

सिंधुदुर्ग समाचार

दैनिक

सिंधुदुर्ग-मुंबई
www.sindhudurgsamachar.in

T-2/RNP/SDG-06/2019-2021

संस्थापक : प्राचार्य मुकुंदराव कदम

रविवार पुरवणी ७ जुलै २०२४



जगन चाणेकर,
घाटकोपर, मुंबई

“मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजने”च्या निमित्ताने.....

'सरकारकडून 'मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजने'ची घोषणा झाली आणि राज्यातील समस्त महिलावर्ग कागदपत्रांची जमवाजमव करू लागला. योजनेचा अर्ज भरण्यासाठी मुदत वाढवून देण्यात आली असली, तरी आतापासूनच अर्ज घेण्यासाठी आणि भरण्यासाठी महिलांच्या रांगा लागू लागल्या आहेत. जन्मतारखेच्या सत्यतेसाठी जन्माचा दाखला किंवा शाळा सोडल्याचा दाखला जोडावा लागणार असल्याने अनेक विवाहित महिलांनी कागदपत्रांसाठी माहेरची वाट धरली आहे.

नवीन सरकारी योजना सुरु करण्यात आली की काही पैशांच्या मोबदल्यात योजनेचे अर्ज भरून ते सरकारदरबारी जमा करण्यास साहाय्य करणारा दलालवर्ग कार्यान्वित होतो तसा या योजनेसाठीही तो कार्यरत झाला आहे. हा अर्ज ऑनलाईन पद्धतीने आपल्या स्मार्टफोनमार्फतही भरता येऊ शकतो याबाबत अनेकांना माहिती नसल्याने सेतू केंद्रांवर अर्ज भरण्यासाठी सध्या गर्दी होऊ लागली आहे.

या योजनेच्या अर्जासोबत हमीपत्र जोडण्यात आले आहे ज्यामध्ये या योजनेचा लाभ कोणती महिला घेऊ शकते याबाबत सविस्तर माहिती देण्यात आली आहे. या हमीपत्रानुसार कुटुंबाचे वार्षिक उत्पन्न अडीच लाखाहून कमी असणारी महिलाच या योजनेचा लाभ घेऊ शकते. महिलेच्या कुटुंबातील कोणताही सदस्य आयकरदाता नसावा तसेच कुटुंबातील कोणताही सदस्य सरकार दरबारी कायमस्वरूपी किंवा कंत्राटी पद्धतीने सेवेत नसावा या प्रमुख सूत्रांसह अन्यही अनेक सूत्र हमीपत्रात नमूद करण्यात आलेली आहेत. हमीपत्रातील सूत्रांना अनुसरून पात्र ठरणारी महिलाच या योजनेचा लाभ घेऊ शकणार असल्याने भरलेल्या अर्जांची पडताळणी करण्यासाठी पुढील बराच काळ सरकारला द्यावा लागणार हे जवळपास निश्चित आहे.

केवळ दर महिन्याला १५०० रुपये मिळणार या अपेक्षेने आज अर्ज भरणाऱ्या महिलांपैकी अनेकांचे अर्ज येत्या काळात सरकारने प्रामाणिकपणे अर्जाची तपासणी केल्यास बाद होऊ शकतात. महिला मतदारांचा टक्का निवडणुकांच्या निकालावर मोठा परिणाम करत असल्याने लोकसभा निवडणुकीतील अपयश भरून काढण्यासाठी विद्यमान सरकारमधील पक्षांनी महिलांसाठी ही योजना आणल्याचा आरोप विरोधी पक्षाकडून केला जात असून या योजनेमुळे पुढील काही काळ सरकारच्या तिजोरीवर मोठ्या प्रमाणात आर्थिक भार पडणार असल्याची भीतीही व्यक्त केली जात आहे.

रेवडी संस्कृतीला पंतप्रधान नरेंद्र मोदी नेहमीच विरोध करत असतात. 'मुख्यमंत्री माझी लाडकी बहीण योजना' म्हणजे रेवडीचे वाटप नाहीतर काय आहे असाही प्रश्न आज विरोधक विचारत आहेत. नुकत्याच जाहीर झालेल्या राज्याच्या अर्थसंकल्पात राज्यावर ७ लाख कोटी रुपयांचे कर्ज असल्याचे सरकारकडून सांगण्यात आले. हा आकडा महाराष्ट्रापेक्षा आकाराने आणि लोकसंख्येने अधिक असलेल्या राज्यांवरील कर्जापेक्षा कितीतरी अधिक आहे.



राज्यात पावसाळा सुरु झाला असला, तरी राज्यातील बराच भाग आजही दुष्काळाचा सामना करत आहे. थोड्या थोडक्या कर्जासाठी शेतकरी मृत्यूला कवटाळत आहेत. बेरोजगारीचा प्रश्न आ वासून उभा आहे, अशा परिस्थितीत केवळ निवडणूक डोळ्यासमोर ठेवून राज्याच्या तिजोरीवर भार टाकणे योग्य नसल्याचे मत अर्थतज्ञ व्यक्त करत आहेत. दारिद्र्यरेषेखाली असणाऱ्या अनेक कुटुंबांतील महिला ज्यांना खऱ्या अर्थाने या योजनेची आज गरज आहे अशांकडे जन्माचे दाखले किंवा कधी शाळेतच न गेल्याने शाळा सोडल्याचा दाखला उपलब्ध नसल्यास अशांना या योजनेचा लाभ घेता येणार का, हाही एक प्रश्नच आहे.

काही राजकीय विश्लेषकांच्या मते केवळ शहरातील नव्हे तर आता ग्रामीण भागातील सियासुद्धा आर्थिकदृष्ट्या सबळ होऊ लागल्या आहेत. त्यामुळे आजच्या स्त्रीला सरकारकडून धनाची नव्हे तर सुरक्षेची हमी हवी आहे. राज्यातील महिला सुरक्षेचा प्रश्न दिवसागणिक गंभीर होत चालला आहे. आज कोणतेच क्षेत्र महिलांसाठी सुरक्षित राहिलेले नाही. लहान बालिकेपासून वयोवृद्धाही वासनांथांच्या अत्याचाराला बळी पडू लागल्या आहेत. शिक्षक, डॉक्टर, पोलीस, नातेवाईक ज्यांच्यावर कधीकाळी डोळे झाकून विश्वास ठेवला जात असे, अशांतील नराधम कधी जागा होईल याची शाश्वती नाही.

स्त्री अत्याचाराच्या प्रकरणांत न्याय मिळण्याचे प्रमाण अल्प असून बदनामी मात्र मोठ्या प्रमाणात होते, त्यामुळे सरकारला स्त्रियांसाठी काही करायचेच असेल तर स्त्रीला सुरक्षेची हमी प्रदान करावी असे मत महिला विचारवंत व्यक्त करत आहेत.

सरकारही यावर विचार करेल का ?



मनाच्या हिंदोळ्यावर



बाबू घाडीगांवकर,
त्रिंबक, ता.मालवण.
मो. ९४२१७९५९५५.

पावसातले खेळ

पुर्वीच्या काळात हातात मोबाईल फोन नसल्याने सगळी मुले दररोज सायंकाळी शाळेतून आल्यावर चहा, बटर खाऊन महापुरुषाच्या भरडावर खेळायला जमायची. महापुरुषाचे भरड हे तळ्याच्या काठावर अगदी निसर्गरम्य ठिकाणावर होते. एका बाजूने कोळमाचे रान, दुसऱ्या बाजूने गाव आणि तिसऱ्या बाजूला पुरातन शिवकालीन तलाव आहे. त्याच्या बाजूला नारळा-पोफळीच्या बागा. या भरडावर पावसाळ्यात मस्त हिरवेगार, मऊ गवत रुजते. महापुरुषाचा हा परिसर पावसाळ्यात अगदी एखाद्या आंतरराष्ट्रीय क्रिकेट मैदानासारखा दिसतो. या विस्तीर्ण मैदानालाच आम्ही 'महापुरुषाचे भरड' म्हणतो. या भरडावर पुर्वी आम्ही मुले पावसाळ्यात अनेक खेळ खेळायचो.

अगदी बालपणापासून आम्हाला क्रिकेटचे वेड होते. दरवर्षी आमचे क्रिकेटचे सामने भातशेती कापून झाल्यावर गावातल्या मोकळ्या झालेल्या कुणगांत होत असले तरी त्यासाठीचा सराव मात्र पावसाळ्यात याच महापुरुषाच्या भरडावर व्हायचा. या मैदानावर 'टीम-टीम' खेळताना फार मजाही यायची. गावातील इतर संघांशी वा दुसऱ्या गावातील संघांशी 'प्राईझ' वर होणाऱ्या, 'टूर्नामेंट' मध्ये खेळावयाच्या सामन्यांना आम्ही आमच्या भाषेत 'आंतरराष्ट्रीय' तर पावसाळ्यात महापुरुषाकडच्या मैदानावरच्या 'सराव' सामन्यांना आम्ही 'प्रथमश्रेणी' किंवा 'कौंटी क्रिकेट' सामने म्हणायचो.

याच मैदानावर मला सतु वेगवान गोलंदाजी करताना करावयाच्या गोष्टी शिकवायचा. लेंथ, स्विंग, स्लोअर वन यांसारखी 'स्किल्स' त्याने मला याच मैदानावर शिकविली होती. सतुच्या मार्गदर्शनाखाली मी पंचक्रोशीतील एक नावाजलेला वेगवान गोलंदाज बनलो होतो. तसे आमच्या संघात माझे स्थान 'अष्टपैलू खेळाडू' असेच होते. या मैदानावर 'प्रथम श्रेणी' स्तरावर खेळताना मी अनेक शतके, अर्धवतकेही ठोकली आहेत. याशिवाय शेकडो काय, कदाचित हजारवर 'विकेट्स' घेतल्या आहेत. पण आमच्या 'प्रथम श्रेणी' चे आम्ही किंवा आणखी कोणी 'रेकॉर्ड' ठेवलेले नाही.

महापुरुषाच्या भरडावर सायंकाळच्या वेळेस कोळमाच्या रानातून मस्त गार वारा येतो. त्यामुळे या भरडावर किती वेळपर्यंत खेळलो तरी कधी थकवा जाणवत नाही. या हिरव्यागार मैदानावर सायंकाळच्या वेळेस 'चटकचांदण्या' फुलतात. साधारण वीतभर उंचीची ही हिरव्या केसाळ पानांची चटकचांदणीची इटुकली झाडे त्यांवर फुलणाऱ्या चांदणीसारख्या पांढऱ्याधोप फुलांमुळे लक्ष वेधून घेतात. दररोज सायंकाळी कातरवेळेस ही फुले फुलतात. याच भरडावर तळ्याकडच्या बाजूस कुदळीने 'लाईन' खणून आम्ही कबड्डीचे मैदान बनवायचो. एखाद्या वाराला क्रिकेट आणि एखाद्या वाराला कबड्डी असे आमचे खेळ चालायचे. अगदी कबड्डी खेळातही मी 'ऑलराऊंडर'च होतो. तब्येतीने किरकोळ असलो तरी 'रेडर'च्या ढेंगांत शिरून

घट्ट पकड करण्याचे कसब मऊ गवत मस्त गालिच्यासारखे. आम्ही तेव्हा बिनधास्त आमच्या कबड्डीस आताच्यासारखे ग्लॅमर लाभले नव्हते.

