



व्हीएसपीएम अकॅडमी ऑफ हायर एज्युकेशन
द्वारा संचालित

अरविंदबाबू देशमुख महाविद्यालय, भारसिंगी

आंजळ फुलांची

२०२१-२२



VSPM Academy of Higher Education, Nagpur



Our Inspiration



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

EXECUTIVE COMMITTEE

Shri. Ranjeet Deshmukh	President
Shri. Subhash B. Deshmukh	Vice-President
Dr. Ashish R. Deshmukh	Working President
Shri. Yuvraj D. Chalkhor	Secretary
Shri. Dinkar Y. Raut	Jt. Secretary
Shri. Kumar K. Natrajan	Jt. Secretary
Shri. Sudhir C. Deshmukh	Treasurer
Shri. Chandrashekhar K. Barethiya	Director
Shri. Prakash M. Makarampure	Director
Shri. Suresh M. Bandre	Director
Shri. Anil S. Parakh	Director

Arvindbabu Deshmukh Mahavidyalaya, Bharsingi



Our Guide



Hon'ble Dr. Bhausaheb 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	Social Field
Shri. J.K.Masih	Education Field
Dr.Y.R.Kubade	Research Field
Mr.R.K.Sharma	Industry Field
Dr.V.W.Dhote	Member Secretary
Dr.S.A.Jichakar	Teacher Representative
Mr.D.K.Upase	Teacher Representative
Dr.S.B.Thakre	Teacher Representative
Dr.P.D.Pawar	IQAC Co-ordinator
Mr.A.A.Chaudhari	Non-Teaching Representative
-----	President Student Council
-----	Secretary Student Council

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 स्वप्नपुर्तीसाठी झटणारे व्यक्तीमत्व होते. त्यांच्या अपुऱ्या स्वप्नांची पुर्तता 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.तृप्ती 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
प्रभारी 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 ऑजळ हा वार्षिकांक आकाराला आला आहे. ऑजळ 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. ऑजळ 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 ऑजळ 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.

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

धन्यवाद,

प्रा.साधना जिचकार
संपादक



मराठी विभाग

प्रभारी प्राध्यापिका
प्रा.सौ.साधना जिचकार



अरविंदबाबू देशमुख महाविद्यालय, भारसिंगी वार्षिकांक - २०२१-२२

मुलांवर लहान वयात संस्कार कसे करावे ?

- सुरज गोरे, बी.ए.भाग-३

संस्काराचा मुळ पाया म्हणजे शिस्त. प्रत्येक कृतीला जर शिस्त, नियम घालून घेतले नाहीत तर ती कृती अपूर्ण होते. सकाळी उठल्यापासून ते रात्री झोपे पर्यंत शिस्तीचे काटेकोर पालन केले तर अश्यात त्यातील प्रगती जलद होते. त्यासाठी लहानपणीच शिस्तीचे संस्कार बालमनावर रूजवायला हवेत.

मुलांना स्वावलंबी बनवणे

लहानपणीच मुलांना योग्य वळण लावणे, झोपून उठल्यावर स्वतःच्या पांघरूणाची घडी घालायला लावावी. सुरवातीला निट येणार नाही पण हळूहळू मुल जसे मोठे होईल. तसा व्यवस्थितपणा त्याच्या अंगी आल्याशिवाय राहणार नाही. सकाळचे आन्हीक उरकल्यावर शाळेचा अभ्यास, शाळेची तयारी त्यांची त्यांनाच करायला शिकवावी. अभ्यासाची पुस्तके वहा्या निटनेटक्या व जागच्याजागी ठेवण्याचे वळण लावावे. शाळेतून अथवा बाहेरून आल्यावर चप्पल-बुट, दप्तर वगैरे ठराविक जागी ठेवायला शिकवावे. स्वतःचे स्वतः करण्यास मुलांनाही आनंद वाटतो. थोडक्यात म्हणजे मुलांना स्वावलंबी करावे. त्यात मुलगा मुलगी असा फरक नको. प्रत्येक गोष्टीचे निट वळण लावले तर मुलं घरी असो वा इतर ठिकाणी ते नेटकेपणानेच वागेत.

वेळोवेळी प्रार्थना व कृतज्ञता व्यक्त करायला शिकवावे

सकाळी झोपून उठल्याबरोबर मुलांना अंथरूनातच प्रार्थना करायला व आजचा दिवस ईश्वराने दाखवल्याबद्दल

कृतज्ञता व्यक्त करायला शिकवावे. तोंड धुतल्यावर देवाला नमस्कार करायला सांगावे. कोणताही पदार्थ खाण्यापूर्वी त्याच्याकडून प्रार्थना म्हणून घ्यावी. तसेच प्रत्येक गोष्ट ईश्वरकृपेने झाली, हे त्याच्या मनावर बिंबवावे.

लवकर निजणे लवकर उठणे

लवकर निजे व लवकर उठे, त्यास आरोग्य व धनसंपत्ती मिळे. असा श्लोक आहे. पूर्वीच्या काळी ऋषीमुनींनी ब्रम्हमुहूर्तावर उठून वेदपठण करत असत. रात्री रज-तमाचे प्राबल्य असते. या उलट पहाटे सात्विकता असल्यामुळे त्याचा अभ्यासावर चांगला परिणाम होतो.

मुलांचे अतिलाड करणे टाळावे

आजकाल घरांतून एखादे दुसरेच मुल असल्याने त्याची आवड जपली जाते. जेवण, कपडे सर्वच बाबतीत म्हणतील ती पूर्व दिशा. असे आढळून येते, लहानपणा पासून त्यांचे ऐकत गेले की, मुले पुढे ऐलेनाशी होतात. त्यामुळे त्यांचे अती लाड करू नये.

मुलांपुढे स्वतःचा आदर्श ठेवा

घराचे सत्य, शिवं सुंदरम् करायचे असेल तर शिस्त, आज्ञापालन, मोठ्यांचा आदर करणे, हे सर्व करता आले पाहीजे. मोठ्यांशी आपला आदर्शच असा निर्माण केला पाहिजे की आपले वळण शिस्त बघून आपले मुलही आपले अनुकरण करेल, असे झाले तर आदर्श कुटूंब व्हायला वेळ लागणार नाही.

बाप

- कु.धनश्री चौधरी, बी.ए.भाग-२

आई घराचं मांगल्य असते तर बाप घराचं अस्तित्व असतो. पण घराच्या अस्तित्वाला खरंच आम्ही कधी समजून घेतले आहे कां? वडीलांना महत्व असूनही त्यांच्याविषयी जास्त लिहिलं जात नाही. कोणतीही व्याख्यता आईविषयी बोलत राहते. संत महात्म्यांनी आईचं महत्व अधिक सांगितले आहेत. लेखकांनी / कवींनी आईचे तोंड भरून कौतुक केल आहे. चांगल्या गोष्टींना आईचीच उपमा दिली जाते, पण बापविषयी कुठेच फारसं बोलल जात नाही. काही लोकांनी बाप रेखाटला पण तोही तापट, व्यसनी, मारझोड करणाराच समाजात एक दोन टक्के असे बाप असतील पण चांगल्या वडीलांबद्दल काय?

आईकडे अश्रूंचे पाट असतात. पण बापाकडे संयमाचे घाट असतात. आई एकूण मोकळी होते, पण सांत्वन वडिलांनाच करावं लागतं आणि रडण्यापेक्षा सांत्वन करणाऱ्यावरच जास्त जाण पडतो. कारण ज्योतीपेक्षा समईच जास्त तापते ना! पण श्रेय नेहमी ज्योतीलाच मिळत राहतं. रोजच्या जेवणाची सोय करणारी आई आमच्या लक्षात राहते पण आयुष्याच्या शिदोरीची सेवा करणारा बाप आम्ही किती सहज विसरून जातो. सर्वासमोर आई मोकळेपणाने रडू शकते पण रात्री उशीत तोंड खुपसून

मुलमुसतो तो बाप असतो. आई रडते, वडिलांना रडता येत नाही. स्वतःचा बाप वारला तरीही त्याला रडता येत नाही. कारण बहिणींचा आधार व्हायचं असतं. पत्नी अर्ध्यावरच साथ सोडून गेली तर पोरंसाठी अश्रूंचेर आवर घालावा लागतो. जिजाबाईंनी शिवाजी घडविला असं अवश्य म्हणावं पण त्याचवेळी शहाजी राजांची ओढताण सुद्धा ध्यानात घ्यावी. देवकी-यशोदेचे कौतुक अवश्य करावं पण पुरातून पोराला घेऊन जाणारा वासुदेव लक्षात ठेवावा. राम हा कौसल्या पुत्र अवश्य असेल पण पुत्र वियोगाने तडफडून मरण पावला तो पिता दशरथ होता.

वडिलांच्या टाचा झिजलेल्या चपलांकडे बघितलं की त्यांचे प्रेम कळते. आमच्या नशिबाची भोक त्यांच्या बनियानाला पडलीत. त्यांचा दाढी वाढलेला चेहरा, त्यांची काटकसर दाखवितो. मुलीला गाऊन घेतली, मुलाला लुंगी घेतील पण स्वतः मात्र जुनी पॅन्टच वापरतील. मुलगा सलूनमध्ये वीस पंचवीस रूपये खर्च करतो, मुलगी पार्लरमध्ये खर्च करते पण त्याचे घरातला बाप दाढीचा साबण संपला म्हणून आंघोळीच्या साबनाने दाढी करतो. बाप आजारी पडला तरी लगेच दवाखान्यात जात नाही, तो आजाराला घाबरत नाही पण डॉक्टर महिनाभर



आराम करायला लावतील याची भिती वाटते. कारण पोरीचं, पोराचं शिक्षण बाकी असतं, घरात उत्पन्नाचं दुसरं साधन नसतं ऐपत नसते. तरीही मुलाला मेडीकल, इंजिनिअरींगला प्रवेश मिळवून दिला जातो. ओठताण सहन करून मुलाला दर महिन्याला पैसे पाठविले जाते. पण सर्वच नसली तरी काही मुलं अशीही असतात, की जे तारखेला पैसे येताचं मित्रांना परमीट रूममध्ये पाट्या देतात आणि ज्या बापानी पैसे पाठवले त्याच बापाची टिंगल करतात. एकमेकांच्या बापाच्या नावांची एकमेकाला हाका मारतात.

आई घराचं मांगल्य असते तर बाप घराचं अस्तित्व असतो. ज्या घरात बाप आहे त्या घराकडे वाईट नजरेनं कोणीही बघू शकत नाही. कारण घरातला कर्ता जिवंत असतो. तो जरी काहीही करत नसला तरीही तो त्या पदावर असतो, सांभाळत असतो. कोणाचं मुलगा होणं टाळता येतं पण बाप कधीही बाप होण्याचं टाळत नाही. आईच्या असण्याला अथवा आई होण्याला बापामुळे अर्थ असतो.

कोणत्याही परिक्षेचा निकाल लागल्यावर आई जवळची वाटते. कारण ती जवळ घेते, कवटाळते, कौतुक करते. पण गुपचूप जाऊन पेठ्यांचा पुडा आणणारा बाप कोणाच्याच लक्षात राहत नाही. पहिलतकरणीच खूप कौतुक होत. पण हॉस्पिटलच्या आवारात अस्वस्थपणे वावरणाऱ्या बाळाच्या बापाची कोणीही दखल घेत नाहीत. चटका बसला, ठेच लागली, फटका

बसला तर आई गं शब्द बाहेर पडतो. पण रस्ता पार करतांना एखादा ट्रक जवळ येऊन ब्रेक लागला तेव्हा बापरे हाच शब्द बाहेर पडतो. छोट्या संकटासाठी आई चालते पण मोठमोठी वादळ पेलतांना बापच आठवतो. कायं पटलय नां!

कोणत्याही मंगलप्रसंगी घरातील सर्वजन जातात. पण मयताच्या प्रसंगी बापालाच जावं लागतं. कोणताही बाप श्रीमंत मुलीच्या घरी जास्त जात नसतो. पण गरीब लेकीच्या घरी उभ्या उभ्या का होईना चक्कर मारतो. तरूण मुलगा उशीरा घरी येतो तेव्हा बापच जागा असतो. मुलाच्या स्थळांसाठी उंबरठे झिजवणारा बाप, घरच्यांसाठी स्वतःच्या व्यथा दडपणारा बाप खरंच किती महान असतो ना. वडीलाचं महत्व कोणाला कळतं? लहानपणीच वडील गेल्यावर अनेक जबाबदाऱ्या खुप लवकर पेलव्या लागतात. त्यांना एकएक वस्तुंसाठी तरसावं लागतं. वडीलांना खऱ्या अर्थाने समजून घेते ती म्हणजे त्या घरातील मुलगी, सासरी गेलेल्या अथवा त्या घरापासून दूर असलेल्या मुलीला बापाशी फोनवर बोलतांना बापाचा बदललेला आवाज एका क्षणात कळतो ती अनेक प्रश्न विचारते. कोणतीही मुलगी स्वतःच्या इच्छा बाजूला ठेवून बाप सांगेल तेव्हा विवाहाच्या बोहल्यावर चढते. मुलगी बापाला जाणते, जपते, इतरांनी सुद्धा आपल्याला जाणाचं हिच बापाची इच्छा (किमान अपेक्षा) असते.



साने गुरुजींची शिकवण

– सागर ढोपरे, बी.ए.भाग-२

मानवी जीवनास आवश्यक असलेल्या प्रेम, दया, कष्ट, सेवा आणि त्याग या सद्गुणांची शिकवण साने गुरुजींनी त्यांच्या आईकडून मिळविली. साने गुरुजी एके ठिकाणी अभिमानाने म्हणतात – “पैशांनी आम्ही जरी गरीब असलो तरी संस्काराने व मनाने श्रीमंत होतो.” हे संस्कार त्यांना त्यांच्या आई-वडीलांनी दिलेत. एकदा त्यांच्या आईने लहानपणी त्यांना आंघोळ घातली, अंग पुसले, आणि सांगितले, जा देवाची फुले काढ. छोटा श्याम म्हणाला, “माझ्या पायाचे तळवे ओले आहेत. त्यांना माती लागली तर तुझे ओटे खाली पसर त्याला मी माझे पाय पुसतो.” श्याम देवघरात गेला, तेव्हा आई म्हणाली – “बाळ पायाला घाण लागू नये म्हणून जपतोस तसेच मनाला घाण लागू नये म्हणून जप हो. देवाला सांग शुद्ध बुद्धी दे म्हणून.” हे छोट्या श्यामने जन्मभर लक्षात ठेवले व स्वतःचे मन स्वच्छ ठेवले.

“मी पण ज्यांचे पक्क फळापरी

आपोआप गळाले हो

जीवन त्यांना कळाले हो”

या ओळी आहेत, कविवर्य बा.भ.बोरकरांच्या. ह्या ओळी वाचनातून गेल्यानंतर धडपड झाली ती अशाच व्यक्तीमत्वाच्या व्यक्तीची आणि लागोलाग ती मुर्ती समोर आली. आपल्या नावानिशी या ओळींना साजेसे अनेक व्यक्ती आहेत. पण मला गवसलेलं व्यक्तीमत्व जवळपास सर्वांना पटणार म्हणण्यापेक्षा मान्य होणार आहे, असं मला वाटते. त्यातच या ओळींच्या अनुषंगाने त्यांचा अल्प परिचय माझ्या विचारातून मांडते.

आपण सर्व असे बुचकाळ्यात पडले असाल की, ही कोणाबद्दल बोलतेय. तेही खरेच आहे. ते व्यक्तीमत्व आहे साने गुरुजी. रत्नागिरी जिल्ह्यातील पालगड, ता.दापोली या गावी दिनांक २४ डिसेंबर १८९९ रोजी साने गुरुजींचा जन्म झाला. त्यांचे संपूर्ण नाव पांडूरंग सदाशिव साने, साने गुरुजी या नावानेच आपणा सर्वांना ते परिचित आहेत. इयत्ता ५ वी पर्यंतचे त्यांचे शिक्षण पालगड येथेच झाले. पुढील शिक्षणासाठी ते दापोली येथे आले. शाळेच्या दिवसात ते दापोली येथे असतं. पालगड ते दापोली हे १८ किमीचे अंतर ते पायी चालत असतं.

“झाला कितीही त्रास

घडले कितीदा उपवास

उच्च शिक्षण पूर्ण करणे

हाच मनी होता त्यांच्या ध्यास”

माध्यमिक शिक्षण पूर्ण झाल्यावर ते काही काळी औंध संस्थानात शिक्षण घेत होते. त्यानंतर पुढील शिक्षण त्यांनी पुण्यात घेतले. संस्कृत नी मराठी विषय घेऊन एम.ए. पूर्ण केले. शिक्षण चालू असतानाच त्यांनी ग्रंथाशी मैत्री केली. अनेकांची चरित्रे वाचली. त्यातूनच व्यक्तीमत्व आकारास आले. शालेय शिक्षणाच्या वेळी त्यांना वाचन, चिंतन, मनन यांची सवय लागली. शालेय शिक्षण पूर्ण झाल्यावर ते शिक्षक झाले.

निसर्गाच्या सानिध्यात रहा, त्यांना जवळून पहा. त्यामुळे सृष्टीसौंदर्य पाहता येते आणि आपलं मन सदोदित प्रफुल्लित राहते. ज्ञान मानसाला माणूसकी देवू पाहत असते,



ज्ञानामुळे आपणाला निर्भयता प्राप्त होते. ज्ञानदान म्हणजेच
जीवनदान होय.

“आता उठवू सारे रान
आता पेटवू सारे रान”

हे गीत त्याकाळी तरुणांच्या ओठांवर रेंगाळत होते.
ते आजही तितकेच लोकप्रिय आहे. त्यागमय, सेवामय,
प्रेममय आणि तेजोमय जीवनाचे वर्णन श्यामची आई या

पुस्तकाच्या रूपाने आपणास सहजपणे पाहावयास मिळते.
मी जीवनाचा एक नम्र उपासक आहे. असे ते
म्हणतं. संसार सर्वांचा सुखी व्हावा, संपन्न व्हावा आणि
प्रेममय बनावा हीच त्यांची आंतरिक तळमळ होती.

आपले सत्व व तत्व न सोडता जीवन कसे जगावे,
हे श्यामची आई व साने गुरुजी यांचेपासून शिकावे. २४
डिसेंबर या त्यांच्या जयंती दिनी त्यांना कोटी-कोटी प्रणाम!

॥ अस्तित्व ॥

कु.दिपाली धावडे

बी.ए.भाग १

नाही तुझे नाही माझे
हा देह ईश्वराचा, कां? करतोस माझे माझे
जमिन त्यांची पाणी त्यांचे
हा सर्व मायेचा पसारा
जमिन, बंगले पुष्कळ बनविले
बायको पोरांचा संसार थाटला
आई वडिलांना वेशीवर टांगले
अवघा नास्तिक बनला
यम, एका क्षणांत घेवून गेला
सांग बापा तू कोठे राहला
खोटी वाजी खोटी करणी
सत्याचा लवलेस नाही
अखेर जगांत काय देवून गेला
असेच कर्म कर बापा
मेल्यावरही
अमर राहिल असा हो दाता

॥ शेतकरी ॥

फुकटांत काही नको । आम्हाला हवे घामाचे दाम ।

कु.भाग्यश्री सकर्डे

मेल्यावर कसले देता लाखाचे दान ।

बी.ए.भाग ३

जिवंतपणी राखा शेतकऱ्यांचा मान ।

नाही तर जाईल राष्ट्राची शान । फुकटांत काहीही नको ॥ धृ ॥

हवे तसे लिहून ठेवले मंत्र ।

सावकारी गेली लुटणारी बँक आली ।

पण – एक दिवस उजाडेल । सर्व नाशाचे तंत्र ।

अखेर शेतकऱ्यावर आत्महत्येची पाळी आली ॥

फुकटांत काहीही नको । आम्हाला हवे घामाचे दाम ॥ धृ ॥

जगाचा अन्नदाता त्याची शेती गहाण ।

पुरे झाले मदतीचे पोवाडे ।

त्यावर आहे राष्ट्राची शान । फुकटांत काहीही नको ॥ धृ ॥

आत्महत्येनंतर नको सोन्याचे कडे ।

सरकारे देती मदतीचे आश्वासने ।

जिवंतपणी करा कर्जाचे निवाडे ।

आता पर्यंत तोंडा पुसली पाने ।

करा उत्पादन खर्चाचा आराखडा ।

सर्व ठरली खोटी आश्वासने ।

त्यावर आखा किंमतीचा निवाडा ।

कष्टाने कमावलेल्या अन्नावर । जगतात पशू-पक्षी, प्राणी ।

लक्षांत ठेवा शेतकरी आहे देशाचा कडा ।

मात्र शेतकऱ्यांना फिरावे लागते रानोरानी ।

मग आम्हा भिक नको । मिळेल आम्हाला घामाचे दाम ॥

फुकटांत काहीही नको । आम्हाला हवे घामाचे दाम ॥ धृ ॥

किती कमवाल धन संपत्ती ।

धूर्त नेते राजकारणी ।

मेल्यावर काही येणार नाही हाती ।

कर-कायद्यांनी बांधले मर्म स्थानी ।

ही सर्व राष्ट्राची संपत्ती ।

आता करू नको शेतकऱ्यांनी हानी ।

सुख समाधानांनी तुम्ही जगा । आणि शेतकऱ्याला जगू द्या ।

भ्रष्टाचार, फुकटांत खाण्याचे तंग ।

ही आपली संस्कृती ॥

माझी मायबोली मराठी...

