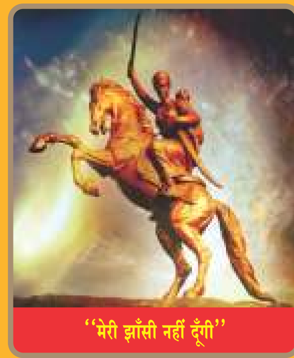
कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाचे

संपर्क



● पुणे ● वर्ष १७ वे ● अंक ३ रा ● जुलै-सप्टेंबर २०२१ ● किंमत रु. २०/- ● पृष्ठ संख्या ३२ ● वार्षिक वर्गणी रु. १००/-

संपर्कात राहू या ! संपर्क वाढवू या !!

www.2factor.in

BULK SMS
marketing

Promote Your Business

Acquire New Customers

Deepen Customer Relationship

12% of facebook posts are read

29% of tweets are read

31% of emails are opened

98% of text messages are read

CHECKED **150** TIMES A DAY

The average person looks at their phone 150 times a day

MOBILES ADS

75% of people prefer receiving marketing messages via SMS

15% prefer receiving email ads

10% prefer in-app or push ads

Solv Technologies

2Factor, Solv Technologies,
19-02, B-Wing, Peninsula Business Park
Lower Parel, Mumbai 400013

www.2factor.in
sales@2factor.in
022-48933933

कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाने कऱ्हाडे ज्ञाती बांधवांसाठी चालविलेले नियतकालिक (खासगी वितरणासाठी)

कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाचे

संपर्क

संपर्कात राहू या ! संपर्क वाढवू या !!

वर्ष १७ वे	जुलै-सप्टेंबर २०२१	अंक ३ रा
अध्यक्ष : श्री. विजय आंबर्डेकर मोबा. ९८१९८८५६६५	**सचिव : श्री. गणेश गुर्जर** मोबा. ९८९०९९०११३	**कोषाध्यक्ष : श्री. राजेंद्र करंबेळकर** मोबा. ९८२०२४२५३०

संस्था नोंदणी क्र. : महा-१४३६/२०१५ दि. २०/१०/१५ पुणे विश्वस्त संस्था नोंदणी क्र. : एफ ४६५२३ पी. दि. ३/३/२०१६

संपादक मंडळ

संपादक : श्री. हेमंत पुराणिक, ९९२३८१०१९४

तंत्रज्ञ : श्री. सचिन ताटके, ९८६७१९२३१०

सल्लागार : श्री. प्रदीप हळबे, डोंबिवली-सदस्य, ९८३३१६३६५९

सदस्य : सौ. मेघा नाटेकर, ९६३७१५५९४८

श्री. ऋषिकेश पळसुलेदेसाई, ९४०३७०२७३४

श्री. अविनाश मणेरीकर, ९४२२३७९८७८

प्रकाशक : श्री. गणेश गुर्जर, ८१४९९०७७८९

जाहिरातीचे दर

पान	एक वेळ	चार वेळा
पाव	रु. ५००/-	रु. २,०००/-
अर्धा	रु. १,०००/-	रु. ४,०००/-
पूर्ण	रु. २,०००/-	रु. ८,०००/-
शुभेच्छा	रु. ५००/-	रु. २,०००/-
पूर्ण पान रंगीत	रु. ३,०००/-	रु. १२,०००/-
पृष्ठदान	रु. २००/-	—

- **नियतकालिकाचे नांव :** कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाचे **'संपर्क'**
- **पत्ता :** कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघ, द्वारा : कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, ४३७, नारायण पेठ, 'अनिश प्रासाद' अपार्टमेंटस्, भटांचा बोळ, पुणे ४११ ०३०
- **संपादक :** श्री. हेमंत पुराणिक
- **मुद्रक : प्रिन्ट व्ह्यू, बुधवार पेठ, फलटण ४१५ ५२३, जि. सातारा**