मला अवगत होते. महापुरुषाच्या भरडावरचे वाटायेचे आणि आताच्या मॅटवरच्या कबड्डीसारखे 'डुबकी' वगैरे मारायचो. पण दुर्दैवाने तेव्हा

क्रिकेट, कबड्डीशिवाय कधी कधी आवश्यक 'प्लेअर्स' जमायचे नाहीत तेव्हा आमचा सागरगोठ्यांचा खेळही रंगायचा. साधारण पाच सहा मुले जमली की भरडावरच्या कबड्डीच्या मैदानात हा गोठ्यांचा खेळ व्हायचा. मध्यभागी मातीत छोटा खड्डा (गल) करून, भिडू पाडून आम्ही हा खेळ खेळायचो. आमच्यातल्या संत्या भाटाचा गोठ्यांचा 'नेम' अफलातून होता. अगदी दहा बारा मीटर अंतरावरची गोटीही तो अचूक टीपायचा. महापुरुषाच्या भरडावर आम्ही विटीदांडूही खेळायचो.

एकंदरीत पावसाळ्यातील मस्त वातावरणात आणि महापुरुषाच्या रम्य सान्निध्यात आमचे पावसाळी खेळ छान रंगायचे. आता कधी पावसाळ्यात तिकडे गेलो तर महापुरुषाच्या भरडावर आवर्जून जातो, काही वेळ बसतो. तिथल्या भरडावर आतादेखील हिरवेगार, मऊ गवत मस्त वाढते. चटकचांदण्यांची फुलेही मस्त फुलतात. तिथला परिसर आजही तितकाच रम्य, सुंदर दिसतो. मात्र येथील भरडावर खेळ मांडणारी मुले मात्र दिसत नाहीत.



मधुमेह असलेल्या रुग्णांनी कोणता व्यायाम करणे फायदेशीर आहे?

मधुमेह मुक्त भारत अभियान
विस्ताराधिकारी
श्री तानाजी पडवळ
☎ 9765330737

1. मधुमेहासाठी मी दररोज योगासने करावीत का...?

तुमच्या मधुमेह व्यवस्थापनाच्या प्रवासात दररोज योगासने करणे अत्यंत फायदेशीर ठरू शकते. फक्त खात्री करा की तुम्ही संबंधित पोझ करत आहात जे तुमच्या आरोग्याला समर्थन देतील आणि अनुकूल करतील, तुमच्यासाठी गोष्टी आणखी वाईट करण्याऐवजी.

2. गुडचेदुखीसह मी योगा करू शकतो का?

जर तुम्हाला गुडचेदुखी होत असेल तर गुडघ्यांवर दबाव आणणारी योगासने टाळा कारण त्यामुळे तुमचा आजार वाढू शकतो.

3. मला मधुमेहासाठी योगा करण्यासाठी प्रशिक्षकाची गरज आहे का...?

तुम्ही योगा करण्यासाठी पूर्णपणे नवीन असल्यास आणि योगाच्या विविध आसनांबद्दल तुम्हाला फारशी कल्पना नसेल, तर तुम्ही तुम्ही प्रशिक्षकासोबत तुमचा प्रवास सुरू करण्याची शिफारस करतो.

मधुमेहासाठी योग...

मधुमेहाच्या रुग्णांना मदत करणाऱ्या सोप्या योगासनांची यादी आणि त्यांचे महत्त्व. ही योगासने नियमितपणे केल्यास मधुमेहाच्या रुग्णांना फार मदत होते. जास्त मेहनत न घेता करता येणारी ही आसने आहेत.

१. कपालभाती प्राणायाम...

कपालभाती प्राणायाम आपल्या मज्जासंस्था आणि मेंदूच्या मज्जातंतूंना ऊर्जा प्रदान करते. मधुमेहाच्या रुग्णांसाठी हे प्राणायाम महत्त्वाचे आहे कारण यामुळे ओटीपोटात स्नायू सक्रिय होतात. प्राणायामने मनाला शांती मिळते.

२. सुप्त मत्स्येन्द्रसन...

सुप्त मत्स्येन्द्रसन अन्न पचन करण्यास मदत करते. हे आसन मधुमेह रुग्णांसाठी खूप चांगले आहे.

५. अर्ध मत्स्येन्द्रसन...

हे आसन ओटीपोटाच्या अवयवांची मालिश करते आणि फुफ्फुसांमध्ये ऑक्सिजनचे प्रमाण वाढवते. अर्ध मत्स्येन्द्रसन मणक्याला देखील बळकट करते. हे योग आसन केल्याने मन शांत होते आणि रीढ़च्या हाडाच्या की भागात रक्त प्रसारित करण्यास मदत करते.

३. धनुरासन...

या आसनामुळे स्वादुपिंड सक्रिय होण्यास मदत होते. मधुमेहाच्या रुग्णांना अत्यधिक फायदेशीर ठरते.

४. पश्चिमोत्तानासन...

हे आसन ओटीपोटातील अवयवांना सक्रिय करते, जे मधुमेहाच्या रुग्णांसाठी खूप फायदेशीर आहे. पश्चिमोत्तानासन शरीरातील महत्त्वाची उर्जा वाढवते आणि मनाला शांती प्रदान करते.

६. शवासन...

शवासन संपूर्ण शरीराला विश्रांती देते. हे आसन एखाद्या व्यक्तीला खोल मनः स्थितीत नेते, ज्यामुळे मन शांत होते आणि नवीन उर्जेने परिपूर्ण होते.

साप्ताहिक सदर तिचा गौरव



चित्रा अविनाश नानिवडेकर,
साफळे- पालघर.
मो. 9969669523

लेखिका परिचय :

चित्रा नानिवडेकर या प्रथितयश लेखिका व संवेदनशील कवयित्री आहेत. समाजात वावरताना आपल्या अवती भवती दिसणान्या, दैनंदिन जीवनात जगताना पावलोपावली संघर्ष करणाऱ्या स्त्रियांच्या कर्तृत्वावर प्रकाश टाकण्याचा प्रयत्न चित्रा नानिवडेकर आपल्या साप्ताहिक सदरातून करणार आहेत.

कॉर्पोरेशन मधली "ती"

प्रत्येक वर्षी काहीतरी संकल्प करायचा म्हणून आजकाल प्रत्येक जण काहीतरी मनाशी ठरवतो. त्यात कोणी सिगारेट सोडणार, दारू सोडणार, साखर सोडणार, व्यायाम करणार, चालायला जाणार, डायरी लिहिणार इत्यादी अनेक संकल्प करण्याचं वेड असतं. असं वेड जर चांगल्या गोष्टीचं असलं तर त्याचा फायदा.

आय. टि. क्षेत्रात काम करायला लागलेल्या क्षिप्रा ला मित्र मैत्रीणींच्या संगतीने दोन वर्षांपूर्वी सिगारेट चं व्यसन लागलं. तिच्या अंतर मनाला जाणवत होतं की हे चुकीचं आहे. आधी गंमत म्हणून एक दोर्धीबरोबर झुरका घेतला...थोडं थ्रिल वाटलं. पण कामाचा ताण वाढला की आपसूक तिचा हात आता सिगारेट कडे जात असे. तिने सुद्धा गेल्या वर्षी सिगारेट कमी करायचा संकल्प केला.

जानेवारीत कटाक्षाने ३ पाकिटे २ वर आणली. पण मार्च क्लोजचं प्रेशर आलं आणि २ पॅकेट्स ची ४ केव्हा झालीते कळलंच नाही.. जेव्हा जेव्हा आपल्या संकल्पची आठवण झाली की पेटवलेली सिगार ती झटकन अर्धवट विझवत असे.... मनाशी म्हणे 'संयम मना संयम' पण आकडेमोडीत गर्क झाली की आपोआप हात पाकिटा कडे जात असे.

त्या शिवाय वीक एन्डला मित्र मैत्रीणी भेटल्यावर तर सावरणं कठीणच...करता करता पावसाळा आला. हवेतील अर्द्रता घालवायला चहा बरोबर म्हणून एकेक चुस्का...थंडी आली. त्यातून पुण्याची हाडं गोठवणारी थंडी.म्हणून एखादा कश तर पाहिजेच म्हणून झुरका घेणं सुरूच होतं.

आता परवा ३१ डिसेंबर. क्षिप्रा ने आपल्या कलीगज ना सांगून ठेवलं..."हया वर्षी मला कोणीही सिगरेट ओढतांना पाहिलं तर माझ्याकडून ५० रूपीज मागून घ्यायचे तरच माझी सिगारेट सुटेल" मित्र मैत्रीणी हसत म्हणाले "छोड न यार...आम्ही सुद्धा असे कित्येक वर्ष म्हणतोय. पण घरदार सोडून आपण इतक्या लांब आलोत. ते काही जोगी बनायला नाही. लाईफ में कुछ तो चस्का चाहिये." ते वर्ष सुद्धा तसंच गेलं...आपलं मन मोठं लबाड असतं. आपल्याला जे सोयीस्कर वाटतं ते पटकन ऐकतं. आपलं व्यसन लपविण्याच्या नादात घरी संजाणला जाणं पण टाळत राहिली...

एकदा भाऊच भेटायला आला तर परस्पर त्याला हॉटेलमध्ये भेटली. तरीही त्याला थोडा संशय आलाच. तो म्हणाला "दीदी.. फ्लॅट में मिलते थे. जरा आरामात गप्पा झाल्या असत्या. गेल्या दीड वर्षात आलीच नाहीस तू घरी. काही प्रॉब्लेम आहे का? ममा तुझ्यासाठी मुलं बघतेय. त्याला पण उत्तर देत नाहीस. लिख इन मध्ये तर रहात नाहीस ना?" त्याच्या डोक्यात टपली मारत ती उडवून देत म्हणाली "पागल हँ तू ? अरे, इकडे कामाचं एवढं प्रेशर असतं...मला सिनियर एक्सिक्यूटिव्ह केल्यापासून कशालाच वेळ नाही. सांग ममाला. थांब मीच सांगते आणि ही पैठणी आणलीय तिच्यासाठी...इकडची प्रसिद्ध साडी. तूला ऍप्पल फोन ऑर्डर केलाय. बाबूजींना पैसे देतेय. त्यांना तू सफारी घेऊन दे सुरत मार्केटवरून. तू आहेस ना तिकडे. म्हणून बिनधास्त असते मी इकडे."

व्यसन मग ते कसलं ही असो. लपवण्यासाठी काहीतरी भरपायी करावी ही लागतेच. त्याचे भयंकर परिणाम पुढे दबा देऊन बसलेले असतात. ह्याची कल्पना नसते. त्या सकाळी उठली तेंव्हाच जोरदार खोकला आला आणि त्यातून रक्त पडलं. क्षिप्राचं धाबं दणाणलं...अर्जट सुट्टी टाकून तिने डॉक्टर गाठला. ५ दिवसांच्या गोळ्यांनी फक्त रक्त थांबलं पण जीवघेणा खोकला रात्र रात्र जागवत होता...घरून बाबूजी आणि भाऊला बोलावलं. मोठ्या हॉस्पिटलमध्ये नेलं. **Xray. HRCT.**, रक्त चाचणी आणि ऍडमिट केतं.