- कु.रूपाली बडोदे, एम.ए.भाग-२

सध्या असे एक वातावरण निर्माण झाले की, इतर भाषेच्या आक्रमणामुळे मराठीत प्रदुषण झाले आहे. इंग्रजी माध्यांचा वाढता हव्यास यामुळे अलिकडच्या काळात लोकांच्या खुप चर्चेचा आणि चिंतेचाही झालेला विषय म्हणजे मराठी भाषेचे भवितव्य काय? ती भविष्यात लयास जाईल काय? हिंदी, इंग्रजी सारख्या भाषांचा मराठीवर वाढत्या प्रमाणात पडणारा प्रभाव पाहून मराठी भाषिक अस्वस्थ होतात. अनेकांना चिंता वाढू लागली याच कारणास्तव विदर्भ साहित्य संघाने देखील चौदा वर्षांपूर्वी एक बैठक आयोजित केली होती. मुख्यमंत्र्यांना निवेदन दिले होते. तसेच यावर परिसंवाद देखील ठेवले गेले होते. आजच्या जागतिकीकरणाच्या सुटलेल्या नव्या वादात आपली ही काळीसावळी, नाकीडोळी नीटस आणि अंगपिंडाने सकस अशी मराठी भाषा कशी आणि कुठवर निभाव धरू शकेल. या आशंकेने अनेकांच्या वृत्ती उद्विग्न होतांना दिसतात.

महाराष्ट्र राज्याची निर्मिती होवून आता ५४ वर्षे लोटली. कागदोपत्री मराठी ही केवळ राज्यभाषा झाली. शासकीय व अशासकीय कार्यालये व अन् संस्था यांचा कारभार मराठी भाषेतून व्हावा या संबंधीचे ठराव व घोषणा अनेकदा झाल्यात पण त्याची प्रामाणिकपणे अंमलबजावणी न झाल्यामुळे कपाळीचा वनवास अजुनही संपला नाही. राणी होवूनही तिला दासीचे जीवन जगावे लागत आहे.

मात्र खरे पाहिले असता मराठी भाषा आणि तिच्यावर होणारे इतर भाषांचे परिणाम हा काही मराठी भाषिकांचा

आजच्याच चिंतेचा विषय आहे असे नाही. १९२६ साली इतिहासाचार्य राजवाडे यांनी काळातले एक कवी गंगाधन मोगरे यांनी एका कवितेत म्हटले.

म्हणतात जे मराठी भाषा होणार ही असे नष्ट
मिळणार काय करूनी अर्थ हिला वाचवावया कष्ट
त्यांना हेच पुसा की मरणोन्मुख होय आपली माय
म्हणूनी औषधी काही पूत्री देवू नये तिला काय?

ज्ञानेदवाच्या वेळी संस्कृत ही विदवान समीक्षकांची, विचारवंतांची भाषा होती. अध्यात्म प्रगल्भ, गहन अशा विषयावर लेखन करायचे म्हणजे ते संस्कृत मधून असा सर्वसामान्य संकेत मात्र हा संकेत मोडीत कोटून ज्ञानदेवानी भगवद्‌गितेसारख्या अध्यात्मावर मराठीतूनच तेवढ्याच समर्थपणे सौंदर्यपूर्ण रितीने विवेचन करता येते हे भावार्थदिपीकेमधून दाखवून दिले.

संस्कृत भाषाचे वर्चस्व अनेकांना आतून अस्वस्थ करित होते. या संस्कृतीचा वाढत्या माहात्म्याबद्दल व मराठीच्या वाटत असलेल्या अवहेलनेबद्दल चिडून त्यांनी उद्‌गार काढले.

संस्कृत वाणी देवे केली

प्राकृत काय चोरापासून झाली

मराठी भाषेचे भवितव्य पाहण्यासाठी मराठी भाषेवर अनेक आक्रमणे झालीत आणि त्यामुळे पोटापाण्यासाठी वाट फुटेल तिकडे जावू लागली. आपला उदरनिर्वाह करू लागली साहजीकच इतरांच्या भाषेचे शब्द तिकडच्या बोलीभाषा परत येतांना आपल्यासोबत आणल्या.

इंग्रजी ही जागतिक भाषा आहे. इंग्रजीने देखील फ्रेंच भाषेतील शब्द आपलेसे केले आहेत व ती अधिक समृद्ध बनली



आहे. एवढेच कशाला एक मैलावर मराठीच्या शब्दात तिच्या उच्चारणात बोलीभाषेचा फरक पडलो दिसतो. आतापर्यंत मराठी भाषेचा इतिहास आपण पाहिला, आतापर्यंत मराठी भाषेने कोणते शब्द आपलेसे केले आहे? कोणते शब्द कोणत्या भाषेतील मुळ शब्द कोणता? हे आज आपणास ओळखता येणे कठीण झाले आहे म्हणूनच व्याकरणात शब्दीसद्धी प्रकार पाहावयास मिळतो.

कित्येक साहित्यिकांची भाषा ही कधी राकट, कधी हळूवार, कधी आक्रमक, कधी सौंदर्यमूलक झालेली आहे. जी फुले, आंबेडकरांची भाषा दया पवारांची भाषा जी संतांची भाषा, सुर्वे, महानोरांची भाषा तीच आपली मराठी भाषा तिला कधीही कशानेही झळ पोहोचणार नाही ती दिवसेंदिवस समृद्ध होईल यात शंकाच नाही.

॥ हरी ओम ॥

महेश वैद्य

बी.ए.भाग - १

देव दगडांत नाही । देव भावात आहे ।
कुणांस कोठे जन्म द्यावा । कुणास काय द्यावे ।
अचूक तुझे निदान । कुणासी ना कळे ।
ठाई ठाई भरला असे । परंतु कुणास ना दसे ।
अगाध तुझी लिला । आम्हा पामरास कैसी कळे ।
केल्या कृत्यांची फळे । या पुढील जन्मांत मिळे ।
म्हणूनी कृत्य कर साजिरे । तयासी मुक्ती मिळे ।
देवाची दगडाची मूर्ती । कधी बोलणार नाही ।
देवपण तुझेच अंगात । कृतीत उतरवशील कधी ।
सद्गुण, उत्तम संभाषण । हेच देवपणाचे लक्षण ।
हे करून पहा जरा । तुलाच येईल देवपण ।

हरीओम

मैत्री

- कु.अपेक्षा धाडसे

एम.ए.भाग-१

मैत्री करत असाल तर,
पाण्यासारखी निर्मळ करा ।

दूरवर जाऊन सुद्धा
क्षणोक्षणी आठवेल अशी करा ॥ १ ॥

मैत्री करत असाल तर,
चंद्रताच्या सारखी अतूट करा ।

ओंजळीत घेऊन सुद्धा
आकाशात न मावेल अशी करा ॥ २ ॥

मैत्री करत असाल तर
दिव्यातल्या ज्योतीसारखी करा ।
अंधारात जे प्रकाश देईल,
हृदयात असं एक मंदीर करा ॥ ३ ॥

मैत्री करत असाल तर,
निसर्गापेक्षाही सुंदर करा ।
शेवटपर्यंत निभवण्याकरिता,
मरण सुद्धा जवळ करा ॥ ४ ॥

वाक्चातुर्य

- कु.चैताली सातपुते, बी.कॉम.भाग-२

योग्य वेळी योग्य गोष्ट योग्य प्रकारे सांगणे ही एक कला आहे. आजच्या स्पर्धेच्या युगात तर या गोष्टीला फार महत्त्व आहे. तुम्हाला यश मिळवायचे असेल तर योग्य वेळी योग्य गोष्ट योग्य प्रकारे सांगता व करताही आली पाहिजे. खेळाचे मैदान असेल, तुमची क्लास रूम असेल किंवा मग तुमचे ऑफिस असेल. तुम्हाला अनेक प्रकारच्या वेगवेगळ्या स्वभावाच्या लोकांसोबत काम करावे लागते. अशा लोकांनी तुम्हाला कितपत सहकार्य करावे, हे तुमच्या त्यांच्यासोबतच्या व्यवहारावर आणि वागणुकीवर अवलंबून असते. वाक्चातुर्य जर तुमच्याजवळ असेल तर तुम्ही लोकांना जिंकू शकता. पण वाक्चातुर्य याचा अर्थ जास्त बोलणे असा होत नाही. वाक्चातुर्य याचा अर्थ गोड बोलून दुसऱ्याला मुर्ख बनविणे असाही नाही. तर वाक्चातुर्य म्हणजे आपल्या प्रभावी बोलण्याने दुसऱ्यावर सकारात्मक छाप पाडणे आणि चांगली गोष्ट त्याला व्यवस्थित समजावून सांगणे होय. जीवनात पुढे जाण्याची गोष्ट असो की करीअर घडविण्याची, वाक्चातुर्य फार महत्त्वाची बाब ठरते.

वाक्चातुर्य प्राप्त करायचे असेल तर सर्वप्रथम तुम्ही समोरचा काय बोलतो आहे, हे ऐकून घेतले पाहिजे. समोरच्याचे संपूर्ण बोलणे ऐकल्यानंतर त्यावर विचार करून नीट बोललात तर समोरच्याला तुम्ही जिंकल्याशिवाय राहणार नाही. जेव्हा तुम्ही समोरच्याचे म्हणणे ऐकत असता त्यावेळी लक्ष विचलित होईल असे कोणतेही काम करू नका. अनेकांना सवय असते की समोरचा आपल्याशी बोलत असतांना आपण मध्येच केसात हात घालतो, कधी कंगवा फिरवतो, कधी पेनाशीच खेळतो, तर कधी मोबाईलशी खेळतो. कधीकधी आपण समोरच्याचे बोलणे ऐकत असतांनाच त्याला काय उत्तर द्यायचे याचा विचार करीत असतो. त्यामुळे एखादवेळी समोरच्याने सांगितलेल्या नेमक्या महत्त्वाच्या गोष्टीकडे आपले दुर्लक्ष होते. बोलणाऱ्याला मध्ये न टोकता त्याला काय

म्हणायचे आहे हे संपूर्ण ऐकावे. त्याचप्रमाणे अर्धी गोष्ट ऐकून स्वतःची कोणतीही धारणा बनवून घेऊ नये. समोरच्याचे बोलणे काळजीपूर्वक ऐकल्यानंतरही तुम्हाला त्याचे बोलणे समजले नाही तर तुम्ही त्याला प्रश्न विचारा. त्याला जे म्हणायचे आहे ते तुम्हाला नीट समजल्यानंतरच विषय समाप्त करा. जेव्हा तुमची बोलण्याची वेळ येईल तेव्हा स्पष्ट बोला. तुमचे बोलणे समोरच्याला नीट समजेल अशा भाषेत बोला. तुमचे बोलणे समोरच्याला समजावे ही तुमची जवाबदारी आहे. तुमच्या बोलण्याचा वेग आणि तीव्रता समोरच्याला नीट समजेल एवढीच असावी. तुम्ही जे उच्चार करता ते स्पष्ट असावेत. खूपच हळू किंवा खूपच मोठ्या आवाजात बोलणे टाळले पाहिजे. आपल्यासमोर कोण बसले आहे, हे विचारात घेऊन आपण बोलले पाहिजे. अनेकदा काहीही न बोलता हावभावानेच आपण बरेच काही सांगून जातो. जेव्हा आपण बोलत असतो, त्यावेळी संपूर्ण लक्ष समोर बसलेल्या व्यक्तीच्या चेहऱ्यावरील हावभावाकडे असले पाहिजे. आपण काय बोलत आहोत हे त्या व्यक्तीच्या लक्षात येत नाही असे जर तुम्हाला वाटत असेल तर त्या व्यक्तीला तसे स्पष्ट विचारायला काहीच हरकत नाही. विशेषतः संतापावर नियंत्रण मिळविणे फार गरजेचे आहे. तुमच्या ऑफीसमधील एखादया सहकाऱ्याने दिलेले काम पूर्ण केले नाही म्हणून तुम्ही त्यांच्यावर रागावणे, ओरडणे स्वाभाविक आहे. या ओरडण्याने तुमच्या मनातील भडास निघून जाईल. तुम्हाला थोडे शांतही वाटेल. पण अपेक्षित परिणाम मात्र मिळणार नाही. समस्येवर तोडगाही निघणार नाही. कोणावर टिकाही करायची असेल तर ती संयमितपणे करा. तुमच्या सहकाऱ्याचे काय चुकत आहे, हे शांतपणे त्याच्या लक्षात आणून द्या. एक नेहमी लक्षात ठेवले पाहिजे, ते म्हणजे व्यक्तीवर टिका करण्याऐवजी त्याच्या चुकीच्या कामांवर टिका करा. कोणालाही व्यक्तिशः टागेंट करू नका.

शिक्षकी पेशातील चिंतन

- कु.राजकन्या कुमेरीया, बी.ए.भाग-२

शि - शिस्तप्रिय

क्ष - क्षमाशील

क - कर्तव्यदक्ष

काय करावे अन् काय करू नये हे ईश्वरच दर्शवित असतो. माझ्या अंतरिच्या भावनांना शब्दरूप देतांना शिक्षकाला कोणती उपमा दयावी हाच एक प्रश्न आहे. कारण आपल्याला ईश्वराने अशी एक अद्भूत शक्ती प्रदान केलेली असून वाणीभूषण, ज्ञानसम्राट ब्रम्हानंद अशी समाजाने अनेक विशेषण आपल्या नावासमोर जोडली आहेत. त्या समाजाप्रती ऋण फेडायचे असेल तर आपल्यामध्ये खालील गोष्टी असायलाच हव्यात.

शिक्षक म्हणजे विद्वत्ता, बुद्धिमत्ता, सभ्यता, परोपकारी-वृत्ती, खंबीरता, कल्पकता, कलाप्रियता, कष्टाळवृत्ती, प्रामाणिकपणा, शिस्त, स्वयंशासन, स्वयंसेवक, निष्कलंक व्यक्तिमत्व, प्रेमभावना, आपुलकी, तत्परता, दक्षता, आशावाद, शांतताप्रियता व सहनशिलता इत्यादी गुण अंशी असलेले समाजातील एकमेव व्यक्तिमत्व म्हणजे शिक्षक म्हणूनच शिक्षकाला राष्ट्राचे शिल्पकार म्हटले जाते. त्यामुळेच समाजाने शिक्षकाला अती उच्च दर्जा दिलेला आहे. गुरू देवो भवः म्हटले आहे. इतिहासाकडे डोकावून बघितले तर शिक्षकानेच चंद्रगुप्त नावाचा सम्राट घडविला. साने गुरूजीनी समाज घडविण्याचे कार्य केले. डॉ.रामकृष्णन नावाचा शिक्षकाने देशाला उज्वल दिशा दिली म्हणूनच शिक्षक हा देवाप्रमाणे महान आहे.

आजचे विद्यार्थी उदयाच्या देशाचे आधारस्तंभ आहेत, आणि त्यांच्या जीवनाला योग्य दिशा देण्याचे ज्ञान देऊन त्यांच्या बौद्धिक, शारीरिक, आत्मिक शक्तीचे उन्नयन घडवून आणण्याचे

सामर्थ्य केवळ आणि केवळ शिक्षकातच आहे. म्हणूनच त्यांना राष्ट्राचा खरा शिल्पकार म्हटले आहे.

देशाला उच्चपदी नेण्याचे दिव्य काम शिक्षकाला करावयाचे आहे. हे महाकठीण काम पूर्णत्वास नेण्यासाठी आजच्या शिक्षकामध्ये कोणते गुणविशेष असावे याविषयी काही गोष्टीचा उद्‌हापोह करावा असे मला वाटते. तेव्हा आदर्श शिक्षक असा असावा हे सांगतांना आपल्याला असे म्हणावे लागेल की, तो संकुचित वृत्तीचा नसावा. तर तो सहृदयी असावा. त्याला समाजाप्रती व विद्यार्थ्यांप्रती प्रेम व आपुलकी असावी. त्याने असे ज्ञान द्यावे की विद्यार्थ्यांचे अंतरंग उजळून निघतील. त्याने विद्यार्थ्यांत ध्येय, देशभक्ती, वक्तशीरपणा, आत्मविश्वास, सर्वधर्मसमभाव, आज्ञाधारकपणा, शिस्त, वैज्ञानिक दृष्टीकोन, साक्षरता, निसर्गप्रेम ह्या भावना जागृत करायला पाहिजे. त्याने वक्तशीर असावे. आपल्या उणीवा विद्यार्थ्यांसमोर प्रदर्शित करू नये आणि अद्यावत ज्ञान देण्यास सदैव तत्पर असावे. कारण आपला विद्यार्थी वयाचे अठरा वर्ष पूर्ण केल्यानंतर एक सुज्ञ प्रौढव्यक्ती म्हणून समाजात पाऊल ठेवणार आहे. त्यासाठी तो जीवनभर देश, परमेश्वर व समाजसेवा ह्यांच्याशी निष्ठावान राहायला हवा. त्यासाठी पूर्वीपासून जीवनाची मुल्ये, संस्कृती, वडीलधारी मंडळीचा सन्मान, मुक्या प्राण्यावर दया, दीन-दुबळ्यांची हित व अपंगांची सेवा रूजवणूक करायला हवी.

जीवन अमूल्य आहे. प्रत्येकाचे भावविश्व वेगळे आहे. वैयक्तिक जीवन जगत असतांना त्यांग करण्याची वृत्ती ठेवावी लागणार आहे. हे सर्वकरीत असतांना समाजकंटक आपल्याकडे वक्रदृष्टीही ठेवतील. पण आपले कार्य सोडू नका. जस



लोबकळणाच्या वडाच्या पारब्यांच दुःख आपल्याला दिसत नसले तरी पारब्यांची मातीकडे जाण्याची ओढ कमी झाली असे आपल्याला वाटते का? त्याप्रमाणे संगती आणि सुसंगतीची लय बिघडली की संस्कृती ही मातीमोल होते. कारण उत्पत्तीच्या

मुळातच दडलेलं असतं. म्हणूनच संतांनी उपदेश केला आहे - शुद्ध बीजापोटी फळे रसाळ गोमटी. हे शुद्ध बीजाचे रोपटे आपल्याच हाताने लावावे.