ऑफिस संपर्क : ०२०-२४४३२४४३, मोबा. ८१४९९०७७८९
Email : bkmsindia@gmail.com

शहर प्रतिनिधी

- श्री. प्रसाद पंडित, मुंबई, ९८६९१५५२१५
- श्री. चंद्रशेखर जोशी, बेळगांव, ९४४९०५१६५३
- श्री. प्रदीप हळबे, डोंबिवली, ९८३३१६३६५९
- श्री. मनीष नवाथे, नागपूर, ९८५०३३१४६०
- सौ. अंजली माईणकर, सोलापूर, ७७७३९७३६७९
- श्री. भालचंद्र करंबेळकर, सातारा, ९०११०६३०३०
- श्री. दिलीप ढवळे, रत्नागिरी, ९४२२५४९०८५
- श्री. मिलिंद पावनगडकर, कोल्हापूर, ९२२५८००५८७
- श्री. जयंत लघाटे, मुलुंड, ९९६९०३७३४१
- श्री. नरेंद्र पानवलकर, बडोदा, ९२२७१३५७९४
- श्री. ऋषिकेश पळसुलेदेसाई, पुणे ९४०३७०२७३४
- श्री. शरद खांडेकर, सांगली, ९८२२९९५८९२
- श्री. गजानन सायनेकर, गोवा, ९९२३७९९६९७
- श्री. विनायक उमर्ये, जि. सिंधुदुर्ग, ९४२३८८०१३८
- श्री. अजित सरवटे, ठाणे, ९९८७२०५६९०
- सौ. सुप्रिया फणसळकर, नाशिक, ९४०३१४८७७५

आवाहन

'संपर्क'च्या सर्व वर्गणीदार, जाहिरातदार, हितचिंतक यांना आवाहन करण्यात येते की, आपली वार्षिक वर्गणी आता रु. ३००/-, रु. ५००/- अशी किमान तीन वर्षे व कमाल पाच वर्षांसाठी स्वीकारली जाईल. कृपया बँकेमध्ये कोणीही स्वतः रक्कम न भरता आपल्या शहर प्रतिनिधींकडे संपर्क साधून जमा करावी. (पुण्यातील वर्गणीदारांनी त्यांची संपर्क वर्गणी : कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, पुणे ३० च्या कार्यालयात येऊन भरावी. त्यांचे स्वागत आहे.) शहर प्रतिनिधींनी सर्व वर्गणी गोळा झाल्यावर सभासदांची यादी, वर्गणी रक्कम आणि रक्कम जमा केलेल्या पावतीची झेरॉक्स प्रत पाठवावी. या दोन्ही गोष्टी आल्याशिवाय वर्गणी सभासदाच्या खात्यावर जमा होऊ शकणार नाही. महासंघाचे खाते बँक ऑफ इंडिया, कर्वेनगर, पुणे येथे असून त्याचा क्रमांक 05521011000408 असा आहे. IFSC Code BKID0000552 आहे. जाहिरातदारांनी आपल्या जाहिरातीचा मसुदा व चेक फक्त कार्यालयातच पाठवावा. कृपया मनिऑर्डर पाठवू नये.

कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाचे संपर्क हे त्रैमासिक मालक, कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघ (ट्रस्ट) यांचेसाठी प्रकाशक श्री. गणेश गुर्जर यांनी मुद्रक प्रिन्ट व्ह्यू, २९९, कसबा पेठ, फलटण येथे छापून ४३७, नारायण पेठ, अनिश प्रासाद अपार्टमेंट, पुणे ४११ ०३० येथे प्रसिद्ध केले.

कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाचे
संपर्क
संपर्कात राहू या ! संपर्क वाढवू या !!

"मनाची स्वभावाची सुंदरता"

शरिराची सुंदरता वयाबरोबर संपते,
तर मनाची सुंदरता शेवटपर्यंत टिकून राहाते.
शरिराला वय असतं,
मनाला ते कधीच नसतं... शेवटी काय,
आपण व्यक्तीच्या स्वभावाच्या प्रेमात असतो,
शरीर तर निमित्त मात्र असतं...
माणसाच्या स्वभावात गोडवा, शालीनता,
प्रामाणिकपणा आणि विनयशीलता असेल तर,
त्याची काही क्षण जरी सोबत मिळाली
तरी ती हवीहवीशी वाटते...
म्हणूनच बाहेर लक्ष दिव्यांची
सुंदर आरास असूनही
देवघरातील समईच्या तेजापुढं
आपण नतमस्तक होतो...
आयुष्यात अशी माणसं कधी भेटली तर
त्यांच्यावर जीवापाड प्रेम करावं...
आपल्या आवडत्या माणसाचं
आपल्यासोबत असणं ही
आयुष्यातील सगळ्यात मोठी कमाई ...
ती प्रत्येकाच्या वाट्याला येतेच
असं नाही . आजकाल
अशी माणसं भेटतात तरी कुठे ?
नशिबानं कधी भेटलीच
तर हळुवार जतन करून ठेवावीत ....
कदाचित, पुन्हा भेटतील, न भेटतील?

