



व्हीएसपीएम अकॅडमी ऑफ हायर एज्युकेशन
द्वारा संचालित

अरविंदबाबू देशमुख महाविद्यालय, भारसिंगी

आंजळ फुलांची

२०२२-२३

VSPM Academy of Higher Education, Nagpur

Our Inspiration



Hon'ble Shri. Ranjeetbabu Deshmukh
President
VSPM Academy of Higher Education Nagpur



EXECUTIVE COMMITTEE

1. Shri. Ranjeet Arvindbabu Deshmukh	President
2. Dr. Ashish Ranjeet Deshmukh	Vice-President
3. Shri. Yuvraj Daulatrao Chalkhor	Secretary
4. Shri. Prakash Mahadeorao Makrampur	Joint Secretary
5. Shri. Nitin Diliprao Ronghe	Joint Secretary
6. Shri. Sudhir Chandrashekhar Deshmukh	Treasurer
7. Shri. Suresh Marotrao Bandre	Member
8. Shri. Dinkar Yashwantrao Raut	Member
9. Shri. Chandrashekhar Kashiram Barethiya	Member
10. Shri. Mohan Tukaram Dangore	Member
11. Sau. Amishi Dipak Arora	Member

Special Invitees

1. Sau. Rupa Ranjeet Deshmukh	Member
2. Shri. Chandrashekhar Shyamrao Deshmukh	Member
3. Shri. Kuldeep Diliprao Hiwarkar	Member

Arvindbabu Deshmukh Mahavidyalaya, Bharsingi

Our Guide



Hon'ble Dr. Bhausahab Bhoge
Founder
VSPM Academy of Higher Education
Nagpur



COLLEGE DEVELOPMENT COMMITTEE

Shri. R.A. Deshmukh	Chairman
Shri. Y.D. Chalkhor	Member
Shri. D.Y. Raut	Member (Social Field)
Shri. J.K. Masih	Member (Education Field)
Dr. Y.R. Kubade	Member (Research Field)
Mr. R.K. Sharma	Member (Industry Field)
Dr. S.B. Thakre	IQAC Co-ordinator
Dr. S.A. Jichakar	Teacher Representative
Mr. D.K. Upase	Teacher Representative
Dr. M.M. Verma	Teacher Representative
Mr. A.A. Chaudhari	Non-Teaching Representative
-----	President Student Council
-----	Secretary Student Council
Dr. P.D. Pawar	Principal & Ex-officio Secretary

प्राचार्यांचे मनोगत



स्वप्नवेलींवर फुले उमलावी म्हणून प्राणपणाने शिंपन करणाऱ्यांची एक परंपरा आहे! सुंदर भविष्यकांचे स्वप्न ते पाहतात व यात तन-मन-धनाने वाहून घेतात. महाविद्यालयाचा वार्षिकांक हा एक असाच उपक्रम विद्यार्थ्यांच्या तरल भावनांचे उभे आडवे धागे एकत्र गुंफून एक तलम रेशमी वस्त्र विणण्याचा केलेला प्रयत्न प्रत्येकाने जागृत स्वप्नांच्या दुनियेतून ओंजळ भरून विविध रंग, गंध, स्पर्श आकारांची साहित्य फुले आणलीत आणि आकाराला आला वार्षिकांक "ओंजळ". साहित्य, संगीत, अभिनय, गायन, चित्रकला यासारख्या विविध खेळांच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांमध्ये सुप्त गुण प्रकट होत असतात. विद्यार्थ्यांमधील सुप्त गुणांच्या आविष्कारास वाव मिळावा म्हणून आमच्या महाविद्यालयात नेहमी विविध उपक्रम राबविले जातात.

काटोल नरखेड तालुक्यातील विद्यार्थ्यांच्या शैक्षणिक प्रगतीचे स्वप्न पाहणारे स्व.अरविंदबाबू देशमुख हे असेच स्वप्नपूर्तीसाठी झटणारे व्यक्तीमत्व होते. त्यांच्या अपुऱ्या स्वप्नांची पूर्तता संस्थेचे अध्यक्ष मा.रणजितबाबू देशमुख यांनी या परिसरामध्ये अनेक शाळा व महाविद्यालयाद्वारे केली. तसेच संस्थेचे संस्थापक डॉ.भाऊसाहेब भोगे यांचाही या प्रगतीमध्ये सिंहाचा वाटा आहे. त्याचप्रमाणे महाविद्यालयाला नव्याने दृश्य स्वरूप देणारे पालक संचालक मा.दिनकरराव राऊत या सर्वांचे ऋण कायम स्वरूपी आम्हाला विसरता येणार नाही. संस्थेचे कोषाध्यक्ष डॉ.आशिषबाबू देशमुख व कार्यवाह डॉ.अमोलबाबू देशमुख या दोन्ही युवा नेतृत्वांनी शिक्षण व्यवस्थेलाच पारिवारिक नावाची जोड दिली व संस्थेच्या सर्व कार्यकारी मंडळ सदस्यांनी आमच्या महाविद्यालयाला सतत मायेचा ओलावा दिला त्याबद्दल या सर्वांना धन्यवाद देतो.

वार्षिकांकाला मुर्त स्वरूप देण्याचे व वाचकांच्या अभिरूची संपादनासाठी त्याला प्रतिबिंबित करणारा प्रवास अतिशय कठीण पण त्याला योग्य रितीने हाताळला तो संपादिका प्रा.सौ.साधना जिचकार व त्यांचे सहकारी प्रा.रामराव घोरमारे, प्रा.दादाराव उपासे, प्रा.रिता वाळके, प्रा.राजेंद्र घोरपडे, प्रा.अमित नांदगावे, प्रा.तृती विश्वंभरे, प्रा.रूपाली गायकवाड या संपादकीय मंडळानी तेव्हा त्यांच्या या स्पृहनिय कार्याचे अभिनंदन करतो. शेवटी महाविद्यालयाच्या व विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीसाठी आपणा सर्वांच्या शुभेच्छा सदोदित राहो, हीच अपेक्षा!

डॉ.प्रकाश पवार

प्राचार्य

संपादकीय



आपल्या नकळत कळीचे फुल होते. तसे या विद्यार्थ्यांच्या प्रतिभेचे असते. विद्यार्थ्यांचे ही प्रतिभाशक्ती विकसीत व्हावी त्यांचे व्यक्तिमत्व सामाजिक, सांस्कृतिक व वाङ्मयीन संस्काराने फुलून जावे यासाठीच महाविद्यालयीन वार्षिकांकाची आवश्यकता असते. विद्यार्थ्यांच्या प्रतिभेचे सौंदर्य टिपण्यासाठीच ओंजळ हा वार्षिकांक आकाराला आला आहे. ओंजळ हा महाविद्यालयाचा वार्षिकांक साकार झाला. खरोखरच युवकांच्या (विद्यार्थ्यांच्या तरल व उत्स्फूर्त भावना आणि विचारांचा वेध घेण्यासाठी महाविद्यालयीन स्तरावर वार्षिकांक निर्मिती हे प्रभावी माध्यम असते. विद्यार्थ्यांची मनःस्थिती वैचारीक जडणघडण व भविष्याविषयी असलेल्या कल्पना व भावना अभिव्यक्त होत असतात.

वार्षिकांकाच्या प्रकाशनासाठी विद्यार्थ्यांनी सूचनेनंतर भरघोस साहित्य दिले, त्यातून नेमके व योग्य साहित्य निवडण्यात वाङ्मय समितीचे सहकार्य लाभले. ओंजळ च्या जडणघडणीत अनेकांचे सहकार्य लाभले, त्या सर्वांच्या नामनिर्देश करणे शक्य नसले तरी कृतज्ञता व्यक्त करणे हे मी माझे कर्तव्य समजते.

संस्थेचे अध्यक्ष मा.रणजितबाबू देशमुख, संस्थापक मा.डॉ.भाऊसाहेब भोगे व पालक संचालक मा.दिनकरराव राऊत तसेच संस्थेचे कार्यकारी मंडळ व स्थानिक व्यवस्था समिती सदस्य यांचे सदोदीत आम्हा सर्वांना मार्गदर्शन असते. महाविद्यालयाचे प्राचार्य डॉ.विजय धोटे यांनी ओंजळ प्रकाशित करण्यास प्रेरणा दिली. विद्यार्थ्यांकडून आलेले साहित्य गोळा करणे व ते तपासने याकरीता प्रा.रिता वाळके, प्रा.पवार, प्रा.पुसाम, प्रा.उपासे, प्रा.घोरपडे, प्रा.नांदगावे, प्रा.गायकवाड, प्रा.विश्वंभरे या सर्वांचे सहकार्य लाभले. तसेच महाविद्यालयातील सर्वच कर्मचारी वर्गाचे प्रत्यक्ष अप्रत्यक्ष रूपात सहकार्य लाभले. या सर्वांच्या सहकार्यातूनच आज अत्यंत अत्पावधीत हा वार्षिकांक साकार होत आहे.

ओंजळ च्या सर्व शिल्पकारांविषयी पुनश्च कृतज्ञता व्यक्त करून मी आपल्या लेखणीला पुर्णविराम देते.

धन्यवाद,

प्रा.साधना जिचकार
संपादक



मराठी विभाग

प्रभारी प्राध्यापिका
प्रा.डॉ.सौ.साधना जिचकार



संत तुकाराम - एक थोर समाजशिक्षक

- कु.प्रतिक्षा धाडसे

बी.ए.भाग - १

संतश्रेष्ठ तुकोबारायाचे नाव घेतले की, डोक्याला फेटा, अंगात बाराबंदी, धोतर, हातात विणा, गळ्यात तुळशीची माळ, कपाळावर वैष्णवाचा टिळा आणि चेहऱ्यावर विठ्ठलनामाची मुद्रा अशी स्मित हास्य असलेली मूर्ती आपल्या डोक्यासमोर उभी राहते. आणि मग अभंगगाथा लिहिणारे तुकोबा हेच कां? असा प्रश्न उभा राहतो.

तसे पाहिले तर तुकोबारायाचे अभंग हेच त्यांचे चरित्र आहे. त्यांचे आरंभीचे जीवन श्रीमंतीचे व सुखासीन असे होते. परंतु पुढे अनेक संकटांच्या महासागरात ते बुडाले. अशाप्रकारे दुःखद स्थिती होवून 'झाला वमन संसार' अशी अवकळा आली. नामचिंतन करू लागले. व ज्या विठ्ठलाने माझा सर्व संसार माझ्यापासून लांब नेला त्या विठ्ठलालाच मी माझ्याजवळ आणल्याशिवाय राहणार नाही. असा निर्धार करूनच ते नामचिंतनात रममाण झाले व त्यांना साक्षात्कार होवून -

॥ सांडली त्रिपुटी । दिप उजळला घरी ॥

अणु-रेणु या थोकडा । तुका आकाशा एवढा ॥

अशी दिव्य अनुभूती त्यांना आली. त्यांची भक्ती दृढ होवू लागली आणि या भक्तीबळावरच इंद्रायणीच्या पाण्यात टाकलेल्या पोथ्या परत मिळाल्या व आध्यात्मावरील त्यांचा अधिकार दिवसेंदिवस वाढू लागला. व शेवटी तुका झालासे कळस येथपर्यंत त्यांची मजल गेली व त्यांना याच देही याच डोळा वैकुंठपद मिळाले. त्यांनी स्वतः सर्व अनुभव घेवून मगच इतरांना सांगितले. म्हणूनच तुकोबांचा अधिकार श्रेष्ठ होता. इतरांच्या दोषांकडे न पाहता प्रथम स्वयं मुल्यमापन

केले. ते म्हणतात - ॥ कासया गुण -दोष वाणू आणिकांचे । मज काय त्याचे उणे असे ॥ या गुण-दोषांचे ते जेव्हा मुल्यमापन करतात तेव्हा ते म्हणतात - माझे मज कळो येती अवगुण त्यांच्या या प्रवृत्तीमुळेच ते एक थोर समाजशिक्षक होते. असे म्हणणे वावगे ठरू नये. शिक्षकाने ज्ञान संपादन करून मगच ते इतरांना द्यायचे असते ते त्यांनीही केले. ते एकेठिकाणी म्हणतात की, आधी धांडोळली पुराणे, पाठ केली संतांची वचने त्यांनी आधी ग्रंथांचे वाचन केले, संतांची वचने पाठ केली आणि मगच स्वानुभवाच्या आधारे गोळा केलेले हे ज्ञान त्यांनी समाजाला दिले व व्यक्तीचा कायापालट करण्याचे शिक्षकाचेच कार्य त्यांनी केले. त्यांचे विचार व्यापक होते. ते म्हणतात -

बुद्धीचा पालट धरा हे कांही, मागुता नाही जन्म पुन्हा ।

या अभंगात बौद्धिक परिवर्तन आहे. ते एके ठिकाण म्हणतात - पिकलीया शेंद्रे कडूपण गेले । तैसे आम्हां केले पांडूरंगे ॥ या अभंगात तुकोबारायांनी तीन प्रकारचा बदल सुचविलेला आहे असे दिसते. या अभंगात शेंदे म्हणजे वाळूक. वाळूक हे स्पर्शाने कठीण, चवीने कडू आणि रंगाने हिरवे असते. परंतु सुर्यकिरणांच्या संपर्काने स्पर्शाचे काठीण्य जावून मृदूपणा आला रंगातील हिरवेपण जावून शेंदरीपणा आला, रसातील कटूता जावून मधूरपणा आला.

तद्वतच व्यक्तीच्या वर्तनात, स्वभावात व ज्ञानात बदल व्हावा हेच त्यांना अभिप्रेत असावे आणि या दृष्टीने आपण तुकोबांकडे पाहू लागलो की, मग ते हृदय परिवर्तन करणारे, समाजांत दया, क्षमा, शांती, विश्वबंधूत्व निर्माण



करणारे एक थोर समाजशिक्षक होते. असे म्हटल्यास अतिशयोक्ती होणार नाही. आणि हे सर्वज्ञान त्यांनी स्वतः अनुभवले व नंतरच इतरांना दिले. तुका म्हणे साक्षी आले । तरी केले प्रकट, दया, क्षमा, शांती । तिथे देवाची वस्ती, भक्ती ते नमन । वैराग्य तो त्याग । मन करा रे प्रसन्न । सर्व सिद्धीचे कारण - हे सर्व ज्ञान त्यांनी स्वतः अनुभवले व मगच ते समाजाला दिले.

एकंदरीत प्रवाहाच्या विरुद्ध बाजूने पोहणारा संपतो व त्याचे पोहणेही संपते हे जरी खरे असले तरी प्रवाहाच्या दिशेने पोहण्यात काहीतरी अर्थ असतो तर प्रवाहाच्या विरुद्ध दिशेने पोहण्यात पुरुषार्थ असतो, हे ही नाकारता येणार नाही. संतश्रेष्ठ तुकोबारायांनी पुरुषार्थ साधला. म्हणूनच त्यांचे वर्तण रामेश्वर भट्टांनी खालील शब्दांत केले आहे.

धन्य तुकोबा समर्थ । ज्यांनी केला पुरुषार्थ ॥

॥ भान ॥

कु.अपेक्षा उपरे
बी.ए.भाग-१

निवडणूकीचे धुंदीत ।
रंगले सकळ जन ।
शेतकरीही हरपले भान ।
नाही आपल्या समस्यांचे जान ॥
वराती मागून घोडे ।
सारेच लागले नाचायला ।
आपला कैवारी कोन ।
अजून कोडे नाही उगवले ॥
पिढी जात आपला धंदा ।
मोडकळीस आला तरी ।
दोन दिवसाची मौज मजा ।
पांच वर्षाची सजा ॥
तरी पिटतात डांगोरा ।
समस्याचे निखारे ।
चटके देतात तरी ।
तुला भान कशी नाही ॥
तपल्या तव्यावर पोळी ।
भाजून घेतात पुढारी ।
मग चुरमुळांचे लाडू ।
खात बसतो शेतकरी ॥

॥ दशा आणि दिशा ॥

अरविंद भद्रोलिये
बी.ए.भाग-३

कोण ऐकेल आपलं ।
सरकार तर गविष्ठ झालं ।
जनता ठेवली जाते अनाडी ।
हेच नेत्यांना फावलं ॥
सत्ता आहे ना हातात ।
कोण करतो आपलं वाकडं ।
आम्ही म्हणू ती पूर्व दिशा ।
सत्ता धाऱ्यांनी ढभोलं भरलं ।
सरकार, जल, जंगल, जमिन ।
विकायला लागली ।
परकियांना बोलावून ।
भू-सम्पदा वाटली ॥
शिक्षणाचे नावा खाली ।
देशांत व्यापारच चालला ।
कॉलेज विद्यालये बनले ।
माफियाचा बंगला ॥
गरीबांना भूलविण्यासाठी ।
बी.पी.एल. स्वस्त धान्याचे कुटके ।
दारू पिवून मजा मारा ।
हाच जनतेला भूलविण्याचा नारा ॥



विदर्भातील शेतकऱ्यांची दशा

- अजय चौधरी

बी.कॉम.भाग - २

सर्व जगाला पोसणारा पिढ्यानपिढ्या विनातक्रार दारिद्र्यात राहणारा, अत्याचार सहन करणारा, संख्येने सर्वात मोठा म्हणून लोकशाहीचा संपूर्ण बोजा शोषणारा, शोषण पिळवणूक सहन करणारा दुष्काळ, रोगराई अस्मानी सुलतानी शोषणारा असा आमचा भूमिपुत्र शेतकरी पिढ्यानपिढ्या शतकानुशतके या अन्यायामुळे भरडून निघाला आहे, होरपळत आहे काय चूक आहे त्याची.?

आजच्या शेतकऱ्याचा “कर्जातच जन्म आणि कर्जातच मरण” होत आहे. “जय जवान जय किसान” चा नारा देणारे शास्त्रीजी किंवा शेतकरी हा कारखानदार झालाच पाहिजे. असे म्हणणारे हरितक्रांतीचे प्रणेते स्मृतिशेष वंसतराव नाईक आता उरले नाही. स्मृ. नाईक साहेबांच्या निधनानंतर महाराष्ट्राच्या शेतकऱ्यांमागे साडेसाती लागली आहे. ती साडेसाती कायमच राहिल की काय? असे वाटते. पुढारी निवडणुकीपूर्वी आश्वासनाची रास रचतात एकदा खुर्ची हस्तगत केली की, कुठला शेतकरी अन् कुठले आश्वासन अशी पाळी येऊन जाते. या राजकिय पक्षांनी दिलेल्या आश्वासनाची यादी न सांगितलेली बरी या आश्वासनाची त्यांना आठवण येत नसेल का? त्यांना दयेचा पाझर फुटत नसेल का?

शेतकऱ्यांच्या समस्या दिवसेंदिवस वाढत आहे. यामध्ये विदर्भातील शेतकऱ्यांची संख्या सर्वाधिक

आहे. निसर्गावलंबन, कोरडवाहू शेती, शेतकरी विरोधी धोरण, शेतमालाला अयोग्य भाव, उत्पादनात लक्षणीय घट, वाढती महागाई, शेतीला येणारा आवाक्याच्या बाहेरचा खर्च यामुळे शेतकरी हवालदिल झाला आहे. कर्ज वाटल्याने शेतकऱ्यांची आर्थिक व सामाजिक समस्या दुर होईल काय? खरे पाहता शेतकरी असो किंवा इतर कुणी असो तो कर्जाकडे धाव का घेतो याबाबत नेते विचार करणार नाहीत काय? कोणताही व्यवसाय असो मग तो शेतीचा का होईना उत्पनापेक्षा खर्च जेव्हा जास्त असेल तेव्हा डबघाईस येतो हा सरळ सरळ अर्थशास्त्रीय नियम आहे आणि हा नियम जाणण्यासाठी कोणत्याही विद्याविठाची पदवी घेण्याची गरज नाही.

शेतीला व्यवसाय म्हणून मान्यता देण्यात येत नाही. तोपर्यंत शेतकऱ्यांच्या समस्येकडे जाता येत नाही. जी पिक काढण्यासाठी लागणाऱ्या ज्या बाबी आहेत जसे पाणी, खते, बियाणे याबाबत सरकारचे धोरण कसे आहेत. आज शेतकरी बियाणे खते याबाबत पूर्णतः कृषी दुकानावर अवलंबून आहे. यात शेतकऱ्याचा दोष नाही पण निरनिराळ्या बियाणे व खत विक्रिच्या कंपन्यांच्या प्रचारामुळे आमचे जुने बियाणे मोडीत निघाले. बी.टी. बियाण्यांनी शेतीच्या खर्चामध्ये वाढ केलेली आहे. रासायनिक खताचा वाढता वापर व त्यांच्या वाढत्या किंमती यामुळे सुध्दा आमच्या



शेतकऱ्यांचे गणित बिघडत चाललेले आहे. आज किती शेती बारमाही रस्त्यांनी जोडली आहे. ऐन पावसाच्या दिवसात शेतकरी शेतात कसा जात असेल हाच विचार पडतो. वास्तविक शेती तिथे रस्ता या न्यायाने प्रत्येक शेताला रस्ता देणे गरजेचे आहे.

भारनियमनामुळे ग्रामीण गरिबांना सरसकट अंधारात फेकले आहे. तथापि त्यामुळे राज्यातील बागायती शेती धोक्यात आला आहे. शेती पंप दिवसाकाठी किमान १८ ते २० तास चालू राहिले तरच त्याच्या कार्यक्षेत्रातले बागायती क्षेत्र भिजू शकते. अशा स्थितीत शेतकऱ्यांच्या शेती पंपाना किमान किती तासांचा विजपुरवठा केला पाहिजे. याबाबीचा राजकिय नेते कसलाही विचार करित नाही आणि ग्रामीण भागावर १२ तासाचे भारनियमन जारी करून शासनाने व संबंधीत विजवितरकांनी राज्यातल्या शेतीवर फार मोठे गंडातर आणले आहे.