॥ आत्मभाव ॥

विजय आर. कुमेरीये,
बी.कॉम.भाग ३

श्रद्धा आणि भक्तीने पुजितो मी देवा
माझा हा गोड भाव स्विकारून घ्यावा
कसे करावे पूजनं, कधी करावी भक्ती
मज नाही शक्ती, बुद्धी तुझ्या सेवेची
तरी पण करितो पूजन तुझ्या चरणाची
मंत्र जप तप कसे करावे याची नाही जान
अखंडीत नाम स्मरावे असेच करते मन
नित्य स्मरण असावे म्हणून करितो पूजन
मला नाही शास्त्रोक्त पूजनाचे विशेष ज्ञान
शास्त्र, ग्रंथ वाचावे तुझ्या गुणांत तल्लीन व्हावे
तुझ्या गुणाचे अवलोकन करावे नि मग व्हावे
अखेर तुझ्यांत लुप्त व्हावे त्यातच मरण यावे
हीच भावना हृदयी धरूनी जीवन कंठतो मी
तू विसरू नको म्हणून नित्य स्मरण करतो मी
हा भवपाश सोडून शरण आलो मी
तुझ्या चरणासी जागा द्यावी,
हीच करूणा भाकतो मी.

॥ पाण्याची बचत राष्ट्राची गरज ॥

जयंत व्ही.गायकवाड,
बी.कॉम.भाग १

पावसाचे प्रत्येक थेंब ।
भूमिगत साठवू ॥
सुपिक करू सर्व जमिनी ।
धनधान्याने कोठारे भरू ॥
फळाफुलांचे ताटव्यानी ।
भूमितून पिकवू माणिक मोती ॥
सजवू भूमी आपली ।
हिच भावना हृदयी धरू ॥
लावू वृक्ष, वल्ली सगळीकडे ।
संरक्षण करू सर्वांचे ॥
प्राण वाचवू पशू-पक्ष्यांचे ।
प्रदुषण राखू सृष्टीचे ॥
भारत भूमी सुपिक करण्या ।
गंगा परतावी कन्याकुमारी ॥
प्यासी भूमाता ।
समृद्धीने ओटी भरी ॥
पाणी अडवा, पाणी जिरवा ।
हा मूल मंत्र आहे खरा ॥
हराभरा भारत देश माझा ।
पाणी साठवून समृद्ध करा ॥
पाण्याची बचत करूनी ।
सर्वांचे जीवन वाचवा ॥
तेव्हाच होईल ।
माझा बोध खरा ॥

शेतकरी

- कु.मोनाली आर. सावरकर, बी.कॉम.भाग-२

मी एक अल्पभूधारक शेतकरी आहे. मी या भूमीचा पुत्र आहे. ही माती माझी आई आहे. वर्षानुवर्षे खपून घाम गाळून मी धान्य पिकवितो. मी तुम्हा सर्वांचा नम्र सेवक आहे. आज मी तुमच्यापाशी माझे मनोगत व्यक्त करणार आहे.

आपला हा देश कृषिप्रधान देश आहे. असा वारंवार उल्लेख होत असतो. स्वातंत्र्योत्तर काळात देशाचा औद्योगिक क्षेत्रात विकास करण्याचे योजनापूर्वक प्रयत्न झाले. त्याच वेळी शेतकऱ्यालाही काही सवलती देण्यात आल्या. कसेल त्याची जमीन असा कायदा झाला. हेतू हा की शेतात राबणारा शेतकरी जमीनीचा खऱ्या अर्थाने मालक व्हावा. शेतकऱ्यांना कर्जमाफी देण्यात आली. सावकाराकडून होणारी पिळवणूक बंद करण्यात आली व बँकामार्फत शेतकऱ्यांपर्यंत कर्ज पुरविण्यात येवू लागले. या साऱ्या गोष्टींचा गाजावाजा भरपूर झाला पण सामान्य शेतकऱ्यांना मदत देऊ करणाऱ्या या साऱ्या योजना खरोखरच पोचल्या आहेत का? याची कुणी कधी खात्री करून घेतली आहे का?

काही वर्षांपासून आमचे महाराष्ट्र सरकार राज्यात हरितक्रांती झाल्याची घोषणा करत आहे. पण ही हरितक्रांती

आणि तिच्यातून आलेले वैभव कोणाकडे गेले? हल्ली खेडेगावांतून धन-दांडग्यांचा म्हणजेच सधन शेतकऱ्यांचा एक नवा वर्ग निर्माण झाला आहे. सारे फायदे हा वर्ग गिळंकृत करत आहे. हेच लोक वेगवेगळ्या नावाखाली सरकारी सोयीसुविधा मिळवतात, मानसन्मान पटकावतात आणि गरीब शेतकऱ्यांवर अन्याय करतात. त्यामुळे धनिक शेतकरी अधिक श्रीमंत होते आहेत, तर गरीब शेतकरी हा अधिकच कंगाल जीवन जगत आहे.

स्वतःचे शेत नसलेल्या मजूरांचे हाल तर विचारूच नका. त्याला धड मजूरी देखील दिली जात नाही. त्याला वेठ-बिगारासारखे राबवून घेतले जाते. पावसाळ्यात तर हे शेतमजूर कसे जगतात हे भगवंतालाच ठाऊक? सारे राष्ट्र ज्यांच्या कष्टांवर जगते तो गरीब शेतकरी उपाशी आहे, याची देशवासीयांना कल्पनाही नसेल. या सामान्य शेतकऱ्यांकडे व शेतमजूरांकडे सरकारने तसेच शहरी नागरिकांनी देखील लक्ष देणे आवश्यक आहे. खरे भूमिपुत्र आम्ही गरीब शेतकरी आहोत. स्वतंत्र्य भारताचे नागरीक म्हणून आम्हालाही मानाने जगू द्या, जय जवान-जय किसान ही घोषणा सार्थ होण्यासाठी योग्य असे जीवन आम्हां सामान्य किसानांना लाभू द्या, एवढीच आमची मागणी आहे.



रोगापासून दूर राहण्यासाठी योगा

– कु.योगीता बी. मांडवकर, बी.कॉम.भाग-३

लहानपणी देवघरात एक प्रार्थना म्हटली जायची – शुभम् करोती कल्याणम् । आरोग्यम् धनसंपदा ॥ आरोग्य हीच व्यक्तिची प्रथम संपत्ती असते. इंग्रजीतही एक म्हण आहे “Health is Wealth” खऱ्या अर्थाने सुदृढ शरीर हीच यशस्वी जीवनाची गुरुकिल्ली होय.

मागे दूरदर्शनवर एक जाहिरात यायची त्यात एक वाक्य होते – पचास साले के जवान या पचास साल के बुढे । तस पाहिले तर ते एक मनोरंजनात्मक वाक्य होते. परंतु त्यातील आशय अतिशय भीषण सत्य सांगणारा होता. आज मानवी जीवन एवढे धकाधकीचे झालेले आहे की मनुष्याला स्वतःच्या आरोग्याकडे लक्ष द्यायला वेळच मिळत नाही. व्यायाम करायला तर खास वेळ काढावा लागतो आणि त्यामुळेच तरुण पिढीची चंचलता जाऊन तिथे थकवा दिसून यायला लागला. लहानपणापासून केस पिकने, लहान लहान मुलांना मधुमेहासारख्या रोगाने ग्रस्त झालेले पाहिजे की आज तरुण पिढीच्या भवितव्याची काळजी वाटू लागते.

आजचे युग हे विज्ञानयुग असल्यामुळे इतकी सुखसोईची साधने उपलब्ध आहेत की, त्यामुळे मानवी शरीराला व्यायामच नसतो. पूर्वीच्या काळी पहाटे उठून दळण दळणे, पाणी भरणे, जमीन सारवणे, फड्याने वाकून झाडणे, सडा शिंपडणे, खाली बसून स्वयंपाक करणे, धान्य पाखडणे इ. अनेक कामंमधून भरपूर व्यायाम व्हायचा. परंतु आज मात्र इलेक्ट्रीक चक्री, मोटार पंप, नळ, घरात टाईल्स, उभ्याने झाडता येईल असा झाडू, उभ्याने गॅसवर स्वयंपाक इ. सुखसोई निर्माण झाल्यामुळे स्त्रियांचा जवळजवळ ८०% व्यायाम बंद झाला आहे. तसेच पुरुषांचाही ऑफिशियल बैठ्या कामांमुळे व्यायाम होत नाही. त्यामुळेच आज विविध आजारांचे प्रमाण वाढले आहे. हृदयविकार, मधुमेह, सांध्याचे दुखणे, अकाळी वृद्धत्व आल्यासारखे वाटणे इत्यादी अनेक

आजारांना आजची पिढी सामोरा जात आहे. येणाऱ्या भावी पिढीला रोगांपासून वाचवायचे असेल तर आज योगासारखे दुसरे रामबाण औषध नाही. कारण इतर औषधांच्या रिअॅक्शन शरिरावर दिसून येतात. परंतु योगामुळे कुठलेही दुष्परिणाम होत नाहीत. फक्त शरीर रोगांपासून दूर राहते.

योगामध्ये जो आहार सांगितला जातो तो शुद्ध व सात्विक असावा. त्यामध्ये हिरव्या पालीभाज्या, फळे, कमी तेलातील किंवा उकळलेल्या भाज्या इत्यादींचा समावेश होतो. आज मात्र तरुणपीढी झपाट्याने फास्ट फूडकडे आकर्षित होत आहे आणि हे फास्ट फूड खाणेही आरोग्यास हाणीकारक आहे. तेव्हा आहाराच्या बाबतीतही योगामध्ये सांगितलेल्या शुद्ध सात्विक आहारालाच महत्व द्यायला हवे.

Sound Body in Sound Mind सुदृढ शरीरात सुदृढ मन वास करतो. याचाच अर्थ शरीर निरोगी असावे. तसेच मनुष्याचे मनही निरोगी असणे फार महत्वाचे आहे. कारण मानसिक स्वास्थ्याचा आणि शारीरिक स्वास्थ्याचा फार जवळचा संबंध आहे. एका हिंदी गीतात म्हटलेच आहे की, तोरा मन दर्पण कहलाये । भले बुरे सारे कर्मोको देखे और दिखाये ... इस उजले दर्पणपर प्राणी मैल न जमने पाये । खरोखरच या गीतातून जो उपदेश केलेला आहे तो किती अर्थपूर्ण आहे. आपलं मन हे आरश्याप्रमाणे आहे. ते निरोगी असेल तरच आपण चांगले जीवन जगतो. त्यावर मानसिक रोगांची धूळ बसू नये म्हणून आपण काळजी घेतली पाहिजे व त्यासाठी योगा हेच योग्य साधन आहे.

उत्तम आरोग्यासाठी खूप चमचमित पदार्थ आणि वारंवार खाल्ले पाहिजे असे नाही. उलट असे जड चमचमीत पदार्थ जास्त प्रमाणात खाल्ल्यास शारीरिक व्याधी सुरु होतात. आपली काळजी आपणच घेतली पाहिजे आणि ती आजपासूनच संत कबीर म्हणतात, काल करे सो आज कर



आज करै सो अब । पल मे परलय होयगा । बहूरी करेगा कब ॥

योगाच्या बाबतीत असेच म्हणावे लागेल कारण वेळ टळून गेल्यावर आपल्या हातात काहीच राहणार नाही. रोग झाल्यावर दवाखान्यालाच हजारो लाखो रुपये लागतील. म्हणून आजपासून योगाला आपलेसे करा. प्रणायामाला आपला जीवलग मित्र माना आणि आजचे योगासन आजच करा. उद्यावर ढकलू नका कारण काळ कुणासाठीही थांबत नाही.

आजचे युग हे अत्यंत धावपळीचे अर्थात यांत्रिक युग आहे. त्याचप्रमाणे प्रत्येक क्षेत्रात प्रदुषण वाढले आहे. भेसळही दिसून येते. म्हणजेच शुद्ध सात्विकतेचा अभावच जाणवतो. फवारणीचा प्रदुषण, पाण्याचे प्रदुषण, हवेचे प्रदुषण इ. अनेक प्रदुषणारंजिज्ञा शरीरावर दुष्परिणाम होतो. यावर योगऋषी रामदेवबाबानी सांगितलेली पंचसूत्री उपयोगी ठरेल ती अशी (१) पतंजली योगा (२) प्राणायाम (३) सूक्ष्म व्यायाम (४) घरगुती उपाय व उपचार (५) लवकर झोपणे व लवकर उठणे व मन प्रसन्न ठेवणे इत्यादी चांगल्या सवयी पंचसूत्रीच्या माध्यमातून प्रत्येकाने अंगिकारल्या तर शतायुषी जीवनाची गुरुकिल्लीच त्याच्या हाती लागेल.

शरीर स्वस्थ तर मन स्वस्थ याचप्रमाणे व्यक्ती स्वस्थ तर समाज स्वस्थ असे म्हणावे लागेल. कारण निरोगी समाजच राष्ट्राचे भावी आधार स्तंभ निर्माण करू शकतो. आणि अशा निरोगी राष्ट्रावर शत्रूची नजर पडत नाही. आज भारतासारख्या कृषीप्रधान राष्ट्राला निरोगी व सुदृढ मन व शरीर असणारी तरुण पिढी निर्माण करायची आहे. कोणत्याही संकटाला धैर्याने सामोरा जाण्याचे सामर्थ्यही योगामुळेच माणसाच्या अंगी येते. योगा ही आपल्या प्राचीन ऋषीमुनींनी आपल्याला दिलेली अमूल्य भेट आहे. तिचा सदुपयोग आपण करून घेतला पाहिजे. योगाचे महत्व पाश्चात्यांनाही पटायला लागले आहे. आपल्या पूर्वजांनी ही धरोहर आपण सांभाळली पाहिजे व आपल्या भावी पिढीच्या स्वाधीन केली पाहिजे. आज कमजोर मन स्वास्थामुळेच दहावी बारावीचे

छोटे छोटे विद्यार्थी परीक्षेच्या कालावधीत आत्महत्या करतांना दिसतात. हे कां घडते तर सतत बालपणापासून दमराचे ओझे मुक्तपणे खेळायला बागडायला मिळत नाही. सतत अभ्यासाचे, गृहपाठचे दडपण, स्पर्धा, आई-वडीलांच्या अपेक्षा, या सर्वांमुळे त्या बालकाचे मनःस्वास्थ्य बिघडते व तो आत्महत्येसारखा निर्णय घेतो.

खेळांकडे मुलांचे संपुर्ण दुर्लक्ष होते. असे म्हणण्यापेक्षा अभ्यासाच्या गराड्यात विद्यार्थ्याला खेळायला पर्यायाने व्यायामाला वेळच मिळत नाही. खेळातून हार-जीत स्विकारण्याची जी खिळाडूवृत्ती त्याला मिळते ती खेळांपासून दुर राहिल्यामुळे त्याच्यात निर्माण होत नाही. आणि परिक्षेत नापास झालो तर या हारण्याच्या विचारानेच तो आत्महत्या करून घेतो. तेव्हा या सर्व वाईट गोष्टी टाळण्यासाठी खेळाच्या टीममध्ये नाही तर कमीत कमी योगासाठी तरी नियमित वेळ मुलांना दिला पाहिजे. जसे मन सुदृढ बनविण्यासाठी मुलांच्या मनावर चांगले संस्कार करायला पाहिजे तसेच शरीराला सुदृढ बनविण्यासाठी नियमित योगा करायला पाहिजे. त्यामुळे स्थूलपणा येणार नाही. योगामुळे मानवाच्या सर्वांगीण क्षमतेचा निश्चितच विकास होतो. भयगंड दूर होतो, थकवा नाहिसा होतो. बुद्धिची एकाग्रता वाढते. योगा हे एक सुलभ, स्वस्त व कमी जागेत, वयाची मर्यादा नसलेला उत्तम व्यायाम आहे. आज योगा ही काळाची गरज आहे.

प्राचीन वाङ्मयात ज्ञानेश्वरादी संतांनी योगसामर्थ्यामुळे केलेले चमत्कार आपणास दिसून येतात. त्यांच्या धाकट्या बहिणीने मुक्ताईने आपल्या भावाच्या पाठीवर योगसामर्थ्याने प्रदिप्त झाले. त्या अग्रीवर मांडे भाजल्याचे उदाहरण आहे. ज्ञानेश्वरांनी एवढ्या लहान वयात ज्ञानेश्वरी सारखा ग्रंथ लिहीला. त्यांच्या या अपूर्व बुद्धिसामर्थ्यामागेही योगाच आहे. तेव्हा योगाचे महत्व मानवी जीवनात अनन्यसाधारण आहे. आणि जर मानवाला रोगापासून दुर रहायचे असेल तर त्याने नक्कीच योगाचा स्विकार करायला हवा.



महानुभावपंथ प्रवर्तक श्री चक्रधर स्वामी आद्य समाजसुधारक

- कु.मनिषा नेवल, बी.ए.भाग-३

मुकुंदराजानंतर आणि ज्ञानेश्वरांच्या काही काळ अगोदर महानुभाव संप्रदाय महाराष्ट्रात उदयास येऊन त्याद्वारे मराठी गद्य वाङ्मयः मयाचे व्यासपीठ तयार झाले. 'महान अनुभवोस्तेजा बल वा यस्य सः महानुभावः' या दृष्टीने युक्त असलेल्या लोकांचा मार्ग, तो महानुभाव पंथ असे म्हटले जाते. काही ठिकाणी महान अनुभव असलेले ते महानुभाव असाही उल्लेख केलेला आढळतो. या संप्रदायाचे मुळचे नाव 'परमार्ग' असे असून महानुभावपंथ हे नाव प्रथम एकनाथांनी वापरले असल्याचे डॉ. तुळपुळे म्हणतात. महानुभावपंथाचे मुळ पुरुष श्रीगोविंदप्रभु उर्फ गुंडम राहुळ हे होत. परंतु या पंथाचे प्रणेते मात्र चक्रधर आहेत.

प्राचीन मराठी वाङ्मयः इतिहासात विविध पंथ आणि संप्रदायाचे फार मोठे योगदान आहे. त्यातही वारकरी आणि महानुभाव पंथाचे कार्य नेत्रदिपक आहे. वास्तविक दोन्ही पंथांनी मराठीतूनच साहित्य निर्मिती केली, तरी साहित्याचा विविध प्रकारात लेखन महानुभवांनी अधिक प्रमाणात केल्याचे आढळते. गद्य, काव्य, छंद, कोश, व्याकरण अशी विविध प्रकारची रचना महानुभवांनी केली आणि मराठी वाङ्मयः मयाचे दालन समृद्ध केले.

महानुभावपंथ हिंदू धर्मातर्गत धार्मिक संप्रदाय आहे. आणि महाराष्ट्र, मध्यप्रदेश आणि पंजाब राज्यापर्यंत त्याचा प्रसार झालेला आढळतो. सातव्या शतकात मराठी भाषेची जडणघडण सुरू झाली. पुढल्या काळात ती लोकव्यवहाराची भाषा होऊ लागली आणि बाराव्या शतकात मुकुंदराजाचा 'विवेकसिंधु' हा आद्यग्रंथ लिहिला गेला. यावेळी महानुभवांनी मराठीतून गद्य स्वरूपात आपले विचार मांडले. ज्ञानेश्वरांनीही मराठी भाषेची थोरवी लक्षात घेऊन त्यानुसार ग्रंथलेखन केले.

महानुभावपंथाने 'लिलाचरित्र', 'गोविंदप्रभुचरित्र',

'स्मर्तस्थळ' या सारखे चरित्रग्रंथ, 'सुत्रपाठ' व 'दष्टांतपाठ' सारखे तत्वज्ञानविषयक ग्रंथ आणि 'शिशुपालवध', 'उध्वगीता', 'वच्छाहरण', 'रुक्मिणीस्वयंवर' यासारखे काव्यग्रंथ मराठीला दिले. मराठी भाषेचे वैभव वाढविले. साधारणतः दहाव्या शतकानंतर जैन, लिंगायत, वारकरी आणि नाथपंथीयांनी लोकभाषेचा आश्रय घेऊन आपल्या पंथाचे तत्वज्ञान आणि आत्मोद्दाराची साधने समाजाच्या तळपातळीपर्यंत नेली. ह्या सर्व बाबी श्रीचक्रधरांना त्यांच्या एकाकी अवस्थेतील संचारात जाणवल्या आणि ज्ञानेश्वरांनी 'लोकापागी' ज्ञानेश्वरी लिहिली तसेच श्रीचक्रधरांनी 'लोकालागी', आणि आर्तासाठी पंथस्थापना केली आणि आपल्या पंथाचे तत्वज्ञान अगदी सोप्या शब्दांमधून सांगितले.