चेस्ट स्पेशालिस्ट म्हणाले... नशीब टी. बी. वर निभावलं. आता सिगारेट सोडली नाहीत तर कॅन्सर ने नक्कीच गाठलं असतं. चला ट्रीटमेंट सुरू करूय. बाबूजींच्या नजरेला नजर मिळवू शकली नाही क्षिप्रा. फक्त हात जोडून सॉरी म्हणाली आणि पुढच्या ट्रीटमेंटला सामोरी गेली.



अध्यात्म

ज्योतिर्विद
उदय दुदवडकर,
बुरबावडे- देवगड
मो.८३९००५३९८४



'अध्यात्म आणि विज्ञान'

(पुढील उर्वरित भाग)

आपण पाहिले की, परम आणि अंतिम सत्य यांच्यापर्यंत नेणारे ज्ञान ते विज्ञान. सत्यासाठी पुरावा लागतो हे जनांत प्रचलित आहे मात्र आपण केलेल्या चर्चेत भौतिक बाबींचा पुरावा हा प्रत्यक्ष म्हणजे ज्ञानेन्द्रियांमार्फत ज्ञात होतो तर आध्यात्मिक बाबींचा पुरावा हा अतीन्द्रियांमार्फत ज्ञात होत असतो. अतीन्द्रियांना जो पुरावा मिळतो तो इंद्रियांच्या पातळीवर आणण्यासाठी अनेक प्रयोग करून सिद्धांतावर यावे लागते. यासाठी कालसापेक्ष विवेक अत्यावश्यक असतो. अशा अनेक बाबी आहेत ज्या मुळात शास्त्रज्ञांना आध्यात्मिक पातळीवर अर्थात अतिन्द्रियांच्या संवेदनशील कार्यक्षमतेमुळे ज्ञात झाल्या आहेत. या ज्ञानावर त्यांनी अतीन्द्रिय आणि ज्ञानेन्द्रिय यांच्या संयोगाने (ही एक प्रकारची योग साधना होय) सातत्याने, एकाग्रतेने, चिंतनाने, मननाने आपल्या विवेक बुद्धीनुसार प्रयोग करीत काही अनुमाने काढली. भौतिक सापेक्षतेतून पुढे त्याची सिद्धता पडताळून पाहून पुढे सिद्धांत मांडले. त्यांचे हे सिद्धांत तात्कालीक सापेक्ष अंतिम होते. त्या सिद्धांतांवर पुढे पुढे इतरांनी कालसापेक्ष ज्ञानाचे संस्कार करून सिद्धांतांना भौतिक पातळीवर अधिक ज्ञानसामर्थ्याने कालसापेक्ष प्रकट करीत नेले. आजचे सिद्धांत हे आजच्या काळापुरते जसे सिद्ध आहेत ते पुढे अंतिमच असतील असे नाही. त्यात आणखी नवीन सिद्धांत यांची पुढील कालावधीत कालसापेक्ष उमज होत भर पडत असते. अर्थात परम सत्य म्हणजे कालसापेक्ष होणारा कार्यकारण घटनांतीत बदल, या लेखाच्या पूर्वार्धात म्हटल्याप्रमाणे, तत्काली अंतिम असतो. याबाबत तत्कालीतरी काही जाणणे शिल्लक उरलेले नसते. यामध्ये तात्कालीक वास्तविक कालसापेक्ष अनुभवीक ज्ञान (त्याकाळी) व्यवस्थित मांडलेले असते जे त्या काळातील अंतिम असते.

विज्ञानात कार्यकारीतेला व्यवस्थापन असणे हा विचार किंवा मुद्दा महत्त्वाचा आहे. 'वास्तविक कार्यकारण भावाचे कालसापेक्ष व्यवस्थित मांडलेले ज्ञान म्हणजे विज्ञान' अशीही विज्ञानाची एक व्याख्या विचारात घेता येईल.

मानवी जीवनात संस्कारांची आचारांची नित्यकर्मांची वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून तपासणी होत गेली तर धर्मातील आचार, विचारांचे सतत परिवर्तन घडत गेले असते आणि जे कर्मकांड आज आपण आंधळ्या श्रद्धेने आचरत असतो त्याला डोळसपणा प्राप्त झाला असता आणि त्यामुळे 'धर्म' जिवंत राहिला असता. 'धर्म जिवंत आहे का?' हा एक चिंतनशील विषय आहे. मानवाने मानून स्वीकारलेले नामांकित, प्रचलित धर्म कितीतरी आहेत त्यांबाबत मी म्हणत नसून या सर्वांचा सारधर्म जो 'मानव धर्म' आहे त्याबाबत विशेष तज्ज्ञांकडून माझ्यावर संस्कारित झालेले विचार मी मांडत आहे. 'धर्म म्हणजे एक व्यवस्थापन आहे मानवी जीवन यथार्थ जगत परम सत्याशी एकरूप होण्याचे.' अर्थात धर्म म्हणजे मोक्ष साधण्याचे व्यवस्थापन आहे. जीवनात हे व्यवस्थापन साधताना या व्यवस्थापनेत विज्ञानाचा आधार हवा. भौतिक आणि आध्यात्मिक यांचा मेळ साधणारे दुवे चिंतनात आणि कर्तृत्वात कार्यरत असायला हवेत.

आज व्यवस्थापनाचे अनेक विषय आहेत ज्यांनुसार कर्म करीत माणूस दैनंदिन जीवनात वावरत असतो. एखादी गृहकृत्यदक्ष स्त्री घरातली वेगवेगळ्या दिवसाची त्या दिवसाच्या सापेक्ष किती आणि कोणती कामे करावयाची आहेत हे निश्चित झाल्यावर त्या कामासाठी देण्याच्या वेळेची आपल्या कार्यक्षमतेनुसार नियोजनबद्ध आखणी करते. याला आपण 'गृहकृत्य किंवा गार्हस्थ व्यवस्थापन' (household management) म्हणूयात. आता हे व्यवस्थापन कालसापेक्ष साधले तर समाधान मिळते. परंतु त्यात तात्कालीक काही नवीन प्रबंध करण्याच्या वेळाही येत असतात ज्या पूर्वनियोजित नसतात किंवा नियोजित कामांशी संबंधित नसतात आणि त्यामुळे वेळेचे नियोजन साधत नाही. कामाच्या व्यवस्थापनात बदल होतो आणि नियोजित अपेक्षित काम साध्य होत नसते. अशावेळी एकात्र नियोजित काम न झाल्याचे समाधान मिळत नसले तरी नव्याने अनपेक्षितपणे पार पडलेल्या कामाचे समाधान मिळत असते किंवा नियोजित काम न झाल्यामुळे तसेच आयत्यावेळी अनपेक्षित काम अंगावर पडल्यामुळे असमाधान प्राप्त होत असते. अशा प्रकारचे अनुभव कार्यालयीन व्यवस्थापन (office management), धंद्यातील व्यवस्थापन (business management), शैक्षणिक व्यवस्थापन (educational management), कृषी व्यवस्थापन (agricultural management), उपहार व्यवस्थापन (hotel management), आर्थिक किंवा वित्तीय व्यवस्थापन (financial management) ...अशा प्रकारच्या अनेक व्यवस्थापनांमध्ये येत असतात. अशाच प्रकारचे भाग्याचे व्यवस्थापनही (destiny management) आहे. या सर्व व्यवस्थापनांचा विचार केला तर यामध्ये अधिभौतिक आणि आध्यात्मिक विचारांची सांगड हा मुख्य भाव आहे. यांपैकी एकाची जरी उणीव व्यवस्थापनेत असली तर ते व्यवस्थापन अपेक्षित फलप्राप्ती न देणारे ठरू शकते किंवा ठरते. शिक्षण, मग ते कोणतेही असो, जीवनाच्या व्यवस्थापनेला पूरक असणे अत्यावश्यक आहे. त्यामुळे शिक्षणात अधिभौतिकतेची आणि अध्यात्मिकतेची सांगड असणे अपरिहार्य आणि आवश्यक ठरते. यामुळे भौतिक शिक्षणाबरोबर अध्यात्म शिक्षणाची नांदी होणे फार आवश्यक आहे. तज्ज्ञ चिंतनकारांच्या मते ते होत नसल्याचे दिसते. संत-महंतांनीही आपल्या वाडमयात, लेखन साहित्यात याबाबत खंतीत होऊन भौतिकतेची आणि अध्यात्मिकतेची सांगड घालणारे उपदेश केलेले आहेत. या उपदेशांमार्गे वैज्ञानिक पाश्चि्येती आहे व ती भौतिक आणि आध्यात्मिक आहे.

एखादी गोष्ट मानणे म्हणजे त्या गोष्टीवर श्रद्धा ठेवणे. मनात एखादी गोष्ट नसेलच तर विचार व कृती असंभवच. विचार निश्चय करतो आणि निश्चय जिद्द आणते. जिद्द सातत्य आणि प्रयास करायला लावते. या सातत्याने प्रयासातून फलित प्राप्तीसाठीचे कर्म होऊन जाते. हे कर्म साधताना 'अपेक्षित साध्य करण्याचे व्यवस्थापन कालसापेक्ष साधले जाते का?' हा मुद्दा महत्त्वाचा. 'अपेक्षित फलिताच्या प्राप्तीसाठी कृतीला अधिभौतिकतेची आणि अध्यात्माची जोड आहे का?' याचे उत्तरही तपासणे महत्त्वाचे होय.

सोनेरी दुनिया

श्री. श्रीराम शेटये.
नालासोपारा.

आचार्य अत्रे एक झंझावाती व्यक्तिमत्व

"माझे नाव प्रल्हाद असले तरी आई मला बाबू म्हणायची. माझी आई फारशी शिकलेली नव्हती परंतु दिसायला फार सुंदर होती. माझे वडील रागीट स्वभावाचे असल्याने मी आई भोवतीच घुटमळत रहायचो. मी कोणत्याही क्षेत्रात गेलो तरी उच्च स्तरावर जावे अशी तिची ईच्छा होती. ती मला म्हणायची, "बाबू आयुष्यात काहीही कर पण अथेमध्ये राहू नकोस. तबाला राहू नकोस नेहमी उच्च स्थानावर जा. कोणालाही घाबरू नकोस खुप कष्ट कर देवाची कृपा आणि आईचे आशिर्वाद नेहमी तुझ्या पाठीशी आहेत." तिचे हे शब्द आयुष्यभर माझ्या काळजात दरवळत राहिले. " ही आठवण आचार्य अत्रे यांनी आपल्या आईविषयी आदरपूर्वक सांगितली होती. आचार्य अत्रे आपल्या आईवडीलांविषयी बोलताना अंत्यत गंमतीशीर किस्सा सांगत असत.

तो असा आचार्य अत्रे यांचे आजोबा प्रातःविधी साठी गेले होते. पुर्वीच्या काळी लोक नदीवर किंवा समुद्रावर प्रातःविधीसाठी जात असत. तो सन अठराव्या शतकातला काळ आहे. तर आजोबा प्रातःविधी साठी त्या दिवशी थोडे लांबच गेले. अर्थात चालण्याच्या नादात गावाची वेस ओलांडून बाजूच्याच गावात गेले. तेथे प्रातःविधी आटपून निघताना त्यांना ओळखीचे एक ईसम भेटले. ते आजोबांना म्हणाले बाजूच्या गावात एक उत्तम उपवर मुलगी आहे ती तुमच्या मुलासाठी योग्य आहे.