वडीलोपार्जित शेतीची भावा-भावात विभागणी करताना आज जो खर्च होतो आणि जी पध्दती वापरही जाते. त्यामुळे शेतकरी निराश होतो. पुर्वी गावातच पंचासमोर विभागणी केली जात असे व पटवारी रेव्हेन्यू इन्स्पेक्टर यांच्या समोर भावा-भावात शेतीची नोंद केली जात होती.

शेतकऱ्यांची मुले शाळेत जायला लागली पण व्यावसायिक व इतर शिक्षण शेतकऱ्यांच्या मर्यादेबाहेर गेलेले आहे. त्यासाठी शेतकऱ्यांच्या मुलांच्या शिक्षणाची जबाबदारी सरकारने उचालणे आवश्यक आहे.

पॅकेजच्या बाबतीत सांगायचे झाले तर प्रत्येक अर्थसंकल्यात बळीराजाला दिलासा देण्याचा प्रयत्न करतात परंतुही सर्व फसवी घोषणा असते पॅकेज जाहीर करून शेतकऱ्यांना शासन मनोरूग्ण करतात आणि शेवटी शेतकऱ्यांचा सावकाराकडे कर्जासाठी जाण्याशिवाय पर्याय नसतो. एकीकडे सहकारी बँका आणि दुसरीकडे सावकार शेतकऱ्यांची पिळवणूक करतात.

किती दुःखाची बाब आहे की, विदर्भातील शेतकरी आत्महत्या करतो कोणाला बरे वाटणार? आता एकटा शेतकरी आत्महत्या करतो आहे. परंतु पुढे सामुहिकपणे कुटुंबाची आत्महत्या झाल्याशिवाय राहणार नाही. पण या आत्महत्या किती काळपर्यंत करायच्या आत्महत्या करून न्याय मिळेल काय.? शेतकऱ्यांनी आत्महत्या न करता शासनाविरुद्ध आपल्या हक्कासाठी, मागणीसाठी कंबर कसून लढायला तयार व्हावे. शेतकऱ्यावर होणारे अन्याय हे मर्यादेबाहेरचे झाले आहे. अन्यायाचा प्रतिकार करण्यासाठी संवैधानिक रणशिंग फुंकणे काळाची गरज आहे. जोपर्यंत शेतकरी बाधे व अन्यायाविरुद्ध कंबर कसणार नाही. तोपर्यंत सरकार, सावकार, व्यापारी आणि कृषीसंबंधी कर्मचारी अधिकारी यांच्याकडून होणारी पिळवणूक थांबणार नाही.

शेतकरी बंधून्तो! आता पुरे झाले संघटित व्हा! हक्कासाठी कंबर कसा! उठा! आता जागे व्हा! हीच वेळ आहे लढण्याची आत्महत्या करण्याची नव्हे.?



योगाअभ्यास व प्राणायाम यांचे मानवी जीवनातील स्थान

- विकास व्ही. लोलुसरे

बी.कॉम.भाग - ३

भारतीय योग चिकित्साशास्त्रात शोकडो वर्षापूर्वी महर्षी पंतजलींनी योग-शास्त्र व कला या दोन्ही स्वरूपात प्रस्तुत करून संपुर्ण मानवी जीवनावर आरोग्याच्या दृष्टीने कल्याण केले योगाची सुरुवात करून त्यांनी शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्य विर्य व शुद्धाचरण याविषयी नैतिक आचरण सहिता मांडली व आचार सहिता अंतर्गत त्यांनी वेळोवेळी आसने सांगितली या आसनामुळे मज्जासंस्थेच्या कार्यपध्दतीद्वारा अंतस्त्रावी ग्रंथीच्या द्वारे योगसाधकावर कसा हितकारक परिणाम हे त्यांनी पंतजलींच्या योगसुत्रावरून दाखवून दिले.

पंतजलींच्या योगसुत्रात आपल्या शरीराला पिळवटने, वेटोळे करणे, फिरविणे, वाकविणे, वळविणे, ओढणे त्यांची घडी करणे एकना अशा अनेक गोष्टी त्यांनी यात सांगितल्यात पुर्वीच्या काळी नाथ संप्रदायातील अनेक साधक हटयोग, राजयोग, ज्ञानयोग, कुंडलीनीयोग, मंत्रयोग, लययोग असे अनेक योगाचे प्रकार करीत असत आज निरनिराळ्या प्रकारचे योग प्रचलित असले तरी तत्वतः योग म्हणजे शास्त्रशुद्ध आणि पध्दतशिर वागणुकीची रीत आहे. योगाचा उद्देश अखिल मानव जातीतील उत्साह व सामर्थ्य यांचे यशस्वी संघटन करून त्यांचे विश्वव्यापी सत्याशी म्हणजेच परमेश्वराशी अत्युच्च व परमानंददायी मीलन घडवून आणण्याचा असतो.

खरे तर सर्व प्रकारच्या योगामध्ये प्राणायामाचा उपयोग होतो. योगावरील सर्व घटकांचा प्रभाव तसेच प्राणायामाचा सराव मानवी मनावर नियंत्रण ठेवण्याकरीता

होत असतो.

योग म्हणजे दूसरे तिसरे काही नसून तो मानवी जिजवनाचा समग्र अनुभव आहे. नव्हे ते तर पुर्ण मानवाचे ते एक शास्त्र आहे. प्राणायाम म्हणजे हवेची हालचाल आणि त्याने पृथ्वी वरील जीवनाचा जणू पाया कसा घातला जातो हे योग साधनेद्वारे प्राणायामाच्या साहाय्याने साध्य करता येते. योग साधनेच्या पुढील पायरी म्हणजे प्राणायाम होय.

“प्राणायाम नुसतेच खोल श्वसन किंवा नेहमीच्या व्यायाम प्रकारात अंतरभाव असणारा श्वसनाचा प्रकार नव्हे तर प्राणायाम याही पेक्षा वेगळा असतो त्यात कवायतीचे प्रकार आहेत त्यामुळे जड शरीर, शरीराचे कार्य व मज्जारज्जुची चेतना यांच्यावरच केवळ प्रभाव पडत नाही तर मनाच्या व मेंदुच्या व्यवहारावरही त्यांचा प्रभाव पडतो.”

योग व प्राणायाम हे शुद्ध भारतीय शरीर चिकित्साशास्त्र आहे. भारतीय चिकित्सा शास्त्राकडून पाश्चिमात्य वैदिक शास्त्राने काही पध्दती उसन्या घेवून त्यांना आता आपले करून घेतलेले आहे. श्वसन चिकित्सेमुळे स्पायरोथेरीपी, वैदिकशास्त्र तसेच स्वास्थ्यवृत्त व चिकित्सापध्दती यांच्यासाठी विस्तीर्ण दालणे उघडली आहे. भारतीय साधु संत व तत्व व्यक्त्यांनी केवळ अनुभव जन्य ज्ञानापासून व अंतस्पूर्तीने येणाऱ्या कल्पनांवरून मांडलेले सिध्दात खरे आहेत. याला पाश्चात्य शास्त्रज्ञांनी सुद्धा



आज मान्यता दिलेली आहे.

योगी अरविंद घोष यांच्या मते, प्राणायामांच्या सरावानंतर ते काव्याच्या जवळपास २०० ओळी रचून स्मरणात ठेवू शकत होते. जे प्राणायामापूर्वी १० ओळी शुद्धा लक्षात ठेवणे शक्य नव्हते. अलिकडच्या काळात पाश्चात्य वैदिकशास्त्राने शास्त्रीय प्रयोगानंतर ऐच्छिक श्वसनात आरोग्यदायक व उत्साहवर्धक परिणाम करण्याची क्षमता आहे हे मान्य केलेले आहे.

प्राणायाम हा योग अभ्यासामधील अत्यंत महत्त्वपूर्ण घटक आहे. त्यामुळे मानसिक व आधात्मीक फायद्याशिवाय इतरही फायदे होतात. योग अभ्यासाचा मुख्य उद्देश म्हणजे आत्मज्ञान व जीवआत्म्याचे, परमात्म्याशी मीलन साधने आहे. प्राणायामामुळे मनावर ताबा मिळविता येतो. तसेच संपुर्ण मानवी देहावर नियंत्रण मिळविता येते. हाच अभिज्ञानाचा व आत्मज्ञानाचा पाया आहे. मानवाचे शरीर व जीव तसेच ज्यात सर्व जीवनावश्यक व्यवहार येतात त्यात त्यांच्या मुळाशी मन असते. मन हे अहंकाराचे स्थान आहे. आणि मेंदुचे सर्व व्यवहार हे या अहंच्याभोवती केंद्रीत झालेली असतात. देह भानाच्या मुलभुत शक्तीं मधुन सर्व स्मरण कल्पना शक्ती उत्कंठता, लैंगीक इच्छा व वासना यासर्वांचे उच्चाटन करून शुद्ध आत्मज्ञानाची जाणीव करून देणे हेच योग साधनेचे मुख्य उद्दिष्ट आहे.

शुद्ध आत्मज्ञान म्हणजे विश्वव्यापी चैतन्यांचे चमक आहे. ते आत्मज्ञानाच्या तत्वाचे ते स्वरूप आहे. ज्या व्यक्तीला योगसाधनेच्या मार्गाने पुढे जायचे आहे. अशा व्यक्ती प्रथमतः स्वतःला शरीर आणि मन या गुंतागुंतीच्या विचारचक्रातून मुक्त करून घेतात ज्या व्यक्तींचे स्वभाव मुळात सर्व शांती, सुसंगती आनंदी असे आहे अशा व्यक्ती योग व प्राणायामामुळे शुद्ध निर्भळ देहभानाच्या शक्तीशी आपल्या अंतरआत्माचा समन्वय साधून अहंकारावर

मात करतात. या तत्वामुळेच प्राणायामाला योगसाधने व मानवी जीवनात विशेष स्थान आहे. प्राणायाम हा स्वतंत्र विषय क्वचितच मानल्या गेला पंतजलींच्या योगसुत्र या ग्रंथापासून योगसाधनेवरील पुढील सर्व ग्रंथात प्राणायाम हा योग साधनेमधील एक आवश्यक घटक म्हणून मानल्या गेला आहे. परंतु आजच्या आधुनिक काळात योग व प्राणायाम हे दोन भिन्न घटक मानले जातात.

योग हे विशिष्ट तत्वज्ञान किंवा कर्मकांड असणाऱ्या कोणत्याही धर्माशी निगडीत नाही. किंवा त्यांचा भाग ही नाही. योगाला तशी वेगळी अधिकार परंपरा ही नाही. प्राणायाम म्हणजे एक सांस्कृतीक व आधात्मीक प्रकार असून सर्व मानव जातीला जात, पंथ, वर्ण, वंश, लिंग, वय यामध्ये कोणताही भेदाभेद न करता त्यांचा अभ्यास करण्यास सर्वांना तो खुला आहे. योग अभ्यासासाठी आवश्यक गुण म्हणजे स्वतःच्या चैतीक शक्तीतील अव्यक्त बुद्धी सामर्थ्यावर विश्वास आणि चैतिक शक्तीचा सिद्धांत समजून घेवून अत्युच्च पदावर जाण्याची उत्कट इच्छा असली पाहिजे.

योगी अरविंदाच्या मते योग साधना ही मानवी जीवनाकरीताच आहे. ती मानवी जीवनापासून पळून जाण्यासाठी नाही. ध्यान, धारणा आणि समाधी यांच्याशिवाय कोणतेही योग शास्त्र व कला पुर्ण होऊ शकत नाही. हे त्रिकुट म्हणजे योगसाधण्याचे मुकुटमणी आहेत. त्याला संस्कृतमध्ये सम्यम् असे म्हणतात. यामुळे योगी साधक पायरी पायरीने विषय वासना व अहंकाराच्या प्रवाहातून मुक्त होतात. परिणामतः त्यांचे पर्यावसान परमात्म्याशी एकरूप झालेल्या नव्या निर्भळ आनंदाच्या सुसंगत आयुष्यात होतो. ज्यामुळे योगीसाधक नंतरच्या व अखेरच्या पायरीवर चिंतनाच्या समाधीपर्यंत पोहचू शकतो. योग व प्राणायामामुळे मानवी जीवनावर अनंत उपकार झालेले आहेत.



शिक्षणसम्राज्ञी क्रांतीज्योती सावित्रीबाई फुले

- कु.कांचन रामटेके

बी.ए.भाग - २

विद्येविना मती गेली, मतीविना निती गेली
नितीविना गती गेली, गतीविना वित्त गेले
वित्तविना शुद्र खचले, इतके अनर्थ
एका अविद्येने केले.

स्त्रियांनी हाती पेन किंवा पुस्तक धरण्यासाठी “श्री गणेशाय” ऐवजी ‘सावित्रीबाई’ चे स्मरण करावे कारण त्यांच्यामुळे त्या चार स्त्रिया अक्षर शिकू शकल्या आणि तेजस्वीपणे व खंबीरपणे उभ्या राहिल्या.

पुढील चार ओळी सावित्री तुझ्याचसाठी
शिक्षणाचा वारसा जपण्यासाठी ...
तुवा लाविलेले रोप शिक्षणाचे
त्याचा वेलू भिडतसे आभाळाला थेट
तुझ्या प्रयत्नांनी शिकतात पोरी
तुच दिली मला सामथ्याची वाट

अशा या फुलाच्या कळीचा क्रांतीज्योती सावित्रीचा जन्म ३ जानेवारी १८३१ रोजी नायगाव येथे खंडोजी नेवासे पाटलांच्या वाड्यात झाला. नेवासे हे सावित्रीबाईंचे वडिले होते. हाडामासाने दणकट व प्रकृतीने निरोगी अशा बापाचे धिप्पाडपणा घेऊन ही मुलगी जन्माला आली. १८४० मध्ये सावित्रीबाईंचे थाटामाटाने ज्योतिबांशी लग्न झाले. आणि शिक्षणाच्या कार्यात सावित्रीबाईंशी ज्योतिबांची गाठ पडली आणि सावित्रीबाईंनी ज्योतिबांचे गुण आत्मसात करण्याचा प्रयत्न केला.

“पाणी कमळाच्या पाकळ्यावर पडावे व तेथे ते मोत्याप्रमाणे चमकावे, त्याचप्रमाणे सावित्रीबाईं ज्योतिबांच्या

सहवासात उजळून निघाल्या” महात्मा फुले यांनी जनसेवा, सदाचरण, विद्वत्ता, स्त्रीशिक्षण, अस्पृश्योद्धार वगैरे गोष्टींच्या जोरावर थोरपण मिळवले. त्यासाठी त्यांना अनेक संकटांना तोंड द्यावे लागले. अनेक लोकांचं बोलण ऐकाव लागलं. इतक्या सगळ्या गोष्टींना मात करावी लागली. लोकांनी त्यांच्यावर शेणा-दगडांचा, चिखलांचा वर्षावसुद्धा केला तरी त्यांनी मागे न बघता आपलं कार्य चालूच ठेवले आणि जोमाने, जिद्दीने, चिकाटीच्या जोरावर त्यांच्या प्रयत्नांना यशाची शिदोरी कुठेतरी नक्कीच मिळालीच. दुर्गुण प्रयत्नाने नष्ट करून सद्गुण संपादन करावे लागतात आणि नेमकं हेच कार्य महात्मा फुलेंनी केलेलं होतं. त्याचविषयी महात्मा ज्योतिबा आपल्या भाषणातून आव्हान करतात की, “माझ्यापुढे महार-मांग-कुणबी वगैरे अज्ञानी व दरिद्री लोकांची उन्नती करणारी गाडाभर कामे असून ती वाहून नेतांना जोखडाच्या एका बाजूला माझी बायको असल्याने ते वाहून नेण्यास इतके हलके जात असून तिच्या सहकार्यामुळे व उत्तेजनामुळेच मला समाजकार्य करण्यास परमसुख लाभत आहे. तिच्या जीवावर मी डोंगरही पालथा घालीन, अशी मला खात्री आहे.

इतक्या सुवर्ण शब्दात त्यांचा मौल्यवान शब्दच आपल्याला महत्वाचा आहे आणि आपण ते अंगीकृत करायलाच पाहिजेत. ज्योतिबांच्या या उद्गारावरूनच सावित्रीच्या श्रेष्ठत्वाची जाण किंवा कल्पना चांगलीच येते.

आधीच्या काळात स्त्रीया कधीच बाहेर पडल्या नव्हत्या, एकट्या तर कधीच जायच्याच नाही, बाहेर पण एवढं कठीण काम या सावित्रीनी केलं की अशा परिस्थितीतून



त्यांना शिक्षणासाठी बाहेर काढण्याचा प्रयत्न केला. लग्नानंतर शिकून त्या शिक्षिका झाल्याचे हे इतिहासातील पहिलेच उदाहरण असावे.

आजही सावित्रीबाईंचं कर्तृत्व इतिहासात सुवर्ण अक्षरात अजरामर आहे.

अज्ञानी प्रजेस शिक्षण देऊन आपल्या विद्येचा व ज्ञानाचा फायदा देण्याचे निश्चित करून सावित्रीबाईंनी महारवाड्यातील संत चोखोबा मंदिरात एक शाळा काढली होती. पण ती शाळा काही दिवसांनी बंद करावी लागली, कारण पालकांचे अज्ञान त्याला कारणीभूत होते. तेव्हा सावित्रीबाईंनी महारवाड्यात जाऊन पालकांना समजावून त्यांची मने धीट केली. लोकांना उपदेश केला आणि बंद पडलेली शाळा पुन्हा सुरू करण्याचे ठरविले. सावित्रीबाईंनी आणि ज्योतिबा यांनी शिक्षणाचे बीज पेरण्यास लागणारी समाजाची मने भूमी नांगरून तयार केली.

१ जानेवारी १८४८ साली भिडे यांच्या वाड्यात ज्योतिबांनी मुलींची शाळा उघडली. ही शाळा संपूर्ण हिंदूस्थानात एनदेशीयांनी उघडलेली पहिली शाळा होय आणि या शाळेचे काम हेडमिस्ट्रेस म्हणून सावित्रीबाई स्वतः पाहू लागल्या. शाळेची घंटा नेमाने वाजू लागली. सुरुवातीला शाळेत चार ते पाच मुली येऊ लागल्या. दिवसेंदिवस मुलींची संख्या वाढू लागली. त्यांच्यापुढे प्रश्न होता की, अज्ञानाचे हवन कसे करावे? आणि तो प्रश्न त्यांनी सोडविला. त्यांच्या जीवनाचे सिंहावलोकन करतांना म्हणावेसे वाटते की, सावित्रीबाई म्हणजे भारतातील पहिली सामाजिक क्रांतीकारक. त्यांचे संपूर्ण जीवन पराकोटीचा त्याग व प्रयत्नवाद यावर आधारित दिसून येते. त्यांनी अनेक संघटना स्थापन केल्या. ज्योतिबांच्या चळवळी नावारूपास आणल्या. त्यांची शैक्षणिक क्रांती असो की सामाजिक क्रांती असो त्यात भाग घेऊन मदत करणे हेच

त्यांचे ध्येय बनले होते. जीवनाच्या विविध अंगाबाबत त्यांनी महारमांग, शुद्र वगैरे लोकांसाठी जे कार्य केले ते बहुजन समाजास आज उपयुक्त ठरले आहे. असे इतिहास सांगतो.

१८७५-१८७६ सालच्या काळात दुष्काळात सावित्रीबाईंनी रोज किती धान्य जमविले. किती भाकरी जमा केल्या, कशाप्रकारे वाटल्या, किती अन्नदाने उघडली याची खरी माहिती कित्येक सत्यशोधकानी आपल्या पुस्तकांतून लिहून ठेवली आहे. सावित्रीबाईंनी जे श्रम घेतले, जे धैर्य दाखविले व जी माणुसकी दाखवली ती अमाप आहे, तिला इतिहासात तोड नाही. तिचे मोल त्या काळातील लोकांना करता आले नाही. आजही कोणाला करता येईल असे वाटत नाही. त्यांना समाजक्रांतीच्या इतिहासात 'क्रांतीदेवता' म्हणून अग्रस्थान द्यावे लागेल. त्यांच्या अंगी सेवा, त्याग, धैर्य आणि चिकाटी या आदर्श गुणांचा संगम होता. सावित्रीबाई ह्या बहुजन समाजातील आद्य महिला कार्यकर्त्या, कवीयत्री व लेखिका आणि पहिली शिक्षिका होत. तसेच जातीभेद, उच्चनिचता यावर कडाडून हल्ला करणारी व स्वातंत्र्य, समता, बंधूता यांचा फैलाव करणारी, जनतेच्या दुःखाना व संकटांना वाचा फोडणारी पहिली पुढारी सावित्रीबाई होत्या.

हल्ली जो तो आपल्या जातीकडेच पाहतो. परंतू त्यांनी वरिष्ठ समाजाच्या पांढरपेशा मुलींना त्याचप्रमाणे चांभाराच्या, महारमांगाच्या मुलामुलींना शिकविणाऱ्या ज्योतिबांची पाठराखण केली. पती व पत्नी एकमनाची असल्यावर त्यांच्याकडून अवघा संसार खरचं धन्य होतो. हे ह्यावरून समजते.

सावित्रीबाई यांनी महात्मा फुले यांच्याबरोबर समाजसुधारणेस अनुकूल असे वर्तन केले. याबद्दल स्वतः फुले यांनी धन्यता मानली व कृतज्ञतादेखील व्यक्त केली. अशी थोर माऊली प्लेगच्या साथीत कालवश झाली. त्यातच ३० मार्च १८९७ रोजी त्यांची प्राणज्योत मालवली.