एका धर्मपंथाचा प्रवर्तक या दृष्टीने पाहता चक्रधरांचे व्यक्तिमत्व ठाशीवपणे मनात भरते. त्यांच्या पूर्वचरित्रामुळे त्यांच्या महंतपणाला कमीपणा येण्याचे कारण नाही. त्यांचे शिष्य त्यांना परमेश्वरावतार मानतात. स्वतः चक्रधरही स्वतःला चागदेव राऊळ व श्रीकृष्ण म्हणवून घेत. देवाप्रमाणे तिन्ही त्रिकाळ स्वतःची पूजा करवून घेत. आपल्या दर्शनाने शिष्यांना स्थित्यानंद घडवित भूतबाध ॥ व रोग यांच्या परिहारासारखे चमत्कार करित. पण या साच्या गोष्टी 'गुरूमार्ग' म्हटल्या गेलेल्या प्रत्येक पंथाच्या महंताकडून केल्या जातातच शिवाय सुदृढ नि सुंदर शरीराच्या, रसाळ वाणीच्या बुद्धिमान गुरूबद्दल शिष्यांच्या ठिकाणी सेवाभाव निर्माण व्हावा यात नवल नाही. चक्रधरांची विद्वत्ताही काही कमी नव्हती. गुजराती, मराठी, संस्कृत या भाषा त्यांना अवगत होत्या. वेदोपनिषदांचे व गतीचे अध्ययनही त्यांनी केले असावे. त्यामुळे त्यांचा वाणीला एक प्रकारचे वजन प्राप्त झाले होते. अशा व्यक्तिमत्वामुळेच 'हिंसारहीत, संगरहित व प्रवर्तधर्मकर्मरहित'

असा संन्यासमार्गी भक्तिपंथ लोकांपुढे ठेवायला चक्रधर उघष्त झाले. त्यांच्या पंथीय तत्वज्ञानात मध्वाचार्यासारखा द्वैतवाद व आचारामध्ये जैनांची श्रवणपध्दती यांचा संकर झाला आहे.

महानुभाव पंथाचे चक्रधर म्हणजे पूर्वीश्रमीचे हरपाळदेव जन (इ.स.११६४) हे भडोचच्या नामक प्रधानाचे पुत्र होते. सिंधण यादवाने गुजरातवर स्वारी केली, तेव्हा बावीस वर्षांच्या तरुण हरपाळदेवाने यादवसेनेशी झुंज दिली होती; तरीपण पत्नी बरोबरचया राजविलासात नि ऐश्वर्येपभोगातच त्याचे दिवस चालले होते. वयाच्या सव्विसाव्या वर्षी हरपाळदेव एकाएकी मरण पावले तेव्हा पलटणचे नाथपंथी सिध्द पुरुष चांगदेव उर्फ श्रीचक्रपाणी राऊळ यांनी त्याच्या मप्त शरीरात प्रवेश केल्याने ते पुन्हा जिवंत झाले (इ.स.१२२०) अशा आख्यायिका आहे पुढे घप्तातील द्रव्यनाश व पत्नीशी बेबनाव यामुळे उपरती होऊन हरपाळदेव रामटेकच्या यात्रेला गेले असता ऋषद्विपूरचे पराशक्ती व चक्रधर हे नाव यांचा स्वीकार केला.

चक्रधरांनी आपल्या भ्रमणामध्ये गुजरात, आंध्र, कर्नाटक इत्यादी प्रांतामधली धार्मिक स्थिती नीट अवलोकली होती. त्या अनुभवावरून त्यांनी आपले कार्यक्षेत्र महाराष्ट्र हेच ठरविले 'कानडे देशा तेलंगदेशां न वचावे:' असा ते शिष्यांना उपदेश करतात, त्यांची कारणे दोन : 'ते विषयबदल देशः तेथ अवधूत मान्या॥२३॥ म्हणून महाराष्ट्री असावे' ॥२४॥ असा आदेशही ते देतात. यावरून गुजराती संलग्न वा पूर्वगामी असलेली प्रादेशिक अभिमानाची भावना प्रथम चक्रधर स्वामीच्या उक्तीतून स्पष्ट हाते. म्हणूनच महाराष्ट्र संस्कृतीची मुहूर्तमेढ चक्रधरांनी रोवली असे म्हणावयाचे संन्यासग्रहणानंतर पंथप्रसारार्थ चक्रधरांनी महाराष्ट्राच्या भागात जास्त भ्रमण केले असे दिसते.

बाराव्या-तेराव्या शतकातील महाराष्ट्राच्या सामाजिक जीवनाच्या अभ्यासाचे एक साधन या दृष्टीनेही लीळा चरित्राची थोरवी मान्य करणे आवश्यक आहे. नवभारत मासिकातील

'यादवकालीन महाराष्ट्राचे महानुभावीय दर्शन' या आपल्या लेखातून डॉ. शं.गो.तुळपुळे यांनी, समाजशास्त्रीय उपयुक्ततेच्या बाबतीत 'लीळाचरित्र' व 'गोविंदप्रभुचरित्र' हे चरित्रग्रंथ त्याच काळातल्या ज्ञानेश्वरीपेक्षाही वरच्या दर्जाचे आहेत, असे सूचित केलेले आहे. आणि ते बरोबरही आहे. लीळाचरित्रामध्ये तत्कालीन समाजजीवनाचे चित्र, पुष्कळशा तपशिलासह, निश्चितच उमटलेले आहे. बारसे, उष्टावन, मौजीबंधन, गोधोळीच्या मुहूर्तावरील विवाहोत्सव, साता वरिखांचा नोवरा व पाचा वरिखांची नोवरी यांचे विडी तोडणे हे सामाजिक उत्सव, दिवाळी, शिमगा हे सामाजिक सण, ग्रामस्थांचा न्यायनिवाडा करणारे व 'राज्याव्यापारा' निमित्त देवगिरीस म्हणजे राजधानीस वरचेवर जाणारे गावोगावीचे महाजन, गुन्हेगारीच्या असा सामाजिक जीवनाचा बहुविध किरकोळ तपशील लीळाचरित्रातून पुष्कळच उपलब्ध होण्यासारखा आहे.

श्रीचक्रधरांच्या अंगी असलेली या सगळ्या गुणसंधाराचे साकल्याने आणि शांत चित्ताने केवळ स्थूल अवलोकन केले तरी असे दिसून येते की त्यातले अनेक गुण त्यांच्या श्रेष्ठ चारित्र्याचे घोटक आहेत. श्रीप्रभू आणि सर्वज्ञ यांच्या वर्तनविशेषांचा अर्थ लावतांना एक गोष्ट कटाक्षाने लक्षात घेणे अत्यंत आवश्यक आहे. ती. ही. की हे दोघेही मुक्त कोटीतले, अलोकिक पातळीवरचे आध्यात्मिक जीवन जगणारे पुरुष आहेत. आध्यात्मिक पातळी ही नैतिक पातळीवरून वरच्या दर्जाची, निराळी आहे. राधाकृष्णन् याच्या शब्दात सांगायला म्हणजे "the spiritual is not an extension of the ethical it is a new dimension altogether, dealing with things eternal" नैतिक मूल्यांचा स्तर हा कृत्रिम, कालसापेक्ष आणि सांकेतिक आहे. आध्यात्मिकता ही संकेतातील आहे. सहसजता, निरागसता, वृद्धातीतता हा तिचा स्वभाव आहे. ती कालनिरपेक्ष आहे. श्रीप्रभूचे जीवन हे असे सहजशुध्द आहे, सहज समदृष्टी आहे.

मराठी भाषेप्रमाणे महाराष्ट्राबद्दल या पंथाचे उत्कट प्रेमही उल्लेखनीय म्हणावे लागेल. चक्रधरांचे ' महाराष्ट्री असावे असे एक वचन आहे. श्रीचक्रधरस्वामींनी या पंथाची स्थापना केली. वास्तविक गुंडमराऊळ उर्फ गोविंदप्रभू हे या पंथाचे मुळ पुरूष होते, पण पंथाची स्थापना आणि प्रसार श्रीचक्रधरस्वामींनीच केली. स्वतः श्रीचक्रधरांनी जरी कोणतीही ग्रंथरचना केलेली नसली तरीही आपल्या एकाकी भ्रमंती आणि नंतरही स्वतःच्या अनुभावाने जाणलेली नीतितत्त्वे व आचारधर्म यांचे निरूपण त्यांनी व्यावहारिक दृष्ट्या देत गेले आणि आपल्या अनुयायांना आपल्या मार्गाचे ज्ञान दिले. श्रीचक्रधरांची ही ज्ञान देण्याची पध्दती अभिनव होती. त्यांची निरूपणे, विचारसुत्रे सुबोध, रसाळ होती. त्यामुळे चक्रधरांच्या या वचनांना वेदवचनांचे प्रामाण्य लाभले. यातून ' लीळाचरित्र ' आणि लीळाचरित्रातून ' सिद्धान्त सुत्रापाठ ' दृष्टान्तपाठ यासारख्या ग्रंथाची निर्मिती झाली. महानुभावानी अवतारवादाची कल्पना स्वीकारलेली आहे. श्रीकृष्ण चक्रवर्ती, श्रीदत्तात्रेयप्रभू , श्री चागदेव राऊळ , श्री गुंडम राऊळ उपाख्य गोविंदप्रभू आणि श्रीचक्रधर असे पाच अवतार असून या अवतारांना पंचकृष्ण म्हटले जाते. श्रीचक्रधरांचा अवतार हा अभयदृष्ट्यावतार होता कारण ' पर आणि अपर ' अशा दोन्ही शक्ती त्यांच्यात एकवटल्या होत्या. त्यामुळेच त्यांना ' सर्वज्ञ ' समजले व संबोधले जायचे.

श्रीचक्रधरस्वामींनी आपल्या नवसंप्रदायाची उभारणी स्वतःच्या निरीक्षणातून केली आणि आचरणावर अवधान त्यांनी केंद्रीत केले. द्वैत हे त्यांच्या तत्वज्ञानाचे प्रधान सूत्र आहे. आंत्यतिक निवृत्ती आणि विरक्ती हे त्यांच्या आचारधर्माचे वैशिष्ट्य आहे. कोणतेही साहित्य समाजजीवनावर आधारित असते किंवा समाजजीवनाच्या अनुषंगानेच त्यांची निर्मिती होत असते. त्यामुळे साहित्यातून प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्षपणे समाजजीवनाचे प्रतिबींब हे उमटतच असते. लीळाचरित्र आणि एकांक सुध्दा याला अपवाद नाहीत. तत्कालीन समाजव्यवस्था चातुर्वर्ण्यावर आधारित होती. त्यामुळेच

श्रीचक्रधरस्वामींच्या दर्शनाने स्थित्यानंद लाभलेल्या एका चांभाराची ईश्वर म्हणून पूजा होत असतानाच दुसरीकडे इतर चांभार लोक ' ऐणे गावो विटाळला ' म्हणून ओरड करीत असतात. त्याला याबद्दल शिक्षा होते. गोविंदप्रभूसारख्या अवतारी पुरूषाने मांगाकडील हुरडा आणि सोले खाणे श्रीचक्रधरांना मान्य असले तरी त्याकाळी इतरांना ते अमान्यच असणार हे उघड आहे.

श्रीचक्रधरदर्शनाची मूर्ती साकारल्याने मनश्चक्षूसमोर येताच तिच्या दर्शनामुळे एक स्थूल विचार डोळयासमोर उभा राहतो. तो हा की अभ्युदय मग तो ऐहिक क्षेत्रातला असो की पारमार्थिक पातळीवरचा असो, हा तीन पायांनी चालतो. आत्मज्ञान, भक्ती आणि गुरुकृपा वा ईश्वरकृपा हे तीन पाय. या तीन पायांनी मार्गक्रमण केल्यावरच मोक्षलाभ होतो. श्रीचक्रधर सांगतात : नुसती विरक्ती कामाची नाही : तिचा उद्भव ज्ञानातून पाहीजे. श्रीचक्रधर सांगतात की ज्ञानाला भक्तीची, प्रेमाची जोड असणे आवश्यक आहे. प्रेम तर ज्ञानापेक्षाही महत्त्वाचे आहे. ' ज्ञानापसि प्रेम उत्तम ' श्रीचक्रधर दर्शनात अशा रितीने ज्ञानमार्ग आणि भक्तिमार्ग याचा सुंदर संयोग साधलेला आहे. श्रीचक्रधरांच्या व्यक्तिमत्वात बाह्य वेधक सौंदर्य आणि ईश्वरी सामर्थ्य यांचा संयोग झालेला आहे. ते एकाकी भ्रमण करीत असतांना त्यांच्या या वेधक व्यक्तिमत्वाचा आणि ईश्वरी सामर्थ्याचा प्रत्यय अनेकांना आलेला आहे.

त्या काळात महाराष्ट्रातल्या सर्व सामान्य जनतेची पारमार्थिक गरज भागविण्याचे, तिला संसारातील अशा ईश्वरीकृपाजन्य आनंदाचा अलौकिक लाभ घडविण्याचे शाश्वत कल्याणाचे महत्कार्य श्रीचक्रधर व त्यांचा परमार्ग यांनी अपूर्वतन्मयतेने व कळकळीने पार पाडलेले आहे. त्यासाठी महाराष्ट्रातील परमार्थप्रेमी, मोक्ष मार्गी जनता सदैव श्रीचक्रधरांची ऋणी आहे : "परमार्ग : तुमचे जिवन की गा," "जन्मजीवीत परमेश्वरा दयावे". या त्यांच्या दिव्य अमर आदेशाचे मंगल, मधुर संस्कार सतत टिकून राहणार आहेत.

“कृषी क्षेत्रातील बदल व शेतकऱ्यांच्या आत्महत्या”

- आकाश घाटे, बी.कॉम.भाग-१

भारतातील विविध राज्यांतील शेतकऱ्यांच्या आत्महत्या या 1980 च्या उत्तरार्धात सुरु झालेल्या शेती क्षेत्रातील अनेक अरिष्टांची निष्पत्ती आहे. गेल्या दोन दशकांत कृषी आणि संलग्न क्षेत्रातील स्थूल भांडवल निर्मिती व सार्वजनिक गुंतवणूकीचे प्रमाण सातत्याने घटले आहे. केंद्र व राज्य सरकारने जाहीर केलेल्या कर्ज माफी नंतरही शेती क्षेत्रावरील अरिष्ट टळलेले नाही.

शेती म्हणजे नैसर्गिक जुगार अस्मानी संकटाने शेतीची एकदा झालेली वाताहत पुढे कित्येक वर्षात भरून निघायला अवघड जाते. शेती या व्यवसायाला इतर व्यवसायाप्रमाणे कधीही प्रतिष्ठा लाभलेली नाही. शेतकऱ्यांच्या मालाला योग्य भाव कधीच मिळत नाही. घाम गाळून पिकविलेला माल व्यापारी हंगामात बेभाव कमी किंमतीला खरेदी करून साठेबाजी करतात. व पुढे त्याच मालावर भरपूर पैसा कमवितात. घाम शेतकरी गाळतो, नफा मात्र व्यापारी कमवितो शेतकऱ्यांच्या पदरात मात्र गाळलेल्या घामाचे योग्य मुल्य सुध्दा मिळत नाही. डुबीत कास्तकारी म्हणून आज शेतकरी आपली जमीन बेभाव विकून शेतीपासून दुर जाण्याचा प्रयत्न करतो. काही शेतमालक आपले उपजिविकेचे साधन म्हणून तक धरून डुबित शेती करतात. परंतु कुटुंबातील सदस्यांच्या कामाचे वेतन उत्पादन खर्चात समाविष्ट केले तर शेतीतून मिळणारा मोबदला ऋण निघतो. गेल्या पाच दशकात शेतकऱ्यांच्या दैनावस्थेत सातत्याने वाढ झाली तसेच त्यांचे नियोजनातील स्थानही नगण्यच राहिले. शेती क्षेत्रातील वाढत्या खर्चामुळे 60 टक्के शेतकरी कर्ज बाजारी बनले पावसावरील अवलंबित्व व उत्पादनाच्या

अनिश्चिततेमुळे गरिबीत राहणारा शेतकरी कायम स्वरूपी दारीद्रयाच्या दृष्टचक्रात अडकला खाजगी सावकराच्या अतिरिक्त व्याजदरामुळे एक ते दोन वर्षात मुद्दल दुप्पट होवून रक्कम परतफेडीच्या क्षमतेबाहेर जाते. राष्ट्रीयकृत व व्यापारी बँका शेतीला पुरेसा कर्जपुरवठा 'सातबारा निल' असल्याशिवाय व इतर अटीमुळे कर्ज देण्यास अपयशी ठरल्या पर्यायाने शेतकरी, सावकार व नातेवाईक आणि इतर बँकाकडून घेतलेले कर्ज, कुटुंबाची उपासमार त्यात मुलांचे शिक्षण, कुटुंबाचे आरोग्य, लग्न आणि शेतीची नापीकी इत्यादी समस्यांनी चिंताग्रस्त होवून जिवन संपविण्यापलीकडे दुसरा पर्याय नसतो. रोज शेतकऱ्यांची आत्महत्या शेती विकणे आहे, अशा बातम्या वर्तमानपत्रातून आम्ही रोज वाचतो. पण शेतकरी कां आत्महत्या करीत आहेत ? यात मात्र शासन, नेते मंडळी, सेवाभावी संघटना, शेतकरी संघटना आम्हीही गांभीर्याने विचार करीत नाही. ही एक फार मोठी शोकांतीका आहे.

शासन एक लाख रूपयाची टोकडी मदत देऊन नेते मंडळी भेटी देऊन वृत्तपत्रामध्ये बातमी व लेख छापून आंदोलनकर्ते व संघटना एकदा मोर्चा काढून नुसती हळहळ व्यक्त करून आपआपल्या जबाबदारीतुन मुक्त होऊ पाहतो. पण शेतकरी आत्महत्या का करतात त्यामागील कारणे कोणती ? त्या रोखण्यासाठी कायम स्वरूपी उपाययोजना करीत नाही. निसर्गाचा लहरीपणा ! कधी कोरडा दुष्काळ तर कधी ओला, या दृष्टचक्रात शेतकरी नेहमीच सापडतो.

“ आली सुगी तर फुगले गाल



गेली सुगी तर मचले हाल”

या प्रमाणे पीक निघाले की आठ पंधरा दिवस किंवा तीन ते चार महीने सुखात जातात मग वर्षभर हाल अपेष्टांना पारावार उरत नाही

स्वतःचं पोट भरण्याच आणि दुसऱ्यांनाही अन्नधान्य उपलब्ध करून द्यायचं अस दुहेरी उदर्भरणाचं काम शेतकरी करतो. पण शेतीसाठी सुधारीत बी, बीयाणे घेणे, महाग खत, किटकनाशक औषधी, फवारणी खर्च सरकारचे दुटप्पी धोरण आणि व्याजासहित कर्ज, विजेचे भारनियम बारा ते आठरा तास विज खंडीत राहणे, पाण्याची दिवसेंदिवस खालावलेली पातळी, सावकाराचे कर्ज, सुगीच्या दिवसात पडलेल्या किमती, महागाई यामुळे शेतकऱ्यांचे कंबरडे मोडले जाते. वरुण निसर्गाचा प्रकोप, दुष्काळ यामुळे शेती जर सतत तीन ते चार वर्ष पिकली नाही ती डुबीत राहिली तर व्याज जास्त व मुद्दल कमी अशी अवस्था कर्जाच्या बाबतीत दिसून येते. शेती व्यवसायाकरीता रिझर्व्ह बँकेच्या धोरणानुसार 40 टक्के कर्ज वाटप झाले पाहीजे पण बँकेच्या अटी, नियम हे शेतकरी वर्गाला पुर्ण न करता आल्यामुळे आजही भारतीय शेतकरी सावकार व नातेवाहीक यांच्या कर्जाच्या जाळयात सापडून शेतकरी आत्महत्या करतात.

