेच्या वतीने आयोजित केलेल्या आंतरशालेय नृत्यस्पर्धेत (लोकनृत्य) आपल्या शाळेतील पूर्व-प्राथमिक विभागातील विद्यार्थ्यांना (मोठा शिशु) तृतीय क्रमांकाचे बक्षिस मिळाले आहे.

या स्पर्धेत २० विद्यार्थ्यांनी भाग घेतला. या नाचाला पूर्व प्राथमिक विभागाच्या मुख्याध्यापिका सौ. विदुला वैद्य ह्यांचे मोलाचे मार्गदर्शन लाभले व ह्या नृत्याचे संयोजन सौ. श्वेता कोकिळ व सौ. मनाली दिवेकर ह्यांनी केले होते.

### डॉ. बेटेकर विद्या मंदिर प्राथमिक विभाग

विद्युत् आंतरशालेय स्पर्धामधील घवघवीत यश

'श्रीकला संस्कार' संस्थेतर्फे रविवार दि. ४/२/२००७ रोजी स्वामी विवेकानंद विद्यामंदिर डॉ.बिबली येथे गीतगायन, नाट्यवाचन व कै. मुग्धा चिटणीस स्मृती कथाकथन या स्पर्धांचे आयोजन करण्यात आले होते. आमच्या शाळेतील इ. ४थी(५) मधील कु. ऐश्वर्या नारायण राणे हिने नाट्यवाचन स्पर्धेत प्रथम क्रमांक आणि



कु. ऐश्वर्या नारायण राणे

कथाकथनस्पर्धेत द्वितीय क्रमांक मिळून शाळेची शान वाढविली. तिच्या या यशाबद्दल सर्व उपस्थित मान्यवर, शाळेच्या मुख्याध्यापिका मा.सौ. कल्याणी वाघरे व शिक्षिका यांनी तिचे कौतुक करून भावी आयुष्यातील यशाकरिता शुभेच्छा दिल्या.



कु. प्रणिता हनुमंत काळभोर

- i) संस्कृती कलादर्पण संस्थेतर्फे टाण्याच्या वांदोडकर महाविद्यालयात वक्तृत्व स्पर्धा व निबंध स्पर्धांचे आयोजन करण्यात आले होते. आमच्या शाळेची अष्टपैलू विद्यार्थिनी कु. प्रणिता हनुमंत काळभोर इ. ४थी (१) हिने वक्तृत्व स्पर्धेत प्रथम क्रमांक आणि निबंध स्पर्धेतही प्रथम क्रमांक मिळवला.
- ii) श्री मावळी मंडळातर्फे दरवर्षी वार्षिक क्रीडा महोत्सवाचे आयोजन करण्यात येते. या वर्षी हा महोत्सव २५ जानेवारी २००७ रोजी घेण्यात आला. या महोत्सवात आमच्या शाळेची इ. ४थी ची

विद्यार्थिनी कु. प्रणिता हनुमंत काळभोर हिने पुढीलप्रमाणे पुरस्कार पटकावले.

१५० मीटर धावणे	- प्रथम क्रमांक
६० मीटर धावणे	- द्वितीय क्रमांक
गोळा फेक	- द्वितीय क्रमांक

शाळेच्या अमृत महोत्सवी वर्षामधील तिने शाळेला दिलेली ही अमूल्य भेटच होय. अशा अत्यंत हुशार, नम्र, आदर्श विद्यार्थिनीचे व तिच्या पालकांचे शाळेच्या मुख्याध्यापिका मा. सी. कल्याणी वाघरे यांनी अभिनंदन केले आणि तिच्या भावी वाटचालीवद्दल मनःपूर्वक शुभेच्छा दिल्या.

### सौ. आनंदीबाई जोशी विद्यालय

इतिहास प्रज्ञा शोध परीक्षा २००६

इयत्ता	परीक्षेस बसलेले विद्यार्थी	पास झालेले विद्यार्थी
५वी	११	११
८वी	१०	१०
१० वी	९	५
एकूण	३०	२६

सर्वांत जास्त गुण मिळवणाऱ्या विद्यार्थ्यांची नावे

### इयत्ता विद्यार्थ्यांचे नाव

५ वी	अमिरा शहा
८ वी	शर्मिष्ठा पाल
१० वी	सलील कर्णिक

### रोटरी क्लब ऑफ ठाणे नॉर्थ आयोजित

'बेस्ट इको - फ्रॅंडली अँड सेफ स्कूल' स्पर्धेत आमच्या शाळेला उत्तेजनार्थ पारितोषिक मिळाले.