- व. पु.काळे

अंतरंग

लेख	लेखक	पान नं.
आमचे आठवणीतील प्रशस्त चौसोपी घर व संपन्न परसू	सुहास भा. भागवत	४
शौर्यगाथा	विजय आंबर्डेकर	६
संधिप्रकाशातील सावल्या	डॉ. श्रीकृष्ण जोशी	८
श्रीकांत पाध्ये यांची शाहीर अण्णाभाऊ साठे स्मृती पुरस्कारासाठी निवड		१०
डॉ. प्रकाश गुणे - माझे जीवन मार्गदर्शक	धर्मराज पंडित	११
एक हात मदतीचा	सुधीर करंबेळकर	१३
शक्तिपात वा दैवी शक्तीचे संक्रमण	संग्रहित	१४
Maths made Easy	Dr. Rajeev Sapre	२३
सकारात्मकता (Positivity)	डॉ. प्रसाद जोशी	२४
वार्षिक अहवाल		२५
आनंदमूर्ती योग-आयुर्वेद गुरु डॉ. बालाजी तांबे	विजय आंबर्डेकर	३०
श्रद्धांजली		३२

सर्व सभासदांना
गणेशोत्सवाच्या हार्दिक शुभेच्छा !
श्री. सुहास भागवत 卐 श्री. गणेश गुर्जर

संपादकीय

सप्रेम नमस्कार,

जुलै-सप्टेंबरचा 'संपर्क' आपल्या हाती देताना विशेष आनंद होत आहे. आणि तो आपल्या पसंतीस पडेल असा विश्वासही आहे.

आपणा सर्वांना हे माहीतच आहे की, जगभरात कोरोनाच्या महामारीने थैमान घातले आणि आपल्या देशात पण त्याचे दुष्परिणाम दिसू लागले. त्यामुळे मार्च २०२० ला संपूर्ण लॉकडाऊन सुरु झाल्यामुळे सर्व व्यवहार ठप्प झाले. महासंघाचे 'संपर्क' त्रैमासिक एप्रिल आणि जुलै प्रकाशित होऊ शकले नाहीत, पण थोडी परिस्थिती निवळल्यानंतर आपला ऑक्टोबर २०२० चा 'संपर्क' फलटण येथील प्रेसमधून छापून तो नोव्हेंबरमध्ये आपल्याकडे सुपूर्द झाला. त्यानंतर त्यावरचे सर्व सोपस्कार करून वर्गणी जमा असलेल्या सर्व सभासदांना डिसेंबर २०२० मध्ये पाठविण्यात आला. तत्पूर्वी त्याचे विजयादशमीच्या (दसऱ्याच्या) मुहूर्तावर ई-प्रकाशन केले. परंतु पुन्हा लॉकडाऊन सुरु झाल्यामुळे पुढील जानेवारीच्या अंकासाठीचे साहित्य येण्यास आणि नंतर ते डीटीपी करून छपाई दिल्यानंतर एप्रिल २०२१ रोजी आम्हास अंक मिळाला. त्यावरचे सर्व सोपस्कार करून तो पोस्टात टाकण्यास आणि त्याचा बटवडा होण्यास उशीर झाला. तरीही आम्ही हा अंक प्रकाशित करण्यास जरी वेळ लागला तरी तो छान स्वरुपात प्रकाशित केला.

अनेक अडचणी, लॉकडाऊनची स्थिती आणि पोस्टाची वास्तव व्यवस्था यामध्ये अडकून पडला. असे सर्व अडथळे पार करीत आम्ही आता जुलै-सप्टेंबरचा अंक सप्टेंबरमध्ये देण्याच्या तयारीत आलो आहोत. ही एक चांगली उपलब्धही आहे. आम्हाला हे नक्कीच माहीत आहे की, आपल्याला अंक उशिरा मिळाला आहे किंवा काही जणांना मिळालाच नाही, पण आम्ही त्याचे निराकरण करण्याचा नेहमीच प्रयत्नात असतो हे इथे नमूद करावेसे वाटते.