हरीत क्रांती नंतरच्या कालखंडात शेतीची उत्पादकता वाढली खरी पण एकीकडे शेतमालाच्या किंमती घटत असतांनाच दुसरीकडे शेती संबंधीत आदाने आणि औद्योगिक वस्तुंच्या किंमती सातत्याने वाढल्या त्यामुळे शेतकऱ्यांच्या अधोगतीचे कारण ठरल्या भारतीय शेती हा कधीच नफयाचा व्यवसाय नव्हता त्यामुळे गेल्या 15 वर्षात शेतीच्या वृद्धी दरात तुलनात्मक घट झाल्याचे दिसून येते. एकीकडे राजगार वाढीचा दर स्थिर आहे तर दुसरीकडे अल्पभुधारक आणि सिमांत शेतकऱ्यांचे प्रमाण

वाढले आहे. स्थूल राष्ट्रीय उत्पन्नात शेतीचा वाटा 14.5 टक्के पर्यंत घटला तरीही उपजिविकेसाठी कृषी वरील अवलंबित्वाचे प्रमाण मात्र 60 टक्केच राहिले.

देशाच्या विविध राज्यात झालेल्या शेतकऱ्यांच्या आत्महत्यांना सामाजिक आणि संरचनात्मक बदल जबाबदार असल्याचे मान्य करावे लागेल. यामध्ये जमीन धारणा पध्दतीतील बदल, अन्नधान्याचे नगदी पिके, बदलती पिक रचना 1990 नंतरचे शिथिलीकरण व शेती क्षेत्राच्या उपेक्षा जागतिक बाजारपेठेत करावी लागणारी स्पर्धा, जास्त किमतीच्या आदानावरील वाढते अवलंबित्व, वाढता उत्पादन खर्च, उत्पादनातील अनिश्चितता, भेसळ युक्त बियाणे, भ्रष्टाचार, प्रकल्प ग्रस्त शेतकरी, योग्य किमतीचा अभाव, कर्जबाजारीपणा, विभक्त कुटुंब पध्दती इ. घटकांचा समावेश होतो.

नियोजन आयोगाच्या मते गेल्या 60 वर्षातील केंद्र व राज्य सरकारांची कृषी धोरणे शेतीच्या दुरावस्थेला जबाबदार ठरतात. 2001 ते 2006 या कालखंडात आंध्र प्रदेश, कर्नाटक, केरळ, महाराष्ट्र या राज्यांत 8900 शेतकऱ्यांनी आत्महत्या केल्या आहेत.

विशेष म्हणजे शेतकरी दारिद्र्यामुळे आत्महत्या करित नाही जो दारिद्र्यात आहे त्याची आत्महत्या करण्याची प्रवृत्ती कमी दिसून येते ज्यांना चांगले जिवन जगायचे असते किंवा समाजात मानाचे स्थान मिळावे सा दृष्टिने एका विशिष्ट दर्जाचे जिवन जगायचे असते परंतु वरील सर्व कारणास्तव ती व्यक्ती असे जिवन जगू न शकल्यास मानसिक तणावाखाली वावरते शेतकऱ्याला अपेक्षित आणि वास्तवात प्राप्त झालेला आर्थिक, सामाजिक जिवनस्तर यात मोठी तफावत निर्माण झाल्याने त्याचा स्वाभिमान दुखावल्या जातो त्यामुळे तो आत्महत्येसाठी प्रवृत्त होतो. दुसरीकडे शेतमालाचा भाव घटत असतांना त्यावर आधारलेल्या प्रक्रिया, उद्योगातून निर्माण झालेल्या वस्तुंचा



भाव मात्र वाढतच राहिला आहे. शेती क्षेत्रातील सार्वजनिक गुंतवणूकीचे प्रमाण घटत गेले खाजगी गुंतवणूकीचे प्रमाणही घटले अनेक शतकांपासून शेतीशी संलग्न असणाऱ्या वर्गाचा शेतीतल रस कमी झाला हा वर्ग आता व्यवसाय उद्योग व शिक्षण क्षेत्रातील नोकरीच्या संधी शोधत आहेत.

स्वातंत्र्योत्तर कालखंडात शेती विकासाचे तीन टप्पे पडतात

- 1) स्वातंत्र्यलढयाच्या काळात आखण्यात आलेल्या ६ गोरणांच्या आधारे 1950 ते 1960 च्या दशकात करण्यात आलेल्या सुधारणा व शेतकऱ्यांचे संघटन
- 2) 1970 ते 1980 या दशकातील हरितक्रांती
- 3) 1990 नंतरचे शिथिलीकरण व शेती क्षेत्राच्या उपेक्षांचा काळ स्वातंत्र्यानंतरच्या कालखंडात सरकारने लहान शेतकऱ्यांसाठी मध्यस्थांचे उच्चाटन, जमीन महसुलात कपात, सिंचन सुविधा, व्यापारी बँकांचे राष्ट्रीयकरण, सहकारी संस्थांचे संघटन, अग्रणी बँक योजना, क्षेत्रीय ग्रामीण बँका, तसेच नाबार्डची निर्मिती अशी धोरणे अंगिकारली हरित क्रांतीच्या कालखंडात उच्च पैदास देणारी महाग बियाणे व खते आणि इतर आधुनिक यंत्रांना प्राधान्य देण्यात आले. परिणामी उत्पादकतेत वाढ झाली परंतु त्या बरोबरच उत्पादन खर्चही वाढला शेती उत्पादनात वाढ झाल्याने शेतमालाच्या पुरवठ्यात वाढ होऊन किमती घसरल्या त्यामुळे उत्पादन खर्च व प्राप्तीतील अंतर कमी होऊन उत्पन्नापेक्षा खर्चाचे प्रमाण वाढत गेले शेती भांडवल प्रधान व्यवसाय बनला त्यात आधुनिक यंत्रे व श्रमिकांची आवश्यकता भासू लागली. सुगीच्या वेळी श्रमिकांची मजुरी वाढते त्यामुळे शेतकरी अडचणीत सापडला त्यातच नापीकी रोग्यांच्या नियंत्रणासाठी किटकनाशकांच्या वाढत्या खर्चामुळे परिस्थिती बिकट बनली. औद्योगिक कंपन्यांनी पाटेल ती

बियाणे देवून शेतकऱ्यांची फसवणूक केली. शेती क्षेत्र आणि ग्रामीण पायाभूत सुविधांवरील सार्वजनिक गुंतवणूक प्रकर्षाने घटली आर्थिक व सामाजिक प्रतिष्ठेला धक्का बसला मिळकतीची अनिश्चितता, संचित ऋण, अपुर्ण गरजा आणि त्याचबरोबर आर्थिक न्हासाला जबाबदार असलेल्या कारणांचे निरासन न झाल्यामुळे वैफल्यग्रस्त शेतकरी झाला त्यामुळे आत्महत्येचे प्रमाण वाढले.

॥ म्हणे - भारत स्वतंत्र झाला ॥

रितेश ठाकरे, बी.ए.भाग - २

लोकशाहीचे तिन तेरा वाजले ।
भ्रष्टाचारांनी थैमान घातले ।
नोकरशाहीची चोचले पुरे झाले ।
शेतकऱ्यांच्या घरचे दिवे विझले ।
म्हणे भारत स्वतंत्र झाला ॥

पैशाच्या जोरावर निवडून येतात पुढारी ।
हेच बसले खरे शेतकऱ्यांचे उरावरी ।
नेते म्हणतात - आम्हीच शेतकऱ्यांचे कैवारी ॥ म्हणे भारत ॥

आत्महत्या रोखण्यास उपाय केले नाना परी ।
तरी आत्महत्या होतात घोघरी ।
कर्जाचे डोंगर शेतकऱ्यांचे डोक्यावरी । म्हणे भारत ॥

गरीबांना उच्च शिक्षण घेणे मुश्किल झाले ।
परदेशात नेत्यांनी बँकेत खजिने भरले ।
गरीबांना जीवन जगणे मुश्किल झाले ।
म्हणे भारत स्वतंत्र झाला ।

भारताची जगभर किर्ती । देशांत विदेशाची मक्तेदारी ।
घराणेशाही प्रगट झाली । बाप लेकांनाच उमेदवारी ।
नक्षलवाद्यांची संख्या वाढली ।
म्हणे भारत स्वतंत्र झाला ॥

पण - आता शेतकऱ्यांना कंबर कसण्याची वेळ आली ।
अख्खा भारत पेटून उठेल ।
मग होईल नेत्यांना पळता भुई थोडी ।
आताच विचार करा सर्वतोपरी ।
म्हणे भारत स्वतंत्र झाला ।

खेळाडूंचे खेळोत्तर खो-खोसाठी योगदान

- केवल बारई, बी.ए.भाग-३

खो-खो खेळाचे एक वैशिष्ट्य म्हणजे खेळाडूंचा स्पर्धात्मक सहभाग वयाच्या पंचविसाव्या वर्षापर्यंत असतो. शिक्षण संपवून व्यवसायात पडल्यावरही खेळाची कारकीर्द पुढे चालू ठेवणारे खेळाडू दहा प्रतिशत येवढेच असावेत. नव्वद प्रतिशत खेळाडू खेळापासून दूर राहतात. वस्तुतः ज्या खेळातून दीड-दोन दशके खेळाडूंनी आनंद उपभोगला असतो, आरोग्यसंपदा प्राप्त केलेली असते, व्यक्तिमत्व-विकासाला मदत होण्याचा लाभ मिळवलेला असतो अशा खोखोसाठी सर्वच खेळाडूंनी कृतज्ञ असायला हवे. या कृतज्ञभावातून स्वतःची खेळ कारकीर्द संपल्यावरही खेळाडू खोखोसाठी भरपूर योगदान करू शकतात. त्यासंबंधीचे माझे विचार सदर लेखात मांडत आहे.

खो-खो खेळाचा प्रचार, प्रसार आणि सर्वांगीण प्रगतीची जबाबदारी खो-खोच्या माजी खेळाडूंचीच आहे. सरकार किंवा सत्ता-मानपान या हेतूंनी खो-खो संघटनेत घुसलेले लोक खो-खो प्रगतीसाठी काही करतील हे निव्वळ स्वप्न आहे. गेली पन्नास वर्षे याचा अनुभव खो-खो प्रेमींनी घेतला आहे. आपआपसातले हेवेदावे, संघटनात्मक भांडणे, सत्तासंघर्ष यापुढे खेळाच्या प्रगतीसाठी काम दुय्यम ठरले आहे. या काळात खो-खो खेळाविषयी निर्णय करणाऱ्यात खेळाडू, विशेषतः खो-खोचे माजी खेळाडू किती होते याचा संबंधितांनी अवश्य आढावा घ्यावा. म्हणूनच खो-खोच्या माजी खेळाडूंना आवाहन आहे की, आपल्या खेळाची प्रगती आम्हीच साधली पाहिजे. खेळासंबंधी घटनांच्या आणि संघटनांच्या संपर्कात राहिले पाहिजे. हेही एक आव्हान समजले पाहिजे. इतरांची

खो-खो मधील लुडबूड थांबवली पाहिजे. हे आव्हान आपण पेलणार नसू तर आपण खो-खो खेळून काय शिकलो?

माझ्या खो-खो मित्रांनी, विचार करा. तुमच्या आर्थिक उत्पन्नाचा अर्धा प्रतिशत भाग जरी प्रतिवर्षी खो-खोसाठी दिलात तरी ते महत्वाचे योगदान होते. प्रतिवर्षी अर्धा प्रतिशत वेळ द्यायचे ठरवले तर प्रत्येक आठवड्यात जवळजवळ एक तास तुम्ही खो-खोला देऊ शकता. आणि सर्वात महत्वाचे म्हणजे अशा सहभागातून तुम्ही जे मिळवता ते तुमच्या गुंतवणूकीपेक्षा जास्त आहे, म्हणूनच हे व्यवहार्य आहे. खेळाडूंनी त्यांच्या खेळ-कारकीर्दीत उज्वल यश मिळवले तरीही काही कौशल्ये आत्मसात करणे राहून जाते. काही इच्छा राहून जातात. ताज्या दमाच्या खेळाडूंकडून या राहिलेल्या इच्छा पूर्ण करवून घेण्याने अंशात्मक समाधान निश्चितच मिळते. स्वतः सारखाच पराक्रम नवीन खेळाडूंनी केल्यास पुनः प्रत्ययाचा आनंद मिळवता येतो. तसेच नवीन खेळाडूंच्या म्हणून तारूण्याच्या संपर्काने वाढत्या वयातही मन तरूणाला शोभेलसे ताजेतवाने रहाते. खेळाडूला आवश्यक अशा गुण किंवा व्यक्तिमत्व पैलूशिवाय आपल्यातील इतर गुणांचा वा पैलूंचा वापर करण्याची संधी साधता येते व त्यातूनही आपल्या आवडत्या खेळाच्या प्रगतीला हातभार लावता येतो. खेळ संस्कृती समाजात वाढवणे हा समाजसेवेचाच एक भाग आहे, ही गोष्ट आता जगमान्य आहे. थोडक्यात, खेळ कारकीर्द संपल्यावरही खेळ-खेळाडूंच्या संपर्कात रहाण्याचे अनेक फायदे आहेत. आपला आवडता छंद जपतांनाच हे फायदे मिळवण्यासाठी खो-खोच्या कार्यक्रमांच्या आणि खेळाडूंच्या संपर्कात माजी खेळाडूंनी रहावेच असा

लेखकाचा आग्रह आहे.

असा संपर्क निश्चय मनात केला की कोणत्या नात्याने खो-खोशी जोडलेले रहायचे यासाठी अनेक पर्याय आहेत. माजी खेळाडूला उपलब्ध असलेला वेळ, पैसा, त्याचे व्यक्तिमत्व, गुण या सर्वांचा विचार करून पर्याय निवडता येईल. त्याचबरोबर नवीन खेळाडूंना आणि खो-खो खेळाला ज्याची गरज आहे ते जर माजी खेळाडू देऊ शकत असेल तर सहाजिकच, अपेक्षित नातेसंपर्क दोनही बाजूंना स्वीकारार्ह नव्हे स्वागतार्ह होतो. अशा काही पर्यायांचा आपण पुढे विचार करणार आहोत.

माजी खेळाडूंनी खो-खोचा शिक्षक / प्रशिक्षक / मार्गदर्शक होणे हा पर्याय खो-खोच्या प्रगतीसाठी फारच उपयुक्त ठरेल. शिक्षकाची वृत्ती समर्थानी सांगितल्याप्रमाणे - जे जे अपुल्यासी ठावे । ते ते दुसऱ्यासी शिकवावे । शहाणे करून सोडावे । सकळ जन ॥ अशी असावी. मार्गदर्शक अनुभवी खेळाडू असण्याचा खो-खो प्रथमच शिकणाऱ्यांना खूपच उपयोग होतो. खो-खोतील विद्यार्थ्यांच्या चुक संकल्पना टाळता येतात. मिळवण्याच्या कौशल्यांचा अग्रक्रम योग्य रहातो. चुका टाळता येतात. त्यामुळे शिवकण्याचा कालावधी कमी होतो. खो-खो निरनिराळ्या स्तरांवर खेळतांना किंवा नियमात बदल केल्यामुळे खेळाच्या लकबीत-पद्धतीत बदल करणे खेळाडूंना योग्य मार्गदर्शनाने सहजशक्य होते. मार्गदर्शकालाही, त्याच्या योग्य मार्गदर्शनाने न झालेल्या इच्छा शिष्यांकरवी पूर्ण करून घेणे हा एक शक्तिस्त्रोत प्रोत्साहित करत असतो.

माजी खेळाडूला तितकाच महत्वाचा पर्याय आहे संघटक होण्याचा. पश्चिम महाराष्ट्रातील काही उदाहरणे पुरेशी बोलकी आहेत. एकदाच माजी खेळाडू एक संपूर्ण नवीन संघ तयार करू शकतो हे इचलकरंजी, सातारा, आंबेगाव, भोर येथील उदाहरणांनी सिद्ध झाले आहे. व्यवस्थापन कौशल्य, खो-खो संघटनांशी संपर्क / व्यवहार, स्थानिक संबंधितांचा

विश्वास मिळवणे, खेळाडूंच्या दैनिक समस्या (मैदान उपलब्ध करून देणे, वगैरे) सोडवणे या सर्व गोष्टींसाठी आवश्यक असा सामुहीक विचार, भावनिक बुद्ध्यांक असणाऱ्या माजी खेळाडूने संघटक झाल्यास त्याचा खो-खोच्या प्रगतीला चांगलाच हातभार लागेल. खेळाडू असतांना या गुणांना प्रकटीकरणाची संधी मिळाली असेल-नसेल पण निवृत्त झाल्यावर त्यांचा पूर्ण उपयोग करणे शक्य आहे.

संघटक किंवा मार्गदर्शकाएवढा वेळ देणे शक्य नसेल तर पंच-सामनाधिकारी अशी कामे करूनही तुम्ही खो-खोशी संपर्क ठेवू शकता. खेळाचा अनुभव असल्याने स्थानिक / राज्य पातळीवरील पात्रता (अर्हता) मिळवणे सहज शक्य आहे. खेळाचे बदलते स्वरूप समजावून घेणे, उत्तम शारिरीक क्षमता, विशेषतः दृष्टी, न्यायाग्रह, समतोलवृत्ती आणि खेळासाठी विश्वस्ताची भूमिका घेणे या गुणांनी सामनाधिकारी म्हणून उत्तम कामगिरी करणे शक्य आहे.

वर उल्लेख केलेल्या खो-खो संपर्क भूमिकांसाठी रोज किंवा सामन्यांचे वेळी नियोजित ठिकाणी जाणे अनिवार्य ठरते. परंतु याचे शिवायही माजी खेळाडूंना खो-खो खेळाशी संपर्क राखण्याला भरपूर वाव आहे. खो-खो संबंधी सामन्यांसंबंधी वृत्तलेखन, खो-खो संबंधी पुस्तके-पुस्तिका लिहिणे, वेळोवेळी टीका-टिप्पणी प्रसिद्ध करणे, खेळाची परिभाषा स्थानिक-राष्ट्रीय-आंतरराष्ट्रीय पातळीवर विकसित करणे, दूरदर्शन-आकाशवाणी या माध्यमांद्वारे वृत्तांतकथन धावता वृत्तांत, समालोचन या द्वारेही माजी खेळाडू खो-खोला सेवा देऊ शकतात. या क्षेत्रात खो-खो संबंधित विकास नगण्यच आहे. खो-खो आंतरराष्ट्रीय स्तरावर नेण्याचे ध्येय असेल तर तांत्रिक परिभाषा-नियम-मैदान-मैदानाची मापे यासंबंधीही भरपूर विचार होणे आवश्यक आहे. संगणकावर ऑनिमेशन चे तंत्र वापरून खो-खो खेळ तयार करणे हे एक आव्हान आहे.

संगीत व साहित्य

- कु.शितल मुंदाफळे, बी.ए.भाग-३

संगीत आणि साहित्य ही मानवी मनाच्या विकासाची दोन अविभाज्य अंगे आहेत. दोन्हीचा उगम मानव वंशाच्या जन्मकालीच झाला आहे. मानवाला शब्द सापडण्यापूर्वी स्वर सापडला असे मानववंश शास्त्राचे संशोधन आहे. मानसाने आपल्या भावभावना स्वराद्वारे प्रथम व्यक्त केला व मग शब्दाद्वारे तो बोलू लागला. माणसाच्या विकासाबरोबर स्वर व शब्द विकसित होत गेले. स्वरांतून संगीत साकारले तर शब्दातून साहित्य प्रकट झाले.