श्री चक्रधर स्वामी आणि राष्ट्रीय एकात्मता

- कु.हर्षाली राऊत

बी.ए.भाग - ३

“थोर महात्मे होऊनी गेले, चरित्र त्यांचे पहा जरा
त्यांच्यासारखे आपण व्हावे, हाच सापडे बोध खरा ॥”

ही मोरोपंतांची उक्ती ऐकल्यावर थोर महात्म्यांचे आपल्या जीवनात किती महत्व आहे. हे लक्षात येईल. आपल्या देशातील सर्वच थोर संत महात्म्यांनी लोककल्याणासाठी जे प्रयत्न केले, लोकोपयोगी जे कार्य केले. त्याचा वारंवार आढावा घेणे राष्ट्रीय एकात्मतेच्या दृष्टीने महत्वाचे ठरते. थोर महात्म्यांचे जीवनचरित्र त्यांची वाणी, त्यांची कृती, त्यांचे आचार विचार हे केवळ त्या काळापुरतेच मर्यादित राहत नाही, तर ते सार्वकालिक व सार्वजनिक असतात. असे महात्म्ये ज्या काळात झाले, त्यांच्या काळासाठी सुध्दा हे मार्गदर्शक ठरतात. असेच मार्गदर्शक, समाजसुधारक, राष्ट्रीय एकात्मतेचे पुरस्कर्ते श्री चक्रधर स्वामी होय.

श्री चक्रधरांच्या जीवनाचे, त्यांच्या कार्याचे आणि त्यांनी केलेल्या उपदेशाचे राष्ट्रीय एकात्मतेच्या दृष्टीने अतिशय महत्व आहे. श्री चक्रधर स्वामींनी लोकोद्धारासाठी जनसामान्यांच्या बोलीचा - मराठीचा अवलंब केला. ते उत्कृष्ट मराठी बोलायचे, लोकांना समजेल अशा भाषेतच धर्माविषयी ज्ञानदान करायचे. म्हणूनच सामान्य जन असो वा म्हाइंभटासारखे षडशास्त्री विद्वान सुध्दा त्यांच्याकडे आकृष्ट झाले.

श्री चक्रधर स्वामींनी आपल्या अनुयायांना 'महाराष्ट्री असावे' असे सांगितले. येथे 'महाराष्ट्र' हा शब्द केवळ विशिष्ट भू-भागापुरता मर्यादित नसून संपूर्ण देश महाराष्ट्र असावा या जाणिवेचा आहे. म्हणूनच संपूर्ण भारत देश जर एकात्म किंवा एकसंघ राहिला तर तो 'महाराष्ट्र' बनू शकतो याची ग्वाहीच श्री

चक्रधरांनी बाराव्या शतकामध्ये दिली आहे. 'धर्मसिध्दी जाए तो महाराष्ट्र' असे पुढे सांगून आपले कर्म, ज्ञान, भक्ती यांच्या सिध्दी आणि धर्मासाठी महाराष्ट्र हीच भूमी योग्य असल्याने येथे अनेक धर्म, पंथ, संप्रदाय रूजू शकेल. चक्रधर म्हणतात, "ऐसा कवण मायेचा पोटी उपजेल जो देशावरि खांडे काढौनी जाए:" म्हणजेच भारत मातेचे सौभाग्य रक्षणाचे कार्य तिच्या पुत्रांचेच आहे. यातून चक्रधरांचे देशप्रेम व राष्ट्रभक्ती दिसून येते.

स्वातंत्र्य हाच मोक्ष आहे हे सांगतांना श्री चक्रधर एका वचनात म्हणतात, "स्वातंत्र्य हा मोक्ष : पारतंत्र्य बंध" म्हणजेच मोक्षमुक्तीची खरी जाणीव स्वातंत्र्यामध्येच अनुभवास मिळते. यासाठी श्री चक्रधर स्वामी जीवनमूल्यांचा आवर्जून आग्रह धरतात. मानवी जीवनात असो किंवा राष्ट्रीय जीवनात असो स्वातंत्र्याचे मोल श्रेष्ठ आहे. आपल्याला स्वातंत्र्य मिळणे म्हणजेच मोक्ष मिळण्यासारखे आहे. स्वातंत्र्य कसेही मग ते धार्मिक असो, सामाजिक असो, सांस्कृतिक असो वा राष्ट्रीय जीवनातले असो ते प्रत्येकालाच मिळाले पाहिजे. असाच श्री चक्रधरांचा कटाक्ष होता.

चक्रधरांच्या काळामध्ये महाराष्ट्रात देवगिरी येथे यादवांचे राज्य होते. स्वातंत्र्य असूनही लोक कर्मकांड, मूर्तिपूजा देवदेवता यात अडकले होते. अशा देवदेवतांच्या कर्मकांडात्मक धर्माच्या जंजाळात अडकून पडलेल्या समाजाला मोक्ष किंवा स्वातंत्र्याची दिशा चक्रधरांनी दाखविली. "अवघा जणू ठकला असे : परि मी ठकला असे कव्हणी ना म्हणे :” अशी समाजाची अवस्था होती. या अवस्थेतून बाहेर पडण्याचे ज्ञान चक्रधरांनी सांगितले. धार्मिक, सामाजिक जीवनाबरोबर राष्ट्रीय जीवनासाठी श्री चक्रध



रांचे प्रस्तुत वचन सहज लागू पडते. हेच चक्रधरांच्या वचनाचे अनन्यसाधारण महत्व होय.

श्री चक्रधरस्वामीचे अवतारपूर्व जीवन हे एका ऐश्वर्यशाली प्रधानपुत्राचे होते. गुजरात प्रांतातील भडोच मधील विशालदेव प्रधानाचा हरपाळेदेव हा मुलगा होता. त्या राजविलासी ऐश्वर्यभोगाचा त्याग करून त्यांनी संन्यस्त वृत्ती स्वीकारली होती. रिध्दपूर येथे श्री गोविंदप्रभूपासून परावर शक्तीचा स्वीकार केल्यानंतर सालबडीच्या जंगलात बारा वर्षे पर्वती साधना केली व त्यानंतर बारा वर्षे भारतभर एकाकी पायी सतत परिभ्रमण केले. या भ्रमंतीमध्ये ते लोणार येथे गेले असता राजा कन्हर्देव अमाप संपत्ती घेऊन त्यांच्या दर्शनास आला व त्यांच्यापुढे नतमस्तक झाला. चक्रधरांनी त्या संपत्तीकडे पाहिले व लगेच भूमीवर पसरलेल्या मातीकडे एकदा पाहिले व पुढे चालू लागले. सोने आणि माती समान मानण्याची ही निःस्पृह वृत्ती त्यांच्या जीवनामध्ये पाहावयास मिळते. सोने आणि माती समान मानण्याच्या या वृत्तीप्रमाणेच लोकोधाराचे — जीवोधाराचे कार्य अंगिकारलेल्या श्री चक्रधरांनी राजा आणि रंक हे दोन्हीही समान मानण्याची वैश्विक समतेची जाणीव येथे स्पष्टपणे दिसून येते.

सामाजिक जाणीव जोपासण्याचे कार्य बाराव्या शतकापासूनच महानुभाव पंथाने केले. तत्कालीन परिस्थितीत उच्च—निच, श्रेष्ठ—कनिष्ठ, स्पृश्य—अस्पृश्य असे भेदभाव सामाजिक व धार्मिक जीवनात ठाण मांडून बसलेले होते. श्री चक्रधरस्वामींनी या भेदभावांना नष्ट करण्याचे कार्य केले. जेव्हा—जेव्हा स्वकर्तव्यांचे विस्मरण होते, उक्ती व कृतीमध्ये फारकत निर्माण होते, सत्य आणि असत्य कळेनासे होते, समाज आणि राष्ट्राची संभ्रमित अवस्था होते तेव्हा—तेव्हा श्री चक्रधरांसारख्या थोर महात्म्यांचा जन्म होतो. अवरूध्द झालेले समाजाचे व राष्ट्राचे चक्र पुन्हा ते प्रवर्तित करतात व त्यांना गती

देतात. म्हणूनच राष्ट्रीय एकात्मतेच्या संदर्भात श्री चक्रधरस्वामी यांच्या जीवनकार्याचे व आचार विचारांचे परिशिलन करणे सतत महत्वाचे ठरते व आवश्यक ठरते.

श्री चक्रधरस्वामीचे चिंतन व कार्य तत्कालीन परिस्थितीला अनुसरून होते. त्यांना कोणतीच देवदेवता मान्य नव्हती. मूर्तीपूजेला त्यांनी विरोध केला होता. धार्मिक व्रतवैकल्य व जन्मापासून ते मृत्यूपर्यंतच्या धार्मिक विधींना त्यांनी तीव्र विरोध केला होता. तीर्थक्षेत्री व्रतदान वर्ज्य समजावे असा समाजहितोपदेश दिला. देशधर्म, जातिधर्म, ग्रामधर्म, कुलधर्म इत्यादी धर्मसंकल्पनांना त्यांनी त्याज्य मानले.

श्री चक्रधरांनी समाजाला माणुसकीचा धर्म शिकविला. माणूस ही जात, माणुसकी हा धर्म व माणुसकीचे पालन ही कृती, हा विचार चक्रधरांच्या तत्वज्ञानाचा पाया आहे, असे मानवतावादी तत्वज्ञान श्री चक्रधरस्वामींनी आपल्या जीवनात कृतिप्रवण केले. माणसा—माणसातील भेद आणि अस्पृश्यता त्यांना अजिबात मान्य नव्हती. अस्पृश्य, शूद्र आणि स्त्रिया यांच्या उध्वाराचा त्यांनी महामंत्र दिला. ब्राम्हण व ब्राम्हणेत्तर यांना एकसूत्रात बांधण्याचा प्रयत्न केला. असे हे परिवर्तनशील तत्वज्ञान चक्रधरांचे होते.

श्री चक्रधरांचा जन्म गुजरातमध्ये झाला, तरी त्यांची कर्मभूमी महाराष्ट्र होती. यावरून त्यांना कोणत्याही एका प्रांताचे वा प्रदेशाचे म्हणून सीमित करता येणार नाही. अशा या अलौकिक विभूतीमत्वासारख्या महान विभूती या सगळ्यांच्याच असतात. संपूर्ण राष्ट्राच्या असतात नव्हे त्या वैश्विक स्वरूपाच्या असतात. म्हणूनच तर चक्रधरांच्या तत्वज्ञानाने प्रेरीत झालेल्या महानुभाव संप्रदाय जयकृष्णी पंथ, महात्मा पंथ, अच्युत्य पंथ, भटमार्ग, परमार्ग इत्यादी नावाने संपूर्ण देशात विस्तारला आहे. महाराष्ट्र, आंध्रप्रदेश, पंजाब, काश्मिर, बंगाल इत्यादी प्रदेशापासून ते काबूल कंदहारपर्यंत या पंथाचा विस्तार झालेला आहे.



प्रत्येकांनी परस्परांवर प्रेम केले पाहिजे. असाही विचार श्री चक्रधरांनी मांडला, त्यामुळे सामाजिक, राष्ट्रीय जीवनातील अनेक ताण-तणाव कमी होईल. वैर-मतभेद मिटू शकतील. त्यातूनच राष्ट्रीय, एकात्मता साधू शकेल त्यामुळे भाषा, प्रांत, जाती आणि धर्म यांच्या अहंतेपोटी निर्माण झालेले वरवरचे भेद नष्ट होऊ शकतील. यातून समाज निकोप होईल. सगळ्यात बंधुभाव नांदू शकेल. यासाठीच श्री चक्रधरांनी “महात्मेनि प्रियवक्त्रेया हो आवे : महात्मेनि सत्यार्जवा हो आवे:” असे आवर्जून स्पष्ट केले आहे. संघर्ष आणि प्रेम यांच्या संदर्भातील एक समर्पक दृष्टांत ते कथन करतांना चक्रधर म्हणतात, “एकी कोठाराचे बैल भांडति: जुंझती परि कुसीसि कुसी लाउनि बैसति:” या दृष्टांतावरून चक्रधरांनी सांगितलेल्या राष्ट्रीय एकात्मतेच्या बाबतीत निश्चितच बोध होईल.

श्री चक्रधरस्वामी हे श्रीकृष्णाचे अवतार होते. कारण पंचकृष्णातील ते पाचवे अवतार होते. भगवान श्रीकृष्णांनी द्वापरयुगात ‘श्रीमद् भगवद्गीते’ द्वारा प्रेषित केलेले मानवी जीवनासंबंधीचे तत्वज्ञान श्री चक्रधरांनी कालमानानुसार आत्मसात करून घेतले व इतरास सांगितले. तेच ज्ञान, तेच विचार जर आपण आज आत्मसात केले तर राष्ट्रीय एकात्मतेला ते परिपोषक ठरणार आहे. असा सर्वव्यापक दृष्टिकोन श्री चक्रधरांचा होता.

श्री चक्रधरस्वामी अहिंसा तत्वाचे महान पुरस्कर्ते होते. अशा थोर विभूतिमत्वाचा अहिंसा हा धर्मच असतो. आपल्या वृत्तीने, वाणीने अथवा मनाने कोणालाही ते कधीही दुखवित नसत आणि यासाठीच, त्रिविध तापांनी अंतःकरण दग्ध झालेले जीव त्यांच्याकडे येत. कोणाचेही मन अकारण दुखवले जाऊ नये याची काळजी सुद्धा त्यांनी सतत वाहिली. अहिंसेचा पाठपुरावा करतांना हिंसा हे पाप आहे आणि या पापासाठी नरकाशिवाय दुसरी गती नाही, असेही ते म्हणतात.

समाजातील दुःखी पिडितांचे दुःख दूर करण्याचा श्री चक्रधरस्वामींनी विडा उचलला होता. ते कार्य त्यांनी प्रत्यक्ष कृतितून केले. आपल्या अमृतमय वाणीतून त्यांनी समाजाला जीवनोद्धाराची शिकवण दिली. तिही लोकभाषा किंवा मायमराठीतून दिली. समाजातील लोकांचे जीवनातील भय, अज्ञान दूर केले. जन्माने माणूस समान आहे. ज्ञान व कृतीने माणूस मोठा होतो. ज्ञानाचा अधिकार सर्वांना समान आहे, असे चक्रधरांनी बाराव्या शतकात सांगितले त्यांच्या या आध्यात्मिक क्रांतीला सामाजिक समता व सामाजिक उध्दरणाचा आशय आहे.

श्री चक्रधरस्वामी म्हणतात, परधर्मियांची निंदा करू नये, हिंसा करू नये, कुणाचे अंतःकरण दुखवू नये, तुम्ही मुंगीसारख्या जीवांना व्यथा पोहचवू नये, दुसऱ्यांच्या धर्माप्रती वैर करू नये. सत्य, अहिंसा, प्रेम, समता, भूतदया, परधर्म, सहिष्णूता इत्यादी सद्गुणांचा पुरस्कार करून सामाजिक समतेचा व मानवतेचा संदेश देणाऱ्या श्री चक्रधरस्वामींचे हे विचार म्हणजे राष्ट्रीय एकात्मतेला पोषकच आहे. अशा या थोर विभूतीला कोटी कोटी दंडवत प्रणाम.!

जीवन

-कु.दिपाली सावरकर
बी.ए.भाग-१

जीवन हे आहे, एक रम्य पहाट
संकटांनी गजबजलेली, एक वाढळवाट
सोनेरी क्षणाची, एक आठवण
सुख दुःखाचे, एक गोड कालवण
प्रेमाच्या पाझराची एक, वाहते सरिता
नात्याच्या शब्दांनी गुंफलेली एक कविता
जाणिवेच्या पलीकडच्या एक जागतिक गाव
यालाच आहे जीवन ऐसे नाव



वर्षावासाचे महत्व

- सचिन आर. पाटील
बी.कॉम.भाग - २

बौद्ध धम्मामध्ये आषाढ पौर्णिमेलाविविध कारणाने महत्व आहे. ही पौर्णिमा जुलै महिन्यामध्ये येत असते. याच पौर्णिमेच्या दिवशी सिद्धार्थ गौतमाने लोककल्याणासाठी गृहत्याग केला. आणि पुढे सतत काही वर्ष ज्ञान साधना केली. त्यानंतर सिद्धार्थ गौतमाला संबोधी प्राप्त झाल्यावर सारनाथ येथे पंचवर्गिय भिक्खुंना उपदेश करून पहिले धम्मचक्र प्रवर्तन केले. आणि याच आषाढ पौर्णिमेपासून वर्षावासाला प्रारंभ झाला. हा काळ वर्षाऋतुचा असल्यामुळे पाऊस पडत असतो. म्हणून भगवान बुद्धाने स्वतःसाठी आणि भिक्खुसंघसाठी पावसाळ्यात गावोगावी चारिका (प्रवास) करता येणार नाही. चिंभर ओले होऊन आरोग्य बिघडेल वबऱ्याच अडचणी पावसाळी वातावरणात निर्माण होतात. म्हणून पावसाळ्यामध्ये एका ठिकाणीच थांबून वर्षावास करावा असा आदेश दिला आणि आषाढ पौर्णिमेपासून तर आश्विन पौर्णिमेपर्यंतच्या काळात वर्षावास सुरु केला. भगवान बुद्ध जास्तीत जास्त काळ वर्षावासासाठी श्रावस्ती येथे होते. अनाथपिंड काने श्रावस्ती येथे जेव बांधलेला भव्य विहार भगवान बुद्दाला दान केला.त्याने भगवान बुद्धाचा शिष्य बनून मोठी धम्मसेवा केली.

आश्विन पौर्णिमेला भिक्खु वर्षावास समाप्त करतात यातील महिन्याच्या वर्षावास काळात बौद्ध उपासक उपासिका मात्र महान धम्मकार्य तसेच धम्मसेवा करण्याची संधी लाभत असते. या काळात मोठे धार्मिक वातावरण

निर्माण होते असते. म्हणून या वर्षावासाला फार महत्व आहे.

बौद्ध धम्मामध्ये कर्मकांडाला महत्व नाही. भगवान बुद्धाची सारीपुत्र आणि मौद्गल्यायन यांना येही भिक्खुवे एवढच वाक्य उच्चारून धम्मदिक्षा दिली. बौद्ध धम्माची उभारणी निव्वळ बाह्य सोपस्कार, व्यापक पुजापद्धती यावर आधारलेली नसून मनाच्या शुद्धतेवर आणि बुद्धीच्या कसोटीवर आधारलेली आहे. माझा धम्म हा मार्गदाता कल्याणकारी आहे. परावलंबी नाही, स्वावलंबी आहे. मनाला पवित्र करणए, आचरण योग्य असणे अत दीप भव हा संदेश भगवान बुद्धांनी दिला.

धार्मिक क्षेत्रातील सम्राट अशोकाच्या कार्याप्रमाणेच परमपुज्य बोधीसत्व डॉ.बाबासाहेब आंबेडकर यांचे कार्य महान आहे जो बौद्ध धम्म भर देशातून नाहीसा झालेला होता त्या बौद्ध धम्माचे पुनरुज्जीवन करून महान असे धम्मचक्र प्रवर्तन केले. म्हणूनच डॉ.बाबासाहेब आंबेडकरांचे विधिमध्ये पुजन होते. महमानवांच्या गुणाची आपण पुजा करतो कारण त्यांच्या आदर्श आपल्या समोर असतो. त्यांची शिकवण अनुसरण्यासाठी पूजा करतो. ही व्यक्तीपूजा नसून आदर्शाची पूजा होय. धम्म हा आचरणात आणण्यासाठी आहे. माणसाने, माणसाशी माणुसकीने वागणे हा धम्म आहे. याची जाणीव ठेवणे यातच खरे जगाचे कल्याण आहे.



सृजनशिल राजा - महाराजा भोज

- राहुल एम. भादे
बी.कॉम.भाग - ३

भोयर-पवार समाजाला अतिशय गौरवशाली अशी ऐतिहासिक व सांस्कृतिक पार्श्वभूमी लाभली आहे. आज भोयर, पवार, पोवार, परमार अश्या विविध नावांनी ओळखली जाणारी जात म्हणजे मध्यकालीन भारतातील एक प्रमुख राजवंश होय. परमार म्हणून सर्वदूर परिचीत असलेला हा राजवंश सुर्यवंशी राजपुतांमध्ये मोडतो. इ.स. नवव्या शतकापासून ते इ.स. चौदाव्या शतकापर्यंत या राजवंशातील राज्यांनी मध्यप्रदेशातील धार (धारानगरी) येथून राज्यप्रशासन चालविले. या राजवंशातील प्रारंभीचे शासक राष्ट्रकुटांचे सामंत होते. राष्ट्रकुटांच्या पतनानंतर सिंपाक दुसरा या राजाच्या नेतृत्वात परमार (पवार) राजवंश स्वतंत्र झाला. तर वाकपतीमूज या राजाच्या काळात धारच्या पवारांच्या उत्कर्षाला चालना मिळाली. त्याच्याकाळातच दक्षिण व उत्तर भारतात पवारांच्या राजसत्तेचा सर्वदूर विस्तार झाला. त्यांच्या पुतण्या महाराजा भोज हा पवार जातीला भुषणावह ठरावा असा राजा होऊन गेला. राज्यशासन, युद्ध, विद्या, कला आणि स्थापत्य अश्या विविध क्षेत्रात निपुणता मिळविणारा पवार राजा म्हणून महाराज भोज आपणा सर्वांना प्रेरणादायी आहे.