बस एवढेच झाले तेव्हा नदीवर बाहेरच्या बाहेरच आंघोळ वेगरे आटपून त्या माणसा सोबत आजोबा मुलगी बघायला सकाळीच यजमानांच्या घरी पोहचले. एवढ्या सकाळीच उपवर कन्या देखील प्रातःविधी साठी रवाना झाली होती. तिला निरोप धाडण्यात आला. असे अचानक आपल्याला लग्नासाठी पहायला येत आहेत हे ऐकून मुलगीलाही काही सुचेना. तिने प्रातःविधी आटपून तिकडेच नदीवर आंघोळ केली आणि घरी येऊन नवऱ्या मुलाच्या वडीलांना सामोरी गेली. तशातही हीच मुलगी आजोबांना सून म्हणून पसंद पडली. त्या काळात मुला मुलींची पसंदी पहात नसत. आई वडील पसंद करतील त्या जोडीदाराबरोबर विवाह करायचा अशी प्रथा होती. अशा प्रकारे आचार्य अत्रे म्हणायचे माझा जन्मच विनोदात झालाय.

संयुक्त महाराष्ट्राचे शिल्पकार, लेखक, कवी, संपादक, पत्रकार, हिंदी आणि मराठी चित्रपट पटकथा लेखक, दिग्दर्शक, निर्माते, नाटककार, प्रभावी राजकारणी, शिक्षणतज्ञ, फुडें वक्ते अशा अनेक क्षेत्रात अग्रेसर असलेले आचार्य अत्रे म्हणजे असामान्य अदभूत व्यक्तिमत्व होते. आचार्य अत्रे यांच्यावर लिहिने म्हणजे अथांग सागरावर लिहिण्यासारखेच आहे.

पुणे जिल्ह्यातील सासवड मधिल अंत्यत निसर्गरम्य अशा कर्हा नदीच्या सानिध्यात वसलेल्या गावात आचार्य अत्रे यांचा जन्म झाला. बालपण अशा विलोभनीय निसर्गसंपन्न परिसरात गेल्यामुळे निसर्गावर प्रचंड प्रेम. म्हणूनच आचार्य अत्रे यांचे निसर्गलेखन वाचताना पदोपदी याचा प्रत्यय येतोच. स्वातंत्र्यवीर सावरकर सोडले तर ईतके सुंदर निसर्गलेखन दहा हजार वर्षात कोणी केले नाही असे मी आचार्य अत्र्यांच्या शब्दात म्हणून. पण नाटककार वक्ते राजकारणी म्हणून किंवा ते ज्या क्षेत्रात होते तेथे त्यांची उंची गाठणारा कोणी दुसरा झाला नाही. 'एको अहं दुजा नास्ती' असेच त्यांच्या बद्दल म्हणावे लागेल.

आचार्य अत्रे आपल्या यशाचे आणि संस्कारांचे श्रेय आपल्या आईला देतात. आईच्या माहेरी नाटक, संगीत, सतारवादन आदि कलांचा वारसा होता. तोच वारसा आचार्य अत्रे यांना लाभला. सासवड सारख्या सामान्य खेड्यातून आलेला एक सर्वसामान्य घरातला मुलगा बी. ए. होतो, बी. टी. होतो. त्या काळात शिक्षक होण्यासाठी लागणारच मानाची टी. डी. ही पदवी मिळवण्यासाठी लंडनला जातो.

'शामची आई' चित्रपट बनविला तेव्हा आचार्य अत्रे यांच्या खिशात एक दमडीही नव्हती. चित्रपट बनविण्याचे कोणतेही विशेष ज्ञान घेतले नव्हते. तरीही चित्रपट बनविला तो सुपरहीट झाला. चित्रपटाला पहिला राष्ट्रीय पुरस्कार राष्ट्रपतींच्या हस्ते मिळाला. मराठा वर्तमानपत्र काढले तेव्हाही त्यांच्या हातात पैसा नव्हता. आचार्य अत्र्यांनी महाराष्ट्राच्या जनतेसमोर झोळी पसरली आणि लोकांनी भरभरून निधी दिला. ईतका की आचार्य अत्र्यांची झोळी छोटी पडली. आचार्य अत्रे या सर्व यशाचे श्रेय आपल्या आईला देतात.

आचार्य अत्रे जेव्हा लंडनहून शिकून टी. डी. पदवी घेऊन भारतात आले. तेव्हा त्यांनी मुंबईत शिक्षकाची नोकरी पत्करली. मुंबईतल्या खानवळीचे अन्न मानवेना तेव्हा अत्रे आपल्या आईला घेऊन मुंबईला आले. तेव्हा आई म्हणाली, "बाबू तुझ्यामुळे मला मुंबई दिसली. नाहीतर माझा सासवडचा संसार काही सुटला नसता." ते आपल्या यशाचे श्रेय आईला देतात. आचार्य अत्रे यांच्या सारखा युगधुरूप दहा हजार वर्षात एकदा जन्माला येतो.

सत्संगातली सावधगिरी:
आश्रमातील दुर्घटनेतून शिकवण

डॉ. मीनल वाघ, पुणे

हरियाणातील बाबा अस्जरामच्या आश्रमात नुकत्याच घडलेल्या दुर्घटनेत १२३ जणांचा जीव गेला आहे. हत्रस जिल्ह्यातील या धार्मिक कार्यक्रमादरम्यान ही घटना घडली. बाबा भोले यांच्या सत्संगासाठी लाखो लोक जमले होते, परंतु आयोजकांनी सुरक्षेच्या नियमांचे उल्लंघन केले आणि अति गर्दीमुळे ही दुर्घटना घडली.

२ जुलै २०२४ रोजी, कार्यक्रम संपल्यानंतर भक्तांनी बाबा भोले यांच्या वाहनाच्या मागे धाव घेतली. त्यांच्या सुरक्षा रक्षकांनी गर्दीला थांबवण्याचा प्रयत्न केला असता, अधिकच गोंधळ उडाला आणि भगदाड माजली. त्यामुळे अनेक लोक खाली पडले आणि वेंगाराचेंगरीत अनेकांचा मृत्यू झाला

या दुर्घटनेमुळे सरकार आणि पोलिसांच्या कार्यक्षमतेवर प्रश्नचिन्ह उभे राहिले आहे. मुख्यमंत्री योगी आदित्यनाथ यांनी या घटनेच्या न्यायिक चौकशीचे आदेश दिले आहेत आणि दोषींवर कठोर कारवाई करण्याचे आश्वासन दिले आहे. तसेच, एका जनहित याचिकेद्वारे या प्रकरणाची सीबीआय चौकशीची मागणी करण्यात आली आहे

या घटनेतून भविष्या कडक नियमावली तयार करण्याची गरज स्पष्ट झाली आहे. सुरक्षिततेच्या नियमांचे पालन आणि गर्दी नियंत्रणाच्या उपाययोजनांची काटेकोरपणे अंमलबजावणी होणे अत्यावश्यक आहे

धार्मिक किंवा सार्वजनिक कार्यक्रमांना जाताना काही महत्वाच्या सावधगिरीची पाळणी करणे आवश्यक आहे. ही सावधगिरी न घेतल्यास, दुर्घटना घडू शकतात.

सुरक्षिततेसाठी खालील काही गोष्टी लक्षात घ्याव्यात:

- गर्दीची माहिती घ्या:** कार्यक्रमाला जाण्यापूर्वी तिथे किती लोक उपस्थित असतील याची माहिती घ्या. अत्यंत गर्दी असलेल्या ठिकाणी जाणे टाळा.
- निर्गम मार्ग पहा:** कार्यक्रमस्थळी पोहोचल्यावर तात्काळ निर्गम मार्ग शोधून ठेवा. आपत्कालीन परिस्थितीत निर्गम मार्गाचा वापर कसा करता येईल हे ठरवून ठेवा.
- सांभाळून चाला:** गर्दीत सावकाश आणि शिस्तित चाला. कोणत्याही प्रकारच्या धक्काबुक्कीला सामोरे जाऊ नका.
- शांत रहा:** आपत्कालीन परिस्थितीत घाबरू नका. शांत राहून सुरक्षिततेचे उपाय शोधा.
- सहकार्य करा:** सुरक्षारक्षक आणि पोलिसांनी दिलेल्या सूचनांचे पालन करा. त्यांच्या सहकार्यानेच परिस्थिती नियंत्रणात राहू शकते.
- परिवारासह राहा:** आपल्या परिवारासह किंवा मित्रांसह एकत्र रहा. एकमेकांच्या संपर्कात राहा आणि प्रत्येकाची सुरक्षा सुनिश्चित करा.
- मोबाइल फोन चार्ज ठेवून जा:** आपत्कालीन परिस्थितीत संपर्क साधण्यासाठी आपला मोबाइल फोन चार्ज आणि कार्यरत ठेवा.
- पर्यायी वाहतूक साधने ठेवा:** सार्वजनिक वाहतूक साधनांची माहिती ठेवा आणि आपत्कालीन परिस्थितीत वापरण्यासाठी तयार ठेवा.
- आरोग्याची काळजी घ्या:** आरोग्याच्या समस्या असतील तर गर्दीच्या ठिकाणी जाणे टाळा.
- मदत मागा:** आपत्कालीन परिस्थितीत मदतीची गरज असल्यास तात्काळ सुरक्षारक्षक किंवा पोलिसांकडे मदत मागा.

सुरक्षेसाठी या सर्व सावधगिरी पाळणे अत्यावश्यक आहे. यामुळे दुर्घटना टाळता येतील आणि सार्वजनिक कार्यक्रमांचा आनंद सुरक्षितपणे घेता येईल





पडयेतली चार वर्सां....

रीना पास्ते परब
सावंतवाडी

चाय खावन रघु दुर्गार गेलो. दोंपारा त्याका तिनाकच चाय व्हयी जाता. बायलेक करून नाय दिली तर आपुनच करून खाता. आज बायल कामाक गेल्ली ती यवकच नाय होती. तिका तडेच पावनेर होतो हुनान रघुक आज चाय करूची लागली. रघुची बायल सकाळीच रानुन गेल्ली. तिना रघुच्या आदी उठान सगळा आटपून घेवन मगे आपला काम गाठललेन. रघु दुर्गावयल्या सख्याथुय इल्लो. त्याच्या घराकडे आज मिटिंग होती.

चार चौघात रघु कायम जाय. त्याका गावातल्या सगळ्या गोष्टींची म्हायती होती. रघुचा मॅट्रिक शिकललो होतो. केलंय तर बरी नोकरी करतलंय हुनत तो घराकडेच रवलो. त्याच्या मनासारी नोकरी त्याका गावाक नाय पुन त्याना पोल्ट्री टाकून बरो उद्योग केल्यान. शिवाय त्याका शेतीत दुकू रस होतो. शेती करून आपलो नाल बोण्डी राखान त्याना पोल्ट्री चलयली. आजूबाजूच्या गावांनी त्याची कोंबडी दुकानदार घेवन जायत. खावन सोपत नाय हुनान तो नाल इकुक ठेय. वांगडा मटनाक लागणाऱ्या मसाल्याची पाकिटा तो ठेय. असो तेचो उद्योग बरो चालू होतो. काय जरी त्याना केल्यान तरी त्याच्या हातीक यश होता.