विद्येची देवता सरस्वती हिच्या एका हातात विणा वादय आहे तर दुसऱ्या हातात पुस्तक आहे. संगीत आणि साहित्य याचा संबंध दाखवण्याचे प्रतिकात्मक कामच सरस्वतीच्या रूपाने केले आहे. भारतीय संस्कृतीचा पहिला साहित्यिक आविष्कार वेदवाङ्मय आहे. या प्राचीन साहित्यातील पहिला वेद ऋग्वेद. यातील सर्व ऋचा काव्यमय असून त्या गायिल्या जात असत. त्या गाण्याच्या पद्धतीसाठी वापरलेले निश्चित स्वर ऋग्वेदात वर्णिलेले आहेत. (१) उदात (२) अनुदात (३) स्वरित अशा तीन स्वरांत ऋग्वेदातील ऋचा गायल्या जात. सर्वात शेवटी निर्माण झालेल्या सामवेद हा तर संगीत वेदच मानतात. साम गायन हा एक खास संगीताचा आविष्कार होता. सामगायन सप्त सुरांत चाले.

साहित्य व संगीत याची हातात हात घालून चाललेली वाटचाल अशीच विकसित होत गेली. रामायण, महाभारत ही महाकाव्ये वेद वाङ्मयानंतर निर्माण झाली. विणा झंकाराच्या साथसंगीत लव-कुश यांनी केलेले रामायणाचे गायन हा तर साहित्य व संगीत यांच्या एकरूपतेचा महत्वाचा असा प्राचीन पुरावा आहे. प्राचीन व ऐतिहासिक साहित्यातील जवळजवळ सर्व साहित्य काव्यबद्ध

असे. मग ते ऋषी मुनींनी लिहिलेले ग्रंथ असोत वा संत महात्म्यांचे दोहे, अभंग, भजने असोत सारे काव्यबद्ध असे.

राग-संगीताचा उगम भारतात झाल्यावर साहित्याची जी प्रथम महत्वाची लोकप्रिय निर्मिती झाली ती जयदेव कवीच्या गीत-गोविंद काव्याची. साहित्य व संगीत यांचे अतुट नाते दाखवणारा सगळ्यात मोठा ऐतिहासिक पुरावा म्हणजे गीत-गोविंद. गीत-गोविंद काव्यग्रंथातील प्रत्यक्ष अष्टपद्यांवर ते गीत कोणत्या रागात गावे त्या रागाचे नांव दिलेले आहे. हीच साहित्य आणि संगीत यांची अतुट परंपरा तशीच पुढे चालत राहिली व विकसित पण होत राहिली.

आजही संगीत आणि साहित्य यांचे नाते तसेच पुढे चालू आहे. साहित्यातील विविध भावभावनांनी भरलेले शब्द जेव्हा नादरूप धारण करतात तेव्हाच ते श्रोत्यांच्या मनाची पकड घेतात. म्हणूनच साहित्याप्रमाणेच संगीतात पण नवरसांना प्राधान्य दिले आहे. संगीतात स्वर हा रसोत्पादक घटक असल्याने विविध रागांमधून विविध रसांची निर्मिती मानली आहे.

पं.भीमसेन जोशी यांचा संतवाणी हा कार्यक्रम आधुनिक काळातील साहित्य व संगीत यांच्या एकरूपतेचा उत्तम पुरावा मानावा लागेल. संत तुकाराम, संत नामदेव, संत रामदास यांच्या साहित्यावर त्यांनी शास्त्रीय संगीताचा चढवलेला स्वरसाज एक विलक्षण अनुभव देऊन जातो.

संगीतात शब्दाला महत्त्व आहे. तर शब्दाला स्वरांची जोड आवश्यक आहे. म्हणूनच साहित्यनिर्मितीच्या कालापासून आजच्या युगापर्यंत संगीत व साहित्य यांचा प्रवास हातात हात घालून चालू आहे.

योगाभ्यास काळाची गरज

- अतूल पावडे, बी.ए.भाग-२

प्रत्येक व्यक्तीच्या व्यक्तिमत्वाचे शारीरिक, मानसिक, भावनिक, आध्यात्मिक व सामाजिक असे विविध पैलू असतात. या सर्व पैलूंमध्ये संतुलन व समायोजन प्राप्त करणारी प्रभावी पद्धती म्हणजे योगाभ्यास होय. सर्व वयोगटातील व्यक्तींचा सर्वांगीण सर्वकष विकास होण्यासाठी योगाभ्यास ही काळाची गरज बनलेली आहे. हा विषय व्यक्तीनिष्ठ, आत्मसाक्षात्कारी व आत्मानुभूती जीवनविषयक दृष्टीकोन बदलविणारा आहे.

आजच्या आधुनिक काळात भुमि, जल, वायू, अन्न, सागरी अशी बरीच मानवनिर्मित प्रदुषणे दिवसनदिवस वाढतच आहे. यामुळे निसर्गाचे संतुलन बिघडत चाललेले आहे. यावर मानवी प्रयत्नाने यश प्राप्त होवू शकते. परंतू मनुष्याच्या अंतर्गत प्रदुषणाचे काय? माणसाचे प्रदुषण म्हणजे काय, तर आचार-विचारांचे प्रदुषण. शरीर, मन, इच्छा, भावना आणि विचार हे जेव्हा दुषित होतात, तेव्हा गरज असते ती अंतःपर्यावरण शुद्धीकरणाची. योगाभ्यासामुळे सदोष विचार, अविचार आणि कुविचार नष्ट होतात.

आपली कर्मे, कृती, कर्तृत्व, विचार हे संस्कारातून, मनोधारेणेतून, संभवतात म्हणून प्रत्येक कर्मांमागे अंतःकरणाची शुद्धी व परिपक्वता आवश्यक आहे. सध्याच्या या धकाधकीच्या जीवनात ताणतणाव आणि घाई पाहता असे दिसते की आपण आपल्या अंतःकरणापासून खुपच दूर

चाललो आहोत. म्हणूनच आचार आणि विचार यांच्यात तफावत दिसते. समाजातील प्रत्येक क्षेत्रातील माणसे एकमेकांपासून दुरावत चाललेली आहे. सामाजिक व कौटुंबिक जिन्हाळाही नष्ट होण्याच्या मार्गावर आहे. असंतुष्टता वाढत आहे. आत्मसंयम सुटत जात आहे.

उचित आचार-विचार ठेवणे व तसेच वर्तन करणे, प्रामाणिक असते हे जणू अशक्य व अतर्क्य झाले आहे. आत्मपरीक्षण केल्यास आपणास समजेल की, अंतर्गत प्रदुषण किती प्रमाणात वाढलेले आहे. द्वेष, असूया, मत्सर, हाव, लोभ, काम, क्रोध या सर्व जंजाळात सुखाचा पाया हरवला आहे. खरेतर शुद्ध व पवित्र सुख केवळ आत्मीक आनंदात आहे. आधुनिक काळातील सुख हे लोभ व राग या जीवघेण्या स्पर्धेत गुंतलेले आहे.

मानसिक व आत्मीक सुख विसरलेल्या आणि भौतिक सुखाच्या मागे धावणाऱ्या मनाचे आजाराचे मूळ यातच आहे. हे आजाराचे मुळ नष्ट करण्याकरीता आधुनिक युगात योगाभ्यासाची नितांत गरज आहे. योग हे आत्मसाक्षात्काराचे शास्त्र मानले जाते. त्यामुळे स्वत्वाची जाणीव निर्माण करण्यासाठी व प्रगल्भ करण्यासाठी तसेच त्या जाणिवेत काही उणिवा राहिल्या असल्यास त्याची पुर्तता करण्याच्या दृष्टीने योगाभ्यास महत्वाचा आहे.



बरं निघतो बाले (कविता)

- योगेश खवशे, बी.ए.भाग-२

गुरे घरी असलेल्या मुलीशी
अचानक मैत्री झाली
सहजच सुटीच्या दिवशी
तिच्या घरी भेट दिली

दारात तिच्या उभा राहीलो
आणि लगेच कोंडा ठोकला
तिनेही त्याच क्षणी
शेणाचा पोयटा बाहेर झोकला

मैत्रीत तिच्या विसरून स्वतःला
बेभान मी झालो
तिने फेक्कले शेण
आणि घाण मी झालो

दार उघडताच सजनाचे
शेनाचा प्रहार छतीवर झाला
इम्प्रेशन मारण्यासाठी घातलेला
नवीन कोटही भरला

भरलेल्या शरीराला बापाने तिच्या
पाठवले न्हानीघरात आंघोळीला
संताप आला भयंकर डेक्यात
पण काय म्हणावे त्या हाडकुडीला

विलंभ न लावता क्षणाचा
वाट धरली मी घरची थेट
निघता निघता दारातून म्हणाली
पुढल्या सुटीत पुन्हा घरीच भेट

सुटी बघून पुन्हा आनखी
घोळ चुक केली
पहिल्याप्रमाणे तिच्या घरी
पुन्हा भेट दिली

घरी पोहचताच तिच्या
दारातच उभी दिसली
सडा टाकता टाकता शेनाचा
ये म्हणून हलकीशी हसली

मीही तेथेच कोपरा पकडून
बोलत उभा राहीलो
म्हणीसही बाजुलास होती
पण तिला नाही भ्यायलो

तेव्हाच अचानक पाणि पडत
असल्यासारखा आवाज झाला
म्हटले दुपारच्या वेळी साला
नळ कसा काय आला

सरकारी नळाकडे लक्ष केले
पण तोही बंदच दिसला
पुन्हा डेक्याला हात लावून विचार केला
मग हा आवाज कसला

मनात शंकर निर्माण झाली
आणि पटकन म्हशीकडे नजर वळवली
जिव सगळा हताश झाला
पुन्हा म्हैस मातेने कृपा केली

पडत असलेल्या धारेच्या
जागेकडे लक्ष केले
अडून जमिनीला प्रत्येक थेंब
शिंतोडे बनून पॅन्टर आले

लगेच तिला प्रश्न केला
तुझ्या घरच्या गुरांचे मी काय केले
तेव्हाच त्या पाळलेल्या कुत्र्याने
आपलेही ऋण फेकले

उभ्या असलेल्या पायांना माझ्या
तो खांब समजून बसला
टांग उचलून कार्यक्रम उरकवला
व सरळ घरात धसला

पुन्हा तीचे हसु
आवरेनासे झाले
दोन्ही हात जोडून मी म्हटले
बरं निघतो बाले

भारताची फाळणी व कश्मिर समस्या

- दिनेश सेंबेकर, एम.ए.भाग-२

दिल्लीतील मोगल सत्तेचा अंत होऊन हिंदुस्थानात ब्रिटिश सत्तेचा प्रारंभ झाला. ईस्ट इंडिया कंपनी विरुद्ध निर्माण झालेल्या असंतोषातून १८५७ चा उठाव झाला. या उठावात हिंदु मुस्लिमांनी खांद्याला खांदा लावून इंग्रजाविरुद्ध संघर्ष केला. परंतु उठाव अयशस्वी झाला आणि हिंदुस्थानातील कंपनीची सत्ता संपुष्टात येऊन १८५८ च्या कायद्याने ब्रिटिश सरकारची सत्ता प्रस्थापित झाली. भारतात पश्चिमात्य शिक्षणाचा प्रसार होऊन सुशिक्षित मध्यम वर्ग उदयास आला. या राष्ट्रवादी विचारांच्या मध्यमवर्गीयांनीच ए. ओ. हयूमच्या नेतृत्वात १८८५ मध्ये मुंबई येथे भारतीय राष्ट्रीय काँग्रेसची स्थापना केली. काँग्रेसला दिवसेंदिवस प्रचंड प्रतिसाद मिळू लागला व राष्ट्रवादी भावना वाढू लागली त्यामुळे इंग्रज सरकारचा काँग्रेसला विरोध होऊ लागला. इंग्रजांना हिंदु मुस्लिम एकत्र राहिल्यास एक दिवस ब्रिटिश साम्राज्याला आव्हान करतील म्हणून **Divide & Rule** धोरणानुसार बहुसंख्य हिंदुच्या वर्चस्वाचा बागुलबुवा मुसलमानांच्या मनात उभा करून काँग्रेस ही हिंदुची संघटना आहे. मुसलमानांच्या हितसंबंधाच्या संरक्षणासाठी वेगळ्या जातीय संघटनेच्या मुस्लीम लीगच्या स्थापनेला प्रेरणा व प्रोत्साहन दिले. १९०६ मध्ये मुस्लिम लीगची स्थापना होऊन पाकिस्थानच्या निर्मितीचे बीज रोवल्या गेले. पुढे १९०९ च्या कायद्याने स्वतंत्र मतदारसंघ निर्माण करून मुस्लिमांना काँग्रेसपासून दूर करण्याचा प्रयत्न केला. ब्रिटिशांच्या या वश्तीमुळे हिंदु मुसलमानात मतभेद वाढतच गेले.

प्रारंभीच्या काळात बॅरि. जीन्ना राष्ट्रवादी विचारसरणीचे होते. मुस्लिमांच्या स्वतंत्र मतदारसंघास त्यांचा प्रचंड विरोध होता. १९०८, १९१० व १९१७ च्या काँग्रेसच्या अधिवेशनात बॅरि.

जीन्ना सक्रीयपणे सहभागी झाले. १९१० च्या काँग्रेस अधिवेशनात स्थानिक संस्थात जातीय आधारावर प्रतिनिधित्व असावे या कल्पनेस त्यांनी विरोध केला. राजकीय जीवनाच्या प्रारंभीच्या काळात त्यांची भूमिका धर्म निरपेक्षतेची व राष्ट्रवादाची होती. परंतु गांधीजीकडे काँग्रेसचे नेतृत्व येताच बॅरि. जीन्ना काँग्रेसविरोधी बनू लागले. याला कारण त्यांची असीम महत्वाकांक्षा काँग्रेसमध्ये ये गांधीजीचा प्रभाव वाढत गेला त्यामुळे बॅरि. जीन्नाच्या नेतृत्वाला काँग्रेसमध्ये त्यांच्या अपेक्षेप्रमाणे वाव मिळत नाही हे दिसताच बॅरि. जीन्ना काँग्रेस व गांधीजी विरोधी झाले. त्यांनी मुस्लिम लीगचे नेतृत्व स्वीकारले. त्यांना खतपाणी देण्याचे कार्य इंग्रजांनी केले. प्रसिद्ध कवी महमंद इकबाल ज्यांनी सारे जहांसे अच्छा हिंदोस्ता हमारा हे राष्ट्रवादी गीत लिहीले जे हिंदुस्थान एक राष्ट्र या विचारांचे होते त्यांनी सुद्धा वेगळ्या मुस्लिम राष्ट्राच्या मागणीस समर्थन केले त्यांनी डिसेंबर १९३० च्या अलाहाबाद येथील मुस्लिम लीगच्या अधिवेशनात अध्यक्षीय भाषणात मुस्लिम भारत म्हणून पाकिस्तानचा पाया घालून दिला असे मानले जाते.

दुसऱ्या महायुद्धाच्या शेवटच्या टप्प्यात इंग्रज भारत सोडणार व भारताच्या स्वातंत्र्याचा प्रश्न निर्माण झाला तेव्हा मुस्लिम लीग पाकिस्तानच्या मागणीवर अडून बसले. तर काँग्रेस एकसंघ हिंदुस्थानच्या मागणीवर लिंगने मुस्लिम बहुसंख्य भागात जातीय दंगे सुरु केले. त्याचे पडसाद हिंदु बहुसंख्य भागात मुसलमानावर हल्ले सुरु झाले. देशातील जातीय दंग्यामुळे व जीन्नाच्या पाकिस्तानच्या मागणीमुळे देशात जातीय दंगे पेटले. अशा परिस्थितीत हिंदु व मुसलमान एका राष्ट्रात सुखाने राहणे अशक्य आहे. गांधीजींचा विभाजनाला विरोध होता. माझ्या



शरीराचे दोन तुकडे होईल त्यानंतरच या देशाचे विभाजन होईल असे म्हणणारे गांधीजी जातीय दंग्यामुळे व बॅरि. जीन्नांच्या अडवणूकीमुळे विभाजनास तयार झाले. राष्ट्राची शांतता, सुव्यवस्था व प्रगती करावयाची असल्यास विभाजन अनिवार्य आहे.

जबरीने मुसलमानांना एकत्र राहण्यास बाध्य करण्यास अर्थ नाही. अशी सरदार पटेलांची खात्री पटली. शेवटी १४ ऑगस्ट १९४७ ला भारताचे विभाजन होऊन पाकिस्तान हे मुस्लिम बहुसंख्य प्रदेशांचे राष्ट्र निर्माण झाले.

भारताच्या विभाजनाला व पाकिस्तान निर्मितीमुळे भारतापुढे उभ्या ठाकलेल्या समस्यांना जबाबदार असलेली व्यक्ती म्हणून जीनांचे नाव भारतीयांच्या सदैव स्मरणात राहिल.

भारताचे विभाजन झाले तेव्हा पाकिस्तानचे क्षेत्रफळ भारताच्या २८.८% लोकसंख्या होती तर क्षेत्रफळाचे प्रमाण २४.४०% होते. पाकिस्तानचे पूर्व व पश्चिमेस असे दोन भाग होते. पंजाब व सिंध प्रांतात मुस्लिम बहुसंख्य पश्चिम पाकिस्तान तर बंगाल प्रांतात मुस्लिम बहुसंख्य पूर्व पाकिस्तान पूर्व पाकिस्तान व पश्चिम पाकिस्तान परस्परांपासून १६०० कि.मी. दूर दोन टोकावर होते. त्यांना जोडणारा भूभाग नाही. व पाकिस्तानला पूर्व पाकिस्तानशी भूमार्गाने जोडण्यासाठी भारतातून भूपट्टा देण्यास भारताने नकार दिल्यामुळे पाकिस्तान भारतावर आरोप करू लागले.

काश्मिर प्रश्न

१८ जुलै १९४७ च्या स्वातंत्र्य विधिनियमात देशी संस्थानांना त्यांचे भवितव्य ठरविण्याचा संपूर्ण अधिकार प्राप्त झाला. त्यापैकी काश्मिर संस्थान भारत व पाकिस्तानच्या मध्ये होते. काश्मिरमध्ये ७०% मुस्लिम जनता असल्यामुळे काश्मिर पाकिस्तानात विलीन व्हावे ही पाकिस्तानाची इच्छा होती. परंतु काश्मिरमधील लोकप्रिय राजा हरि संगाने काश्मिर पाकिस्तान वा भारतात विलीन करण्यास नकार देऊन काश्मिर स्वतंत्र ठेवण्याची

घोषणा केली.

काश्मिर संस्थान पाकिस्तानात विलीन होत नसल्यामुळे २२ ऑक्टोबर १९४७ पाकिस्तानने काश्मिरवर आक्रमण केले पाकिस्तानचे टोळीवाल्यांच्या रुपात पाकिस्तानी सेनेचे काश्मिरवर आक्रमण केले. त्यामुळे काश्मिरच्या स्वातंत्र्याचा प्रश्न झाला. काश्मिरच्या राजाने या संकटापासून वाचण्यासाठी भारताकडे मदत मागितली परंतु ते आक्रमण काश्मिरवर आहे. काश्मिर भारताचा भाग नसल्यामुळे भारताने राजा हरिसिंगास मदत करण्यास नकार दिला. जेव्हा पाकिस्तानी सेना जम्मू आणि श्रीनगर पर्यंत पोहचली तेव्हा शेवटी राजा हरिसिंगाने काश्मिर भारतात विलीन करण्याच्या करारावर २७ ऑक्टोबर १९४८ ला सहया केल्या व काश्मिर भारताचा भाग बनले त्याला काश्मिरचे प्रसिद्ध नेता व नॅशनल कॉन्फरन्स चे नेते शेख अब्दुल्ला नेही मान्यता दिली. काश्मिर भारताचा भाग बनल्यामुळे भारतीय सेना हवाईमार्ग काश्मिरला पाठविली जम्मू व श्रीनगर पाकिस्तानी आक्रमकापासून भारतीय सेनेनी वाचविली. व पाकिस्तानी सेनेनी काबीज केलेला भाग लष्करी बळावर पूर्ण जिंकण्याऐवजी भारताचे पंतप्रधान पं. नेहरुनी संयुक्त राष्ट्रसंघाकडे पाकिस्तान आक्रमक आहे व भारताच्या काश्मिरवर आक्रमण केल्याची तक्रार केली. परंतु अमेरिका व रशियात शीत युद्ध सुरु होऊन जग दोन गटात विभागले गेले होते. व त्या शीत युद्धाचा बळी काश्मीर पडला.