आपल्या ज्ञातीमध्ये अनेक विषयांमध्ये नैपुण्य प्राप्त केलेल्या अनेक व्यक्ती आहेत. त्याचा आपल्या सर्व ज्ञाती बांधवांना अभिमान आहे आणि वाटतो. यापैकी दोन ज्येष्ठ व्यक्तींचे या काळात दुःखद निधन झाले ते आयुर्वेदाचार्य श्री श्री बालाजी तांबे आणि शिक्षण क्षेत्रात आपल्या कामाचा ठसा उमटविणारे तसेच २५ वर्षे मुंबई संघाचे नेतृत्व करणारे श्री. अविनाश तांबे हे होत. काही ज्ञातःअज्ञात बांधवांचेही निधन झाले. त्या सर्वांना महासंघाचे विश्वस्त मंडळ भावपूर्ण श्रद्धांजली अर्पण करीत आहेत.

- संपादक मंडळ

आमचे आठवणीतील प्रशस्त चौसोपी घर व संपन्न परसू

सुहास भा. भागवत, डोंबिवली * मो. ९८७०४२३०७१

स्वतःच्या मालकीची मुबलक जागा, एकत्र कुटुंब पद्धती, कुटुंबातील व्यक्तिंची संख्या या सर्व कारणांमुळे कोकणात सुमारे २५-३० वर्षांपूर्वीपर्यंत प्रत्येक कुटुंबाची मोठमोठी घरे आणि सभोवती मोठे परसू असायचे. मात्र आता जुन्या वास्तूचे नूतनीकरण, त्यास आधुनिकतेची दिलेली जोड, नवनवीन सुविधायुक्त रचना व आटोपशीरपणा आणण्याची चाललेली धडपड, एकत्र कुटुंब पद्धतीचा ऱ्हास या व अशा अनेक कारणांमुळे घरे आणि कुंपणे सिमीत झालेली दिसतात.

आमचेही कोकणातील असेच एक घर. पुढा उत्तराभिमुख, देवघर, स्वयंपाकघर, माजघर, पाच खोल्या, ओटी, व्हरांडा, बाळंतिणीची खोली, पश्चिम दिशेकडे एक पडवी, पडवी व माजघर यामध्ये एक प्रतिमाजघर (ज्याचा उल्लेख आम्ही मांगर असा करायचो) अशी वास्तूरचना होती. शिवाय गायी-म्हशींचा गोठा वेगळा होता. पावसाळा संपला की, पुढल्या दारी व्हरांड्याला जोडून अंगण केले जात असे व त्यावर तात्पुरता मंडप टाकून त्याचा उपयोग उन्हाळ्यात शिळोप्याच्या गप्पा, घरात गरम होत असताना रात्रौ वाऱ्यावर बाहेर झोपणे, फणस, कोकम सोलणे, घरी कोणताही कार्यक्रम असेल तर पंक्ती वाढणे आदि कामांसाठी होत असे.

घरात असलेल्या प्रति माजघराचा (मांगर) उपयोग अनेक शेतीविषयक कामांसाठी केला जाई. शेतातील भात तयार झाल्यावर ते कापून त्याच्या पेंढ्या बांधून ते येथे तात्पुरते साठविले जाई व त्यापुढील सर्व प्रक्रिया येथेच करून भात धान्य व गवत वेगळे केले जाई. भात भरडणे, पोहे कांडणे, हळद कुटून त्याची पूड करणे, मसाला कुटणे, दळण आदि कामे येथे केली जात. वरील सर्व कामांसाठी लागणारे साहित्यही येथे साठविले जाई. यावरून वास्तूची भव्यता लक्षात येईल. या वास्तूचे आणखी एक वैशिष्ट्य म्हणजे दरवाजांना आंतरमुखी कडी-कोयंडा याची सोय नव्हती. मात्र असे का केले गेले याचे उत्तर अद्याप ज्ञात नाही.

घराच्या वरील आवाक्याप्रमाणेच आमचे परसूही असेच विस्तीर्ण आणि विविधांगी नटलेले होते. विविध फळझाडे, फुलझाडे, औषधी वनस्पती यांचीही तितकीच विपुलता होती.