आज मिटिंगीक रघु बेगीनाच यवन बसलो. मिटिंगीचो इशय होतो जाती भायर लम्ना न्हालल्यांका काय तरी दंड करूचो. रघु ह्या इशयात काय बोलतलो ? त्याना आपुनच घरातल्यांच्या इरोधात जावन कोर्टात लगीन करून बायलेक घेवन चार वर्सां पडयेत सवसार केल्लो. आवस मेल्यार बापाशीन त्याका लागी केलो कित्या तर घरात पेजयेक कोन नाय होता. परक्या सुनेच्या सोभावान म्हातारो मगे बरोच थण जालो. मरतानादुकू सुनेच्या हातचा पानी त्याना खाला. रघु मिटिंगीक आज गप होतो. सगळे हळू हळू जमा जातत हुनासर चार वाजले. चाय पानी खावन म्हत्वाच्या इशयाक हात घालूक पाच वाजले. नामु बोलाक सुरवात करूक उबो रवलो. बोलताना त्याना दोन तीन उदारणा दिल्यान. असाच चलत रवला तर आपल्या समाजात भय रवाचो नाय. फुडल्या इस येक वर्सानि सगळा सरबरीत जातला. ह्यावर पा-स टाळकी बोलाक लागली. जास्तीच्या लोकांनी इरोद केलो. पैशाचो दंड ठेवया हुनाक लागले.

आपल्या समाजातल्या कार्यकरमानी ह्यांका घेता कामा नये. असा दुकू ठरला. आयकान आयकान घेवन सुदामा बोललो, "खयसल्या जमान्यात वावरतास रे तुमी...? दुनिया बगा खय गेली... आपले रीती भाती जपाक व्हये ह्या पर्यंत ठीक हा... अरे जाती पातीचा काय घेवन बसलास... बाब्या परवा तुज्या बापाशीक रकात कोनी दिला रे... मिया होतंय थय... खालच्या जातीतल्या मानसाचा रकात घेताना जात बघतास काय रे...? नाय मा...?" आता सगळे गप जाले. तसो रघु बोललो. मिया दुकू जाती भायर लगीन केलंय... काय वायट जाला माजा...? दोन सोन्यासारी पोरगी आसत माजी... सुकाचो सवसार आसा माजो... बायलेन सुकादुकात साथ दिली माका... जातीपक्षा मानूसकी मोलाची आसता..." रघु सारके शिकलले आता यकमतान होय होय हुनाक लागले. जात पात सोडून गुन्यागोविंदान गावातली लोका रवा व्हयी ह्यासाठी परयत्न आपुन करूया... गावात सोयी सुविधा हाडुया... नामुकदुकू ह्या पटला तो उबो रवाना बोलाक लागलो. "ह्या फुडे गावात सुदारणा करूया... पानी, रस्ते, आरोग्य ह्या गोष्टींकडे लक्ष देवया... आता फुडली मिटिंग येक समस्या सोडवच्यासाठी घेवया..." रघु हसत हसत आयका होता... त्याका त्याच्या आयुष्यातली पडयेत काढलली चार वर्सां आठावली... आता दिस बदालले आता समाज बदालता हा...



मालवणी

मुलखात

शेतीतला सुख



वयल्यांचा कवग्या,
मालवण- सिंधुदुर्ग.



मी बाय दरवर्साक ह्याच दिवसांची वाट बधीत असतय. एकदा भात लावणेक हात घातलो की मग शेती म्हणजे एक सोहळोच वाटता. चिखल धरुन चलणारे नांगर, जॉत, मधीच टकलेर पडणारो पावस, सभोवती हिरवेगार डोंगर, खळखळणारे व्हाळये, आणि भात लावता लावता सावतीनीन सोडलेलो सूर..... किती मस्त वाटता ना शेती!

आता माझे हात थोडे थंडावले. पण पुर्वी मी एकदा चिखलात उतारलय नि भात लावक सुरुवात केलय की मग माझी पाता सगळ्यांच्या फुडेच. माझे सासुबायक माझा लय कौतुक. माझी सुन बधा कशी चुटुचुटू आवे खोवीत जाता ! चिखलात आवे खोवना म्हणजे वाटता तितक्या सोप्या काम नाय ता. आवे खोवतना चिखलातले खडे कितीदा हाताक टोपतत. सारख्या चिखलात काम करून पाय कुसतत. पण वर्षभर पुरासारख्या भात पिकवूक होया तर कष्ट आणि मेहनतीक पर्याय नाय. पण कोकणातलो शेतकरी काय फक्त धान्य पिकता म्हणून शेती नाय करना. तर त्येका शेतीतना लय मोठा सुख मिळता. शेती करतना तो कधी सरायक किती मण नि किती खंडी भात पिकतला होचो विचार नाय करना. पण शेती करतना त्येका जो आनंद होता, जा समाधान मिळता ना, त्येची गणती करता नाय येयत.

हॉटेल
राज आस्वाद
• महाराष्ट्रीयन
• साऊथ इंडीयन
• पंजाबी

कुणकेश्वर मंदीर नजीक, कुणकेश्वर | Email : hotelrajaswad@gmail.com
☎ 09422 24 8999 | 07588 24 8999 | 02364 24 8999

सुखसागर
बीच रिसॉर्ट

■ एसी डिलक्स रूम्स
■ मंदीर नजीक
■ समुद्र किनाऱ्या नजीक

Online Booking : www.hotelsukhsagar.kunkeshwar.mdc.com
कुणकेश्वर मंदीर नजीक, कुणकेश्वर
☎ 09422 24 8999 | 07588 24 8999 | 02364 24 8999



नारळी भात



स्वाती पाटील
पलूस, सांगली

कोकणातील पाककृती विशेषतः आपल्या ताज्या, नैसर्गिक आणि स्वादिष्ट चवीसाठी प्रसिद्ध आहेत. येथे काही लोकप्रिय कोकणी पाककृतींविषयी माहिती

साहित्य:

- बासमती तांदूळ: 1 कप
- नारळ: 1 कप खवलेला
- साखर: 1 कप
- वेलची पावडर: 1/2 चमचा
- साजूक तूप: 2 चमचे
- काजू आणि बदाम: सजावटीसाठी
- केशर: 1/4 चमचा (गरम पाण्यात भिजवलेला)

कृती:

1. तांदूळ धुऊन पाण्यात अर्धा तास भिजवून ठेवा.
2. एका कढईत तूप गरम करून तांदूळ परतून घ्या.
3. त्यात दोन कप पाणी घालून तांदूळ शिजवा.
4. शिजलेल्या तांदळात साखर आणि नारळ घालून मिक्स करा.
5. त्यात वेलची पावडर, केशर, काजू आणि बदाम घालून सजवा.
6. गरम गरम नारळी भात सर्व्हे करा.



वेटिंग लिस्ट नवा नियम



श्री. धनंजय शेट्टे
गोळवण, सिंधुदुर्ग

रेल्वे प्रतिका यादी संदर्भात रेल्वे प्रशासनाने नवा नियम लागू केला. वेटिंग लिस्ट धारकांना पूर्वी आरक्षित डब्यातून प्रवास करता येत होता. पण आता रेल्वे प्रशासनाच्या नव्या अध्यादेशानुसार प्रतिका यादीत नाव असले तरी आरक्षित डब्यातून प्रवास करता येणार नाही. असे प्रवासी आढळले तर कारवाईचा बडगा सुरू केला आहे. पुढील स्थानकावर उतरविण्यात येणार तसेच डंडात्मक कारवाई केली जाईल असे सांगितले जाते. रेल्वे प्रशासनाच्या या धक्कादायक निर्णयाचे रेल्वे प्रवाशांमध्ये संमिश्र प्रतिसाद उमटत आहेत. काहिंअंशी या निर्णयामुळे चार-चार महिने अगोदरच रिझर्व्हेशन करूनही कन्फर्म तिकीट असतानाही वेटिंग लिस्टच्या प्रवाशांच्या गर्दीमुळे आपल्या आरक्षित सीट पर्यंत पोहोचणे पर्यंत दोन अडिच तास जायचे तर कधी कधी आरक्षित डब्यात एवढी गर्दी जमायची की आत प्रवेश करणे पण अशक्य होत असायचे. वेटिंग लिस्ट धारकांच्या नाहक गर्दीमुळे हा त्रास सहन करावा लागत असे. तसेच लांब पल्ल्याच्या गाड्यांच्या प्रवासात तर आरक्षित डब्यात वृद्धाना, डायबिटिसवाल्यांना टॉयलेटला जाताना गर्दीमुळे खूप त्रास सहन करावा लागत असे. कधी कधी तर टॉयलेटच्या दरवाजातच नाही तर टॉयलेटच्या आतमध्येही बसून वेटिंग लिस्ट वाले प्रवासी प्रवास करीत असायचे. चार महिने अगोदरच एवढे पैसे खर्च करून आरक्षण करून अशा परिस्थितीमुळे संताप यायचा. याबाबत रेल्वे प्रशासनाने ठोस असा कोणताही निर्णय घेतला नव्हता. प्रतिकायादी धारकांचे पैसे मिळवून आरक्षण असलेल्या प्रवाशांच्या सुखसोयींनी फाट्यावर मारत होते. त्रास भोगलेल्या काही प्रवाशांनी प्रसारमाध्यमावर आपला संताप व्यक्त केला तेव्हा कुठे रेल्वे प्रशासनाला जाग आली. तरी ब-याच गाड्यांमध्ये टी.सी. गायबच असतात. वेटिंग लिस्टवाले तर सोडा पण फुकटे प्रावासीही बिनदिवकतपणे आरक्षित डब्यात धुमाकूळ घालत प्रवास करीत असतात. त्यामुळे या निर्णयामुळे ब-याच लोकांनी समाधान व्यक्त केले आहे.

रेल्वे प्रशासनाच्या या नव्या नियमानुसार कारवाई केली जात आहे. पण दुस-या बाजूने विचार केला तर मग या वेटिंग लिस्टवाल्या प्रवाशांनी प्रवास करायचा कसा? अनारक्षित डबे एक दोन असतात मग वेटिंग लिस्टवाल्या प्रवाशांची ही गर्दी अनारक्षित डबे सामावून घेऊ शकणार नाहीत. रेल्वे प्रशासनाच्या या निर्णयापूर्वी पूर्वतयारी म्हणून वेटिंग लिस्ट वाल्या प्रवाशांच्या प्रवासासाठी काय उपाययोजना केली आहे? चार-चार महिने वेटिंग लिस्टवाल्या लाखो प्रवाशांचे पैसे अडकवून ठेवले जातात आणि तिकीट कन्फर्म झाली नाही तर वा-यावर सोडले जाणार आहे का? अनारक्षित तसेच आरक्षित डबे वाढवावे लागतील. तरीही हा प्रश्न मार्गी लागणे कठीण आहे. पण देशात सर्वाधिक उत्पन्न असलेली रेल्वे यंत्रणा लवकरच याबाबत निर्णय घेईल असा विश्वास व्यक्त करूया.