काश्मिरवरील आक्रमण यशस्वी होईल अशी पाकिस्तानला खात्री होती भारतीय सैन्याने काश्मिरमध्ये प्रवेश करून आक्रमकांना रोखले. शेवटी १ जानेवारी १९४९ मध्ये काश्मिरमध्ये युद्ध बंदी झाली.

काश्मिर प्रश्नावर अमेरिका ब्रिटन फ्रान्सनी पाकिस्तानची बाजू घेतली ज्यावेळी सुरक्षा समितीत रशियाने नकाराधिकार वापरून काश्मिर प्रश्नावर भारताच्या बाजूने भूमिका घेतली. सुरक्षा समितीने सार्वमतावर भर दिला परंतु पाक व्याप्त काश्मिरमधून



पाकीस्तानी लष्कर निघाल्याशिवाय सार्वमत घेण्यात येणार नाही अशी भूमिका भारताने घेतली.

१९५४ मध्ये अमेरिका-पाकिस्तान लष्करी करारानंतर पाश्चिमात्य राष्ट्रांशी पाकिस्तानची लष्करी हातमिळवणी अधिकाधिक दृढ होत गेली. तर भारताने काश्मिरचे मुख्यमंत्री बक्षी गुलाम महमंद यांच्या सरकारद्वारा काश्मिरवरील आपली पकड दृढ केली. फेब्रुवारी १९५४ मध्ये काश्मिरच्या घटना समितीने एक मताने भारतातील काश्मिरच्या विलीनीकरणावर शिक्कामोर्तब केले. घटना समितीचे सदस्य तेथील जनतेने निवडून दिलेले असल्याने त्यांनी विलीनी करणाची दिलेली मान्यता म्हणजेच सार्वमताचा कौल अशी भूमिका भारताने घेतली.

जानेवारी १९५७ मध्ये काश्मिरप्रश्न सुरक्षासमितीत पुन्हा चर्चेला आला. काश्मिरमध्ये संयुक्त राष्ट्रसंघाने सैन्य पाठवावे अशी मागणी पाकीस्तानी परराष्ट्रमंत्री फिरोजखान यांनी सुरक्षा समितीला केली. तर सुरक्षा समितीने काश्मिरवरील पाकिस्तानच्या आक्रमणाची दखलही घेतल्या गेली नाही. त्याबद्दल भारताद्वारा तीव्र निषेध भारतीय प्रतिनिधी कश्ण मेनन यांनी केला. काश्मिरच्या घटनासमितीने विलीनीकरणावर केलेला शिक्कामोर्तब ही भारताची अंतर्गत बाब आहे. १९४७ पासूनच काश्मिर भारताचा अविभाज्य भाग बनलेला आहे. तसेच लोकनियुक्त प्रतिनिधींनी विलीनी करणाला दिलेली मान्यता म्हणजेच काश्मिरी जनतेच्या इच्छेची अभिव्यक्ती होय हे मेनन यांनी स्पष्ट केले.

ऑक्टोबर १९५८ मध्ये जनरल अयुबखान सत्तेवर येऊन पाकिस्तानात लष्करी राजवटीला प्रारंभ झाला. पाकिस्तानला अमेरिकेकडून अधिकाधिक लष्करी मदतीमुळे मतभेद वाढत गेले. ती शस्त्रास्त्रे पाकिस्तानला भारताविरुद्ध वापरण्याकरिता दिलेली नसून संभाव्य साम्यवादी आक्रमणाना तोंड देण्यासाठी त्याचा उपयोग करणार असे अमेरिकेने हे कितीही सांगितले तरी ते भारतविरोधकरिताच पाकिस्तान आपले लष्करीसामर्थ्य वाढतच

आहे हे लक्षात आले. त्यामुळे भारतानेही लष्करी सामर्थ्य वाढविण्यास प्रारंभ केला.

२ मार्च १९६३ रोजी चीन पाकिस्तान सीमा करारानुसार पाक व्याप्त काश्मिर प्रदेशातील दोन हजार चौरस मैलापेक्षाही अधिक प्रदेश पाकिस्तानने चीनला दिली. भारताने त्या कराराविरुद्ध पाकिस्तान सरकारकडे निषेध नोंदविला.

भारत - पाक वाटाघाटीतून किंवा राष्ट्रसंघाच्या कार्यवाहीतून पाकिस्तानचे काश्मिरबद्दल उद्दिष्ट पूर्ण होत नसल्यामुळे १ सप्टेंबर १९६५ मध्ये पाकिस्तानने भारतावर आक्रमण केले २२ दिवस युद्ध चालले शेवटी संयुक्त राष्ट्रसंघाने युद्धबंदी घडवून आणली त्यावेळी पाक व्याप्त काश्मिरचा प्रदेश धरून एकुण ७४० चौ. मैलांचा पाकिस्तानी प्रदेश भारताच्या तर २१० चौ. मैलांचा भारतीय प्रदेश पाकी सैन्याच्या ताब्यात होता.

रशियाच्या मध्यस्थीने १० जानेवारी १९६६ ला भारत व पाकिस्तानमध्ये ताशकंद करार झाला. या करारानुसार युद्धापूर्वी ज्याठिकाणी भारतीय व पाकी सैन्य होते त्याठिकाणी २५ फेब्रुवारीच्या आत माघार घ्यावा. युद्ध बंदीची परतीची व्यवस्था करण्यात यावी. दोन्ही देशांनी सलोख्याचे संबंध पुन्हा प्रस्थापित करावे अशा तरतूदी होत्या. या युद्धानंतर काश्मिरवर आंतरराष्ट्रीय कार्यवाही होण्याची शक्यता दुरावली. तसेच काश्मिरसंबंधी सुरक्षा समितीने काही कार्यवाही करावी याला ब्रिटनची अनुकूलता राहणार नाही असे वक्तव्य डिसेंबर १९६८ मध्ये ब्रिटिश परराष्ट्र मंत्री मायकेल स्टेवर्ट यांनी केले. भारताने काश्मिरचे भारतात कायमचे विलीनीकरण झाले आहे हे वारंवार स्पष्ट केले. तरी पाकिस्तानची ते सत्य स्विकारायला अजून ही तयारी नाही. १९७१ मध्ये पुन्हा युद्धाद्वारे तो प्रश्न सोडवून घेण्याचा प्रयत्न केला परंतु त्यातही अपयशी ठरून पूर्व पाकिस्तान पाकिस्तानापासून वेगळा बांगला देश निर्माण होण्यात झाला.

भारतात व काश्मिरमधील भागात दहशत वादाला व



फुटीरतादाला खतपाणी घालण्यात पाकिस्तानचा सहभाग असूनही भारताने पाकिस्तानशी संबंध सुधारण्याचा प्रयत्न सोडला नाही. इंदिरा गांधीनंतर माजी पंतप्रधान राजीव गांधी व माजी पंतप्रधान अटल बिहारी वाजपेयी यांनी पाकिस्तानशी वाढत असलेले वैमनस्य कमी करण्यासाठी वैयक्तिक पातळीवर प्रयत्न केले. व्यापारी आर्थिक व सांस्कृतिक सहकार्यावर भर दिला. डिसेंबर १९८५ मध्ये परस्परांनी एकमेकांच्या अणुभट्ट्यावर हल्ला न करण्याचा करार केला. जनरल जीया उल्हाक नंतर बेनझीर भुट्टो व नंतर परवेझ मुशर्रफ व नवाझ शरीफ यांचे काळात पाकचे

काश्मिरचा प्रश्न जागतिक संघटनासमोर आणण्याचा प्रयत्न केला. काश्मिर व भारतात दहशतवाद्यांना सहाय्यामुळे भारत-पाक वैमनस्य वाढतच गेले. भारताच्या सलोख्याच्या प्रयत्नांना फारसे यश आलेले नाही. तरी सुद्धा भारताच्या शांततापूर्ण वाटाघाटी सुरुच आहे. आज दोन्ही राष्ट्राकडे अण्वस्त्रे आहेत त्यामुळे दोन्ही राष्ट्रात तणाव वाढत असला तरी युद्ध झाल्यास दोन्ही राष्ट्रांचे नुकसानच होणार त्यामुळे दोन्ही राष्ट्रे वाटाघाटी व चर्चेद्वारा तणाव कमी करण्याचा प्रयत्न करित आहेत.

मराठीचे पुस्तक

कु.प्रिती भोसे, बी.ए.भाग-२

असे हे मराठीचे पुस्तक असते
एक मॅडम जवळ, आणि बाकी सर्वाजवळ असते
काहीं जवळ असते तर काहीं जवळ नसते - २
असे हे मराठीचे पुस्तक असते,
त्यात काही पाठ तर काही कविता असतात - २
त्यात काही निबंध तर काही कविता असतात
त्या मध्ये शिकण्यासारखे खूप काही असते
असे हे मराठीचे पुस्तक असते,
आमच्या मॅडम त्या पुस्तकातील शिकवित असतात - २
त्यात काही विनोदी तर काही गंभीर असते
त्यात काही प्रेमळ तर काही रागावणारे असते,
असे हे मराठीचे पुस्तक असते
त्यात काही लेखकाने तर काही लेखिकेने लिहलेले असते
खुप काही अनुभवी व प्रेमळ शब्दांनी ते भरलेले असते - २
असे हे मराठीचे पुस्तक असते
आमच्या मॅडम त्या खूप आवडीने शिकवित असतात - २
काहींचे लक्ष असते, तर काहींचे नसते
त्या पुस्तकातील घेण्यासारखे खुप काही असते
असे हे मराठीचे पुस्तक असते - २

अरविंदबाबू देशमुख महाविद्यालय, भारसिंगी वार्षिकांक - २०२१-२२

॥ शेतकऱ्यांच्या आत्महत्या ॥

कु.दिपीका सातपुते,
बी.ए.भाग-१

उठा शेतकऱ्यांनो, असा बैल कां? बनला ।
पेटून का? उठत नाही, आत्महत्या कां? करता ॥
शेतात पुरेशी विज नाही । शेतमालाला योग्य भाव नाही ।
स्वतंत्र राज्यांत काय तुझी दशा । पेटून ॥ धृ ॥
असले लबाड लांडगे स्टेजवर बोलतात एक ।
शेतकऱ्यांना लुटण्याचे कारस्थाने करतात अनेक ।
अशा लबाडांना निवडून कां? देता ॥ पेटून ॥ धृ ॥
तुम्हाला मरायचेच, आहे तर ।
या दृष्टांचा संहार करा ।
जिने न जगता कोंबड्या बकऱ्यासारखे ।
स्वाभिमानी जिवन जगा ॥ पेटून ॥ धृ ॥
शहरांत विजेचा लखलखाट ।
खेड्यात अंधाराचे साम्राज्य ।
असले माय मावसीचे धोरण ।
कोठपर्यंत सहन करता ॥ पेटून ॥ धृ ॥
निवडणूकीचे तोंडावर नेत्यांचे भरघोष आश्वासने ।
निवडणूक संपली की जनतेशी काय देणे घेणे ।
अशा नेत्यांना पारखून मतदान करा ॥ पेटून ॥ धृ ॥
आता पाळी आली संघर्षाची ।
आपली शेता आणि आपली अब्रू राखण्याची ।
असे स्वस्थ कां ? बसला ।
पेटून कां ? उठत नाही, आत्महत्या कां? करता ।
उठा शेतकऱ्यांनो आपला व देशाचा
स्वाभिमान बाळगा संघर्ष करा, संघटीत व्हा,
आत्महत्या करू नका ।
आत्महत्या करण्यास भाग पाडा ॥

॥ नाते मैत्रीचे ॥

मोहित लाडसे

बी.एस.सी.भाग - २

नाते हे जीवाभावाचे हृदयी ठेव जपून
स्वार्थाचे मनोरे मनांत ठेव दाबून
निःस्पृहाने मैत्री करावी त्यात स्वार्थाचा लवलेश नसावा
लोभाने मैत्री तुटते हा मनात भाव असावा
मैत्रीत आत्मा दिलदार असावा
तेव्हाच मैत्रीचे नाते जुळते
दोन जिवांचे मिलन अंतर्भूत नाते जुळते
करावे सर्वांवर प्रेम त्यात नसावा कोणताच गेम
सर्वांचा विकास व्हावा हाच उद्देश मनांत असावा
सर्वांना प्रेम द्यावे मनांत देण्याचा भाव असावा
तेव्हाच अतूट नाते जुळते तेच जन्मभर कामी येते
करावा सत्कार्यावर विश्वास तुटेल जीवनातील भवपार
ईश्वराने बुद्धीही दिली आम्हा त्याचा सदुपयोग करावा
अशी करावी कृती मेल्यावर राहावी स्मृती
हिच माझी विनवणी पोचवा सर्वांचे कानी



हिंदी विभाग

प्रभारी प्राध्यापक
प्रा.भाविक मनियार



अरविंदबाबू देशमुख महाविद्यालय, भारसिंगी वार्षिकांक - २०२१-२२

राष्ट्रीय एकता के निर्माण में शिक्षकों एवं छात्रों की भूमिका

- सागर कावडे, बी.ए.भाग-३

यह स्वयं सिद्ध है कि विश्व के किसी भी आन्दोलन या परिवर्तन के मूल में मुख्यतः शिक्षकों और छात्रों की ही अहम् भूमिका रही है। शिक्षक बौद्धिकता और प्रेरक शक्ति के रूप में अपना योगदान देते हैं जबकि युवक उर्जा शक्ति के भंडार होने के कारण पुरे क्रिया कलाप का संचालन करते हैं। शिक्षक देश की एकता और अखण्डता, सम्प्रभुता और क्षेत्रीय अखण्डता के प्रति कृतसंकल्प होते हैं और विद्यार्थी वर्ग तो सदा की भाँति राष्ट्रीय ध्वज की लहराते हुए क्रांति की लौ को प्रज्वलित रखने में आगे रहा है। वास्तविकता यह है कि नवयुवकों में जो त्याग, तपस्या और बलिदान की भावना स्वाभाविक रूप से कूट कूट कर भरी रहती है वह वयस्क लोगों में क्षुद्र स्वार्थों में रहने के कारण नहीं पायी जाती है। युवक ही देश के भविष्य हैं और उनके निर्माता हैं शिक्षक गण। कहा गया है स्वतंत्रता के प्रश्न का सिंचन अमर सेनानियों और अत्याचारियों के रक्त से होता है।

स्वतंत्रता प्राप्ति के पूर्व युवकों और विद्यार्थियों में अदम्य उत्साह, साहस, आत्मनिर्भरता, संकल्प शक्ति, उद्देश्य मूलक जीवन शैली, सरल एवं आदर्शों के प्रति प्रतिबद्धता स्वाभाविक गुणों के प्रचुर मात्रा में पाया जाना सामान्य बात थी। उस समय हर क्षेत्र के लोगो ने पूरी निष्ठा, लगन और संलग्नता के बलबूते पर बड़ी बड़ी ऊँचाइयाँ छुई थी। देश को हीन भावना से भी ऊपर उठना था। जिसके फलस्वरूप आश्चर्यजनक उपलब्धियाँ प्राप्त की गई। लोगों ने देखा कि चाहे वह १८५७ का गदर हो या १९४२ का भारत छोड़ो आन्दोलन या १९४७ में जयप्रकाश नारायण द्वारा संचलित

प्रजातंत्र प्राप्ति का जनान्दोलन, १९६२ का चीनी आक्रमण या पाकिस्तानी आक्रमण या कारगील हो, सबमे राष्ट्रीय एकता नए सिरे से स्थापित हुई और इन सब में जातीयवाद या सम्प्रदायवाद की दुर्गन्ध नहीं थी। इससे यह भी सिद्ध होता है की कभी भी राष्ट्रीय एकता जाति एवं सम्प्रदायवाद पर आधारित नहीं हो सकती। बांगला देश की स्थापना और पाकिस्तान की टूटन भी यह सिद्ध करती है कि सम्प्रदाय से बढ़कर संस्कृति है। सम्प्रदाय हर हालत में सबकी एकसूत्र में नहीं बाँध सकता है, किन्तु संस्कृति बाँध सकती है।

भारत संस्कृति प्रधान देश है। संस्कृति इसकी आत्मा है। यह धर्मान्धता से नहीं जकड़ा है। यहाँ किसी प्रकार भी आतंकवाद, घृणा, द्वेष, स्पर्धा का लेश मात्र स्थान नहीं है। यह शाश्वत मानवीय गुणों पर आधारित वह परम्परागत शैली है। जो ५००० वर्षों से अधिक समय से एक सूत्र में पिरोये हुए है। यह हमारी अखण्ड निधि है जिस पर हम गर्व कर सकते हैं।

आज की दुष्प्रवृत्तियों अतिवादी हैं उनके सहनशीलता के तत्व नहीं हैं, संकीर्णता और उपभोक्तावाद के दुर्गुणों की भरमार है। भारत पश्चिमी देशों को अन्धानुकरण करके सुख सुविधाओं को गुलाम नहीं बना सकता। इसे आत्मनिष्ठ एवं आत्मनिर्भर बने रहने के लिए त्याग, तपस्या और बलिदान के आदर्शों को कभी छोड़ना नहीं होगा। भारत जैसे देश में उन्माद और कट्टरवाद नहीं फैल सकता। यहाँ की जीवन शैली संश्लिष्ट है। यही इसका राष्ट्रीय एकता का रहस्य है। इसी के बलबूते पर राष्ट्रीय एकता की सिद्धि संभव है।



संगीत एक महान साधना

- परीक्षित कराडे, बि.ए.भाग-१

संगीत चिकीत्सा का इतिहास बहुत पुराना है। यूनान के औरफिक स्कुल से इसकी शुरुआत मानी जाती है पाइथॅगोरस, प्लैटो और अरस्तु सभी संगीत की चिकीत्सकीय पद्धतियों से परिचित थे। बाइबल के ओल्ड टेस्टमेंट में भी संगीत चिकीत्सा की चर्चा आती है।

आधुनिक चिकीत्सा विज्ञान के जनक इजिप्त भी बीमारियों के इलाज के लिए संगीत का प्रयोग करते थे। प्रसिद्ध अरबी लेखल ने भी इसी विषय पर विस्तार से लिखा है। भारतीय इलाज में भी यह किवदंती प्रचलित है की प्रसिद्ध दक्षिण भारतीय संगीतज्ञ त्यागराज ने राग बिहारी में अपनी संगीत रचना नवजीवन धारा के द्वारा एक मृतक को जीवित कर दिया था।

संगीत चिकीत्सा के माध्यम से बीमारियों के प्रभावी इलाज का वैज्ञानिक तरीका है। इसके द्वारा हमारा भावात्मक शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य न सिर्फ लौट आता है, अपितु बना भी रहता है। सांगीतिक ध्वनियों के उतार-चढ़ाव और स्वरों की विशिष्ट दिव्य शक्ति शरीर के विद्युत चुम्बकीय परिवर्तनों को निर्देशित करके विभिन्न रोगों का शमन और उपचार करती है। संगीत चिकीत्सा एक उपद्रवरहित चिकीत्सा है, जो उत्पन्न हुए रोगों को शान्त कर अन्य रोगों को उत्पन्न होने से बचाती है। यह समस्त व्याधियों को नष्ट करने के लिए अद्भुत और अलौकीक चिकीत्सा है। संगीत अनादि है, अनन्त है। यह चिकीत्सा का एक सफल व सरल माध्यम है।

१७२९ में एक चिकीत्सक रिचर्ड ब्राऊने ने अपनी प्रसिद्ध पुस्तक मेडिसिना म्युझिका लिखी जिसमें चिकीत्सा विज्ञान में संगीत के प्रयोग का वर्णन है।