५ डिसेंबर २००६ रोजी चिनी प्रतिनिधींच्या एका गटाने शाळेला भेट दिली. शिक्षकांशी विचार विनिमय करून अध्यापनाच्या विविध पद्धती जाणून घेणे हा त्यांच्या भेटीचा मुख्य उद्देश होता. त्यांनी गणित व भूगोल प्रयोगशाळेला भेट दिली तेव्हा शिक्षक स्वतः तयार केलेल्या अध्यापन साहित्याच्या आधारे कशा प्रकारे शिकवण्याचा भाग स्पष्ट करतात आणि विद्यार्थ्यांना जास्त चांगल्या प्रकारे संकल्पना सहज सोपी होऊन कळेल ह्यासाठी प्रयत्न करतात ते त्यांनी अनुभवले. त्यांनी 'हस्त खेळत शिक्षण' पध्दती जाणून घेण्यासाठी आमच्या K.G. विभागाला ही भेट दिली.

### जोशी बेडेकर महाविद्यालय

जोशी बेडेकर महाविद्यालयात १० जानेवारी ते ५ फेब्रुवारी या कालावधीत पार पडलेले कार्यक्रम

+ बुधवार दि. १७ जानेवारी रोजी समुपदेशक मुचित्रा नाईक यांचे तृतीय वर्ष कला शाखेच्या विद्यार्थ्यांसाठी अध्ययनकला या विषयावर समुपदेशन

+ सोमवार दि. २२ जानेवारी रोजी महाविद्यालयाच्या अँफी थिएटरचे उद्घाटन डॉ. बेडेकर यांच्या व्याख्यानाने. सुसज्ज अशा या सभागृहामुळे महाविद्यालयातील विविध अभ्यासशाखांचे कार्यक्रम, वेगवेगळे उपक्रम राबवणे सुकर होईल. या सभागृहाचे नामकरण 'काल्याधन' असे करण्यात आले.

बुधवार दि. २४ व गुरुवार दि. २५ जानेवारी रोजी जैवनीतिशास्त्रावर आधारित राष्ट्रीय पातळीवरील चर्चासत्र. ठाणे मुंबई परिसरातील विविध महाविद्यालयातील तत्वज्ञान वाचिषवाचे प्राध्यापक, आपल्या महाविद्यालयातील प्राध्यापक तसेच विद्यार्थी यांचा सहभाग, नवी दिल्ली येथील 'सेंटर फॉर स्टडीज इन सीवीलायझेशन' या संस्थेच्या सभासद सचिव डॉ. भुवन चंडेल यांच्या उद्घाटनपर भाषणाने चर्चासत्राची सुरुवात. यंगलोर येथे वास्तव्य

असणारे माजी न्यायाधीश सलहाणा, डॉ. सुनील पंड्या, डॉ. अरूण बाळ, डॉ. अजय सिंह, डॉ. फिरोजा पारेख या मान्यवरांचा सहभाग.

शनिवार दि. २७ जानेवारी रोजी "जैवनीतिशास्त्र व व्यक्तित्व विकास" या विषयावर खास विद्यार्थ्यांसाठी चर्चासत्र, वक्ते डॉ. अजय सिंह हे होते व ५०० हून अधिक विद्यार्थी या चर्चासत्रात सहभागी झाले.

शुक्रवार दि. २ फेब्रुवारी रोजी कनिष्ठ महाविद्यालयाच्या मजी उपप्राचार्या व गणित विषयाच्या शिक्षिका सौ. सुनिता देशपांडे यांच्यासाठी निरोप समारंभ.

सोमवार दि. ५ फेब्रुवारी रोजी तृतीय वर्ष संस्कृतच्या विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करण्यासाठी कार्यशाळा आंतरमहाविद्यालयीन स्तरावर आयोजित करण्यात आली व मुंबई व रत्नागिरी येथील अनेक विद्यार्थी तसेच शिक्षक यात सहभागी झाले.

### बा. ना. बांदोडकर विज्ञान महाविद्यालय

'संयुजा' या मॅगझिनचे प्रकाशन दिनांक १७ जानेवारी २००७ रोजी थोरले बाजीराव पेशवे सभागृहात महिला उद्योगपती स्मिता पेठे यांच्या हस्ते झाले.