आता अवघ्या काही महिन्यांवर गणपती उत्सव येऊन ठेपला आहे. रेल्वे प्रशासनाच्या या निर्णयामुळे कोकणच्या लाखो प्रवाशांचे अतोनात हाल होण्याची शक्यता वर्तवली जात आहे. बिचा-यांना रिझर्व्हेशन तर मिळतच नाही अवघ्या काही मिनिटांत आरक्षण फुल्ल दाखवले जाते. मग वेटिंग लिस्टवाला प्रवासी आपल्या कोकणच्या ओळखीच्या प्रवाशांसोबत आपल्या मुलाबाळांच्या वेटिंग तिकीटे काढून थोडंस एडजेस्ट करत प्रवास करीत असायचा. गणपतीसाठी गावी जाणे अगत्याचे असायचे. खासगी बसचे भाडे परवडण्यासारखे नाही, खासगी लव्हरी बसचा कुटुंबाचा प्रवास दहा पंधरा हजार जाताना आणि येतानाही तेवढाच होईल. तुटपुंज्या पगारात हे कसं शक्य होणार??

कोकणचा चाकरमानी वेटिंगच तिकीट काढून मग जीवघेणा प्रवास करत गावी यायचा. गणपतीचा उत्सव म्हटल्यावर मग गावी जाणे टाळतासुद्धा येत नाही. अशा परिस्थितीचा फायदा घेणारे एजंट मात्र बक्कळ पैसा घेऊन त्याच तिकीटाना विकताना दिसतात. पण आता नव्या निर्णयामुळे कोकणच्या लाखो प्रवाशांचे हाल होण्याची शक्यता आहे. रेल्वे प्रशासन वेळीच लक्ष घालून निर्णय घेईल तरच यावर तोडगा निघेल नाही तर कोकणच्या जनतेचं ऐक्य आणि प्रक्षोभ उभारला तर एक नवा संघर्ष निर्माण होईल.

कोकणी माणूस सहसा पेटत नाही पण एकदा पेटला तर अन्ययाला भस्मसात केल्याशिवाय सहसा विझत नाही.

वाचक पत्र

घुसखोरांची समस्या !

नरेश घरत, चेंबूर

बांगलादेशी आणि रोहिण्यांची घुसखोरी आजमितीला भारताची डोकेदुखी बनली आहे. असे असले, तरी ही घुसखोरी रोखण्यासाठी किंवा घुसखोरांना त्यांच्या मायदेशी हाकलून लावण्यासाठी सरकार अपयशी ठरत आहे ही गोष्टही नाकारता येणार नाही. या घुसखोरांना देशात आश्रय देऊन त्यांच्या निवासाच्या कागदपत्रांची व्यवस्था करणारा, त्यांना नोकरी व्यवसायासाठी मदत करणारा, त्यांच्या रेशन पाण्याची व्यवस्था करणारा मोठा वर्ग हिंदुस्थानात कार्यरत असल्याने या घुसखोरांना वेचणे पोलिसांना अवघड जात असल्याचे सांगण्यात येत आहे. यांना निवासाची आणि नागरिकत्वाची कागदपत्रे उपलब्ध करून देण्यासाठी भ्रष्ट शासकीय अधिकारी साहाय्य करतात, आपल्या प्रभागात मतपेटी तयार करण्यासाठी राजकीय नेतेमंडळी मदत करतात, यांना रस्त्यावर अनधिकृतपणे दुकाने थाटून देण्यासाठी पालिका अधिकारी मदत करतात.

खून, बलात्कार, अपहरण, तस्करी, अमली पदार्थांची देवाणघेवाण यांसारख्या गुन्हांमध्ये आजमितीला अनेक घुसखोर सापडत आहेत. या घुसखोरांमुळे देशातील गुन्हेगारी वाढली आहे. यांना वेळीच रोखले नाही तर भविष्यात स्थानिक नागरिकांना मोठ्या समस्येला सामोरे जावे लागण्याची शक्यता नाकारता येणार नाही. घुसखोरीच्या या समस्येवर सरकारचा दृष्टिकोन कसा असायला हवा, घुसखोरी रोखण्यासाठी आणि घुसखोरांना हाकलण्यासाठी कोणत्या उपाययोजनांची आज आवश्यकता आहे यावर सखोल चर्चा करण्यासाठी यंदा २४ जूनपासून गोव्यात वैश्विक हिंदू राष्ट्र महोत्सवाचे आयोजन करण्यात येत आहे, हिंदू जनजागृती समितीच्या वतीने आयोजित करण्यात येणाऱ्या या महोत्सवाचे यंदाचे १२ वे वर्ष आहे. या महोत्सवात सहभागी होणाऱ्या मान्यवर वक्त्यांच्या देशभक्तीपर मार्गदर्शनाचा लाभ ऑनलाईन पद्धतीने घेता येणार आहे.

गोवा राज्यात वैश्विक हिंदू राष्ट्र संमेलन पार*

श्री आल्हाद माळगांवकर पनवेल

सामाजिक संकेतस्थळावर काही दिवसांपूर्वी बातमी वाचली की गोवा राज्यात अनेक हिंदूत्ववादी संघटनांचे पदाधिकारी आणि कार्यकर्ते एकत्र येऊन महोत्सव करणार आहेत. गेल्या आठवड्यात अनेक हिंदू विचारसरणी जपलेल्या वक्त्यांची भाषणे युक्त्युक्त व बघायला मिळाली. यातून एक महत्वाचा भाग समजला, की भारतात वेगवेगळ्या संघटना आपापल्या परीने हिंदू धर्म संवर्धन आणि संस्कृती जतन करण्याचा आटोकाट प्रयत्न करीत आहेत.

या महोत्सवात प्रत्येक राज्य आणि क्षेत्र यांतील हिंदू शक्तींना हिंदू राष्ट्रासाठी संघटित केले गेले. अनेक हिंदू संघटना, धर्मनिष्ठ अधिवक्ते, विचारवंत, संत, व्यावसायिक, प्रसारमाध्यमे आदींची हिंदू इकाॅसिस्टम उभी केली गेली आहे. असे सलग १२ वर्षे करीत आहे आणि पुढेही हे संघटन वाढवण्याच्या दृष्टीने ते कटिबद्ध आहेत असे त्यांच्या विविध विषयांवरील संवाद शृंखलेतून स्पष्ट झाले आहे.

अयोध्येत राममंदिर स्थापना झाल्यापासून भारताला हिंदू राष्ट्र घोषित करण्यात येईल, अशी बातमी ऐकायला मिळत होती ;पण ते एवढे सहज साध्य होऊ शकत नाही. कारण आपल्यासमोर विविध आव्हाने आ वासून उभी आहेत. जिहादी आतंकवाद, अर्बन नक्षलवाद, वाढत्या आतंकवादी कारवाया, अराजकतेकडे जाणारे सत्तापिपासू राजकारण, हिंदूविरोधी पक्षांची लांगूलचालनाची आणि दडपशाहीची भूमिका, हिंदू संस्कृतीची गळचेपी, हिंदू संत आणि परंपरा यावर केलेले आक्रमण, गोहत्याबंदी असूनही त्यांच्या हत्येचे वाढलेले प्रमाण या आणि अश्या अनेक समस्या आज अनेक हिंदूत्ववादी आपल्या परीने निवारण करण्याचा प्रयत्न करत आहेत. या सर्वाना एकत्र गुंफून एकत्रीतपणे लढा दिल्यास आपण यातून लवकरात लवकर मार्ग काढू शकतो, हेच या महोत्सवाचे फलित असावे, अशी आशा आहे.

आठवणींच्या गोष्टी

राष्ट्रपाल सावंत,
चिपळूण- रत्नागिरी
मो. ९४०३१४४३५६..

पाऊस, धबधबे आणि सुरक्षा:
अपघात टाळा!

प्रा सुनीता भोसले
कोल्हापूर .



विंगल कवि झुंजार सकपाळ
(फोटो वाणी ऐकावी बुद्ध्याची)

झुंजार लेखणीचा मिशिकल वाणीचा कवी झुंजार सकपाळ

"दंडाशी दंड भिडताना
नवा इतिहास घडताना
मी पाहिला भीमराव
जनतेसाठी लढताना"

'सोनियाचा उगवली सकाळ' या व्हिन्स कंपनीने काढलेल्या कॅसेट मध्ये प्रख्यात गायक आनंदजी शिंदेनी गायलेले हे गीत ऐकताना अंगात जोश येतो, इतिहास कळतो. तसेच

"वाणी ऐकावी बुद्ध्याची"
या कॅसेटच शीर्षक गीत
"रक्तपात हा नको मानवा

घोषणा युद्धाची, घोषणा युद्धाची
वाणी ऐकावी बुद्ध्याची"
त्या सोबत दुसरे गीत

"वैशाखी पौर्णिमेचा एका हो इतिहास
विश्वतारण्या महान मानव
बुध्द आले जन्मास"

ही गीते ऐकत आहोत. ३६वर्षांहून अधिक काळ वरील गीते रसिकांच्या हृदयात स्थान मिळवून आहेत. पुढे राहतील. असंख्य धम्म प्रबोधन आणि चळवळीची गाणी, कविता लिहिणारे कवी झुंजार सकपाळ आज हयात नाहीत पण अनेक कॅसेट कंपनी मार्फत त्यांची अनेक नामवंत गायक, गायिकांनी गायलेली गीते अजरामर आहेत. केवळ स्वतःचा संसार न थाटात कलेसाठी जगणारा हा कलावंत हॉस्पिटलमध्ये अखेरच्या क्षणीही एका अल्बमसाठी, रेकॉर्डिंगसाठी कलावंतासाठी वही पेन उशाला ठेवून गीते लिहित होते. अखेरचा श्वास तिथेच घेतला. हीच ती कलेवरची निष्ठा.

सिंधुदुर्ग जिल्हा हा महाराष्ट्रातील कला, साहित्यात अग्रेसर असणारा जिल्हा. याच जिल्हातील देवगड तालुक्यातील "बापर्डे" त्यांचं मुळगाव पण त्यांचा जन्म, बालपण, प्राथमिक शिक्षण वाघिचरे ता. देवगड इथलेच. कारण त्यांच्या आधीच्या तीन पिढ्या इथेच वाढल्या. आजोबा धोंडू सकपाळ, वडिल बाबू आणि चुलते धाकू, चुलती यशोदा आई गोपिका, ते दोन भाऊ चार बहिणी, चुलतभाऊ कवी धर्मपाल असा त्यांचा परिवार सातवी पर्यंत शिक्षण झाल्यावर मुंबईत बी एम सी त झाले खात्यात नोकरी मिळाली पण कलेच्या छंदामुळे काही दिवसांत नोकरी सोडली. मुंबईचा वरळी नाका, नायगाव, परळ आणि आजूबाजूचा परिसर कलावंतांचा माहेरघर. या वातावरणाचा परिणाम आणि उपजत काव्य प्रतिभा असल्याने ते नामवंत गायक कलावंत गाय्या संपर्कात आले. गीते लिहू लागले आणि बघता बघता कवी झुंजार सकपाळ नाव कव्वाली, गायनपारटीत प्रख्यात झाले. आपल्या गावाकडे जाणे येणंही ते विसरले अनेक कलावंतांसोबत महाराष्ट्रात खेडोपाडी शहरात, राज्याबाहेर फिरले.