महाराजा भोज यांनी इ.स. १०१० ते १०५५ अशी ४५ वर्षे राजधानी धार वरून राज्य केले. ते माता सरस्वतीचे वरदपुत्र (वरदान लाभलेले) होते. त्यांची तपस्या आणि साधना यामुळे सरस्वती माता महाराजा भोज यांचेवर प्रसन्न होती. त्यामुळेच भोज राजाने धार येथे 'भोजशाळा' नावाचे सरस्वतीचे भव्य मंदीर उभारले. त्याचबरोबर धार,

मांडव आणि उज्जैन येथे 'सरस्वतीकंठभरण' नावाच्या मंदीरवजा इमारती बांधल्या. महाराजा भोज यांनी चौसष्ठ प्रकारच्या सिद्ध्या प्राप्त केलेल्या होत्या. याशिवाय महत्वपूर्ण बाब म्हणजे त्या काळातील सर्व विषयामध्ये ८४ ग्रंथ लिहीण्याचे श्रेयही महाराजा भोज यांनाच जाते. त्यात धर्म, ज्योतीष, आयुर्वेद, व्याकरण, वास्तुशिल्प, विज्ञान, कला, नाट्यशास्त्र, संगीत, योगशास्त्र, दर्शन, राजनितीशास्त्र, इत्यादी प्रमुख आहेत. समरांगणसुत्रधार, सरस्वतीकंठभरण, सिद्धान्तसंग्रह, राजकार्तड, योग्यसूत्रवृत्ति, विद्याविनोद, युक्ति कल्पतरू, चारू चर्चा, आदित्य प्रताप सिद्धान्त, आयुर्वेद सर्वस्व श्रृंगार प्रकाश, प्राकृत व्याकरण, कूर्मशतक, श्रृंगार मंजरी, भोजचम्पू, कृत्यकल्पतरू, तत्वप्रकाश, शब्दानुशासन, राजमृडाड इत्यादी ग्रंथांची निर्माती महाराजा भोज यांनी केली. 'भोजप्रबंधनम' ही महाराजा भोज यांची आत्मकथा आहे.

हनुमानजीने रचलेल्या रामकथेच्या शिलालेखाला समृद्रातून आणून धार येथे त्याची पुर्नस्थापना महाराजा भोज यांनी केली. त्याला हनुमान्नाटक म्हणून प्रसिद्धी प्राप्त झाली. भोजराजानी चंपूरामायण या गद्य काव्याची निर्मातीही केली. ती जगप्रसिद्ध झाली. चंपूरामायण महर्षी वाल्मीकीने रचलेल्या रामायणानंतर सर्वात तथ्यावर आधारीत महाग्रंथ मानला जातो. महाराजा भोज वास्तुशास्त्राचे जनक सुद्धा मानले जातात. त्यांचा समरांगसुत्रधार हा ग्रंथ वास्तुशास्त्रामध्ये सर्वात प्रथम ग्रंथ मानला जातो.

महाराजा भोज अत्यंत ज्ञानी, भाषाविद्वान, कवी



आणि कलापारखी होते. त्यांच्याकाळात कवींना राजाश्रय मिळत असे. 'सरस्वतीकंठाभरण' त्यांची प्रसिद्ध काव्यनिर्मिती असून त्यांनी अनेक संस्कृत ग्रंथ, नाटके, काव्य आणि लोककथांची निर्मिती केली. महाराजा भोज यांच्या काळात धार कला आणि ज्ञान या बाबतीत संपूर्ण जगात प्रसिद्ध होते. त्यामुळेच महाराजा भोजांना मालवमंडन, मालवाधीश, मालवचक्रवर्ती, सार्वभौम, अवंतीनायक, धारेश्वर, त्रिभुवननारायण, रणरंगमल्ल, लोकनारायण, विदर्भराज, अहीरराज किंवा अहिंद्र, अभिनवार्जुन कृष्ण, इत्यादी विविध बिरूदावल्यांनी विभूषित केले जातात.

महाराजा भोज यांच्या राजसभेत ५०० विद्वान होते. त्यांनी सर्वप्रथम विमान आणि जहाज तयार करण्याची विधी सविस्तर सांगितली. महाराजा भोज यांनी धार येथील तलावांमध्ये यंत्राद्वारा चालत असलेल्या पुतळ्यांची निर्मिती केली. ते पुतळे तलावांमध्ये नृत्य करित असे. त्यांचाच काळात स्थापत्य कलेत क्रांती घडून आली. अनेक इमारती, मंदिरे, तलाव आणि मूर्ती निर्माण झाल्यात. मंदसौर मधील हिंगलाजगड तत्कालीन अप्रतीम इमारतींमधील अद्वितीय नमुना आहे. राजा भोजांनी भोपाळ शहराची पायाभरणी केली. तर तेथून जवळच भोजपूर नावाचे नगरही वसविले. तेथेच बेतवा नदीवर एक बंधारा बांधला तो मानवनिर्मित सर्वात मोठा बंधारा मानला जात होता. आज मध्यप्रदेशात सांस्कृतिक क्षेत्रात गौरवशाली जी बांधकामे उपलब्ध आहेत. त्यातील बहुतांश महाराजा भोज यांची देण आहेत. भोजपूर मंदीर, उज्जैनचे महाकालेश्वर मंदीर, धार येथील भोजशाळा, भोपाळचा तलाव ही सर्व महाराजा भोज यांच्या सृजनशील व्यक्तीमत्वाची वैशिष्ट्ये मानावी लागेल. भोयर-पवारांचे राजकीय दैवत असलेल्या महाराजा भोजांना मानाचा मुजरा करतो!

॥ आमटे बाबा ॥

वंदन तुझ्या स्मृतिस

कु.जयश्री निस्वादे
बी.ए.भाग-३

हे महामानवा

हृदयातील स्वप्न साकार केलेस तू
दिन दुबळ्यांचे सेवेत जिवन अर्पिलेस तू
पुर्व जन्माचे पुण्याईने मानव जन्म लाभला
मानव जन्माचे सार्थक केलेस तू
अत्यंत हाल अपेष्टांत जिवन कंठना
कुष्ट रोग्यांची सेवा केलीस तू
हेमलकसा, सोमनाथ आनंदवनाची भूमी
या भूमीवर स्वर्ग बनविलेस तू
अनेक अपंग, अंध, बाल, तरूणांना उद्योग देवूनी
त्यांच्या मुखांत घास भरवलास तू
विकासाचे व्रत घेवूनी
आनंदवनाचे नंदनवन घडविलेस तू
चंद्र, सुर्य, असे पर्यंत ...
तेवत राहिल दिप तुझा
असा अजरामर झालास तू
आमटे बाबा ...
माझा तुझे चरणांस कोटी कोटी प्रणाम



यशाचा मार्ग

- कु.करिश्मा ए. सेंगर
बी.कॉम.भाग - १

प्रत्येक मनुष्य आपापल्या परीने जीवन जगत असतो आणि असे करित असतांना, जीवनामध्ये यशाचे शिखर कसे गाठता येईल, याचा प्रयत्न करित असतो. आता हे यश प्रत्येकासाठी कदाचित वेगवेगळे असू शकते. मात्र कोणत्याही प्रकारचे यश मिळविण्यासाठी जीवनामध्ये आमुलाग्र परिवर्तनाची गरज असते आणि ते करणे प्रत्येकाला जमेलच असे नाही. यश मिळविणे जर एवढे सोपे असते तर प्रत्येकच व्यक्ती आपल्याला यशस्वी दिसला असता. पण असे होत नाही. म्हणूनच लाखो-करोडोंच्या गर्दीत, यशस्वी लोकंही मोजता येण्याएवढीच असतात.

परंतु यशस्वी होणं हे कठीण जरी असले तरी अशक्य मात्र नाही. योग्य मार्गाने जर त्याचा पाठपुरावा केला तर अपेक्षित यश नक्कीच मिळू शकते. आणि म्हणून यश मिळविण्याचा मार्ग काय आहे, हे जाणून घेणे क्रमप्राप्त ठरते. त्याकरीता प्रामुख्याने पुढील पाच बाबींचा विचार करणे आवश्यक आहे.

१) सकारात्मकता :

सकारात्मकता ही जीवनाकडे पाहण्याची दृष्टी आहे. या दृष्टीशिवाय जीवनात यश मिळणे जवळ जवळ अशक्यच. म्हणून सकारात्मकतेचे महत्व खूप जास्त आहे. आणि ही सकारात्मकता काय आहे हे जाणून घेणे आवश्यक आहे. एका कवीने सुंदर शब्दांमध्ये म्हटले आहे.

किश्टी का रूख बदलो,

किनारे बदल जायेंगे

नजर का जांबिया बदलो,

नजारे बदल जायेंगे

जीवनाप्रती आमची ही जी नजर किंवा दृष्टी आहे ती योग्य आणि चांगली असणे, हीच सकारात्मकता होय. प्रत्येक गोष्टीतून, वस्तूतून, प्रसंगातून चांगुलपणा शोधणे म्हणजेच सकारात्मकता होय. अर्थातच कोणतीही गोष्ट ही चांगली किंवा वाईट नसते. तुमचे विचार तिला चांगली वाईट बनवितात. म्हणून तर म्हटले आहे जैसी दृष्टी वैसी सृष्टी आणि म्हणून आपल्या कामाप्रती सकारात्मकता ठेवणे खूप आवश्यक आहे. सकारात्मक जीवनशैलीच्या व्यक्ती आयुष्यामध्ये यशस्वी होत असतात.

२) परिश्रम :

केल्याने होत आहे रे, आधी केलेचि पाहिजे. असे सतवचन प्रसिद्ध आहे. कोणतीही गोष्ट फक्त विचारात ठेऊन होत नसते तर तिला आचारामध्ये देखील उतरवावे लागते. श्रमाचे महत्व हे पुरातन काळापासून सांगितलेले आहे. महात्मा गांधी, विनोबा भावे आदि महापुरुषांनी देखील श्रमाला जीवनात महत्वाचे स्थान दिले आहे. आणि म्हणून आपल्यालाही कार्यामधे यश पाहिजे असेल तर परिश्रम खूप महत्वाचे आहे. आजच्या आधुनिक काळात भोगवादामुळे श्रमाचे प्रमाण कमी झाले आहे. परंतु कितीही काळ आधुनिक होईल, तरी एक गोष्ट मात्र निश्चित की यश मिळवायचे असेल



तर अथक परिश्रमाशिवाय पर्याय नाही.

३) प्रयत्न :

मित्रांनो, परिश्रम करण्यास आपण बरेचदा तयार असतो. परंतु आपण परिश्रमामध्ये सातत्य ठेवत नसतो. आज केले उदया टाळले, यामुळे अपेक्षित यशप्राप्ती होत नसते. सतत जे श्रम केले जातात त्याला प्रयत्न असे म्हणतात. आणि म्हणून असे म्हटले आहे, यत्न तो देव जाणावा. प्रयत्नांवर आधारित महाराणा प्रताप यांची एक गोष्ट आहे. लढाईमध्ये हार स्विकारल्यानंतर ते आपल्या सहकाऱ्यांसोबत जंगलामध्ये भटकत होते. अनेक प्रयत्न करूनही ते आपले राज्य मिळविण्यात अयशस्वी झाले होते. असेच एकदा ते एका गुहेमध्ये आराम करीत बसले होते. त्यांच्या नजरेसमोर एक कोळी गुहेच्या भिंतीवर वर चढायचा प्रयत्न करीत होता. पण वारंवार खाली पडत होता. महाराणा प्रतापांना त्यांची ती धडप निरर्थक वाटली. पण काही वेळातच तो भिंतीवर चढण्यात यशस्वी झाला. त्या कोळ्याला बघुन महाराणा प्रतापांना स्वतःचीच लाज वाटली. त्यांचे मनोधैर्य उंचावले. नंतर पूढील काळात त्यांनी आपल्या सहकाऱ्यांना जमवून मोठा सशक्त लढा उभारला. मित्रांनो, आपल्या यशाच्या मार्गात अनेक अडथळे येण हे निश्चित आहे. पण त्या अडथळ्यांमुळे आपले मनोधैर्य कमी न होऊ देतो सतत प्रयत्नशील राहणे आवश्यक आहे.

४) संयम :

आताच्या काळामध्ये प्रत्येकाला यश तर हवं असतं, पण ते अगदी झटपट, परंतु खरे पाहिले तर यश कधीच एकदम मिळत नाही. त्याची वाट पाहावी लागते. आपले प्रयत्न सुरू असतांना बरेचदा मनोधैर्य

खचत असते. पण त्याच वेळेस संयम खूप महत्वाचा असतो. आणि असा संयम जो बाळगतो. तोच एकदिवस यशाच्या शिखरावर विराजमान होतो. एडीसन ने विजेच्या दिव्याचा शोध लावला हे आपल्या सगळ्यांना माहिती आहे. परंतु हा शोध लागण्यापूर्वी एडीसनचे प्रयोग तब्बल तीन हजार वेळा अयशस्वी झाले. पण इतक्या वेळा अयशस्वी होऊनही एडीसनने संयम सोडला नाही आणि तो सतत प्रयत्न करीत राहिला. म्हणून यशाच्या मार्गामध्ये संयम हा देखील खूप महत्वाचा ठरतो.

५) विनम्रता :

बऱ्याचदा थोड यश मिळाल की, माणसे गर्वामध्ये अगदी वाहून जातात. थोड्या यशाने हुरळून जाणारे लोक पुढील अपेक्षित यश प्राप्त करू शकत नाही. खऱ्या अर्थाने जे लोक आयुष्यात यशस्वी झाले, ते अतिशय विनम्र स्वभावाचे होते असे दिसून येते. उदाहरणच दयायचे झाल्यास, अमिताभ बच्चन, लता मंगेशकर, सचिन तेंडूलकर, मा.नरेंद्रजी मोदी ही सगळी मंडळी आपापल्या क्षेत्रात उच्च शिखरावर पोहोचू शकली, ती त्यांच्या मध्ये असलेल्या विनयशिलतेमुळेच. विनम्रता माणसाला आणखी आणखी शिकत जाण्याची प्रेरणा देते आणि त्यामुळेच मनुष्य प्रगती करू शकतो. म्हणून बाकी सर्व गुणांसोबतच विनम्रता माणसाच्या अंगी असणे आवश्यक आहे.

याशिवाय देखील अनेक गुण अंगिकारणे आवश्यक करत असते. मात्र वरील पाच बाबी या यशाच्या मार्गाला प्रशस्त करीत असतात.



बाप

- कु.कविता ढेंगरे
बी.ए.भाग - ३

वडील, बाबा, पप्पा, डॅडी बोलायला किती छान वाटतं नाही? अशा या व्यक्तीला आपण जाणून समजून बाप म्हणू या आणि अशाच बापाची कहाणी पाहू या!

स्वामी तिन्ही जगाचा आई विना भिकारी असे म्हटले आहे. आईचे कुटूंबात अनन्य साधारण महत्व आहेच पण बापालाही दुर्लक्षित करून चालणार नाही. येथे आपण आई व वडीलांतील स्पर्धा मांडणार नसून प्रत्येकाचे महत्व विशद करण्याचा प्रयत्न करणार आहोत.

आई घराचं मांगल्य तर वडील घराच अस्तित्व असतं पण या अस्तित्वाला आपण खऱ्या अर्थाने समजवून घेतल कां? वडीलांना घरात महत्व असलं तरी त्यांच्याविषयी फारसं बोललं जात नाही. लोकांनी बापाच व्यक्तीमत्व रेखाटल खरं पण ते तापट, व्यसनी, मारझोड करणारं. समाजात एक-दोन टक्के असे वडील असतीलही पण चांगल्या वडीलांबद्दल काय?

आईकडे अश्रुंचे पाट असतात ती रडून मोकळी होते. पण तिचे सांत्वन करणारे वडीलच असतात. रडणाऱ्यापेक्षा सांत्वन करणाऱ्यावरच जास्त ताण पडत असतो. समईची ज्योत प्रकाश देते असे दिसत असले तरी ज्योतीपेक्षा समई जास्त तापत असते. पण श्रेय मात्र नेहमी ज्योतीलाच मिळत असते.

रोजच्या जेवणाची सोय करणारी आई आमच्या लक्षात राहते. पण आयुष्याच्या भाकरीची सोय करणारा बाप आपण किती सहज विसरून जातो. सुख-दुःखात आई सर्वासमोर अश्रु गाळून रडू शकते पण रात्री एकट्यात उशित

तोंड खुपसून फुसफुसणारा बाप कोणाच्या नजरेत येत नाही.

स्वतःचे वडील वारले तरीही त्यांना रडता येत नाही. कारण लहान भावडांना धिर द्यावा लागतो. पत्नीने अर्ध्यावर साथ सोडली तरी मुलांच्या अश्रुंना आवर घालावा लागतो. जिजाऊंनी शिवाजींना घडवलं हे लक्षात घेतांना शहाजीराजांची ओढताण लक्षात घ्यावी. यशोदेने श्रीकृष्णाची उत्तम देखभाल केली हे ध्यानात घेतांना भर पावसात व महापुरात वासुदेवानी पोराला डोक्यावरून सुरक्षित नेल याकडेही दुर्लक्ष करून चालणार नाही. राम कौशल्याचा आदर्श पुत्र होता खरे पण पुत्र विरहाने तडफडून मरणारा बाप दशरथ होता हेही लक्षात ठेवणे आवश्यक आहे.

वडीलांच्या टाचा झिजलेल्या चपला, त्यांची फाटकी बनियाण पाहली की कळतं आमच्या नशिबाची भोकं त्यांच्या बनियानला पडली आहेत. दाढी वाढलेला त्यांचा चेहरा काटकसर दाखविते. मुलाला लुंगी घेतील, मुलीसाठी गाऊन घेतील पण स्वतः मात्र जुनीच पॅन्ट वापरतील. मुलगा सलुनमध्ये ५० रू. खर्च करतो, मुलगी पार्लरमध्ये १०० रू. खर्च करतील पण बाप दाढीचा साबण किंवा पेस्ट संपला तरी आंघोळीच्या साबणाने दाढी खरवडतो एवढेच नव्हे तर कधीकधी फक्त पाणी लावून दाढी करतो. ते आजारी पडले तर दवाखान्यात सहजासहजी जात नाही. ते आजाराला घाबरत नाही. त्यांना भिती असते की डॉक्टर एखादा महिना घरी आराम करायला लावेल. कारण मुलीचं लग्न, पोरानं शिक्षण बाकी असतं. घरात उत्पन्नाच दुसरं साधन नसतं. तरी मुलामुलीला मेडिकल, इंजिनिरला प्रवेश देण्यासाठी हा बाप झटतो. ओढताण



करून दर महिण्याला पैसे पाठविली जातात. सर्वच मुलं नसतील अशे पण महिण्याचे पैसे मिळताच त्याच पैशातून मित्रांना पबमध्ये पाट्या देणारेही मुले कमी नाहीत.

ज्या घरात बाप आहे त्या घराकडे वाईट नजरेनी पाहण्याची सहसा कोणाची हिंमत होत नाही. आईचे असणे व आई होणे केवळ वडीलांमुळेच शक्य असते. कोणत्याही परीक्षेचा निकाल लागला की आई जवळची वाटते कारण ती जवळ घेते, कवटाळते, कौतुक करते पण गुपचुप जावून पेढ्याचा पुडा आणणारा बाप कोणाच्या लक्षात राहत नाही. टेच लागली तर आई गं शब्द बाहेर पडत असला तरी, एखाद्या ट्रकच्या करकचून दाबलेल्या ब्रेकच्या आवाजानंतर बापरे हाच शब्द निघतो. कारण छोटी संकटे आई दूर करू शकते. पण मोठमोठी वादळ पेलतांना बापाची आठवण आल्याशिवाय राहत नाही.

मुलाच्या नोकरीसाठी साहेबांपुढे लाचार होणारा बाप, मुलीच्या स्थळासाठी उंबरठे झिजविणारा बाप, कुटूंबाच्या सुखासाठी आपल्या व्यथा, भावना दडपणारा बाप खरचं किती ग्रेट असतो. वडीलांच महत्व कळत लहाणपणी पितृत्व हरविलेल्यांना आणि दूर सासरी किंवा घराबाहेर राहणाऱ्या मुलीला, वडीलांचा फोनवर बदललेला आवाज ती क्षणात ओळखत असते आणि सतरा प्रश्न विचारायला सुरुवात करते. ती वडीलांना जपते, जानते भोळा बापाची सुद्धा एवढीच अपेक्षा असते की, अपत्याने आपणास समजून व जाणून घ्यावं. याकरीता शास्वत असलेला बाप जीवनात भोगलेले कष्ट, उपसलेले श्रम व सोसलेले घाव क्षणात विसरून जात असतो.

॥ दिनचर्या ॥

कु.हर्षाली नासरे,
बी.ए.भाग-१

सुर्योदया पुर्वी उठून
प्रथम करावे प्रभुचे ज्ञान
नंतर करावे भूमिस नमन
मुखमार्जन करूनी
माता पित्यास करावे वंदन
आंघोळ सध्या करून
घ्यावे देवाचे दर्शन
पुज्या पाठ करूनी
नंतर करावे भोजन
दैनिक कार्य कर्म करावे
पोटा पुरतेच मिळवावे
त्यातले थोडे दान करावे
आचरण शुद्ध ठेवूनी
असेल ते द्यावे
प्रभूने मानव जन्म दिला
शुभ कर्म करण्या
सर्वांना सुख समृद्धी देण्या
अहर्निस धूप दिप लावावे
नित्य प्रभूचे स्मरण करावे
रात्री अल्पसे भोजन करूनी
प्रभुचे गुण गाता गाता
प्रसन्न मुद्रे झोपी जावे
ही दिनचर्या अहर्निरू करावी
सुखाने जीवन जगावे
हाच संदेश सखल जना
हीच माझी सर्वांना प्रार्थना



जागतिक पर्यावरण दिनाचे महत्व

- भुषण चरपे
बी.ए.भाग - २

आपणांस माहित आहे काय?

१) दरवर्षी मानव दोन कोटी हेक्टर क्षेत्रातील वनांची तोड करतो. याच प्रचंड वेगाने ही वृक्षतोड चालू राहिली तर सध्याच्या नैसर्गिक वाढीचे प्रमाण लक्षात घेता जगातील सर्व वनाच्छादित क्षेत्र केवळ १५० वर्षे टिकेल.

२) वनापासून निर्माण होणारी अंदाजे २०,००० उत्पादने आज जगभर उपयोगात आणली जात आहेत. त्यानुसार पृथ्वीतळावरील वनांपासून रोज जवळ जवळ १०० कोटी टन सेंद्रीय पदार्थ तयार होतात. ते तयार करण्यास २ लाख मोठ्या विजकेंद्र आधारीत रासायनिक कारखान्यांना शंभर वर्षांचा कालावधी लागेल.

३) ३० वर्षांपूर्वी जगातील कागदाची मागणी ४ कोटी टन एवढी होती. आजच्या तुलनेत ५० कोटी टन कागदही अपुराच पडतो.