तसेच या दिवशी बक्षीस वितरणाचा कार्यक्रम झाला. विद्या प्रसारक मंडळाचे श्री. कर्ंदीकर देखील उपस्थित होते. महाविद्यालयातील विविध स्पर्धांच्या विजेत्यांना तसेच महाविद्यालयाच्या परीक्षांमध्ये प्रथम आलेल्या विद्यार्थ्यांना पारितोषिके प्रदान करण्यात आली.

या दिवशी प्राचार्यांनी आपला अहवाल सादर केला. तसेच राष्ट्रीय सेवा योजना आणि राष्ट्रीय छात्र योजनेच्या विद्यार्थ्यांनी आपला अहवाल सादर केला.

### भौतिकशास्त्र विभाग व जिज्ञासा ट्रस्ट

प्रा. मोहन आपटे यांचे दिनांक १२ डिसेंबर २००६ रोजी Appreciating Physics in Daily Life या विषयावर थोरले बाजीराव पेशवे सभागृहात व्याख्यान आयोजित केले होते. त्यांनी विविध छावचित्रेही दाखवली. या कार्यक्रमाला मोठ्या संख्येने विद्यार्थी आणि शिक्षक व शिक्षकेतर सहकारी उपस्थित होते.

या कार्यक्रमाला मुंबई विद्यापीठाचे माजी भौतिकशास्त्र विभागप्रमुख डॉ. पटेल उपस्थित होते. ब्रेडेकर विद्यालय, ए. के. जोशी विद्यालय व न्यू इंग्लिश स्कूल चे ५० विद्यार्थी या कार्यक्रमाला उपस्थित होते.

### स्टाफ अकादमी

विद्या प्रसारक मंडळाचे अध्यक्ष डॉ. विजय बेंडेकर यांचे "स्वातंत्र्य लढा : मुक्काम लंडन" या विषयावर भाषण आयोजित केले होते. तसेच महाविद्यालयाच्या स्टाफतर्फे त्यांचा त्यांना 'द रॉयल एशियाटिक सोसायटी ऑफ ग्रेट ब्रिटन व आयर्लंड' या आंतरराष्ट्रीय संस्थेने सभासदत्व दिल्याबद्दल सत्कार केला.

चनस्पातिशास्त्र विभागाच्या डॉ. श्रीमती मुळगावकर यांचा इंटरनॅशनल जर्नल ऑफ मॅडेल या जर्नलमध्ये 'SEM Studies on the Observations of Pollinia of Two Terricolours Orchids from Maharashtra' हा पेपर प्रसिद्ध झाला. तसेच त्यांचा फायटोटॅक्सोनॉमी या जर्नलमध्ये "Study of Pollinium of Three Beautiful Indian Orchids under Electron Microscopy" हा पेपर प्रसिद्ध झाला.

## पदार्थविज्ञान विभाग

गाज - Call for Ocean हा पर्यावरणपर लघुपट महाविद्यालयात शुक्रवार दिनांक ०२.०२.२००७ रोजी दुपारी १२ वाजता दाखवण्यात आला.

या कार्यक्रमाला मोठ्या संख्येने शिक्षक शिक्षकेतर सहकारी व विद्यार्थी उपस्थित होते.

### " कंटॅमिनेंटस इन फूड अँड बिन्हेरेजेस "

रसायनशास्त्र विभागातर्फे दिनांक ६ ऑक्टोबर रोजी " कंटॅमिनेंटस इन फूड अँड बिन्हेरेजेस " या विषयावर परिषदेची पूर्व तयारी म्हणून रसायनशास्त्र विभागातर्फे दोन कार्यशाळा घेण्यात येणार आहेत.

पहिली कार्यशाळा १६.०१.२००७ रोजी थोरले वाजीराव पेशवे सभागृहात सकाळी १०.०० ते १.०० या वेळेत घेण्यात आली. कु. कामाक्षी नायक हिने कार्यशाळेचे प्रास्ताविक केले.

महाविद्यालयाच्या प्राचार्या डॉ. माधुरी पेजावर यांनी दीपप्रज्वलन करून कार्यशाळेची सुरुवात केली. रसायनशास्त्र विभागाचे विभागप्रमुख श्री. मेढेकर यांनी उद्घाटनपर भाषण केले. त्यांनी विविध पातळीवर जसे निर्मिती प्रक्रियेत साठवणूक करताना पॅकबंद करताना आणि वहातुकीमुळे अन्नपदार्थ कशाप्रकारे दूषित होतात याबाबत मार्गदर्शन केले. तसेच आपण रोज वापरत असलेल्या पेयांमध्ये कशाप्रकारे दूषित मिसळली जाऊ शकतात हे स्पष्ट केले.