डॉ.बुमेल ने तंजौर के सरस्वती महल पुस्तकालय में राग चिकीत्सा नाम की एक पांडुलिपी की चर्चा की है जिसमें उन विभिन्न रोगों की चिकीत्सा की जा सकती है।

संगीत आखिर है की? के अनुसार संगीत एक ऐसी शब्द विहीन असीमीत भाषा है जो हमें अनंत के छोर तक ले ही नहीं जाती बल्कि एक क्षण के लिए उमें झांकने का भी अवसर देती है। संगीत का अर्थ है ऐसी ध्वनियों की उत्पत्ति जो वातावरण में विभिन्न प्रकम्पनों के रूप में व्याप्त है। शारंग देव ने अपने संगीत - रत्नाकर ग्रंथ में कहा है की संगीत सदैव जीवित प्राणी द्वारा किसी वाद्य यंत्र पर आघात से उत्पन्न होता है। हम कह सकते हैं कि संगीत का अर्थ हैं रागों के रूप में सार्वभौतिक उर्जा की अभिव्यक्ति।

मतंग रागों को परिभाषित करने वाले प्रथम व्यक्ति थे। उनके अनुसार राग एक ऐसा सुमधुर ध्वनि विन्यास है जो मनुष्य का मनोरंजन करता है। राग के चार स्रोत हैं लोकगीत, कविता, संतो द्वारा गाये एक भजन और शास्त्रीय संगीतकारों की रचनाएं। जहां पश्चिमी संगीत में स्वर साधन पर जोर दिया जाता है वहीं भारतीय संगीत का अर्थ है विशुद्ध स्वर माधुर्य। भारत में माधुर्य के लिए राग या रागिनी शब्द का प्रयोग होता है।

संगीत रस व भाव निष्पत्ति का सबसे प्रभावशाली माध्यम है जहाँ यह अलौकिक आनन्द अनुभव करने की प्रेरण देता है वहीं इससे उत्पन्न रस मनुष्य शरीर पर होने वाले सांगीतिक, चिकीत्सकीय प्रभाव के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। भारतीय संगीत का मुख्य अंग राग है और इन्ही से रस निष्पत्ती होती है। रागों का शरीर और मन दोनों रप ही शासक प्रभाव पडता है, एक ही राग को बार-बार सुनने से



शरीर और मन दोनों ही शान्त और स्वस्थ हो जाते हैं और अपेक्षित दिशाओं में रक्त संचार तीव्र होने से बिमारी के शीघ्र इलाज में सहायता मिलती है। संगीत के प्रकम्पनों का हृदय की धडकनों से निकट संबंध है। संगीत में ७०-७५ पृती मिनट की गति से प्रकम्पन होते हैं जो स्वस्थ हृदय की धडकर ७२ प्रती मिनट पर बहुत अच्छा प्रभाव डालते हैं। ७२ प्रकम्पन प्रति मिनट से धीमी गति की संगीत रचनाएं मन और शरीर दोनों पर ही बहुत अच्छा प्रभाव डालती हैं।

भारतीय शास्त्रीय संगीत रागों को विभिन्न मनोदशाओं की अभिव्यक्ति मानता है। संगीत चिकीत्सा प्रारम्भ करने से पहले रोगी को वांछित मनोदशा तक लाना आवश्यक होता है। राग काफी से नमी ठंडक और सांत्वना का एहसास होता है। जबकि राग मिश्र का प्रभाव प्रसन्न और प्रफुल्लित करने वाला होता है। रागों में प्रयुक्त स्वरों में निहित दिव्य शक्ति सुक्ष्म मनः भावाभिव्यक्ति का एक सशक्त माध्यम है। स्वरों के रस का चिकीत्सकीय योगदान के विषय में डॉ.जे.पॉल ने लिखा है कि प्रत्येक स्वर अलग-अलग रंग, प्रभाव व स्वभाव रखता है, और यही कारण है कि भिन्न-भिन्न रागों में भिन्न-भिन्न रस है और यही संगीत चिकीत्सा का आधार है।

राग चिकीत्सा नाम एक प्राचीन संगीत ग्रंथ में चिकित्सोपयोगी रागों का वर्णन है। इसमें विशिष्ट चिकीत्सकिय उद्देश्यों के लिए विशिष्ट रागों की भी चर्चा मिलती है। वरदलक्ष्मी और साईं राम ने मानसिक रूप से पिछड़े बच्चों के उपचार में संगीत के उपयोग पर प्रकाश डाला है। पुराने राग चिकीत्सा के एक नए संशोधित संस्करण में चिकीत्सकीय परिस्थितियों में कर्नाटक संगीत के उपयोग पर प्रकाश डाला गया है। इस पद्धति में रोगी की विशिष्ट आवश्यकताओं और प्राथमिकताओं पर जोर दिया जाता है। अब सिर्फ शारीरिक लक्षणों पर आधारित चिकीत्सा सम्पूर्ण और प्रामाणिक नहीं मानी जाती। पुरानी छूट की बीमारियों से हटकर रोगों और कैंसर जैसी व्यवहार केंद्रित बीमारियों ने चिकीत्सकों का ध्यान चिकीत्सा

की समग्रतावादी पद्धति की ओर दिलाया है और चिकीत्सा में संगीत का उपयोग दिनों-दिन आवश्यक होता जा रहा है। एक चिकीत्सकीय साधन के रूप में संगीत का महत्व प्राचीन काल से होता आ रहा है। विभिन्न पृष्ठ भूमियों में संगीत के प्रयोग से अनेक फायदे देखने में आए हैं। आधुनिक जीवन शैली के तनावों को कम करने में संगीत का उपयोग दिनों-दिन बढ़ता जा रहा है।

संगीत चिकीत्सा पद्धति किसी एक बिमारी पर केंद्रित न रहकर स्वस्थ जीवन को अपना लक्ष्य मानती है और रोगी के शरीर, मन, भावना और उसके सम्पूर्ण व्यक्तित्व को केंद्र बनाकर ऐसी चिकीत्सा पर जोर देती है जिससे शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और आध्यात्मिक सभी पहलुओं का संतुलित विकास हो सके।

संगीत का आधार नाद (ध्वनी) है। नाद योग चेतना को

एहसास

राहुल काचोडे

बी.ए.भाग - १

एक एहसास हरदम साथ रहता है
तूम रहो ना रहो साथ साथ रहता है।
दुंदने की तुमको हमे जरूरत ही नहीं
पलके झुकने पर तेरा चेहरा साथ रहता है।
जिंदगी को कैसे सोचू तूम बीन
हर सांस में तेरा एहसास साथ रहता है।
एहसान तुम्हारा कैसे पुरा करूंगा
यहाँ तो ये जींदगी तेरी उधार लगती है
मुझे शमा को परेशान करने की क्या जरूरत
तुम रहती हो सामने तो सारा
जहाँ चिराग लगता है।



समग्र आध्यात्मिक अन्तर्दृष्टी और शान्ति के लिए प्रशिक्षित करने की हिन्दु विद्या है। यह मन, शरीर और आत्मा तीनों के समुचित विकास पर जोर देती है। नाद योग ध्वनी का योग है अर्थात् ध्वनियों के माध्यम से चेतना का अन्वेषण। नाद संगीत में अनेक स्वरों से उपजता है और मानव शरीर के विभिन्न उर्जा केंद्रों से सम्बद्ध रहता है, इस प्रणाली से शरीर के आन्तरिक ध्वनियां और बाहरी ध्वनियां (आहत और अनाहत) पर जोर दिया जाता है। ध्वनि की विशिष्ट गति तथा लय से सूक्ष्म विभाजनों आदि का प्रभाव मानव की हृदयगति पर पड़ता है, इसी आधार पर संगीत को चिकित्सा में स्थान दिया गया है। अधिकतर आधुनिक भारतीय संगीत चिकीत्सक आहत संगीत का प्रयोग करते हैं। संगीत में नादोपासना का अर्थ है ईश्वर की उपासना का संगीतमय माध्यम। एक अध्ययन से यह संकेत मिला है कि नादोपासना जैसी पारम्परिक चिकित्सा पद्धतियों का प्रयोग कैंसर के उपचार में भी किया जा सकता है। इसके माध्यम से रोगियों को कैंसर जनित पीड़ा और चिन्ता के शमन में सहायता की जा सकती है।

आज के चिन्ता, तनाव और उच्च रक्तचाप के समय में संगीत बहुत अच्छी नींद लाने वाली औषधी माना जाता है। राग दरबारी मन को तनाव मुक्त करने में बहुत प्रभावशाली माना जाता है। यह देर रात में गाया जाता है। इसका अविष्कार तानसेन ने अकबर को उनके तनावों से मुक्ति दिलाने के लिए किया था। संगीत के सात स्वर भी पशु-पक्षियों की विभिन्न प्राकृतिक ध्वनियों से लिए गए हैं। पं. रघुनाथ सेठ का राग दरबारी तनाव नाम के कैसेट में खास तौर पर तनावों से मुक्ति के लिए ही है।

डॉ. बालाजी ताम्बे ने अपने वैज्ञानिक शोध से सिद्ध कर दिया है कि राग भूपाली और तोंडी उच्च रक्तचाप के मरीजों को बहुत आराम पहुंचाते हैं। राग अहीर भैरव भी राग भैरव और राग मालकौंस निम्न रक्तचाप में सहाय्यक होते हैं। हृदय की बिमारी के

लिए राग चंद्रकौंस भी बहोत अच्छा कार्य करता है। रमेश सक्सेना विभिन्न रागों द्वारा अनेक रोगों के उपचार को स्विकारा है। प्रभूशरण मेहता के अनुसार उदर, गाठीया रोग में वेदना के शमन के हेतु तानपूरे के साथ दीर्घ स्वरोच्चार अत्यंत चमत्कारी और शांति प्रदान करेगा। मानसिक रोगों में संगीत का बड़ा योगदान रहा है। क्योंकि संगीत मन की तिनो अवस्थाओं पर प्रभाव डालता है। संगीत को उच्चकोटीका व्यायाम भी माना गया है। गायक द्वारा श्वास पर उचित नियंत्रण कर पाना संभव है। गायन द्वारा न केवल कंठ बल्की फेफड़ों, जिह्वा, मुहँ, होठ, तालू, नाभी ईन सभी स्थानों पर खिचाव पड़ने पर संपूर्ण शरीर का व्यायाम होता है। शेक्सपियर ने कहा है। इसका मतलब जिस इंसान के खून में संगीत नहीं और संगीत की मधूर ध्वनी जिसके हृदय को स्पर्श नहीं होती, वह विश्वासघातकी, और अती दुर्बल सा होता है। ऐसे इंसान पर विश्वास रखना उचित नहीं।

तात्पर्य संगीत यह कला एक उर्जा का स्रोत है और वह सिर्फ कला ना रहते हुवे एक चिकीत्सा के रूप विद्यमान है।

जीवन एक संघर्ष

कु. धनश्री फंदी, बी.ए. भाग - १

मन की उलझन का क्या है उपाय
ये क्षणभंगुर विचार क्यों सताते हैं ?
क्यों जीवन में कुछ पाने के लिये
इतना कुछ खोना पड़ता है।
अनेक बार हम स्वयं से ही
संघर्ष करते करते थक जाते हैं, क्यों ?
अभिलाषाओं की मुर्त रूप देना
इतना अधीक व्यय साहस है।
बार बार में मन रीता क्यों होता है
संघर्ष कर यही जीवन की रीत है
मन उलझन का यही है उपाय
अपनी राह पर चलता चल।



इंग्रजी विभाग

प्रभारी प्राध्यापक
प्रा.दादाराव उपासे



अरविंदबाबू देशमुख महाविद्यालय, भारसिंगी वार्षिकांक - २०२१-२२



Importance of Music in Life

- Ku. Deepali Nagose, B.Sc.-II

Music is the pleasant sound (vocal or instrumental) that leads us to experience harmony and higher happiness. Music is an essential part of human life. The importance of music in various spheres of human life is briefly discussed below:

Fine Arts: Music is one of the fine arts. Like other forms of art, it requires creative and technical skill and the power of imagination. As dance is an artistic expression of movement and painting of colors, so music is of sounds. What a pretty sight is to the eyes, aroma is to the nose, delicious dish is to the palate and soft touch is to the skin, so music is to the ears.

Education: According to Plato, one of the eminent Greek philosophers, music is an important aspect of education. In his scheme of education, he has laid emphasis on three disciplines:

1. Gymnastics for the training and development of the body,
2. Mathematics for the training and development of brain, and
3. Music for the realization of the soul.

Thus, music connects us with the real self, i.e. soul. While listening to relaxing music, we tend to begin the journey inward.

Music is loved by all living creatures: Love for music is not a tendency of human-beings only. It is a common characteristic of nearly all living creatures. The moment musical notes softly enter our ears; they rouse the dormant love for it. Mythology as well as folk tales bears evidence to the fact that even animals respond with joy to the melodious vibrations of the harp. The cows used to respond to the call of Lord Krishna's flute and flock round him when it was time to return home.

Relaxing and Healing powers of Music: Music has unlimited powers, is a well established fact. It has a soothing and healing power. Music helps us to relax. Just as the application of balm relieves our brain of its ache and tension, so music can relax the tense muscles of our body. The melodious notes of music have the capacity to cure the mental or physical fatigue of a weary person.

Treatment of ailments: Music has miraculous powers for treating certain mental ailments such as anxiety, abnormal excitement or depression. It is also helpful for the treatment of patients suffering from insomnia. It has excellent exhilarating power. It can be compared to mother's love. Just as a child forgets everything and feels joy in mother's lap, in the same way we forget all worries and anxieties in musical



environment.

Magical power: Music has magical power. This is testified by the fact that Orpheus, a legendary Greek musician could make stones dance to his music. The stories of Tansen and Baiju Bawra are not unknown to us. They could light lamps, melt stones, blossom flowers in autumn, cause rain just by the accurate use of the 'accurate tune'.

Emotional and spiritual uplifting: There is no doubting the various powers of music, but the aspect of music which is of the greatest value to the human being is its emotional aspects. No achievement can be as great as the emotional and spiritual uplifting that we get from music. Music helps us connect with our deeper self and bring our emotions to the fore.

EDUCATION

Ku.Manish Pathade

B.A.-Ist

*Education of importance
education is botheration
To student federation
But it is a consolation
to the parent's association
It is better to leave education
Which has lost its evaluations
It only provides a certification
so better go for cultivation
Which is the best occupation
In the Indian Nation*

Love is like a War

- Ku.Yogita Kachode

B.Sc.-Ist year

*Love is most imoptance.
love is the key.
which opens the clock of life
love is the thing
which cost nothing
love gives itself
it is never bought
love is like a war
which is easy to begin
but difficult to stop*

What is Life ?

- Ku. Payal Dhote

B.Sc.-IInd year

*Life is a Challenge, Meet it,
Life is a Gift, Accept it,
Life is a Adventure, Dare it,
Life is a Sorrow, Overcome it,
Life is a Tragedy, Face it,
Life is a Duty, Perform it,
Life is a Game, Play it,
Life is a Song, Sing it,
Life is a Dove, Enjoy it,
Life is a Puzzle, Solve it,
Life is a Condition, Form it,
Life is a Nature*



Personality Development

- Sagar Kawade, B.A.-III

Personality development grooms an individual and helps him make a mark of his/her own. Individuals need to have a style of their own for others to follow them. Do not blindly copy others. You need to set an example for people around. Personality development not only makes you look good and presentable but also helps you face the world with a smile.

Personality development goes a long way in reducing stress and conflicts. It encourages individuals to look at the brighter sides of life. Face even the worst situations with a smile. Trust me, flashing your trillion dollar smile will not only melt half of your problems but also evaporate your stress and worries. There is no point cribbing over minor issues and problems.

Personality development helps you develop a positive attitude in life. An individual with a negative attitude finds a problem in every situation. Rather than cribbing and criticizing people around, analyze the whole situation and try to find an appropriate solution for the same. Remember, if there is a problem, there has to be a solution as well. Never lose your cool. It would make the situation worse.

It is essential for individuals to behave well with people around. Being polite with others will not only

make you popular among other people but also earn you respect and pride. You can't demand respect by being rude with people around. Personality development plays an important role in developing not only your outer but also inner self. Human being is a social animal. One needs people around. An individual needs to have that magnetic power which attracts people towards him. You need to have that charisma of yours. Personality development helps you gain recognition and acceptance from the society as well as people around.

Personality development plays an essential role not only in an individual's professional but also personal lives. It makes an individual disciplined, punctual and an asset for his/her organization. An in-disciplined individual finds it difficult to survive in the long run. Personality development teaches you to respect not only your Boss and fellow workers but also family members, friends, neighbours, relatives and so on. Never make fun of anyone at the workplace. Avoid criticizing and making fun of your fellow workers.

One should never carry his/her attitude or personal grudges to work. Office is not a place where you can be rude to others just because you had a fight with your friend last night. Personality



development sessions help you differentiate between your personal as well as professional life. It is really essential to keep a balance between both the lives to lead a peaceful and stress free life.

Personality development helps an individual to inculcate positive qualities like punctuality, flexible attitude, willingness to learn, friendly nature, eagerness to help others and so on. Never hesitate to share information with others. Always reach office on time. Some people have a tendency to work till late. Late sittings not only increase your stress levels but also spoil your personal life. Sitting till late at the

office indicates that an individual is extremely poor in time management skills.

Personality development helps you develop an impressive personality and makes you stand apart from the rest. Personality development also plays an essential role in improving one's communication skills. Individuals ought to master the art of expressing their thoughts and feelings in the most desired way. Personality development makes you a confident individual who is appreciated and respected wherever he goes.

College Life

- Pragati Kharपुरiye
B.Sc.-Ist Year

College life is full of enjoy,

So thinks every modern boy.

He loves standing near gate,

And goes to class, always late.

Pass marks for him are difficult to get,

But about success he is ready to bet.

He comes to college to get pleasure,

And enjoyment time in full measure.

In the enjoyment of college life, he is just,

But seeing the result, he weeps at last.

Success ...

- Ku. Nikita S. Rokde
B.Sc.-IIInd Year

Once a young man asked sant "What is the secret of success?". Sant told him to meet him the next day by the river. So the next morning they met at the river. Sant told the man to walk along with him to the riverside. They were walking through the bed of the river. When the water came up to their neck, suddenly sant pressed his head into the water. The young man had a firm grip. He pressed him sant back and drew him into water. When sant drew his head out of water, he was gasping for air. He took a deep breath instantly. Sant asked him, "Which thing you need the most inside water?"

The young man answered "Air!". Sant said, "This is the secret of success. You can get success only when you'll have the inclination for it, as intensely as you had inside the water." Truly there is no other secret of success than this!



Wisdom is matter of culture

- *Diksha D. Deshmukh*, B.Com.-I

Do WE really get wiser with age or does culture shape wisdom? Implies that one is also good at resolving conflict. But conflict is not handled the same way across cultures.

Americans are know to emphasise individuality and solve conflict in a direct manner. Conversely, the Jaapanies place a greater emphasis on social cohesion, and tend to settle conflict indirectly, relying on mediation through another person.

Psychological scientist Igor Grossmann of the University of Waterloo, Canada and his colleagues investigated how the resolution of conflict and, by extension, wisdom, differs between Japanese and American cultures, the journal “Psychological Science” reports.

Japanese and American participates, aged between 25 to 75 years, were asked to read newspaper articles that described a conflict between two groups and respond to several questions, including “What do you think will happen after that?” and “Why do you think it will

Next , they read stories about conflict between individuals – including siblings, As Grossmann and colleagues predicted, young and middle- aged Japanese participants showed higher wisdom scores than same-aged American for conflicts between groups, according to a Waterloo statement.

For conflicts between people, older Japanese still scored higher than older Americans, though the cultural difference was much smaller than the difference observed between the younger adults.

Interestingly, while older age was associated with higher wisdom scores for the American participant, there was no such relationship for the Japanese participants. These findings underscore the point that culture continues to be important for human development, even into old age. While wisdom may come with winter for Americans, the same may not be true for other culture.

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 ॥ १ ॥

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