आमच्या देवघरात असलेल्या देव्हाऱ्यात भरपूर मूर्ती आहेत. शिवाय ग्रामदैवताची पूजाही आमच्याकडेच आहे. त्यामुळे कदाचित नानाविध प्रकारची फुले आमच्या परसूवात भरपूर प्रमाणात होती. विविध प्रकारच्या व रंगाच्या जास्वंदी (मोठी लाल जास्वंद, लहान लाल जास्वंद, पांढरी जास्वंद, केशरी डबल जास्वंद, कातरी जास्वंद इ.) विविध चाफे (देवचाफा-लाल, पांढरा, भुईचाफा, नागचाफा, सोनचाफा) अनंत, तगर, कमळाक्षी, जाई, जुई, मोगरा, अगस्त्य, पारिजातक, सुरंगी, बकुळ, सोनटक्का, सदाफुली, गुलबक्षी, गोकर्ण (नीळी/पांढरी), कुंदी, तुळस, बेल, शमी, झेंडू, अबोली, रातराणी, कणेर अशी खूप प्रकारची फुलझाडे होती. त्यातील काही बारमाही तर काही ऋतुमानानुसार फुले देणारी. काही सुगंधी तर काही शोभिवंत.

परसात आंबा, फणस, काजू या सर्वसाधारणपणे सर्वत्र आढळणाऱ्या झाडांप्रमाणेच पेरू, पपनस, अननस, केळी, शेवगा, रामफळ, पपई, अंबाडा ही फळवर्गातील झाडे होती. त्यातील पेरू, केळी, पपई ही वर्षभर अधून-मधून उपलब्ध होणारी तर इतर सर्व त्या-त्या ऋतूत होणारी फळे मिळत असत.

फळ आणि फुलझाडांप्रमाणेच वनौषधींचाही भरणा होता. आमचे आजोबा व काका गरजू रुग्णांना आयुर्वेदिक औषधे देत असत. त्यांना ज्ञात असलेली वनौषधी त्यांनी जोपासली होती. गावातही प्रथमोपचाराची माहिती असलेली काही

मंडळी रुग्णांना जडी-बुटी देत असत. तेही अशी औषधी नेण्यासाठी आमच्या घरी येत व आजोबा किंवा नंतर काकांना विचारून आपल्याला हवी ती औषधी घेऊन जात. यामध्ये मुख्यतः आवळा, सब्दा, सुर्पिण, अडुळसा, हळद, आले, कासार अळू (याची मोठा बुंधा व पाने असायची) गवती चहा, रंगीत अळू, कुडा, कृष्णतुळस, आंबेहळद, वेखंड, अर्जुन, सातीवण, एरंड अशी अनेक आम्हाला ज्ञात असेलली आणि नसलेली वनौषधी परसूवात गुण्यागोविंदाने नांदत होती. त्यांची तशीच विशेष देखभालही केली जात असे. चुकून मोडली वा ओरबडली गेली तर ओरडा खावा लागे.

या संपन्नतेचे महत्त्व विपुलतेमुळे त्यावेळी जाणवले नाही. काळ मागे पडत चालला. आजोबा, काकांनी कालौघात जग रहाटीनुसार जगाचा निरोप घेतला. गावाशेजारी दवाखाना आला. डॉक्टर आले. गावातील जडी-बुटी देणारेही हळूहळू कमी होत गेले. त्यामुळे जोपासलेल्या औषधींची माहिती असणारी मंडळी राहिली नाहीत. आणि पर्यायाने या आरोग्य संपदेकडे दुर्लक्ष झाले व एकेक करून ती नष्ट होऊ लागली. आज काही मोजकीच झाडे तग धरून आहेत.