प्रा. आंबावडेकर यांनी "फूड अँडिटिव्हस" बदल मार्गदर्शन केले. त्यांनी फूड अँडिटिव्हसचे विविध प्रकार रासायनिक फूड अँडिटिव्हसचा उपयोग याबद्दल माहिती दिली.

या कार्यशाळेत एकूण सहा विद्यार्थीनींनी पेपर सादर

केले.

१. कु. कामाक्षी नायक हिने "टॉक्सिक इफेक्ट्स ऑफ फूड अँडिटिव्हस " यावर पेपर सादर केला.
२. कु. पूर्वा आचरेकर हिने "कंटॅमिनेंटस इन मिट मिल्क अँड एगस" मांस दूध आणि अंडी यातील दूषितक .... यावर पेपर सादर केला.
३. कु.तेजश्री डांगे हिने "कंटॅमिनेंटस इन वॉटर" यावर पेपर सादर केला.
४. कु. अमृता शाळीग्राम हिने "हार्मफूल बॅक्टेरिया इन फूड" यावर पेपर सादर केला.
५. कु. सोनल साळवी हिने "बंटॅमिनेंटस इन बिन्हेरेजेस" यावर पेपर सादर केला.
६. कु. स्याती कडलक हिने "हॅर्जाडस इफेक्ट ऑफ लेड अँड बेन्झीन प्रेजेन्ट इन फूड" यावर पेपर सादर केला.

कार्यशाळेचे संपूर्ण सूत्रसंचालन कु. कामाक्षी नायक हिने केले. या कार्यशाळेला १० ते १०० विद्यार्थी तसेच १५ ते २० शिक्षक उपस्थित होते.

### वि. प्र. मं. तंत्रनिकेतन

### राष्ट्रीय चर्चासत्र

Innovations in safety, Health and Environment

आयोजक : वि. प्र. मं. तंत्रनिकेतन, ठाणे

Safety awareness सुरक्षिततेबद्दलची जागरूकता समाजात म्हणावी तेवढी नाही त्याबाबत आपण तसे निष्काळजी राहतो. अमुरक्षितेबाबत उदाहरणे द्यावची झाली तर लांबलचक यादी देता येईल. गाडी चालविताना हेल्मेट न वापरणे, जिने चढताना-उतरताना वा गाडी

चालविताना मोबाईल वापरणे, लोकलने प्रवास करताना खांद्याला धरून लटकून जाणे किंवा डब्यावर बसून प्रवास करणे, धावत जाऊन बस, लोकल पकडणे, टेंसवर पतंग उडविणे - क्रिकेट खेळणे ही आपल्या नेहमांच्या पाहण्यातील उदाहरणे आहेत. अशी इतर असंख्य उदाहरणे आपल्याला देता येतील. याचा शेवट हा दुर्घटनेत होतो. याची आपल्याला जाणीव असते, परंतु अपघात दुसऱ्याच्या बाबतीत घडतात आपल्याला बाबतीत नाही अशा गैर-समजात आपण राहतो.

समाजात Safety awareness वाढावा, काम करताना संभाव्य धोके कोणते याची आधी माहिती मिळावी व होणारे अपघात वा दुर्घटना टाळाव्यात यादृष्टीने वि. प्र.मं. तंत्रनिकेतन, ठाणे यांच्यातर्फे 'Innovations in Safety, Health & Environment' या विषयावर एका दिवसाचे राष्ट्रीय चर्चासत्र ३ फेब्रु. २००७ रोजी थोरले बाजीराव पेशवे सभागृहात आयोजित करण्यात आले होते.

कार्यक्रमाच्या सुरुवातीला तंत्रनिकेताने प्राचार्य श्री. नायक सर यांनी कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे श्री. डी. डी. काळे (Consultant, Reliance Industries Ltd) श्री. प्रकाश आपटे (MD, Syngenta) व डॉ. स्टुअर्ट हॉल (Director CE.H.S. Hunstman Asian Pacific Pvt Ltd) व कार्यक्रमाला उपस्थित सर्व मान्यवरांचे स्वागत केले.

प्रो. व्ही. एस. भाकरे (Co-convener) यांनी औद्योगिक क्षेत्र व शिक्षण संस्था यांनी एकत्र येऊन ठोस पाऊले उचलतावात व एकत्रित कार्यक्रम राबवावा असे सांगितले.