कोणते प्राणी पृथ्वीतलावरून नष्ट झाले? याबाबत शास्त्रज्ञांनी वर्षानुवर्षे अभ्यास करून त्याचा शोध लावला आहे. पृथ्वीवर कोट्यावधी वर्षांपासून जिवांच्या लक्षावधी जाती-प्रजाती अस्तित्वात होत्या त्यापैकी कित्येक जाती अगदी नैसर्गिक कारणांनी नष्ट होऊन गेल्यात. जे प्राणी व वनस्पती बदलत्या पर्यावरणाशी व परिस्थितीशी योग्य प्रकारे जुळवून घेऊ शकत नाहीत. अशा जाती नष्ट होतात. असे दिसून आले आहे.

पृथ्वीला आपले धुरीवर फिरण्यासाठी २४ तासाएवजी २३ तास ५६ मिनीटे व ४ सेकंद लागतात. पृथ्वीला किंवा मानवाला वनांची आवश्यकता कां भासते.

पर्यावरण संरक्षणात वृक्ष फार महत्वाचा घटक आहेत. पावसाचे थेंब जमीनीवर जोरात पडल्याने व वाहून जाणाऱ्या पाण्यामुळे जमीनीची धुप होते. हा परिणाम डोंगर व पर्वतासारख्या तिब्र उताराचे जमीनीवर लवकर होतो. तथापी वृक्षाच्छादीत प्रदेशात पावसाचे थेंब प्रथम झाडांवर पडून त्यांचा वेग कमी होतो. ते पानांवरून वेलीवरून गवतावरून शेवटी जमीनीवर हळुवारपणे पाडण्यास महत्वाचे कार्य करतात. जमीनीवर पडलेले पाणी झाडांच्या मुळांद्वारे सछिद्र झालेल्या जमीनीत मुरते, झाडांच्या गळून पडलेल्या पालापाचोळ्यामुळे वेगाने वाहून जाणाऱ्या पाण्यास अटकाव करतात व जास्तीत जास्त पाणी जमीनीत मुरविण्यास मदत करतात. त्यामुळेच जंगलातून वाहणारे नदी नाल्यांचे पाणी स्वच्छ व बारमाही वाहत असते.

झाडे श्वासोच्छ्वासासाठी हवेतील कार्बनडॉय ऑक्साईड घेतात व प्राणवायु सोडतात. एक चांगले पोसलेले झाड एका वर्षात अंदाजे एक टन प्राणवायु देत असतो. हवेतील कार्बनडॉय ऑक्साईड व रासायनिक वायु झाडे शोषून घेतात. त्यामुळे हवेच्या तापमानाचे व बाष्पाचे नियंत्रण झाडे करतात. मानवाच्या व इतर प्राण्यांच्या गरजा भागविण्यास झाडे महत्वाची भूमिका बजावतात. झाडांपासून अन्न, वस्त्र व निवारा तर मिळतोच अधिक निरनिराळी रसायने, औषधे झाडांपासूनच तयार होतात. शासनाचे धोरणानुसार एकंदर भौगोलिक क्षेत्रापैकी १/३ क्षेत्र वनाखाली असणे आवश्यक आहे, महाराष्ट्रात वनजमीन फक्त २०.७५ टक्के आहे.



निसर्गाची तत्वे फार वेगळी आहेत. निसर्गातील कोणताही सजिव पुर्णतः स्वतंत्र नाही, सर्व जीवसृष्टी परस्परांवर अवलंबून आहेत. निसर्गातील सर्व जीव आदर्श परिस्थितीत संतुलीत संख्येत असतात. सजीवांची एकता कायम असून सर्व जीव एकाच प्रकारचे वस्तूमानापासून तयार होतात. एका जीवाने निर्माण केलेली द्रव्ये दुसरा जीव पचवू शकतो. वनांच्या नाशामुळे जमीनीत पाणी मुरत नाही. त्यामुळे पुरांच्या आपत्ती ओढवतात. कारखाने, शहरे, शेतातील रासायनिक खते, जंतूनाशके, प्लास्टीक, खरे, बादल्या, दुषीत घाण, इत्यादी मुळे पाण्याचे प्रदुषण होत आहे. हवेतील प्रदुषण वाढले आहे. धुळ, धूर व रासायनिक वायु यामुळे हवेचे प्रदुषण होते. हवेतील कार्बनडाय ऑक्साईडचे प्रमाण वाढल्यामुळे आपोआपच तापमान वाढण्यास मदत होत आहे. वातावरणाच्या बाह्य भागात असणारा ओझोनचा थर नष्ट होऊन सुर्याच्या तप्त किरणांमुळे त्वचेचा कर्करोग उद्भवत आहेत. श्वासाद्वारे रासायनिक घटक शरीरात जावून अपाय करीत आहेत व शरीराची शक्तीकमी होऊन निरनिराळ्या रोगांना मानव जात बळी पडत आहेत.

सकाळी ७.०० वाजेपर्यंत हवेतील घटक वातावरणातून शरीराला मिळणे अगत्याचे आहे. परंतू त्यासाठी खुल्या वातावरणात निसर्गाच्या सानिध्यात फिरावयास जाणे व्यायाम करणे गरजेचे असून सुद्धा ते न करणे मानवांचे दुर्भाग्य म्हणावे लागेल. वृक्षाचे महत्व अजूनपर्यंत जनतेला समजले नाही काय? ध्वनी आणि वायु प्रदुषणाची तिब्रता कमी करण्याकरीता वृक्षाची मोठी मदत होते. एक वृक्ष एका वर्षात २६ टन कार्बनडाय ऑक्साईड शोषून घेतो. इतका कार्बनडाय ऑक्साईड एका वाहनांच्या ११३०० मैल प्रवासात उत्सर्जित होतो. याच

कालावधीत या वृक्षाने हवेत सोडलेला प्राणवायू एका चौरस कुटूंबाच्या वर्षभराच्या श्वसनासाठी उपयोगी पडतो. त्यासाठी झाडांची लागवड आणि निगा गरजेची आहे. पडीक जमीन व ओसाड जमीनीवर तसेच आपले परिसरात झाडे लावून जोपासना करणे ही आज समाजाची गरज आहे. सध्या जगात दर मिनिटांस ४० हेक्टर जमीनीवरील वृक्षाच्छादन नष्ट होत आहे. भारतात यापेक्षा वेगळी परिस्थिती नाही. जगात पर्यावरणाचे संतुलन बिगडत आहे. याचा दुष्परिणाम समस्त जीवसृष्टीचे अस्तित्वास निर्माण झालेला आहे. या येणाऱ्या संकटाची चाहूल जगातील शास्त्रज्ञ व विचारवंतांना लागली. या संकटाचा मुकाबला करण्यासाठी स्टॉकहोम येथे १९७२ सालीच तज्ञांनी जागतिक पर्यावरण परिषद भरविण्यात आली होती. या परिषदेत जगातील सर्व लोकांना भावी धोक्याची जाणीव करून देण्यासाठी पर्यावरणदिन साजरा करण्याचे आवाहन करण्यात आले. तेव्हापासून जागतिक पर्यावरण दिन साजरा केला जातो. दरवर्षी ५ जुन रोजी जागतिक पर्यावरण दिन साजरा केला जात आहे.

पृथ्वीच्या निर्मीतीपासून अनेक घडामोडी झाल्या. त्यातूनच सजीवसृष्टी निर्माण झाली. वृक्ष, वेली, किटक, जलचर, पक्षी, पशु निर्माण झाले. मानव त्या सजीव सृष्टीचाच एक भाग, परंतु त्याच्या आगमनाने सृष्टीतील घडामोडीच्या चक्रास वेगळेच वळण मिळाले. ही सर्व सृष्टी जणु आपल्यासाठीच निर्माण झाली आहे. असे समजून बुद्धीच्या जोरावर त्याने निसर्गाच्या सर्व घटकांवर जमीन, पाणी, हवा, वनस्पती, प्राणी, पर्यावरणावर वर्चस्व गाजविण्यास सुरूवात केली. फक्त स्वतःच्या स्वार्थासाठी त्याने निसर्गाच्या मुलभूत तत्वांचेही पालन केले नाही. परिणाम स्वरूप निर्माण झालेली परिस्थिती सर्व जीवांचे



अस्तित्वासाठी हानीकारक ठरत आहे. निसर्गातील घटकांचे संतुलन बिघडत आहे व काही जीव नष्ट होत आहे. किंवा नष्ट होण्याच्या मार्गावर आहेत. केवळ विसाव्या शतकाचे उदयापासून महाराष्ट्र राज्यातील सस्तन प्राणी जाती २०, पक्षांच्या १२ तर सरपटणाऱ्या प्राण्यांच्या सहा जाती दुर्मीळ झाल्या आहेत.

मानवाची अफाट वाढणारी लोकसंख्या जोपासण्यासाठी कराव्या लागणाऱ्या सर्व गोष्टी, पर्यावरणास हानीकारक परिणाम करत असतांनाही मानव त्या क्षम्य समजतो. परंतू निसर्ग त्या कधीच क्षम्य मानत नाही. या बाबतीत करावे तसे भरावे हाच न्याय राहणार आहे. एवढे मात्र सत्य!

॥ अंतरंग ॥

कु.कांचन रामटेके
बी.ए.भाग-२

प्रसन्न हृदये प्रसन्न मन
तया जिवनी काय कम
अगनित सौंदर्य मी सृष्टित पाहिले
अबोल झाली माझी वाचा
साधू संतानेही ग्रंथात ही भजीले
मानव जन्म मला लाभला
तुझेच नाम स्मरण्या
तुझे नाम स्मरता
वाच्याही झाली गोड
मिटले दुर्गुन सगळे
जिवनांत मिळाली तुझीच जोड
क्षण भंगूर जीवन हे सगळे
जिवाला लागली तुझीच ओढ
अंत समयी समावून घे
हीच लागली मनाला तुझी ओढ

॥ समृद्ध भारत ॥

कु.जयश्री धाडसे
बी.ए.भाग-३

देश समृद्ध करण्या ।

शिक्षणाची जोड हवी ।

सुसंस्कृत बनेल जनता ।

देशात नांदेल शांती ॥

ऋषी मुनींनी शिकविलेले शास्त्र ।

अंगीकारा योग शास्त्र ।

निरोग सुंदर बनेल शरीर ।

हाच उपाय योग्य मात्र ॥

जांचे भरोश्यावर जगाचे जीवन ।

तोच पडला मृत्यू शयन ।

भू-माता आपली आई ।

तिच सर्वांना अन्न देई ॥

गो मातेचे देशांत पवित्र स्थान ।

भगवंताने केले मानवास अर्पण ।

कत्तलखाने नष्ट करा परिपूर्ण ।

त्यात आहे जगाचे कल्याण ।

करा व्यसन मुक्त भारत ।

रोग मुक्त होईन मानव शरीर ।

कुठेही होणार नाही हाणी ।

हिच व्यसन मुक्तीची करणी ॥

नको नफ्या-तोट्याचा विचार ।

आरोग्य लाभेल उत्तम होईल सर्वांचे शरीर ।

होईल समृद्ध देश आपला ।

हीच भावना हृदयी धरा ।

सर्वांना आपले माना । हिच प्रभुस माझी प्रार्थना ॥



कर्तव्यदक्ष आई

- कु.मोनाली रत्नाकरजी सावरकर
बी.कॉम.भाग - १

परमप्रिय गोष्टीची बरोबरी व्यक्ती आईशी करतो. शेतकरी आपल्या जमिनीला काळीआई म्हणून संबोधतो. तर वारकरी विठ्ठलाला विठ्ठमाऊली म्हणून साद घालतो. आणि ज्ञानेश्वरासारख्या बालयोगीत त्याला ज्ञानेश्वर माऊली दिसते. अशी आईची विविध रूपे आहेत. ती जगतजननी आहे. समस्त मानव जातीचे कल्याण करण्यासाठी ती या भूतलावर अवतरली आहे.

आई मुलांचे जीवन घडविण्यात मोलाचे मार्गदर्शन करित असते. म्हणूनच आईला 'गुरूमाऊली' म्हटले जाते. कारण व्यक्ती हा जन्मतः एक हाडामासाचा गोळा असतो व त्याचे मन कोऱ्या पाटीप्रमाणे असते. अशा कोऱ्या मनावर योग्य संस्कार आणि शिक्षणाद्वारे आपल्या जीवनाचा पाया घडविण्यात आईची प्रथम शिक्षकाची आणि औपचारिक शिक्षणाने ज्ञानाचा भंडार द्वितीय शिक्षकाने प्रदान केले. त्यामुळे या दोन गुरूंच्या ऋणात मी आजन्म राहू इच्छिते.

जगातील सर्व सुखचैनीच्या वस्तू व्यक्ती पैशाने विकत घेऊ शकतो. पण त्याला विकत घेता येत नाही ती फक्त एकच गोष्ट ते म्हणजे आईचे प्रेम म्हणून तर माधव ज्युलियन यांच्या कवितेतील तरूण म्हणतो -

विद्या, धन, प्रतिष्ठा, लाभे मला आताती

आईविना परी मी हा पोरकाच राही ॥ धृ ॥

माझी आई प्रेम आणि वासल्याचा महासागर आहे. प्रसंगी वज्रासारखी कठोर आणि मेणासारखी मऊ आहे. त्याचप्रमाणे ती कर्तबगार सुद्धा आहे.

समस्येत संधी शोध आणि संधीचं सोनं करा.

समस्यायुक्त परिस्थितीत राहून स्वविकास करा. स्वतःला ध्येयापासून विचलीत होऊ देऊ नका. येणाऱ्या कठीण प्रसंगांना धैर्याने कसे सामोरे जायचे याचे धडे आई मुलांना देत असते. उदा. जिजाबाईंनी शिवरायांना आदर्श राजा कसा असतो याचे बाळकडू पाजले, त्यामुळेच ते हिंदवी स्वराज्याची स्थापना करू शकले. शत्रुसुद्धा त्यांच्या चांगुलपणाची स्तूती करायचे. प्रत्येक स्त्रीला माता व बहीण म्हणून त्यांनी सदैव स्त्रीयांचे रक्षण केले. त्यांच्या पाठीमागे प्रेमळ, कर्तव्यदक्ष जिजाऊ माँ साहेबांचे मातृछत्र होते.

आपल्या मुलाला कुणी हिणवू नये, भित्रा म्हणू नये म्हणून साने गुरूजींना एकदा आईच्या हातचा मार खावा लागला आणि तेव्हापासून त्यांची भीती नाहीशी झाली.

जगाच्या पाठीवर एकच न्यायालय असे आहे ते म्हणजे आईचे न्यायालय. चुकल्यास शिक्षाही करते आणि प्रेमाणे जवळही घेते. म्हणून कवी यशवंत म्हणतात - स्वामी तिन्ही जगाचा आईविना भिकारी.

उमेद

बऱ्याचदा असं घडतं

ज्यात आपला दोष नसतो

पण न केलेल्या चुकींसाठी

आपण मात्र उगीचच झुरत असतो

अशावेळी कवटाळायची नसतात

निराशेची लख्तरं

तर भिरकावून दयायची असतात

जगण्यासाठी नव्या उमेदीनं



महाविद्यालयात वावरतांना...

- कु.मोनाली रत्नाकरजी सावरकर
बी.कॉम.भाग - १

शालेय शिक्षण पूर्ण झाल्यानंतर मुलाचं-मुलींचे पहिल पाऊल असतं महाविद्यालयात. महाविद्यालयात फाटकातून आत प्रवेश केल्यावर मुला-मुलींना आपण एखादया प्रेममंदीरात आल्या समान भासतं.

लहानपणापासून आई-वडीलांच्या बंधनात बंधिस्त असणाऱ्या मुला-मुलींना महाविद्यालयात आल्यावर पाखराप्रमाणे फडफडावसं वाटत. फडफडणाऱ्या लहरीत तारूण्याचं पहिल पाऊल म्हणजे प्रेम! याला जवळ करतात. एखादया फुल वाल्याकडे जाव. हवं ते आवड निवड झालेल फुल घ्याव आणि आस्वाद घ्यावा. याप्रमाणे एखादी सुंदर तरूण-तरूणी दिसली की, मेणासारखे वितळून जाव. हृदय झरा होवून झरा-झरा पाझरू लागतं. मनाचं तर मानच नसते. ते बेभान होवून स्वप्नावर स्वार होत. रात्रीची झोप काळोखाच्या गर्भात लुप्त होवून नुसती बेचैनी भेटणार आणि तेव्हा होणार प्रेम ... प्रेम ... प्रेम !

पूर्वी मुल वयाच्या २० व्या २१ व्या वर्षी तारूण्याच्या बहारात यायची तेव्हा त्यांची नजरही प्रेम भुकेली व्हायची. पण स्वतःच्या प्रेमविश्वात विहंगयाच्या आधिच त्यांच्या पायात लग्नाची, संसाराची बेडी घातली जायची. पण आजची मुलं किशोर वय हरवून ताकण्याच्या बहारात येवू पाहात आहे. आणि वयाच्या बाराव्या, तेराव्या वर्षात प्रेमात पडत आहे. मग तर सोळा वर्षाच्या मुलांची गोष्ट सोडा. प्रेमाने आज चांगलाच कस धरला आहे, तरी देखील निम्मे अधिक प्रेम हे एकतर्फीच आहे.

आपण ज्या मुलांवर प्रेम करत आहोत. त्याचं मत

जाणून न घेताच तिच्या त्याच्या मोहपाषात बंदिस्त व्हायचं. तिच्यावर आपल्या प्राणांचा नजराणा चढवायचा. स्वप्न पाहायची आणि नुसतं झुरत राहायचं. पण जेव्हा ते नाकारल जायचं. मग काय हृदयाचे तुकडे होवून ही गोष्ट अंतकरणात एखादया जखमेसारखी सलत राहणार. मनाच खच्चीकरण. यानंतर गडद काळोख्यात आणि मग प्रेमकांची पावले मरणाकडे वळणार! देशाचे आधारस्तंभ असणारे युवक आपल लाखमोलाचं आयुष्य गमावून बसणार. सात्वीक प्रेम करायला विरोध नाही. पण कधी जीवणातील ध्येयाच यशस्वी भ्रमण झाल्यावर.

स्वातंत्र्यपूर्व काळात महाविद्यालयाचे देशाच्या स्वातंत्र आंदोलनाची बीजे रोवल्या गेली. आजही २१ व्या शतकाकडे वाटचाल करणाऱ्या देशाला अनेक समस्यांची किड लागलेली आहे. सुर्यास्त ते सुर्यास्त नुसता अंधःकार सृष्टीचा आणि माणसाच्या भ्रष्टाचारांच्या कानटळ्या बसविणाऱ्या आरोळ्या धर्ती-धर्मीची कत्तल. अनंत बेकारांच्या दिशाहिन तांडा, सगळादेश पश्चिमेकडे स्वतःचा हसा करून घ्यायला आतूर होवून धावतो आहे. असे दिसते अमावश्येलाही लाजवेल अशा माणसाच्या मणातला काळाकिट्ट अंधार. पण याला तारवू शकतो केवळ तरूण. देशातील प्रश्नांवर भारताच्या चर्चासत्रात माध्यमातून चिंतन करून देशाला लागलेली समस्यारूपी किड नष्ट करायला हवी. कारण जगातील कुठल्याही क्रांतीचा पाईक हा तरूण असतो. परिवर्तन हा त्याचा कणा आहे.

भ्रष्टाचार, व्याभिचार, दूराचाराच्या वणव्यात सारा



देश अखंड जळत आहे. नितीमुल्यांचा न्हास झाला आहे. यावर महाविद्यालयातील तरूण-तरूणींनी आपली सार्थक उर्जा निरर्थक आकर्षणात न घालविता भावी काळात उपयुक्त ठरेल ह्याप्रमाणे खर्च करण्याचे अगल्यांच आहे. देशातील भारतीय संस्कृती स्विकारण्याची क्षमता या नवीन पिढींनी निर्माण करायला हवी. भारतीय संस्कृती जोपासण्यासाठी जगाच्या चौफेर दिशा पोहचविण्यापेक्षा आम्ही युवक-युवती महाविद्यालयात पाश्चात्य संस्कृतीची नकल करण्यास जास्त

महत्त्व देतो. आम्ही तेव्हा तरूण मित्र आणि मैत्रीणी स्वतःत असलेल्या कलाकुसरींची योग्य मांडणी करून त्याची योग्य कामात असलेली क्षमता वाया न घालविता स्वतःच्या यशस्वी भवितव्याकडे वाटचाल करून पर्यायाने देशाचं भवितव्य घडविल्याशिवाय राहणार नाही.