आमच्या घरासमोरच असलेल्या ग्रामदेवतेच्या मंदिरात अनेक उपासक येतात. त्यातील बरीच मंडळी गोवा या राज्यातील आहेत. देवीचा वार्षिकोत्सव तीन दिवस चालतो. या उत्सवाला गोव्यातून येणारे उपासक मोठी बस करून यायचे व रहायची अन्यत्र सोय नसल्याने मुक्काम करायचे ते आमच्या या घरातच. देवघर व स्वयंपाकघर या प्रतिवंधीत क्षेत्राव्यतिरिक्त त्यांचा संपूर्ण घरभर वावर असे. या तीन दिवसांत आम्हाला आमच्या घरातील माणूस शोधावा लागे. नंतर या मंडळींनी स्वतःची अशी धर्मशाळा मंदिराजवळ बांधली. या काळात धर्मशाळेत वास्तव्य असेल तरी त्यापैकी प्रत्येकजण एकदा तरी आमच्या घरी भेट देत असतो व ती प्रथा अद्यापही त्यांनी चालू ठेवली आहे.

घरच्या एका लग्नकार्यात मुंबईतील माझ्या एका मित्राच्या उद्योन्मुख छायाचित्रकार मुलाला छायाचित्रणासाठी मी गावी घेऊन गेलो होतो. तो मुंबईला परतल्यावर माझ्या मित्राने त्याला गाव कसा वाटला असे विचारल्यावर त्याने गावाचे वर्णन करताना आमच्या घराचे वर्णन करतेवेळी 'अहो घर कसले तो एक वाडाच आहे' असे केल्याचे मित्राने मला सांगितले.

आमची पिढी नोकरी धंद्याच्या निमित्ताने मुंबई-पुणे येथे वास्तव्यास गेली. घरात मोजकीच माणसे. केव्हातरी सणावारी, कुलधर्म, गणेशोत्सव याला कुटुंबियांचे येणे होऊ लागले. तेही फारतर आठवडाभर. घरी कायमस्वरुपी राहणाऱ्या व्यक्तिंना पूर्वीचा सर्व व्याप संभाळणे कठीण होऊ लागले. एवढ्या मोठया घराचीच झाडलोट व इतर देखभाल कठीण होऊन बसल्यावर विस्तीर्ण परसूकडे कसं लक्ष देता येईल! त्यामुळे अतिशय जड अंतःकरणाने घरासकट सर्व व्याप कमी करण्याचा निर्णय कुटुंबियांनी घेतला. मात्र व्याप कमी करणे म्हणजे पूर्ण वास्तू काढून नव्याने आटोपशीररित्या ती बांधणे. वास्तू काढताना ती सन्मानानेच काढावी या विचारानुसार कौले उतरवून घेणे, वासे व इतर लाकूड सामान अनुभवी मेस्त्रीकडून काढून घेणे अशी व्यवस्था केली व नंतर भिंतीही उतरवून जागेचे सपाटीकरण केले. वर उल्लेखिल्याप्रमाणे काही फुलझाडे, फळझाडे सांभाळली आहेत. तरीही बरीचशी वनौषधी एक-एक करून लुप्त झाल्या. ती संपन्नता राहिली नाही एवढे मात्र खरे.

**

बकुळीच्या फुलांनी
ओंजळ माझी भरून गेली ।
श्वास झाला धुंद अन्
प्रीत ही मोहरून आली ।।
शब्द झाले बोलके अन्
गंधीत हळूवार मन ।
सुगंधित सुरांनी हळव्या
शृंगारले बहरले तन ।।
झुळूक यावी कोवळीशी
मंद गंध हा उधळावा ।
सजलेल्या या क्षणाला
गोंजारुनी हा कुशीत घ्यावा ।।
अंकुरले हे शब्द ओठी
वाट त्यांना दाखवावी
साद घाली क्षणिक कोणी
आस ही मनी जागवावी ।।
धुंदलेल्या या क्षणांची
स्वप्न गाथा आठवावी
शब्द सुरांचा गंध वाटूनी
सांगता ही बकुळ व्हावी ।।

(रोहिणी गुणे-शिरगुरकर)

- संग्राहक - सुषमा चिंचलकर, पुणे

शौर्यगाथा

विजय आंबर्डेकर, गिरगांव मुंबई ❊ मो. ९८१९८८५६६५

जवळपास एक वर्ष उलटले आहे. हिमाचल प्रदेश राज्यातील एका खेड्यातून एक पत्र संरक्षण मंत्रालयाकडे आले. पत्र लिहिणाऱ्याने स्वतःचा परिचय शाळेतील एक शिक्षक म्हणून करून दिला...