बुद्ध भीम प्रबोधन गीतांसोबतच मिशिकल, द्विअर्थ असणारी गाणी लिहिली आणि ती गाजली

"पत्र नव्हे समजावी तार
निघा लवकर

धनी गत वर्षाची थकबाकी
झाली एकदम दोन पोरं"

"मिरची बाईचं लगीन
झाली गवार करवली "

"सात शेजारणी घडी घडी
सांगत सुटल्या अडीनडी"

आनंद शिंदे मिलिंद शिंदेनी गायलेल्या "नवीन पोपट हा" या कॅसेट मध्येच मिलिंदशिंदेनी गायलेल

"काय रावं तुम्ही, धोतराच्या धंद्यात
भरपूर कमावलं

पण बाईच्या नादान सारं लुगड्यात गमावलं "

यासारखी त्यांची गीते प्रसिध्द आहेत. पोवाडे, कोळी गीत, भावगीत, भक्तीगीत लिहिली.

कवी झुंजार सकपाळ यांची गीते. प्रल्हाद शिंदे, आनंद, मिलिंद, दिनकर, सूर्यकांत, चंद्रकांत शिंदे, विजय सरतापे, उत्तरा केळकर, शकुंतला जाधव, सायरा बेगम, शिला देवी, लोकशाहीर विठ्ठल उमप, भिकू भंडारे गोविंदराव म्हशीलकर त्यांचे बंधू धर्मपाल सकपाळ यांच्यासह काही नामवंतांनीही स्टेज, कॅसेटला गायली आहेत. सुस्पष्ट अर्थपूर्ण लेखणी असल्याने त्यांनी गीते द्यावीत, लिहावीत म्हणून अनेक कलावंत त्यांना आग्रह करीत. मानधन, गीत लिहिल्या आणि दिल्या बद्दल कुणी चहा नाष्टा जेवण आणि स्वखुशीने चार पैस दिले तेवढेच घेतले, स्वतः मागितले नाहीत. घर संसार प्रपंचात ते रमले नाहीत. कार्यक्रम नसेल तेव्हा चुलत बंधू कवी गायक धर्मपाल सकपाळ यांच्याकडे असतं. गीते लिहिता लिहिता त्यांनी गीतांना संगीतही दिलेय आणि ते उत्तम गात असतं. त्यांचे आजोबा ढोलकी वादक होते तत्कालिन काही प्रसिध्द तमाशा फडात ते वाजवत असतं. वडिल, चुलत्यांनी नोकरी शेती करून थोडा छंद जपला. आज हा वारसा यांचा पुतण्या यश धर्मपाल सकपाळ जपतो आहे. कव्वाली गायनपारटी रॅप रंगीत गातो लिहितो. त्यांनी स्वतः रेकॉर्डिंगला आणि युटूबला गाऊन शेयर केले आहे.

पाऊस हा निसर्गाचा एक महत्त्वाचा घटक आहे. पावसामुळे पृथ्वीवरील जलस्रोत भरतात, शेतीला पाणी मिळते, आणि वातावरणातील उष्णता कमी होते. पाऊस मुळे निसर्ग अधिक हिरवागार होतो आणि मनाला आनंद देणारा वातावरण निर्माण होतो. धबधबे हे पावसामुळे निर्माण होणारे निसर्गाचे सुंदर चमत्कार आहेत. पावसाळ्यात धबधबे अधिक प्रवाही होतात आणि पर्यटकांसाठी आकर्षणाचे केंद्र बनतात.

धबधब्यावर होणारे अपघात

धबधब्यांच्या सौंदर्यामुळे आणि त्यांच्या आसपासच्या हिरवाईमुळे अनेक लोक पावसाळ्यात धबधबे पाहण्यासाठी जातात. पण या धबधब्यांच्या सौंदर्यामध्ये अनेक धोकेही दडलेले असतात. धबधब्यांच्या परिसरात अपघात होण्याची शक्यता अधिक असते. काही सामान्य अपघातांच्या प्रकारांमध्ये खालील अपघात समाविष्ट आहेत:

१. घसरून पडणे

धबधब्यांच्या आजूबाजूच्या खडकांवर आणि झाडांच्या मुळांवर पाणी साचलेले असते ज्यामुळे ते खूप घसरणारे होतात. यामुळे पर्यटकांची घसरून पडण्याची शक्यता वाढते.

२. पाण्याच्या प्रवाहात वाहून जाणे

धबधब्यांच्या पाण्याचा प्रवाह खूप जोरदार असतो. पर्यटक पाण्याच्या प्रवाहाच्या जवळ जातात आणि अचानक पाण्यात वाहून जाण्याची शक्यता असते.

३. खडकांवर आदळून इजा होणे

धबधब्यांच्या पाण्यात खेळताना किंवा त्याच्या जवळ जाताना, पर्यटकांना खडकांवर आदळून गंभीर इजा होऊ शकते.

४. उंचावरून पडणे

धबधब्यांच्या उंचीमुळे, काहीवेळा पर्यटक उंचावरून पाण्यात पडतात, ज्यामुळे गंभीर दुखापती होऊ शकतात.

धबधब्यांवरील अपघात टाळण्यासाठीचे उपाय

धबधब्यांच्या परिसरात होणारे अपघात टाळण्यासाठी काही आवश्यक उपाययोजना करणे आवश्यक आहे. या उपाययोजनांमध्ये खालील गोष्टींचा समावेश आहे:

१. योग्य पादत्राणे वापरणे

धबधब्यांच्या आजूबाजूला चालताना योग्य पादत्राणे वापरणे खूप महत्त्वाचे आहे. घसरू नये म्हणून मजबूत ग्रिप असलेल्या बूटांचा वापर करावा.

२. सुरक्षित अंतर राखणे

धबधब्यांच्या पाण्याच्या प्रवाहाच्या जवळ जाण्यापेक्षा सुरक्षित अंतर राखणे आवश्यक आहे. धबधब्यांच्या किनाऱ्यावर जाऊन पाणी पाहण्याऐवजी थोडे लांबूनच त्याचा आनंद घ्यावा.

३. सूचना फलकांचे पालन करणे

धबधब्यांच्या परिसरात लावलेले सूचना फलक नेहमीच पालन करावेत. अशा फलकांवर धोकादायक ठिकाणांची माहिती दिलेली असते.

४. अनुभव घेतलेल्यांचा सल्ला घेणे

धबधब्यांच्या परिसरात जाण्यापूर्वी तिथे आधीच जाऊन आलेल्या लोकांचा सल्ला घेणे फायदेशीर ठरू शकते. तेथील परिस्थिती, धोके आणि सुरक्षितता याबद्दल माहिती मिळवावी.

५. प्रथमोपचार किट बरोबर ठेवणे

धबधब्यांच्या परिसरात लहान-मोठे अपघात होण्याची शक्यता असते. त्यामुळे प्रथमोपचार किट नेहमी बरोबर ठेवणे आवश्यक आहे. जखम झाल्यास त्वरित प्राथमिक उपचार करणे गरजेचे आहे.

६. ग्रुपमध्ये प्रवास करणे

धबधब्यांच्या परिसरात एकटे जाण्यापेक्षा ग्रुपमध्ये प्रवास करणे सुरक्षित असते. अशा परिस्थितीत एकमेकांना मदत करणे शक्य होते.

धबधब्यांच्या निसर्गाची काळजी घेणे

धबधब्यांच्या सौंदर्याचा आनंद घेत असताना त्यांच्या निसर्गाची काळजी घेणेही आपली जबाबदारी आहे. खालील गोष्टींची काळजी घेतल्यास धबधबे आणि त्यांचा परिसर सुरक्षित राहील:

१. कचरा टाकू नये

धबधब्यांच्या परिसरात प्लास्टिक, बाटल्या, खाद्यपदार्थांचे उरलेले तुकडे यांसारखा कचरा टाकू नये. कचरा योग्य ठिकाणी टाकावा.

२. वनस्पतींची हानी करू नये

धबधब्यांच्या परिसरातील वनस्पतींना तोडणे, फुलांना हानी करणे हे निसर्गाच्या सौंदर्याला हानी पोहोचवते. वनस्पतींचे संरक्षण करावे.

३. धबधब्यांच्या पाण्यात साबण, शैम्पू वापरू नये

धबधब्यांच्या पाण्यात अंधोळ करताना साबण, शैम्पू वापरणे टाळावे. अशा रसायनांमुळे पाण्याचे प्रदूषण होते.

४. आवाज कमी ठेवावा

धबधब्यांच्या परिसरात शांतता राखावी. जोरजोरत बोलणे, संगीत वाजवणे हे पर्यावरणाच्या शांततेला हानी पोहोचवते.

धबधबे हे निसर्गाचे अद्वितीय रत्न आहेत. त्यांचा आनंद घेताना आपली आणि इतरांची सुरक्षितता राखणे आवश्यक आहे. धबधब्यांच्या परिसरात अपघात टाळण्यासाठी योग्य पावले उचलल्यास आपण या निसर्गाचा आनंद सुरक्षितपणे घेऊ शकतो. त्यामुळे पावसाळ्यात धबधब्यांना भेट देताना वरील उपाययोजनांचे पालन करणे अनिवार्य आहे. निसर्गाचे रक्षण करणे आणि त्याच्या सौंदर्याचा आनंद घेणे ही आपली सामूहिक जबाबदारी आहे.

बदलून गेला!

पुर्वीचा तो अल्लड पाउस बदलून गेला
निळासावळा ढगही आता बदलून गेला

दोस्ती सोडून क्रूर वागतो अता धबधबा
स्वभाव त्याचा कसा बरे तो बदलून गेला

नसे विचारी कोणी आता क्षेमकुशल ते
व्हाट्सॅपचा गृपही आता बदलून गेला

शिक्षक आता दोस्त जाहले विद्यार्थ्यांचे
धाक छडीचा दोस्तीमध्ये बदलून गेला

शेती नाही भाती नाही दिसत कोठे
मराठमोळा गाव बापडा बदलून गेला

डरही नाही भयही नाही इथे कुणाला
रंग भयाचा कृष्ण धवल तो बदलून गेला!

बाबू घाडीगांवकर



सुजलाम सुफलाम...!

माणसां माणसांतील
जाती-धर्म पंथातील,
अहंकार हा संपवूया
सारा समाज एकसंघ करूया...!

राज्या राज्यातील
भाषिक,वांशिक,सीमावाद
संपवूया...
सारा देश एकसंघ करूया...!

देश हा सुंदर डोंगरदर्यांचा
देश हा पवित्र नद्यांचा,
देश हा सुंदर परंपरेचा
सारे अबाधित ठेवूया....!

कष्ट करूनी
घाम गाळूनी,
दारिद्र्यावरी मात करूया
देश हा आत्मनिर्भर बनवूया...!

मिटवूनी कलह
देशा देशातला,
सारे मिळूनी
शांतीचा संदेश जगाला देऊया...!