॥ कुटनिती ॥

कु.कामिनी पाटोडे
बी.ए.भाग-१

सतेज धुंद त्या नेत्यासी कैसी कळे ।

कष्टकन्या मनाची व्यथा ।

मृत देहासी कैसी कळे अग्निच्या त्या व्यथा ।

राज्यांची कुटनिती । शेतकरी मृत्यूस कवटाळती ।

अजून जाग कशी नाही ।

हरपली कां? तुझी स्मृती ।

चोरास मिळतो मलिता । शेतकन्यांस न मिळे भाकरी ।

स्वातंत्र्यात हिच कां? शेतकन्यांचीच गळचेपी ।

राब राब राबूनी पिकवितो अन्न ।

सर्वच दाखविते दया । कर्तव्य मात्र शून्य ।

आता तरी जागा हो शेतकन्या ।

बघतोस कुणाची वाट ।

ओळख नेत्यांची कूटनीती ।

तेव्हाच मिळेल तुला जेवणाचे ताट

नाही तर तुझ्यासाठी मशानी बांधला घाट ॥

॥ व्यथा शेतकन्याची ॥

कु.किर्ती ठाकरे
बी.ए.भाग-३

आयुष्यभर कष्ट करून ।

हाती काही आलं नाही ।

पेरल तेच उगवलं ।

पण मोल मिळालं नाही ॥

बाप गेला कर्जात ।

कर्ज फिटत नाही ।

हाडाच्या काड्या झाल्या ।

जिवणांत समाधान मिळाले नाही ॥

मुलांना शिक्षण द्यावं म्हटलं ।

हाती पैसा नाही ।

थोडं बहत शिकलं पोरगं ।

नोकरी मिळत नाही ॥

नोकरी मिळण्यासाठी ।

लाखाची द्यावी लागते लाच ।

घर-दार विकून सुद्धा ।

पैसा जुळत नाही ॥

मुले, मुली आली वयांत ।

शेतकन्याला मुली देत नाही ।

हंड्याची तर गोष्टच सोडा ।

पाहुने दारांत येत नाही ॥

आत्महत्या केल्यावर .. ।

लाखान मिळतो पैसा ।

जिवंत पणी ... ।

कोनी पुसत नाही ॥

जिवन कसं जगावं ।

हेच काही कळत नाही ।

शेतकन्याला स्वातंत्र्य मिळालं ।

असं काही वाटत नाही ॥



पालकांचे महत्व

- कु.हर्षकला मानमोडे
बी.एस.सी.भाग - १

आई घराचं मांगल्य असते, तर बाप घराचं अस्तित्व असते. पण या घराच्या अस्तित्वाला आपण कधी समजावून घेतले आहे कां?

मुलांना जन्म देणारी आई तर परिवाराला जन्म देणारे वडील हे दोघेही खुप कष्ट करते आणि आपल्या मुलांचे पालन-पोषण करते आणि त्यांना चांगले संस्कार देतात. कारण त्यांना वाटते की हीच मुले आपल्याला म्हातारपणी साथ देतील.

वडिलांना महत्व असं नाही की त्यांच्या विषयी जास्त लिहल्या जात नाही, जास्त बोलले जात नाही कोणत्याही व्याख्या आईबद्दल बोललाय जात राहते, संत महात्म्यांनीही आईचं अधिक महत्व सांगितले आहे. देवाधिकांनीही आईचे गोळवे गायिले आहे. लेखकांनी, कवींनी आईचं तोंडभर कौतुक केले आहे. पण वडिलांविषयी कुठेच फारसे बोलले जात नाही. काही लोकांनी बाप रेखाटला आहे. तोही तापट, व्यसनी, मारझोड करणारा, समाजात एक-दोन टक्के असे बाप असतीलही पण चांगल्या वडीलांबद्दल काय? आईकडे अश्रुचे पाठ तर वडीलांकडे संय्यमाचे घाट असतात. आई रडून मोकळी होते पण सांत्वन मात्र वडिलांनाच करावं लागतं. पण रडणाऱ्या पेक्षा सांत्वन करणाऱ्यावर जास्त जान पडतो.

“ज्योतीपेक्षा समई जास्त पेटते

पण श्रेय नेहमी ज्योतीला जास्त मिळते”

रोजच्या जेवनाची सोय करणारी आई आपल्याला सहजपणे लक्षात राहते पण आयुष्याच्या शिदोरीची सोय करणारे वडील आपण सहजपणे विसरतो. सर्वांसमोर आई मोकळेपणाने रडू शकते पण वडील मात्र रडू शकत नाही. स्वतःचे वडील वारले तरी त्यांना रडता येत नाही कारण छोट्या भावंडांना सांभाळायचे असते, आई वारली तरी त्यांना रडता येत नाही. कारण बहीणीचा आधार व्हायचा असतो. पत्नी अर्ध्यात सोडून गेली तरी त्यांना रडता येत नाही कारण त्यांना मुलांना आवरायचं असते.

देवकीचं, यशोधेचं कौतुक अवश्य करावं, पण पुरातून डोक्यावर मुलाला घेऊन जाणारा तो बाप वासुदेवच हे सुद्धा लक्षात ठेवावं. राम का कौशल्याचा पुत्र अवश्य असेल, पण पुत्र वियोगाने तडपडून मरन पावले ते पिता दशरथच होते.

एखाद्या वेळेस आपण रस्ता ओलांडत असतांना आपल्याला ठेच लागली तर आपल्या तोंडून लगेच उच्चार निघतो आई गं ... आणि तोच रस्ता ओलांडत असतांना आपल्याला मोठा खड्डा दिसला तर आपल्या तोंडून लगेच उच्चार निघतो बाप रे ! मग बघा ना, लहान कामासाठी आपण आईला आठवण करतो आणि मोठ्या कामासाठी बाबांची आठवण येते.



वडिलांच्या त्यांच्या चपलांकडे पाहून त्यांचं प्रेम कळतं, त्यांची फाटकी बनियान बघून आमची भूक त्यांच्या बनियानवर पडली असे दिसते. त्यांच्या दाढीने वाढलेला चेहरा त्यांची काटकसर दाखवितो. मुला-मुलींना कपडे घेतील पण स्वतः मात्र फाटके कपडे घालतात. मुलगा सलूनमध्ये जातो, मुलगी पार्लरमध्ये जाते. पण त्या वडीलांजवळ दाढी करायला पैसे मिळत नाही. त्या बापाच्या दाढीवरून त्याचे कष्ट दिसून येते.

वडील आजारी पडले तर दवाखान्यात जात नाही. त्या आजाराला घाबरत नाही पण डॉक्टर येतील आराम करायला सांगतील याची त्यांना भिती असते. कारण त्यांच्या मागे मुलीचं लग्न आणि मुलाचं शिक्षण असते. म्हणून बाप दिवस-रात्र दुसऱ्याच्या शेतात काम करतो. मुले बाहेर शिकायला असल्यामुळे त्यांना महिन्याच्या महिन्या पैसे पाठवायचे मात्र विसरत नाही. परंतू ते मुले त्या पाठविलेल्या पैशात डिस्को, क्लब मध्ये जातात. एखाद्या वेळेस जर शाळेत मुलांना भेटायला वडील गेले तर त्या मुलांच्या तोंडात सिगरेट राहते. आपले वडील आपल्याला दुरून भेटायला आले याची त्यांना खुशी राहत नाही उलट ते त्यांना वडील म्हणण्याची लाज वाटते.

वाचकांनी आपले वडील आपल्यासाठी एवढे कष्ट करतात आपल्याला चांगले शिक्षण देतात याची आपण जाणीव ठेवली पाहिजे.

“आई-वडीलांना समान महत्व द्या त्यांचा आदर करा, त्यांचा नेहमी सन्मान करावा”.

॥ आजची लोकशाही ॥

कु.प्रणाली सी. रोकडे
बी.कॉम.भाग-२

भ्रष्टाचारांचे युगात

सत्याला वाव नाही

जनतेच्या समस्याला

कोठेही स्थान नाही

लोकांना लुटण्या

केले कायदाने बंधन

लोक शाही राज्यांत

लुटणाऱ्यांनाच संरक्षण

सर्वत्र भ्रष्टाचारांचा बोलबाला

अरबोचा भ्रष्टाचार केला तरी

कठोर शिक्षेला स्थान नाही

स्वातंत्र्यात सामान्य जनतेचे हालच हाल

आमच्या नेत्यांचे मात्र फुगले गाल

जनतेसाठी नेते झाले

अन जनतेलाच लुटाया लागले

स्वातंत्र्यात हक्काचे मागण्यासाठी

करावे लागतो आंदोलने

प्रत्येक कामांसाठी द्यावी लागते लाच

नोकरशाही बनले जनतेचे बाप

चोर रात्रीच्या चोऱ्या करी

नेते मात्र दिवसा डाका मारी

असे आहे स्वातंत्र्यात लोकांचे जिवन

लोकशाहीत झालेत जनतेचे मरण

अशी आमची लोकशाही

सर्वत्र पसरली हुकूमशाही ॥



लीळाचरित्रांचे महत्व

– गणेश धोटे

बी.ए.भाग - १

लीळाचरित्र हा ग्रंथ म्हाइमभटांनी शके वाक्प्रचार इ. गोष्टी या ग्रंथात दिसतात. १२०० च्या सुमारास लिहिलेला आहे. हा ग्रंथ अनेक आद्य लीळाचरित्रात साध्या लिला व किंवा चरित्रग्रंथ असून यात महानुभाव पंथाचे संस्थापक श्री चक्रध आठवणी आहेत. ही चक्रधरस्वामींची दैनंदिनी आहे. या १२ स्वामी यांचे सविस्तर चरित्र त्यांच्या आठवणी व साध्या दैनंदिन आठवणींमधून म्हाइभटांनी वाचकांच्या आख्यायिकांच्या रूपाने आल्या आहेत. तसेच या आख्यायिके मनःचक्षूसमोर एका अपूर्व व असामान्य अशा विभूतीचे व आठवणी गद्य रूपात लिहिलेल्या असल्यामुळे तत्कालीन जीवंत चित्र उभे केले आहे. यादवकालीन धार्मिक, सामाजिक मराठी भाषेचे लौकिक स्वरूप कळण्याचे एक उत्कृष्ट व परिस्थिती समजण्याच्या दृष्टिने तर हा विश्वसनीय संदर्भग्रंथच विश्वसनीय साधन आहे. म्हणावा लागेल. यादव घराण्यासंबंधीचे उल्लेख तर

विश्वसनीय म्हणण्याचे कारण असे की, इतिहासाच्या दृष्टिने लक्षणीय आहे. महानुभाव पंथाचे लीळाचरित्र हा ग्रंथ म्हाइमभटांनी चक्रध तत्वज्ञान व आचारधर्म यासंबंधीचे ज्ञानही लीळाचरित्रातून १२०० च्या सुमारास प्राप्त होते.

शिष्यांना आठवणी विचारून, त्यातील खऱ्या खोट्याची एकंदरित 'लीळाचरित्र' हा ग्रंथ पारख करून घेऊन त्यांचे संकलन केलेले आहे. या ग्रंथाच्या चरित्रात्मकदृष्ट्या, ऐतिहासिकदृष्ट्या, सामाजिकदृष्ट्या व लेखनानंतर लौकरच तो महानुभावांच्या इतर ग्रंथांप्रमाणे वाङ्मयीनदृष्ट्या इत्यादी अनेक दृष्टिने 'लीळाचरित्र' हा सांकेतिक लिपीत गेला त्यामुळे त्याचे स्वरूप शुध्द राखले गेले. ग्रीं बहूमूल्य व अनमोल ठरलेला आहे. यातील रचना कालक्रमानुसार झालेली नाही. तर चरित्र नायकाचे विविध

म्हाइभटांनी शके १२०० च्या सुमारास १ पैलू मागेपुढे वाचकांसमोर येत राहतात. यातून चक्रध 'लीळाचरित्र' ग्रंथ लिहून पूर्ण केल्यानंतर लौकरच दक्षिणेवर १२ स्वामींच्या अनेक गुणवैशिष्ट्यांशी वाचकांचा परिचय मुसलमानांच्या स्वाऱ्या होऊ लागल्या. अशाच एका स्वारीत होतो. अनेकांना स्वामी कसे होते हे जाणवते. यातील चक्रधारांच्या अनुयायांची पढापढ झाली व त्या गडबडीत आठवणीमधून जिव्हाळा जाणवतो. यात बऱ्याचअंशी 'लीळाचरित्राची' हस्तलिखित पोथी हरवली पण संप्रदायातील प्रामाणिकपणा आहे. एकंदरित हा ग्रंथ आद्य चरित्रग्रंथ मंडळींना 'लीळाचरित्र' मुखोद्गत होते. त्या सर्वांच्या मदतीने म्हणून भाषिकदृष्ट्या, धार्मिकदृष्ट्या, चारित्र्यदृष्ट्या पुन्हा 'लीळाचरित्र' रचण्यात आले प्राचीन गद्यग्रंथात तत्कालीन मानवतावादी दृष्टिकोनातून तसेच प्राचीन मराठी गद्यांचा मराठी भाषेचे (बोलीचे) स्वरूप दिसून येते. लहान लहान नमुना म्हणून उत्कृष्ट ठरतो. वाक्ये, समर्पक व छोट्या छोट्या शब्दांची रचना, म्हणी,



अनुशासन

- कु.संगीता बांबल
बी.कॉम.भाग - ३

मित्रांनो, आज आपल्या स्वातंत्र्यात जगण्याची संधी मिळाली आहे. स्वातंत्र्य मिळविण्यात जो काळ गेला त्याची मुर्त कल्पना रूजविण्यात किती उलाढाली झाल्या जी स्फूर्ती घेऊन कितीतरी तरूणांनी स्वातंत्र्याच्या भूमातेचा पायातील श्रृंखला तोडण्यात बेभान घेऊन आपले सर्वस्व पणाला लावले. मरणप्राय यातना सोसल्या, तरूंगात डॉक्टरकडून जबरदस्तीन अन्न घशात कोंबतांना ज्यांचा प्राण गेला. जे वाहनाखाली तुडविल्या गेले, वेताचा मार खाता खाता ज्यांची कातडी बेनाला चिकटून येत होती. त्याचे हाल आणि वेदना मनात आणा आणि स्वातंत्र्य सुख अनुभवा. उन्हांनंतरच सावलीच खरं सुख कळते त्यासाठी लागते एक जिद्द ईर्ष्या व त्याग त्या बलीदानाच्या आगीत हेडपडणाऱ्या जिवाचे आज आपण वंशज आहोत. अती जेवण झालं की सुस्ती येते नी डोळे लागतात व आपलं गंतव्य येते. त्यातला आपण धोका ओळखला पाहिजे तसे झाले नाही तर आपण नागवल्या जातो. ही बाब मी अनुभवली आहे. कुठल्यातरी आपण ठाम विचाराने बांधल्या गेले पाहिजे. माझे कर्तव्य काय आहे म्हणजे माझा धर्म कोणता व तो मी कितपत पालन करेल याचे भान ठेऊन बेभान झालो पाहिजे. तरच कदाचित यशाचा कण हाती येईल. याला संघशक्तीची गरज आहे. सांघिक भावना व आज्ञापालन हे गुण प्रत्येकाने अंगीकारावे. कपट करण्याची सोसण्याची

व कोणतेही काम करण्याची जाण प्रत्येक तरूणाने आपल्या मनांत अखंड तेवत ठेवली पाहिजे. स्वबळावर मिळविलेल्या यशाचा सार्थ अभिमान वाटतो मन विशाल व दृढ होते. त्यामुळे संकटाचा निभाव लागत नाही. म्हणून शक्तिची पूजा बांधावी. तिच्या बाह्य रूपाने भयभित होत नाही तर ती शक्ती स्वतःही समर्थ बनविण्यासाठी व दृष्टाला दंड देण्यासाठी प्रवृत्त करते.

श्रमाने दुध मिळते आणि बिगर श्रमाने शेण. म्हणून झटकून टाक जीवा दुबळे पणा जीवाचा, तरूण आहोत तोपर्यंतच मन प्रफुल्लीत आनंदी ठेवा, नवे विचार स्विकारा त्याला पारखून घ्या. बाजारात आपण भाजीसुद्धा पारखून घेतो. मग विचार कां आपण अंधपणाने स्विकारतो. मनाच्या करमणूकीला देहभान असू द्या.

घेतले न व्रत हे आम्हा अंधतेने ही सावरकराचे विचार काय सुचवितात? सुदृढ शरीर, सुदृढ मन व सुदृढ विचार यशाचे शिखर गाठण्यात मदत करते. त्यासाठी व्रतस्थ जीवन जगण्याची गरज आहे. म्हणूनच आपल्या संस्कृतीत व्रत वैकल्य सांडिनी आहे.. विचार आणि आचाराची सांगड घालून आळसावलेले जीवन सोडून जगण्याची आपण सवय लावून घेतली पाहिजे तरच कोणत्याही स्वातंत्र्याचा आपण आस्वाद घेऊ शकू व स्वातंत्र्याचा आनंद उपभोगता येईल.



हिंदी विभाग

प्रभारी प्राध्यापक
प्रा.भाविक मणियार





झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई

- अरविंद भद्रोलिया

बी.ए.भाग - ३

१८३६ के दौरान मोरोपंत तांबे, भगिरीथीबाई के एक पुत्री जन्मी ; जिसका नाम रखा गया मणिकर्णिका । बचपन से ही उसने पढाई व लेख कूद में विलक्षण प्रतिभा दिखायी । सात साल की उम्र में ही उसने घुडसवारी सिखी । साथ ही तलवार चलाने में, धनुर्विद्या में निपुण हुई । बचपन में उसने पिता से कुछ पौराणिक विरगाथाएँ सुनी । विरों के लक्षणों और उदात्त गुणोंको उसने अपने हृदय में बसाया । उस असाधारण कन्या को देखकर झाँसी के कुछ वंश रक्षक पुरोहितों ने उसका विवाह राजा गंगाधरराव से कराया । यो मणिकर्णिका झाँसी की राणी लक्ष्मीबाई हुई । उसको एक बेटा हुआ, पर दुर्भाग्यवश वह जल्दी ही मर गया । विवादग्रस्त दंपत्तीने एक लडके को गोद लिया और उसका नाम रखा दामोधरराव । इसके कुछ समय बाद राजा की मृत्यू हो गई, जिससे अपने अठराहवें साल में ही लक्ष्मीबाई विधवा हो गयी । फिर भी बिना भय के उसने शासन का भार सक्षमता के साथ संभाला । भारतीय रिवाजों के अनुसार दत्तक पुत्र सगे पुत्र के समान होता है । पर गवर्नर जनरल लॉर्ड डलहौसी ने विचित्र शर्तें रखी । उसने घोषणा की उन संस्थाओं को कंपनी अपनी वश में कर लेगी, जिनका कोई वारिस नहीं है । रानी ने इस शर्त को मानने से इन्कार किया जिससे झाँसी पर विजय पाने के लिए उसने सेना भेजी ।

सैनिकों की सहायता लेकर रानी ने किले की रक्षा के लिए आवश्यक प्रबंध किया । माँ जैसी अपनी रानी के लिए, पवित्र स्वतंत्रता के लिए वीर सिपाही अपने प्राण न्यौछावर करने को तैयार हो गये । सफेद वस्त्र पहनकर सफेद

घोड़े पर सवार होकर उसने स्वयं सेना का नेतृत्व संभाला । शत्रुसेना उसकी विरता के सामने टिक न सकीं और दुम दबाकर भाग गयी । ब्रिटीश शासक इस हार को पचा नहीं सके । उन्होंने सेनानायक सर हाग रोज की सहायता माँगी । १८५६ में ब्रिटीश सैनिकोंने झाँसी के किले को घेर लिया । सेनापर झाँसीबाई आकस्मिक हमला करती थी और ब्रिटीश सेना को किले के अंदर घुसने से रोकने में सफल हुई । इस घटना के बार में रोज ने लिखा - धैर्य, साहस, बुद्धि में राणी कितनी ही प्रशंसनीय है । उसने अपने अनुचरों के प्रति जो दया दर्शायी, वह अतुलनीय है । उसकी सेना ने उसे बहुत ही खतरनायक विद्रोही नायक बताया । ब्रिटीशवालों ने उसे असमान साहसी माना ।

फिर भी उन शक्तिमान दुराक्रमणकारियों का सामना कब तक कर पाती । फिर भी किले के उपर खडे होकर उसने दूर से दृश्य देखा, उसे बेहद खुशी हुई । झाँसी की और बहुत बडी सेना चली आ रही थी । मराठा वीर तात्या टोपे इस सेना का नेतृत्व कर रहे थे । नगर को शत्रुओं के घेराव से बचाने के लिए राणी ने तोफों से उसकी की, क्योंकि स्वतंत्रता का वह वीर सहायता करने सेना सहित आ रहा था । उसने पिछे से ब्रिटीश सेना पर हमला किया । आगे वीर राणी और पीछे दो हजार सैनिकों के साथ मराठा बाघ । शत्रु सेना घबरा गयी ।

घबरायी ब्रिटीश सेना किले की ओर बढ़ती गयी । ऐसे समय पर किले के एक रक्षक ने घूस लेकर धोखा दिया । शत्रुओं के प्रवेश के लिए उसने किले का एक फाटक



खोल दिया। अंग्रेजी सेना किले में घुस आयी। उन्होंने सब कुछ लूट लिया। क्रूर शत्रुओं के अनुचित व्यवहारों के वश में न आने के लिए हजारों स्त्रियों ने वहाँ के गहरे कुओं में गिरकर प्राण त्याग दिये। आकाश हाहाकारों से प्रतिध्वनित हो उठा।

रानी के सामने तीन ही रास्ते थे। (१) शत्रुओं के सामने झुक जाना है। (२) जब तक सांस है, लडते रहना है। (३) फिर से सेना को इकट्ठा करके शत्रुओंसे लडना है।

रानी ने तीसरे मार्ग को चुना और वहाँ से बच निकलने का निर्णय लिया।

जब हाग रोज को पता चला की रानी किले से बचकर निकल गयी तो वह आग बबूला हो गया। उसने जनरल शैकर को हुक्म दिया की वह रानी का पिछा करे और उसे पकड ले। रानी ग्वालियर पहुँची। अंग्रेजो का अनुयायी तक आसक किले को छोडकर भाग गया।

उसने जान लिया की ब्रिटीश सेना उसे चारो और से घेरती आ रही है। शत्रुसेना ने उसे घेर लिया। अकेलेही उसने अनेक शत्रु सैनिकोंका सामना किया। आखिर घालयक होकर धराशायी हो गयी। शत्रु सैनिकों ने पुरूष वेश में होने के कारण उसे पहचाना नही। दलनायक समझकर वही छोडकर चले गये। उसने अपने अनुचरो को बताया की मेरे मर जाने के बाद मेरे शरीर को जला देना। शत्रु उसके मृत शरीर को देखे। इसके कुछ क्षणो के बाद वह मर गयी।

स्वतंत्रता के लिए असमान धैर्य और साहस के साथ लडनेवाली इर वीर नारी शिरोमणी झाँसी की रानी लक्ष्मीबाई की अब मृत्यू हुई तब उसकी उम्र इक्कीस साल की थी।