पत्रात ते लिहितात, त्यांच्या एकमेव पुत्राला कारगिल युद्धामध्ये वीर मरण आले होते, आणि त्याचा पहिला स्मृतिदिन काही दिवसातच, म्हणजेच ७/७/२००० रोजी येत आहे आणि जर शक्य असेल तर त्याच्या या प्रथम स्मृतीदिनानिमित्त, त्याला जेथे विरमरण आले ती जागा त्यांना व त्यांच्या पत्नीला बघायची इच्छा आहे. जर राष्ट्रीय सुरक्षेच्या कारणास्तव हे शक्य होणार नसेल तर ते आपली विनंती मागे घेण्यास तयार आहेत. असाही उल्लेख त्यांनी पत्रात केला होता.

हे पत्र वाचणाऱ्या संरक्षण मंत्रालयातील विभाग अधिकाऱ्याने विचार केला की मंत्रालयाकडून तर अशा भेटीच्या खर्चाची परवानगी मिळणार नाही, परंतु या वीरमाता-वीरपित्याच्या भावना व त्याग बघता त्यांच्या या प्रवासाचा व भेटीचा खर्च या अधिकाऱ्याने स्वतःच्या पगारातून करण्याचा निर्णय घेतला आणि त्यानुसार आदेश जारी केला.

या शुरवीराच्या हुतात्मा दिनाच्या दिवशी या वयोवृद्ध वीरमाता-वीर-पित्याला त्यांच्या एकलुता एक पुत्राला जेथे वीरमरण आले त्या जागेवर सन्मानाने आणण्यात आले. तेथे हजर असलेल्या सर्व सैनिकांनी सावधान होऊन त्यांच्या सन्मानार्थ कडक सलामी दिली.

तिथे फक्त एकच सैनिक असा होता ज्याच्या हातात खूप फुलं होती. त्याने शिक्षकांच्या पायावर डोके ठेवले आणि फुलं वाहिली. त्याने आपले डोळे पुसले आणि नंतर तो इतरांसारखाच सावधान उभा राहून त्यानेही कडक सॅल्यूट ठोकला.

शिक्षकाला आश्चर्याचा धक्का बसला आणि ते म्हणाले, ''तुम्ही एक सन्माननीय अधिकारी आहात... तुम्ही माझ्या पायांना का स्पर्श केला व पाद्यपूजा का केली ? तुम्हीही इतरांप्रमाणे सलामी देऊ शकला असता आणि मी त्या सॅल्युटला प्रतिसाद दिला असता !

''नाही सर. येथे मी इतरांपेक्षा थोडा वेगळा आहे, म्हणजे येथे प्रत्येकजण ड्यूटीवर सज्ज आहे आणि मागील एक वर्ष किंवा त्याहूनही कमी काळात येथे नियुक्त झालेले आहेत.''

''मी तुमच्या शूरवीर मुलाबरोबर त्याच रेजिमेंटमधील त्याच डोंगराळ भागातील कड्यावर पाकिस्तानी शत्रूसमवेत लढा दिला होता आणि स्वतः प्रत्यक्ष आपल्या डोळ्यांनी तुमच्या मुलाचा वीरता पूर्ण पराक्रम बघितला होता. आणि फक्त हेच नाही...'' तो काही क्षण बोलायचं थांबला.

शिक्षकांनी त्या सैनिकाचा हात धरला आणि म्हणाले, ''मला सांगा.. जे काही मनात असेल ते कुठलाही किंतु न बाळगता मला सांगा. मी रडणार नाही.''

''मला माहित आहे तुम्ही रडणार नाही सर.. पण मीही रडायला नको ना..'' तो सैनिक पुढे म्हणाला...

''त्या तिथेच पाकिस्तानी सैनिक त्यांच्या हेवी मशीन गनने मिनिटाला शेकडो गोळ्या झाडत होते. आम्ही पाच जण सावधपणे साधारण तीस फुटांच्या अंतरापर्यंत पुढे सरकलो आणि त्या मोठ्या दगडाच्या आडोशाला कानोसा घेत कसेबसे उभे राहिलो. पाकिस्तानी सैनिकांची आमच्यावर नजर होती. त्यांना बहुधा आमचे हाता-पायांचा किंवा पाठीवरील सामानाचा थोडाफार भाग दिसत असेल व ते आमच्यावर गोळ्यांचा वर्षाव करण्यास तत्पर होते. अजून बिग्रेडच्या इतर सैनिकांची कुमक येण्यात विलंब होत होता. काय करावे ते आम्हाला सुचत नव्हते..! मग...'' त्या सैनिकाने एक सुस्कारा सोडला.