चला उठा युवकांनो...!
देशसेवेचे हाती कंकण बांधूनी,
सुजलाम,सुफलाम
या भारत देशाला करूया...!

प्रा. के.एस. शिरबंदे



बदल

जय आणि पराजय
यांच्या दरम्यान
असते एक सीमारेषा
आनंद आणि दुःख
यांच्यातील बदल
घडवणारी-

मनच्या महासागरात
अंतिम निर्णय येईपर्यंत...
बदलत असतात
कल जीवनात तसेच
आपल्या गरजेनुसार
आणि समोरच्यांच्या
चाली नुसार..

हव्याहव्याशा वाटणाऱ्या
गोष्टी
लाभत नाहीत प्रत्येकवेळी
तेव्हा
आपोआप बदलवी लागते
आपलीच चाल
समाधान नावाच्या
गारव्यासाठी...

पराभवाच्या उंबरठ्यावर
असतानासुद्धा
यशाची माळ गळ्यात पडू शकते
फक्त त्यासाठी गरज असते
प्रयत्नशील आणि गतिशिल
बदल अचूक झेलण्याऱ्या
दृष्टिकोनाची...!

अजित दळवी

अजून सारे तसेच आहे !

अजून सारे तसेच आहे
आयुष्य सारे हसेच आहे !

को'रोना' आला, हसणे गेले
जगणे आता उसने झाले !
तरीही जीव आशेत आहे
अजून सारे तसेच आहे !

रिपोर्ट जे पॉझिटिव्ह आले
नजरेत निगेटिव्ह झाले
बोलणाऱ्यांच्या भाषेत आहे
अजून सारे तसेच आहे !

लुटणाऱ्यांनी लुटले सारे
भरदिवसा लुटले तारे
महागाईही नशेत आहे
अजून सारे तसेच आहे !

माणसांत वाढले अंतर
हात धुणे झाले निरंतर
बदल नवा उषेत आहे
अजून सारे तसेच आहे !

देहांचे करून विच्छेदन
कमविले करोडोंनी धन
जीव मृत्यूच्या कक्षेत आहे
अजून सारे तसेच आहे !

विश्वास आजकाल अमान्य
श्वासाइतकाच सामान्य
जो नियमांच्या रेषेत आहे
अजून सारे तसेच आहे !

पसरला आहे व्हायरस
निघून गेला जीवनरस
तरी जगणे खासेच आहे
अजून सारे तसेच आहे !

आयुष्य सारे हसेच आहे
अजून सारे तसेच आहे !

राज भिंगारे

झुंजार लेखणीचा मिशिकल वाणीचा
कवी झुंजार सकपाळ

शिवंगल कवि झुंजार सकपाळ
(केम वाणी ऐकावी बुद्धाची)

(पान ८ वरून)

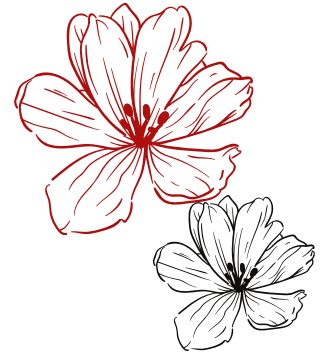
लकणकवली येथील अपरांत साहित्य कला प्रबोधिनीच्या दुसऱ्या सम्यक साहित्य कला संगीती मध्ये २७/२८ जानेवारी २०२४ रोजी झालेल्या विवीध कार्यक्रमा मध्ये "आंबेडकरी जलसा, गायनपार्टी ते रॅप" या चर्चा सत्राच्या सादरीकरणानात मी स्वतः जलसा गायनपार्टी गीते तर यश धर्मपाल सकपाळ यांनी रॅप गीते सादर करून उपस्थितांची करमणूक आणि प्रबोधन केले. रात्री कवी झुंजार सकपाळ यांच्या नावाच्या रंगमंचावर प्रख्यात गायक जनीकुमार कांबळे यांच्या अध्यक्षतेखाली मी गीत गायनही केले. आणि झुंजार सकपाळ यांच्याशी मुंबईत झालेली पहिली भेट सांगितली. १९८८ मध्ये नायगाव बी डी डी चाळीत भीमगीत गायन कार्यक्रमात मी "दंडाशी दंड भिडताना" या गीताच्या चालीवर

"पती परदेशी असताना
कुणाचा आधार नसताना
मी पाहिली रमाई
गोवऱ्या वेचताना "

असं गीत गायल्या नंतर माझ्या पाठीवर हात ठेवून शाब्बासकीची थाप देणारा हात, पाठ थोपटत लिहितं, गात रहा म्हणणारे तेकविवर्य झुंजारजी सकपाळ होते. हे सांगितले तेव्हां उपस्थितही भारावले. नंतर रमाई भिमाई कॅसेट व्ही सी डी त गायिका मैनाताई कोकाटे यांनी माझ हे गीत २००४ मध्ये वेगळी चाल संगीतात गायल आहे.

झुंजार सकपाळ यांनी, जयंती राष्ट्रीय कार्यक्रमात, अपना उत्सवात गायन केलं व्हिनस, कंपनीने त्यांना प्लॅटिनम डिश पारितोषिक दिलं, शाहीर अमरशेख, तमासगीर मधुकर नेराळे यांनी अनेकांनी त्यांचं कौतुक केलं. हा कलावंत आपल्याच कलेच्या धुंदीत राहिला सतत भ्रमंती, जागरण, वेळेवर जेवणं नाही, भुकेसाठी वडापाव, मिळेल ते खाल्ल, पुरेशी झोप नाही, शरीराने त्याची परतफेड केली. अनेक व्याधी जडल्या. हक्काची नोकरी नसल्याने जवळ पैसा नव्हता. चुलतबंधूंनी साथ दिली पण यश आले नाही. आजाराशी झूज देतच या झुंजार कवीने २७/८/१९९८ ला. अखेरचा श्वास घेतला. त्याच्या अनेक आठवणीं अनेकांपाशी असतील.

या महान कलावंतास भावपूर्ण आदरांजली.





मला पावसात भिजावेसे वाटते



कु. पुर्व सचिन जगदाळे.
इयत्ता-आठवी

लहानपणी मी जेव्हा पावसाळा हा ऋतू यायचा तेव्हा मी खूप आनंदी व्हायचे. आणि लगेच पावसात भिजायला जायचे. पण माझी आई मला पावसात भिजून देत नव्हती पण मी आईची नजर चुकवून पावसात भिजायचे. पावसात भिजून आल्यावर मात्र आई मला खूप ओरडायची पण नंतर मात्र स्वतःच मायेने मला जवळ घ्यायची. तेव्हा मला माझ्या आईच्या मनातलं प्रेम दिसायचं. तेव्हा मी लहान होते मला काही समजत नव्हतं. पावसात भिजल्यावर आई मला का ओरडायची ते मला समजत नव्हतं. पण आता मला समजलं की आई मला का ओरडायची ते. काळजी घ्यायची भिजल्यावर मल म्हणून आई देत नव्हती.



जेव्हा जेव्हा येतो तेव्हा मला लहानपणीची जेव्हा मी इतर मुलांना पावसात भिजताना पाहत तेव्हा मला सुद्धा पावसात भिजावेसे वाटते. मला लहानपणीची आठवण येते. तेव्हा मी पावसात भिजायचे पाऊस जर नाही आला तर पावसाचं गाणं बोलून मी पावसाला बोलवायचे आणि पावसाला पण मी बोललेलं गाणं खूप आवडायचं.

लहानपण म्हणजे एक स्वप्नातील दुनियाच असते. जिथे अभ्यास आणि बाकीचं काम नसतं. फक्त स्वप्नातील दुनियेत खेळायचे, बागडायचे. मला परत त्या लहानपणीच्या स्वप्नातील दुनियेत बागडायचं आणि खेळायचा आहे. मुलांना लहानपणी कोणतंच टेन्शन नव्हता त्यांच्या मनासारखंच सर्व काही व्हायचे. कोणी त्यांना ओरडत नव्हतं म्हणून मला पण परत एकदा लहानपण जगायचं आहे.

असं वाटतं की आपण लहानच राहावं कधी मोठं होऊ नये. मोठेपणी लहानपणीच्या आठवत तेव्हा मला आता पण लहानपणी सारखंच पावसात भिजावसं वाटतं.

पावसाळा ऋतू माझ्या आठवण येते.

पावसाची एक आठवण...



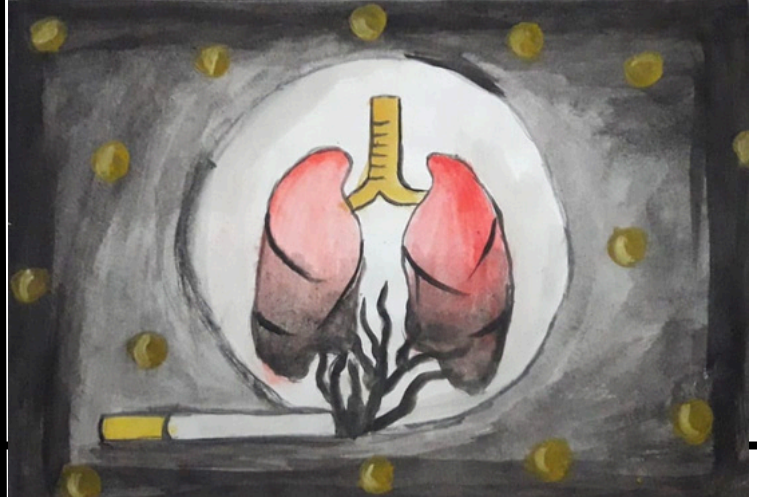
कु. सिद्धी गुरव
MIT पुणे

कोंकणातल्या आठवणींमधील पावसाचा अनुभव अतिशय खास आहे. शाळेच्या सुट्टीत पहिल्या पावसाची वाट पाहणं, नद्या भरून वाहताना त्यात पाय बुडवणं, मातीचा सुगंध घेत गवतावर खेळणं, आंब्याच्या बागेतून धावत बागडणं, सगळं माझ आवडतं होतं.

पावसाळ्यात कोंबड्याची पिल्लं, गरम भजी, वाफाळता चहा आणि आंब्याच्या पानांतून टपटपणाच्या थेंबांच्या आवाजात त्याचा सगळा दिवस कसा जात असे, कळतच नसे. पावसाच्या त्या दिवसांनी त्याच्या मनात कायमचं घर केलं आहे, आणि त्याला आजही आठवून मनात गोड भावना जागतात.

पावसाळ्यातील ओलेचिंब रस्त्यांवरून सायकल चालवणं, कधी कधी अंगणातल्या तुळशीच्या रोपांना पावसाचं पाणी देणं, आणि शेतात जाऊन भाताच्या मळणीचा आनंद लुटणं, या सर्व आठवणी त्याला आजही ताज्या वाटतात. पावसात भिजून घरी आल्यावर आईच्या हातच्या गरम गरम पोळ्या खाणं, आणि नंतर मऊ मऊ पांघरूणात लपेटून पुस्तक वाचणं, हे त्याच्या बालपणातील सगळ्यात सुंदर क्षण होते.

कु. शमिका न. मुलूखचंद्रनगर, ता. दापोली.



चंद्रनगर शाळेतील विद्यार्थी रमले शेतीत !