॥ प्रगट हुये मेरे कृष्ण भगवान ॥

अर्पण बी. चव्हाण
बी.कॉम.भाग-२

लौटकर आये मेरे कृष्ण भगवान ।
देखते बिगडी हुई भारत की शान ॥ धृ ॥
द्वापर युग में योगेश्वर कृष्ण ने कहा था ।
जब जब धर्म की हानी होती है ।
तब मैं पृथ्वीपर जन्म लेता हूँ ।
अब भारत में ऐसी घडी आयी है ॥ धृ ॥
जगत में धर्म, संस्कृतीका विनाश हो रहा ।
भारत में जनता की अधोगती देखकर ।
योगेश्वर रामदेव बाबा प्रगट हुये ।
देश की बिगडती हुयी स्थिती सुधारने ॥ धृ ॥
देशवासियों का स्वास्थ्य सुधारकर ।
देशको प्रगती पर लाना है ।
अहोरात्र कष्ट उठा रहे है ।
भारत वासियों को जगाना ॥ धृ ॥
साथ में महात्मा गांधी के अनुयायी ।
अण्णा हजारे ने हाथ में तिरंगा लिया है ।
देशव्यापी भ्रष्टाचार मिटाने के लिये ॥ धृ ॥
अब इस अभियान में
देश में उज्वलता लाने के लिये ।
यही हमारी शुभकामना है ।
लौटकर आये मेरे कृष्ण भगवान ॥



संगीत एक योग

- दिलीप एन. बारमासे
बी.कॉम.भाग - १

योग के अष्ट अंगो यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, ध्यान, समाधि का संगीत साधना द्वारा प्रतिपादन किया जा सकता है, क्योंकि संगीत एक यौगिक विद्या है। एक संगीत साधक, जो योग के अष्ट अंगो का निर्वाह करता है अथवा अभ्यास से निर्वाह करने का यत्न करता है, निश्चित रूप से रोगों से बचा रहता है। जिस प्रकार जल-वायु का प्रभाव मनुष्य के स्वास्थ्य पर पड़ता है उसी प्रकार मानसिक अवस्थाएं भी मानव के स्वास्थ्य को प्रभावित करती हैं। लेकिन इस प्रभाव को सभी लोग अनुभव नहीं कर पाते। इसमें तनिक भी संदेह नहीं कि जिन लोगों का मन अशान्त तथा विकारयुक्त अवस्था में रहेगा, वे कभी वास्तविक स्वस्थ जीवन का सुख प्राप्त नहीं कर सकते। वर्तमान जीवन शैली वासनामय हो गई है और मन में उठने वाले क्रोध, लोभ, शत्रुता, वैर, छलकपट के भावों के कारण मनुष्य मानसिक शान्ति से वंचित रहते हैं। इसका प्रभाव हमारे भीतरी अंगों पर भी पड़ता है। स्नायु तनाव की स्थिति में रहते हैं परिणामस्वरूप पाचन शक्ति, श्वसन प्रणाली, प्रजनन केंद्रों के कार्यों में विकृति उत्पन्न हो जाती है। अन्दरूनी तनाव चाहे वह स्थूल कारणों से हो अथवा सूक्ष्म से, रोग के रूप में फूट निकलता है।

दुर्गुण, दुर्व्यसन और कुविचारों के कारण शरीर और मन अस्वस्थ रहते हैं, भले ही वह बीमारी वैद्य, डॉक्टरों को नाडी में दिखाई न पड़े तो भी उसका प्रभाव बड़ा घातक और भयंकर होता है। हिंसा, झूठ, चोरी, व्यभिचार और लोभ इन पांच दुष्कर्मों के निवारण की व्यवस्था यमें के

अन्तर्गत है और मलिनता, बेचैनी, आलस्य, अज्ञान, नास्तिकता को दूर करने के लिए नियमों का विधान है। यह दस रोग ऐसे हैं जो शारीरिक और आत्मिक स्वास्थ्य को नष्ट कर डालते हैं।

आसन : योग का तृतीय अंग आसन है। वैसे तो सामान्य अर्थ में आसन बैठने के तरीके को कहते हैं। किन्तु योग साधना में अंगों की विभिन्न मुद्राओं द्वारा शारीरिक व्यायाम की विद्या को आसन कहते हैं। पैरों को एक दूसरे के ऊपर रखकर एडी ऊपर की ओर रखने की अपेक्षाकृत कुछ कठिन विधा को 'पद्मासन' कहा जाता है। इन विधियों से बैठने पर श्वास-प्रश्वास क्रिया ठीक प्रकार से बन पड़ती है।

संगीत के संदर्भ में देखा जाए तो नृत्य विभिन्न आसनों की ही शृंखला है। योग के कई आसन नृत्य द्वारा स्वयमेव ही सध जाते हैं। इसके साथ-साथ नृत्य एक अच्छा व्यायाम तो है की। स्वास्थ्य की दृष्टि से व्यायाम की उपयोगिता और महत्ता से कौन अनभिज्ञ है? व्यायाम की उपयोगिता आयुर्वेद व योग दोनों ही दर्शनों में समान रूप से पाई जाती है। संगीत में कला के साथ-साथ नृत्य द्वारा व्यायाम का स्वास्थ्य सम्बन्धी उद्देश्य स्वयंमेव संपूर्ण हो जाता है। व्यायाम की उपयोगिता आहार तुल्य मानी गई है। आहार से रक्त बनता है, इसे सभी जानते हैं। परंतु सब में यह शर्त है कि भोजन पाचन ठीक प्रकार से हो। उस आवश्यकता की पूर्ति आसनों द्वारा सरलतापूर्वक हो जाती है।



व्यायाम क्रम इस प्रकार व्यवस्थित होता है कि सभी अनिवार्य स्नायु, उस स्थान विशेष में सक्रिय हो जाते हैं, उनकी संवेदना ग्रहण करने की क्षमता बढ़ जाती है। किसी भी स्थान विशेष की निष्क्रियता वहां रक्तावरोध उत्पन्न करती है तथा मल संचय का कारण बनती है। व्यायाम द्वारा हृदय की गति का बढ़ना, सारे शरीर में रक्त का दौड़ जाना कोई विशेष बात नहीं। व्यायाम की स्थिति में हृदय रक्त को कम समय में अधिक ताकतवर पम्पिंग क्षमता के साथ फैकता है। ऐसे भी त्वचा की कोशिकाएं खुल जाती हैं।

हर मिनट में औसतन व्यक्ति १५ से २० बार तक सांस लेता है। हर सांस के साथ ऑक्सिजन के अणु अन्दर प्रवेश करते हैं और कार्बन-डाइ-ऑक्साइड के बाहर चले जाते हैं। सांस जितनी उथली होगी, उतने ही कम वायुकोष खुलेंगे और रक्त की अशुद्धि उतनी ही मात्रा में बढ़ती जाएगी। गहरी व सही तरीके से ली गई सांस हर वायुकोष को खोलती है व कोशिका वायुकोष के मध्य झिल्ली को सक्रिय बनाती है। सामान्यतः सांस लेने के पीछे, स्नायु-संस्थान ही उत्तरदायी माना जाता है।

योगसाधना के आठ अंगों में प्राणायाम चौथा सोपान है। आसन इसके पहले आता है और प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि बाद में। योग का उद्देश्य शारीरिक एवं मानसिक दासत्व से छूटकर अपनी अपरिच्छिन्न, आनन्दमयी स्थिति को प्राप्त हो जाए। आसन शारीरिक क्रिया है और प्रत्याहार, धारणा आदि मानसिक साधना है। प्राणायाम की क्रिया उक्त दोनों प्रकार के साधनों के बीच का साधन है। यह शारीरिक भी है और मानसिक भी, क्योंकि इससे शरीर और मन दोनों का निग्रह होता है। यदि प्राणायाम पर आधुनिक दृष्टि से विचार किया जाए जो हमें पता लगेगा कि प्राणायाम से हमारा सारा शरीर ओजस्वी हो सकता है और

समझने योग्य बातें

जगदीश कुमेरिये,
बी.ए.भाग २

- १) कम बोलने वाला व धैर्य पूर्वक सबकी सुनकर मिठी वाणी वाला व्यक्ति सर्वोत्तम होता है।
- २) पाप का प्रथम संस्करण लोभ से ही होता है।
- ३) कोई वस्तु माँगने के पहले खरीदना आवश्यक है।
- ४) जो बालक या व्यक्ति अपने बड़ों का सन्मान करे वह उसके परिवार में संस्कार रूपी गहनो से विभूषित समझें।
- ५) जिसने जवानी सम्हाली मानले जन्म व परिवार की इज्जत सफलतम जीवन जीने की कला प्राप्त हो गयी व समाज का उत्थान निश्चित हो।
- ६) मनुष्य की इज्जत उसके सामाजिक पारिवारिक व आंतरिक व्यवहार पर निर्भर है।
- ७) हम सबकी सोच सब के प्रति सकारात्मक रखनी चाहिए। कोई उँच निच नहीं होता बल्कि हमारे ही विचार के प्रतिक है।
- ८) ज्ञान ही मनुष्य का सर्व दुःख कम कर सकता है।
- ९) आलसी मनुष्य मुर्दे से ज्यादा किंमती नहीं रहता।
- १०) जो अच्छा बुरा नहीं समझे वह पशु तुल्य समझें।
- ११) जान बुझकर की गयी भूल हमारी इच्छापर निर्भर करती है। पर अंजान भूल की भी कोई सीमा होती है।
- १२) सद्भावना से शांति प्राप्त होकर सत्पुरुषों जैसे गुण प्राप्त होते हैं। व अजीब सा सुखद अनुभव प्राप्त होता है। जिसे समाज के उत्थान के लिये उपयोग अवश्य करना चाहिए।
- १३) बदले की भावना तथा क्रोध (गुस्सा) प्रज्वलीत अंगारे की तरह इन्सान को गलाकर भस्म कर पथभ्रष्ट ... करवा देती है।
- १४) यदि एक झुठ बोलने से जब लाखों व्यक्तियों की जान बचती है। जीवनदान मिलता है। वह झुठ हजारों सच्चाईयोंपर भारी होता है।
- १५) अहंकारी व्यक्ति से स्वतः परिवार व समाज को हानी पहुँचती है।



इस प्रकार हम शारीरिक समता प्राप्त करने तथा उसे कायम रखने में समर्थ हो सकते हैं। मानसिक समता प्राप्त करने में भी प्राणायाम को सहायक माना जाता है। आधुनिक विद्वानों का मत है कि काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद, ईर्ष्या, द्वेष, घृणा, शोक, अनुताप आदि मनोविकार ही मानकिस शान्ति को भंग करनेवाले प्रबल कारण हैं। ये विकार हमारे मन के उस स्तर पर उत्पन्न होते हैं जहाँ चेतनता अथवा ज्ञान अर्धजाग्रत रहता है। प्राणायाम द्वारा हमारे मस्तिष्क के स्नायुजाल पर तथा हमारे मन के बोधपूर्वक व्यापारों पर ही नहीं अधिकार होता, बल्कि उससे उपर्युक्त स्तर के द्वार भी खुल जाते हैं। यही कारण है कि प्राणायाम साधक अपने मनोविकारों को दबाकर मानसिक समता स्थापित करने में समर्थ होता है। मानसिक साम्य में हलचल पैदा करने वाले कारणों को 'मल' कहा गया है। इन मनोमलों को धोने तथा आत्मा को निज रूप में स्थिर करने के लिए भगवान पतंजलि ने प्राणायाम को ही साधन बतलाया है। और भाष्यकार व्यासजी ने भी उनका समर्थन किया है।

योगशास्त्र की तरह शरीर विज्ञानी भी प्राणायाम की महता को स्वीकार करता है। उसकी उपयोगिता, आवश्यकता का प्रतिपादन करता है। संगीत विद्वान प्राणायाम और संगीत साधना को समान्तर क्रिया मानते हैं। प्राणायाम के अनेक तरीके हैं तथा उनके अपने-अपने लाभ भी हैं। प्राण विद्या एक स्वतंत्र विद्या है। कहा जाता है कि प्राण के वश में होने पर मन वश में हो जाता है। सरलतम और निरन्तर और निरन्तर होता रने वाला प्राणायाम यही है कि गहरी सांस लेने की आदत डाली जाए। पूरी सांस खींची जाए ताकि हवा से पूरे फेफड़े भर जाएं। सांस को भरपूर मात्रा में खींचने की प्रक्रिया को भली प्रकार सम्पन्न किया जाए। इससे पर्याप्त मात्रा में दुगुनी ऑक्सिजन मिलने लगेगी और प्रायः दुगुना

ही पोषण भी प्राप्त होगा। चेहरे पर लालिमा बढ़ती हुई और शरीर में स्फूर्ति काम करती हुई दिखाई देगी। संगीत द्वारा यही लाभ अभ्यास द्वारा प्राप्त किया जा सकता है।

रक्त को स्वच्छ एवं सशक्त बनाए रखने की क्षमता सांस के द्वारा मिलने वाली प्राणवायु द्वारा ही पुरी होती है। यह क्रिया अदृश्य रूप से होती है, उसका प्रत्यक्ष दर्शन न होने से अनुभव भी नहीं होता, इसलिए इसका महत्व भी नहीं समझा जाता। श्वसन प्रक्रिया अर्थात् श्वास-प्रश्वास से सांस फेफड़ों में पहुंचती है। इसके बाद उसका प्रवाह शरीर की सभी कोशिकाओं तक पहुंचता है।

सांस लेने का सही तरीका बिरलों को ही मालूम होता है, आम तौर से लोग उथली सांस लेने के आदी होते हैं। बिना परिश्रम के समय बिताने पर, झुककर बैठने पर तो यह प्रवाह और भी अधिक मन्द हो जाता है।

गायन, संगीत में आसन में बैठने की स्थिति पर विशेष ध्यान दिया जाता है। जिससे सांस लेने की उत्तम प्रक्रिया आसानी से होती रहती है।

'शारीरिक दृष्टि से प्राणायाम केवल श्वासोपयोगी अंगों का ही संचालन एवं व्यापार होता है। प्राणायाम का अर्थ है, श्वास की गति को कुछ काल के लिए रोक लेना। साधारण स्थिति में श्वासों की चाल इस प्रकार की होती है : पले श्वास का भीतर जाना, फिर रूकना, फिर बाहर निकलना, फिर रूकना, फिर भीतर जाना, फिर रूकना, फिर बाहर निकलना इत्यादि। गायन करते समय यह क्रिया स्वयं ही व्यवहार में सम्मिलित हो जाती है। प्राणायाम में श्वास लेने का सामान्य क्रम टूट जाता है। श्वास (वायु के भीतर जाने की क्रिया) और प्रश्वास (वायु के बाहर जाने की क्रिया) दोनों ही गरहे और लम्बे होते हैं और श्वासों का विराम अर्थात् रूकना तो इतनी अधिक देर तक होता है कि



उसके सामने सामान्य स्थिति में हम जितने काल तक रूकते हैं वह तो नहीं के समान और नगण्य ही है। योग की भाषा में श्वास खींचने को 'पूरक', बाहर निकालने को 'रेचक' और रोक रखने को 'कुम्भक' कहते हैं। पूरक, कुम्भक और रेचक इन्हीं भेदों को लेकर प्राणायाम के अनेक प्रकार हो गए हैं। कुम्भक पूरक के पीछे भी हो सकता है और रेचक के भी, अथवा दोनों ही के पीछे न हो तो भी कोई आपत्ति नहीं। पूरक, कुम्भक और रेचक कितनी-कितनी देर तक होना चाहिए, इसका भी हिसाब रखा गया है।

यह आवश्यक माना गया है कि जितनी देर तक पूरक किया जाए उससे चौगुना कुम्भक में लगाना चाहिए

और दुगुना समय रेचक में अथवा दूसरा हिसाब यह है कि जितना समय पूरक में लगाया जाय उससे दुगुना कुम्भक में और उतना ही रेचक में लगाया जाए। पूरक करते समय जब सांस अधिक से अधिक गहराई के साथ भीतर रोकना होता है, आगे की पेट की नसों को सिकोडकर रखा जाता है। उन्हें कभी फुलाकर आगे की और नहीं बढ़ाया जाता। रेचक भी जिसमें सांस को अधिक से गहराई के साथ बाहर निकालना होता है, पेट और छाती को जोर से सिकोडने से ही बनता है। कुम्भक करते समय मूलबन्ध साधने के लिए तो गुदा को सिकोडना पडता है और उड्डीयान बन्ध के लिए पेट को भीतर की ओर खींचा जाता है तथा जालन्धर बन्ध

जीवन पासा साध्य

कु.भारती नारनवरे

बी.एस.सी.भाग-२

नरनारी को तिन मौसम से गुजरना होता है।

बचपन सबका हँसी खुशी गुजर जाता है ॥

आती जवानी होती दिवानी मनमें तरंगे उठते हैं।

बगैर समज के उल्टे सिधे अडंगे बनाते रहते हैं ॥

करने को तो कर जाते, फिर पिछे पछताते हैं।

माता-पिताने शादी करा दी तिरियों रानी आती है।

मौज मस्तिमे मियाँ बिबी जन्मदाता ही भूल जाते हैं।

फिर पिता बन गया लडका, याद करता बचपन की ॥

सोच सोच में, गाल चिपक गये, उम्र हो गयी पचपन की।

कुछ कर ना पाता, उम्र गवाँ दी सोलह सावन की ॥

अब क्या फायदा रोने में, याद ना कर बाते पहले की।

आया यम का परवाना चल दिया सबकी आहें ले, लेकर ॥

खुद पछताया या मालीक, पाप कमाया सारे जिवनभर।

कहता ललीत सुनो दुनियाबालो पाप ना चढावो अपने सरपर ॥



के लिए ठोड़ी से छाती को दबाया जाता है ।

प्राणायाम के अभ्यास के लिए कोई भी उपयुक्त आसन चुन लिया जाता है, जिसमें सुखपूर्वक पालथी मारी जा सके और मेरूदण्ड सीधा रह सके । एक विशेष प्रकार का प्राणायाम होता है, जिसे 'मस्त्रिका' प्राणायाम कहते हैं । उसके दो भाग होते हैं, पहले भाग में सांस को जल्दी-जल्दी बाहर निकलना होता है । यहां तक कि एक मिनट में २४० सांसे बाहर आ जाती है । संगीत में यदि बैठने की स्थिति ठीक नहीं होगी तो साधक ठीक से गायन-वादन नहीं कर सकता । उसके लिए बैठने की स्थिति अर्थात् मुद्रा और वाद्य यन्त्र को पकड़ने का तरीका योग की स्थिति पैदा करता है । इस प्रकार यह सुनिश्चित होता है कि गायन के द्वारा प्राणायाम चिकित्सा सम्भव होती है ।

प्राणायाम का हमारे प्रधान अंग समूहों पर जैसे स्नायुजाल, ग्रन्थि समूह, रक्तवाहक अंग समूह, श्वासोपयोगी अंग समूह एवं आहार परिपाक करने वाले अंग समूहों पर गहरा प्रभाव पड़ता है । मल को बाहर निकालने वाले अंगों में हम देखते हैं कि आंते और गुर्दा तो पेट के अन्दर हैं और फेफड़े छाती के अन्दर । साधारण तौर पर सांस लेने में उदर की मांसपेशियां क्रमशः ऊपर और नीचे की ओर जाती हैं जिससे आंतों और गुर्दों में भी निरंतर हलचल और हल्की-हल्की मालिश होती रहती है । प्राणायाम में पूरक एवं रेचक तथा कुम्भक करते समय यह हलचल और मालिश और भी स्पष्ट रूप से होने लगती है इससे कहीं रक्त जमा हो गया तो इस हलचल के कारण उसपर जोर पड़ने से वह हट सकता है ।

श्वास की क्रिया ठीक तरह से चलती रहे, इसके लिए आवश्यकता है, श्वासोपयोगी मांसपेशियों के सुदृढ होने की और फेफड़ों के लचकदार होने की । शारीरिक दृष्टि से

प्राणायाम के द्वारा इन मांसपेशियों और फेफड़ों का संस्कार होता है और कार्बन-डाय-ऑक्साईड नामक दूषित गैस का भी भली भांति निराकरण हो जाता है । इस प्रकार प्राणायाम आंतों, गुर्दों तथा फेफड़ों के लिए जोकि शरीर के मल को निकाल बाहर करने के तीन प्रधान अंग हैं, बड़ी मूल्यवान कसरत (व्यायाम) है । प्राणायाम जैसे क्रिया को संगीत के माध्यम से आसानी से व्यवहार में उतारा जा सकता है । सुरिले तानपूरे के साथ किया गया 'ओम' का उच्चारण स्वास्थ्य के लिए लाभकारी होता है ।

उपनिषदों में प्राणायाम के रोग नाशक प्रभावों पर प्रकाश डाला गया है । प्राणायाम के अभ्यास से सभी रोग दूर हो जाते हैं । योगचूडामणि उपनिषद में वर्णन आता है कि प्राणायाम से हिक्का, कास, श्वासरोग, सिर, नेत्र और कान की वेदना तथा वायु विकास नष्ट हो जाते हैं । अमृतनादोपनिषद में प्राणायाम के साधक को मृत्यु से परे कहा गया है । योगकुण्डल्यपनिषद का कथन है कि उज्जायी प्राणायाम मस्तक की उष्णता, कण्ठ में स्थित कफ तथा अन्यान्य रोगों को दूर करता है । शीतली प्राणायाम गुल्म, प्लीहा, पित्त, ज्वर, तृषादि विकारों को दूर करता है । मस्त्रिका प्राणायाम कण्ठ के दाह को दूर कर अग्नि बढ़ाता है, कुण्डलिनी जगाता है, पाप नष्ट करता है ।