डॉ. डी. डी. काळे यांनी प्लास्टीक उद्योगातील सुरक्षितता (safety) याचे महत्त्व विषय केले. ते पुढे म्हणाले की प्लास्टीकचा वापर सुरक्षित आहे. व व्यवस्थित वापर



भाषण करताना डॉ. डी. डी. कारे, व्यासपीठावर डावीकडून डॉ. स्टुअर्ट हिल, डॉ. व्ही. व्ही. बेडेकर, प्रकाश आपटे, प्रो. व्ही. एस. भाकरे

केला तर पर्यावरणाला धोका उद्भवत नाही. प्लास्टीकच्या वापरानंतर त्याची विल्हेवाट लावताना नवनवीन पद्धतींचा वापर व्हायला हवा असे मत त्यांनी मांडले.

यांफकान क्षेत्रातील मोठे मोठ्या प्रोजेक्टसच्या वेळी सुरक्षिततेची कमालीची काळजी घ्यायला हवी व त्यासाठी Safety coordinator नेमवूक व्हायला हवी असे मत श्री. गिरीश चांदव (Asst. Director, National Safety Council) यानी मांडले.

यानंतर तंत्रनिकेतनाचे विद्यार्थी श्री. डी. बी. काळे (Gr. Manager, BPCL) व श्री. अभिजीत कुलकर्णी (Food safety coordinator, Cadbury India Ltd) यांनी Packaging क्षेत्रातील नवीन पद्धती यावर Paper presentation केले.

दुपारच्या सत्रात नावाजलेल्या व्यक्तींचा भाषणे झाली. या सत्राचे मुख्य म्हणून डॉ. सिध्दन्त सुब्रमण्यम (Sr. VP व Division Head, Clariant Chemical Ltd.) यानी काम पाहिले.

प्रश्नोत्तराच्या कार्यक्रमांत सर्वांनी भाग घेतला. प्रत्येक

जण वेगवेगळ्या विषयांची माहिती जाणून घेण्यात उत्तम होतं. कार्यक्रमाचा हा भाग खूपच छान झाला.

Innovations in Safety, Health & Environment हे केवळ ब्रीदवाक्य न राहता त्याचे वास्तवात रूपांतर व्हावे व त्यासाठी सर्वांनी प्रयत्न करावेत असे सांगून Organising Secretary सौ. वैशाली (HOD, IS, Dept) यांनी आभारप्रदर्शनाचे भाषण केले व कार्यक्रमांची सांगता केली.

**पॉलिझिन पारितोषक वितरण (२००६-२००७) समारंभ**



डावीकडून प्रा. डी. के. नायक, वि.प्र.मं. सभासद व कार्यक्रमाचे अध्यक्ष श्री. एस. व्ही. करंदीकर, प्रमुख पाहुणे एच. पी. तासकर व संपादिका प्रा. सौ. ए. वाय. पाध्ये

वि. प्र. मंडळाचे तंत्रनिकेतनच्या सन २००६-२००७ या वार्षिक पॉलिझिन या मासिकाचा प्रकाशन सोहळा व यशस्वी व गुणवंत विद्यार्थ्यांचा शैक्षणिक पारितोषक वितरण समारंभ दि. ९ फेब्रुवारी २००७ रोजी थोरले बाजीराव पेशवे सभागृह, ठाणे येथे पार पडला. या समारंभाला प्रमुख पाहुणे म्हणून श्री. एच. पी. तासकर, प्राचार्य गव्हर्नमेंट पॉलिटेक्निक, ठाणे हे उपस्थित होते. विद्या

प्रसारक मंडळाचे सभासद श्री. एस्. व्ही. करंदीकर अध्यक्षस्थानी होते.

सुरुवातीला प्रमुख पाहुणे व मान्यवरांच्या उपस्थितीच्या उपस्थितीत सिल्व्हर ज्युवेल्रीकडे वाटचाल करणाऱ्या वि. प्र. मंडळाच्या तंत्रनिकेतनाच्या कामगिरीचा वेध घेण्यात आला.

कार्यक्रमाची सुरुवात मान्यवरांच्या हस्ते दीपप्रज्वलन व विद्यार्थ्यांनी सादर केलेल्या ईशस्तवनानी झाली. स्वप्नील प्रभू या विद्यार्थ्यांनी प्रमुख पाहुणे श्री. तासकर सरांची ओळख करून दिली. व आलेल्या पाहुण्यांचे व मान्यवरांचे पुष्पगुच्छ देऊन स्वागत करण्यात आले.