सभी मानस रोग और ज्ञानपराध से उत्पन्न रोग मन के आश्रित होते हैं मनुष्य की मानसिक अवस्था का स्वास्थ्य पर प्रभाव पड़ता है । शरीर की तुलना में मन का मूल्य हजारों गुना अधिक है, उसी प्रकार शरीर-रोगों की तुलना में मानसिक रोगों से क्षति अत्याधिक है । शरीर रोगी रहे किन्तु यदि मस्तिष्क स्वस्थ हो तो मनुष्य अनेकों मानसिक पुरुषार्थ कर सकता है, किन्तु यदि मस्तिष्क विकृत हो जाए तो शरीर के पूर्ण स्वस्थ होने पर भी सब कुछ निरर्थक बन जाता है



। मनोविकारों के उपचार हेतु प्राणायाम चिकित्सा से श्रेष्ठ कोई पद्धति नहीं हो सकती । विधिपूर्वक खींचा गया श्वास शरीर स्थित प्राण के भण्डार में वृद्धि करता है तथा मस्तिष्क के शक्ति केन्द्रों को जाग्रत कर, सामान्य को असामान्य बनाने तथा रोगी मनःस्थिति वाले के विकारों का शमन करने में सहायक सिद्ध होता है । इस सम्बन्ध में योग विद्या के ज्ञाताओं का कथन है कि ऐसा करने से प्राण मस्तिष्क के स्नायुओं तथा नाडी केंद्र की चक्र उपत्यिकाओं में उसी प्रकार जमा हो जाता है जैसे स्टोरेज बैट्री में संग्रहित विद्युत समयानुसार काम आती है ।

चिकित्सा के क्षेत्र में योग और संगीत की सम्मिलित भूमिका यही है कि गायन संगीत का अभ्यास यदि विधिपूर्वक किया जाए तो रेचक, पूरक, कुम्भक अर्थात् प्राणायाम को बाह्य वृत्ति रेचक और पूरक व आभ्यन्तर वृत्ति कुम्भक से मिलने वाले योग के प्राणायाम सम्बन्धी लाभों का लाभ स्वयमेव मिलना शुरू हो जाएगा । दुख तो इस बात का है कि गायन संगीत को यौगिक क्रिया न समझकर महज गले की कसरत तक सिमित रख दिया गया है । योग के अष्ट अंगों के साथ संगीत का समन्वय कर इस विषय को स्पष्ट करने की चेष्टा क गई है । गायन, वादन तथा नृत्य में गायन प्राणायाम साधना होती है । नृत्य द्वारा व्यायाम से प्राप्त होने वाले, दूसरे अर्थों में आसनों से प्राप्त होने वाले लाभ मिलते हैं और संगीत द्वारा एकाग्रता के लाभ के विषय में तो कोई विवाद ही नहीं है । राग ध्यान चित्रों से संगीत द्वारा एकाग्रता में शीघ्रता एवं सूक्ष्मता आ जाने के कारण संगीत यौगिक क्रिया का स्थान पा सकता है ।

आधुनिक संगीत का स्वरूप योग से कोसों दूर जा चुका है । लेकिन जिस दिन संगीत को यौगिक क्रिया के रूप में प्रतिपादित किया जा सकेगा, संगीत की शक्ति तो दुगुनी

हो जाएगी । तब संगीत शरीर को स्वस्थ रखने का आधार व शक्ति के रूप में प्रकट होगा । जो लोग महज किसी धुन से या कोई मधुर संगीत से चिकित्सा पाने का प्रयत्न करते हैं वे भूल जाते हैं कि मनोयोग के बिना संगीत का प्रभाव भी वे नहीं पा सकते । चिकित्सा बन पाएगी यह तो बड़ी दूर की बात है ।

भ्रूण हत्या ?

कु.हर्षाली नारसे
बी.ए.भाग-१

मैं कुछ कहना चाहती हूँ
अपने हिस्से का जीवन जीना चाहती हूँ

दुनिया के रंग दुनिया के संग मैं भी जिना चाहती हूँ ।
मैं इस दुनिया में आना चाहती हूँ ।

खिल खिलाकर हसना चाहती हूँ
कुछ खॉबो को हकीकत में बदलना चाहती हूँ
न रोको मुझे आने से इस दुनिया में ।

मैं भी अपना ना दुनियाँ को बताना चाहती हूँ ।
जन्म लेने दो मुझे भी बेटे से बढकर दिख लाऊँगी
धरा का सुख क्या चीज है, आसमान के तारे तोड

लाऊँगी

अंति संदेश है मेरा

बचालो जिवन अजन्मी बेटियों को
वरना मिट जाएगा अस्तित्व इस दुनियाँसे मानवता
का...



इंग्रजी विभाग

प्रभारी प्राध्यापक
प्रा.दादाराव उपासे



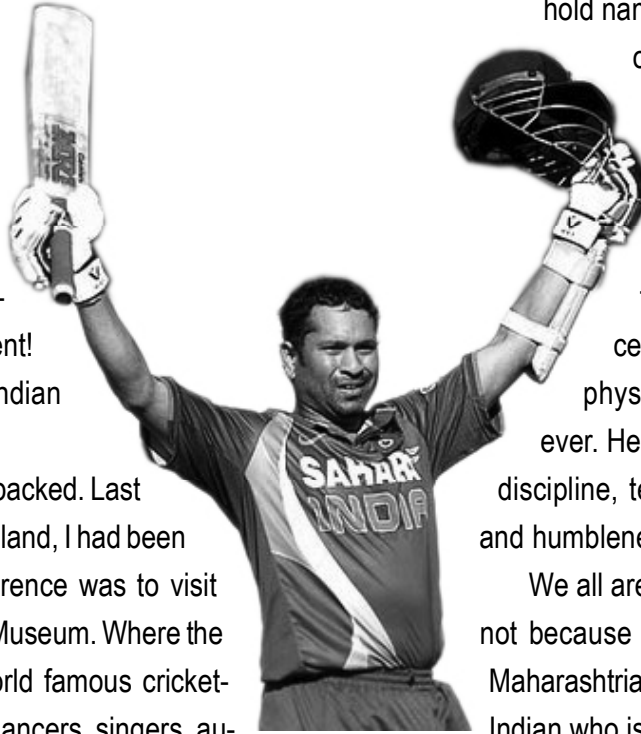


Sachin Tendulkar - 'The God of Cricket'

- Chetan Jogekar
B.Sc.-III

Sachin Ramesh Tendulkar created history by becoming the first cricketer in the world to score 50th century when he reached the historic moment with a single off the south african pacer steyn at Centurian. What a moment! What an achievement! What a contribution to Indian Cricket!

My memory flashed back. Last year during my visit to England, I had been to London. My first preference was to visit Madame Tussad's Wax Museum. Where the lifelike wax statues of world famous cricketers, sports stars, actors, dancers, singers, authors, leaders etc are put up and exhibited. When I entered the Museum, first of all, I could not restrict myself along with my family to have a photograph with Sachin beautiful lifelike statue, holding both hands up with a bat in the right hand. To have a wax statue of Sachin at the Museum is the greatest respect and honour shown to Sachin's achievement in international cricket by England, the origin of the game of cricket.



Sachin Tendulkar has become the household name not only in India but all over the world. He has been the backbone of the Indian cricket team throughout his career of 21 years. Presently at the age of 37, he is centpercent fit, mentally and physically. He is as agile as ever. He is the perfect example of discipline, technique, sportsmanship and humbleness.

We all are righteously proud of him not because he is a Marathi lad or a Maharashtrian, but because he is a true Indian who is solely responsible for elevation of glory of Indian Cricket globally.

Under the able guidance of his Guru Ramakant Acharekar, Sachin learnt basics of cricket during his early days. He was selected in the Indian Cricket Team based on his partnership of 664 runs with his school friend Vinod Kambali. Sunil Gavaskar was Sachin's role model in cricket. Sachin played his first Test match on November 15, 1989 against Pakistan in Karachi during 1989-90 Indo-Pak Series.



At that time he was just 16 years and 205 days old. He also made his debut time no one expected that this teenager will become a legend of India in the coming days. The 1989 international debut was far less spectacular, infact was forgettable. But the next two decades saw him punishing bowlers all over the world on all kinds of pitches. His first Test Century came in England next year in 1990 at Old Trafford, Manchester.

The 37 year old right hander, Sachin who has spent a remarkable 21 years in international cricket has perhaps every batting record that is there to be taken under his belt and adding to the countless tally is the historic 50th Century.

A staggering 14477 runs with 50 tons scored in 175 Tests at a robust overage of 57 confirmed Tendulkar's greatness in the longer version of the game. Tendulkar played 422 ODI's, accumulating 17598 runs at a healthy overage of 45.12. He hit 46 centuries. He is the only ODI batsman in the world to score a double century in ODI's. This fact was included in 'Times Magazine's Top Ten Sports Moment of the Year'.

But Sachin has restricted himself from international Twenty-20 form of cricket. Still he leads Mumbai Indians in this form of cricket in Indian Premier League.

SIR DONALD BRADMAN AND SACHIN TENDULKAR

Iconic Indian batsman Tendulkar who be-

came the only cricketer in history to have scored 50 Test Centuries emerged winner over Don Bradman, the legend of the past era of world cricket.

Recently the Australian newspaper 'Sydney Morning Herald's' held a survey asking for 'The greatest batsman ever ; Bradman or Tendulkar'. The result was that 67% voted for Tendulkar and 99% for Bradman.

A cricket lover from Australia says, "I am an Australian. I love Don Bradman, But my unbiased thought is that Sachin is greater. Sachin has scored more than 30,000 runs. He is playing in an era where every ball is analysed and taken note of. Yet 12 nations have not found the way to stop him". Yes, Sachin Tendulkar is better than Sir Donald Bradman. Tendulkar has played all the three forms of the game to Bradman's one. Tendulkar has played around on many diffrent pitches, against a variety of bowlers and is the highest run getter in tests and one-dayers. Undisputedly, Sachin is the best ever.

The little master always received showers of praised from his admirers. He has been accompanying pressure of form, fame, adulation, rechneress, glamour, temptation along with duty towards his family. Still he is a sea of calmness. He is gentle, vesatile and soft spoken. He always gets moral support from his wife, children and his brother Ajit.

Sachin was honoured with 'Padmashree' by Indian Government. He also



received 'Maharashtra Bhushan' from the government of Maharashtra.

But this is not enough for this 'Kohinoor' of India. We request the Indian Government to confer upon him the highest honour of the nation. Sachin deserves no less than 'Bharat Ratna' because Sachin Ramesh Tendulkar is really "The God of Cricket" as Lata Mangeshkar, the Melody Queen Stated.

Let's wish Sachin the best for the coming world cup - 2011 and pray the Almighty to bless him with a long centenarian and happy life to guide the Indian Cricket.

अशी का करतेस आता ...

- अमर किनकर
बीएससी-९

प्रेमाने तु जवळ केले
आणि का दुर करतेस आता ?
चुलीतले सगळे निखारे विझलेले
का भाकर त्यावर शेकतेस आता ?
प्रेमरूपी स्वप्नांचे मी महाल बांधले
का भितींना त्यांच्या पाडतेस आता ?
तु एक जिंकलेली, मी एक हरलेलो
तरी हा खेळ पुन्हा तु का खेळतेस आता ?
दिवा लावला या देवघरात मी
वात जळाली उरली दिवनाल आता
फुल घेतले मोठ्या आनंदात तु
का पायाखाली त्याला चेंदतेस आता ?
मी एक लढवय्या केव्हाच हरलेलो
तरी ही लढाई का लढतेस आता ?
शर्मेने माझी मान केव्हाच झुकलेली
तरी का माझ्यावर तू हसतेस आता ?

तु काय ला असो करस

ललीत धवड
बी.ए.भाग - १

तु काय ला असो करस

मरी गोष्टतं मानले

भज भज गुरू को नाव

जिंदगानी दूरूस्त करले ॥ धृ ॥

कली युग की भलतीच किमया

पासं लागस संसार की माया

माया को भलतोच खेलस

करत नही माय बाप की दया

तोला एकच उपाय सांगुस

भजन पुजन को ध्यास धरले ॥ १ ॥

येन जमाना की रित त देख

सज्जन माणुसला मागणू लास भीक

गुडां गर्दिवाला की चांदी स

लोगणा वला मदत करस

कहाण पर्यंत चलेन या बाब

येन बात को विचार करले ॥ २ ॥

दुनियावालांना कीतही जानदे

ईश्वर चिंतन म मन घालदे

सत संग को फायदो करले

आपलो जिवन आब सुधारले

एवढी बिनती करूस तुम्हाला

जिवन की नाव तारले ॥ ३ ॥



Farmer's Suicide

- Bharti D. Nimburkar
B.Sc.-Part - II

Agriculture provides the principal means of livelihood for over 60% of India's population. Despite a steady decline in its share to the gross Domestic Product (GDP) agriculture remains the largest economic sector in the country. Low and volatile growth rates under the sector and the recent escalation of an agrarian crisis in several parts of the country pose a threat not only to national food security but also to the economic well being of the nation as a whole.

In 1947 the share of Agriculture in total GDP was 50%. Gradually it declined and has now come down to about 20%. Still however 60% population depend on agriculture for the survival. In 1988-89 i.e. prior to introduction of Financial Sector Reforms, growth rate in Agriculture in India was 15.4%, which has come down to 9.4%(2006-07). Due to rapid growth of rural population and division of families the farmland has undergone rapid fragmentation. Presently 80% of the farmland holding are with the small and marginal farmers owning land up to 5 acres. For these category of farmers cost of production by way of farm inputs has increased manifold over the years while the productivity of the land remained at the same level and sale price of farm produce has not commensurately increased. These factors have driven farmers to the debt trap and have caused distress leading to suicide.

The smaller the landholding higher is the cost of

production. The distressed economy of small scale crop cultivation is further accentuated by lack of knowledge, scientific application of crop management, diversification practices, inappropriate system such as non availability of quality input material in time, inadequate irrigation facility, non-remunerative prices, dominance of middlemen in Agricultural Marketing Structure. It is encouraging to see that our country is one of the fastest growing economies in the world. Reform process in most of the economic sectors is in place. There is healthy competition in almost all the sectors leading to cost reduction. GOI has planned to achieve 10% growth by 2012, but all this cannot be achieved unless the targetted growth is ensured for Agriculture sector.

There is an old saying in Marathi "bFks 'ksrdjh dtkZrp tUerks vkf.k dtkZrp ejrks" which means "Farmer takes the birth in debt and die in the same condition". This was the position of farmers before independence and it still continue after 63 years of independence. If we analyse the suicides by farmers in Maharashtra it is revealed that it is higher in Vidarbha region of the State where farmers preferred cultivation of "white gold" i.e. cotton - a risky venture that suffered due to non-availability of quality seeds coupled with the farmers or incapacity to buy costly Bt. cotton seeds. They could also not get remunerative price for their produce.



Life lies in dispossession

- Devendra Bhad
B.A.-Part - III

The woodcutter's axe begged for its handle from the tree. The tree gave it. One really gropes for appropriate words to describe this level of self-sacrificing munificence. This is beyond generosity. This is something else. When Karna in Mahabharat gave away his "kavach" and "kunadal" to Indra who came to him in the guise of poor Brahmin, Karna knew that he was parting with life by giving away things that immortalized him. Ahae didn't hesitate.

The loftiness of human heart is when you don't ever care for your existence and give away what constitutes your life. Urdu poet and critic Mazhar Imam said, "Koi dar se mere khaali na jaaye... jaan bhi de doon agar tu bulaye." (No one should return for my life if it's asked for) Human history is replete with instances of ultimate and most willing self-sacrifices. In mythology, one comes across the story of sage Dadhichi, who went into "Samadhi" (deep contemplation) and died, so that his bones could be used by gods to defeat asuras (demons). The vajra made from his bones ultimately vanquished all "asurans"

David Emloncks approached Scottish doctor Sir Alexander Fleming and requested him to try his penicillin on him. He didn't ask for anything. His only wish was to offer his body for experiments to save the mankind. Pierre Elcai gleefully allowed Louis Pasteur to vaccinate him for the vaccine of rabies, caused by a canine bite or even a bruise.

Man is capable of sacrificing his own self and his life and that's the greatness. Giving away sans any expectations is the key to everlasting greatness. Immortality lies not in possession but in dispossession. When a zen monk lost his home, he thanked the universe and said, "Now, the boundless sky is my roof and there is nothing, restricting my vision to see the stars!"

A stoically dispassionate approach to things can enrich life. In the last century, A tourist from the United States visited the famous Polish rabbi, Hofaiz Chaim. He was astonished to see that the rabbi's home was only furniture was a table and a bench. "Rabbi, where's your furniture?" said Hofetz.

"Mine? But I'm passing through. I'm only a visitor here." "So am I," was the reply. We're all visitors. World's an in and we're forever in transit. The life that can be utilized for the mankind is the life that is most sought after. While leaving the world, one realizes that nothing belongs to him/her. jayega jab yahaan se kuchh bhi na paas hoga.... Do ghaz kafan ka tukda tera libaas hoga., (When you depart, you'll have nothing on your person.... A shred of two yards will be your only apparel).

To quote Ahmad Nadeem Qasmi, "Yahi hai zindagi ka sabaq.... Luta de sab kuchh kisi ke maangne se pahle." (The greatest lesson of life is to sacrifice whatever you've even before someone asks for it). So divine, isn't it?



A train of thoughts

- Bhushan Charpe
B.A.-Part - II

I was on my way back to Nagpur from Kolkota by train where I had been to on an official trip. At Durg station a mother and daughter boarded the train and occupied the berths opposite mine. From their conversations I could infer that the daughter was studying in Pune and her mother was going along to drop her there.

As are all the youngsters now, the daughter was soon immersed in her mobile phone sending out messages, ordering for something and doing multitude of activities all through mobile applications in addition to answering queries of her mother.

I was wondering about the multi-skilled talents of the present generation even though conversations with parents have dwindled to monosyllables in between these hordes of activities. Being Lunchtime I was waiting for my lunch to arrive from the pantry. The mother took out Lunch packets from their Luggage and the daughter spread out a few pages of a newspaper in between. They placed the Lunch packets on the newspaper and started having their Lunch.

On finishing their Lunch the girl wiped the berth with the newspaper and whatever crumbs were

on the berth was casually pushed on to the floor. I was wondering at the attitude of the girl who was just concerned about cleaning the area she used but not bothered about the filth she was creating for others.

It was a replica of our countrymen who want their residences clean but do not bat an eyelid while throwing waste around the street even if it happens to be just outside their residences.

The girl then climbed on to the upper berth to have a nap and her mother used the lower berth. But then before going to sleep the girl was applying lipstick to her lips. I was wonderstruck at this nature of the youngster who was more concerned about her appearance even while going to sleep. To me the new generation, though technically advanced, seemed to be becoming more self-seemed to be becoming more self-centered.

It then struck me that we have been trying to create a vibrant, skilled new generation but somehow we are cocooning ourselves to selfishness and ignoring the aspect of collective good. But then there is also a silver lining and a solution to this. What if the skills of the new generating be diverted towards



finding solutions to problems concerning common good? Rural healthcare, scientific waster harvesting alternative energy sources, effective traffic management are some of some of the areas which require immediate intervention and involvement of the next generation Maybe the Government should take measures to make these areas attractive for involving the next generation by way of good remunerative options and recognition. Compulsory service for a specified period in above areas should be made mandatory for students passing out of IITs and other prestigious institutions where learning is subsidized by the Government .A train of thoughts was engulfing my mind.

A loud sound similar to that of continuous gunshots shook me out of my reverie. A young guy on the side berth was watching a movie on his mobile phone without earphone. He seemed unconcerned about the disturbances caused to fellow passengers. My thoughts on common good went for a toss.

DREAM

Hold fast to dreams
For if dreams die
Life is a broken-winged bird
That cannot fly.
Hold fast to dreams
For when dreams go
Life is a barren field
Frozen with snow.

HOW TO ACHIEVE THE SUCCESS

- Kirti Thakre
B.A.-III

*To dream the impossible dream
To fight the unbeatable foe
To bear with unbearable sorrow
To run where the braved were not to go
To love the pure and chaste affair
To right the unforgivable wrong
To try the Arms are vairy
To reach that unreachable star
This is my guilt to follow that star
No matter how id it long
No matter how far
To fight for right without questions, without
couse
To be willing to march in to the hell for heav-
enly cause
There is no stop for that war.*

सुख दुःख

- रूपाली सावरकर
बी.एससी.-३

सुख फुलाप्रमाणे उमलून

क्षणत नाहीसे होते

दुःख मात्र जीवनाला

एक धार देऊन जाते

सुखदुःखाच्या धाग्याने

आयुष्य विणले जाते

दुःखस्पर्शाने मन दुखावते

सुखाच्या फुंकरीने मात्र मन सुखावते

विद्यापीठ गीत

या भारतात बंधुभाव नित्य वसू दे ...

या भारतात बंधुभाव नित्य वसू दे ।
दे वरचि असा दे ।
हे सर्व पंथ-संप्रदाय एक दिसू दे,
मतभेद नसू दे ॥ धृ ॥

नांदोत सुखे गरिब-अमिर एकमतानी ।
मग हिंदु असो ख्रिश्चन, वा हो इस्लामी ।
स्वातंत्र्यसुखा या सकलांमाजि वसू दे ।
दे वरचि असा दे ॥ १ ॥

सकळांस कळो 'मानवता, राष्ट्रभावना' ।
हो सर्वस्थळी मिळुनि 'समूदाय-प्रार्थना' ।
उद्योगि तरुण वीर, शीलवान दिसू दे ।
दे वरचि असा दे ॥ २ ॥

हा जातिभाव विसरुनिया एक हो आम्ही ।
अस्पृश्यता समूळ नष्ट हो जगातुनी ।
खळ-निंदका-मनीहि 'सत्य-न्याय' वसू दे ।
दे वरचि असा दे ॥ ३ ॥

सौंदर्य रमो घराघरांत स्वर्गि ज्यापरी ।
ही नष्ट होऊ दे विपत्ती, भीति बोहरी ।
तुकड्यास सदासर्वदा सेवेस कसू दे ।
दे वरचि असा दे ॥ ४ ॥

- राष्ट्रसंत तुकडोजी महाराज