वि. प्र. मंडळाच्या तंत्रनिकेतनचे प्राचार्य श्री. डी. के. नायक यांनी तंत्रनिकेतनाच्या कार्याचा आढावा घेऊन यशस्वी व गुणवंत विद्यार्थ्यांना व उपस्थित असलेल्या विद्यार्थी-विद्यार्थिना धन्यवाद दिले. व पुढील कार्यासाठी शुभेच्छा दिल्या. प्राचार्य नायक यांनी Best M. Tech प्रोजेक्ट प्राईझ मिळविलेल्या प्रा. सौ. सुष्मा कुळकर्णी यांचा विशेष उल्लेख करून त्यांचा गौरव करण्यात आला.

प्रमुख पाहुण्यांच्या व मान्यवरांच्या हस्ते तंत्रनिकेतनच्या यशस्वी व गुणवंत विद्यार्थ्यांना पारितोषिके देण्यात आली. नंतर प्रमुख पाहुणे मान्यवरांच्या हस्ते २००६-२००७ या सालातील वार्षिक मासिकाचे प्रकाशन झाले. प्रा. सौ. ए. वाय. पाध्ये यांना या वार्षिक मासिकाचे संपादन केले असून co-ordinator म्हणून सौ. बी. ए. जोशी यांनी काम पाहिले. सुबक कव्हर पेज विश्वदिपक शुक्ला यांनी तयार केले.

प्रकाशन सोहळ्या दरम्यान प्रमुख पाहुणे श्री. तासकर यांनी विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन पर भाषण केले. भाषणात श्री. तासकर यांनी विद्यार्थ्यांना यश प्राप्तीचे धडे देऊन 'प्रामाणिकपणा' जोपासण्याचे आवाहन केले. व चांगला शिक्षक कसा असतो याचे उत्तम उदाहरण म्हणून त्यांनी माजी प्राचार्य मुजुमदार सरांचा उल्लेख केला व



उपस्थितांकडून टाळ्यांच्या गजरात दाद देण्यात आली.

कार्यक्रमाचे अध्यक्ष श्री. एस. व्ही. करंदीकर यांनी आपले विचार मांडले व शेवटी मासिकाच्या संपादिका प्रा. सौ. ए. वाय. पाध्ये यांनी आभार प्रदर्शन केले व पसावदानाने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

**ठाणे महापालिका विधी महाविद्यालय**

घटना दिन २७ जानेवारी २००७



घटना दिनाच्या निमित्ताने प्रमुख पाहुणे म्हणून भाषण करताना न्यायाधीश श्री. अभय ओक.

मागच्या वर्षीप्रमाणे या वर्षीही २७ जानेवारी २००७ रोजी विधी महाविद्यालयातर्फे घटनादिन साजरा करण्यात आला. यावेळेस कार्यक्रमाचे यैशिश्ट्य असे की, मुंबई उच्च न्यायालयात सध्या कार्यरत असलेले न्यायाधीश श्री. अभय ओक या कार्यक्रमास भारतीय राज्यघटनेविषयी मार्गदर्शन करण्यात लाभले होते. त्यांनी घटनेचे कलम २१ व जलद न्याय आणि न्यायिक मदत या विषयावर आपले विचार

मांडले तसेच न्यायालयात लवकरच वकील म्हणून आपली कारकीर्द सुरु करणाऱ्या विद्यार्थ्यांना आपल्या अनुभवातून उपयुक्त असे मार्गदर्शन केले. कार्यक्रमास विधी महाविद्यालयाच्या प्रभारी प्राचार्या सौ.श्रीविद्या जयाकुमार तसेच प्राध्यापक वृंद उपस्थित होते. या कार्यक्रमास विद्यार्थ्यांचा उत्तम प्रतिसाद लाभला. तसेच घटना दिनानिमित्त घेण्यात आलेल्या निबंध स्पर्धा व घोषवाक्य स्पर्धेतील विजेत्यांना न्यायमूर्ती श्री. अभय ओक यांच्या हस्ते बक्षिसे देण्यात आली.

### दिशासाठी -

आपले लेखन सहकार्य अपेक्षित आहे. आपल्या अध्यापन विषयातील नवीन घडामोडी, नवीन ज्ञात क्षेत्रे याबाबत सातत्याने लेखन करणे हे अध्यापनात साहाय्यकारी ठरणारे आहे.

तरी आपणाकडून लेखन अपेक्षित करीत आहोत.