''पुढे काय झालं... ?'' शिक्षकाने विचारणा केली.

सैनिक पुढे म्हणाला, ''मी म्हणालो, त्यांचा गोळीबार चालूच राहिला. वेळ वाया घालवण्यात काही अर्थ नाही. मी हे उरलेले तीस फुट अंतर जिवावर उदार होऊन जातो, म्हणजेच मी शत्रूला सामोरे जात त्याच्या गोळ्या अंगावर झेलत त्यांच्या खंदक (बंकर)कडे पळत जातो आणि हातबॉम्ब (ग्रेनेड) टाकून तो उध्वस्त करतो. बंकर नष्ट झाल्यावर तुम्ही सर्व त्याचा ताबा घ्या.''

मी हातात हातबॉम्ब (ग्रेनेड) घेऊन शत्रूच्या खंदकाकडे पळण्यास सज्ज होताच तुमच्या मुलाने माझ्याकडे पाहिले व म्हणाला, 'तू वेडा आहेस का? तुझी बायको आणि मुलं तुझ्यावर अवलंबून आहे... आणि मी अद्याप अविवाहित आहे. मी शत्रूला सामोरे जातो आणि तू मला संरक्षण (कव्हरिंग) दे, 'आणि उत्तराची वाट न पाहता, जबरदस्तीने माझ्या हातातून ग्रेनेड हिसकावून तो शत्रूच्या बंकरच्या दिशेने पळत सुटला.''

''पाकिस्तानी हेवी मशीनगन (H.M.G.) च्या संततधार पावसासारख्या गोळ्या बरसल्या. आपल्या मुलाने तो गोळीबार चुकवत पाकिस्तानी बंकर गाठला आणि ग्रेनेडची पिन काढून तो थेट बंकरमध्ये टाकला व तेरा पाकिस्तानी सैनिकांना यमसदनास पाठविले. हेवी मशीनगन मधून गोळ्यांचा वर्षाव बंद झाला आणि ते क्षेत्र आमच्या नियंत्रणाखाली आले.''

''सर्वप्रथम तुमच्या मुलाचे शरीर उचलून बाहेर आणणारी मी पहिली व्यक्ती आहे. सर त्याच्या शरीरात बेचाळीस गोळ्या घुसल्या होत्या. सर मी त्याचे डोके हातात धरले त्यानंतरच त्याने शेवटचा श्वास घेतला.''

मी आपल्या वरिष्ठांना तुमच्या गावी त्याचे पार्थिव पोहोचवण्याची जबाबदारी देण्याची विनंती केली, परंतु सर, मला नकार देण्यात येऊन दुसऱ्या एका महत्त्वपूर्ण कामगिरीवर मला पाठविण्यात आले.''

''कदाचित मला या शूरविराला त्याच्या अंतीम यात्रेत खांदा देण्याचा बहुमान मिळाला असता व मी ही फुले त्याच्या पायावर वाहिली असती. ते मी करू शकलो नाही. पण मला ही फुलं तुमच्या पायावर वाहण्याची संधी तरी मिळाली सर.'' आणि त्या सैनिकाने एक उसासा टाकला.

शिक्षकाची पत्नी साडीचा पदर तोंडावर लावून मुक अश्रू ढाळीत होती. शिक्षक रडले नाहीत. त्यांनी त्या सैनिकाकडे गांभिर्याने पाहिले आणि सैनिकानेही अश्रू ढाळले नाहीत आणि त्याने शिक्षकाकडे बघितले.

शिक्षकाने नक्की काय विचार केला हे माहित नाही. आपल्या खांद्यावरील पिशवीतून त्याने एक पुडके बाहेर काढले आणि त्या सैनिकाला दिले व ते म्हणाले, ''माझा मुलगा सुट्टीवर येणार होता तेव्हा त्याच्यासाठी मी सदरा विकत घेतला होता, पण तो आला नाही. आणि आली, त्याच्या वीरमृत्यूची बातमी.''

''आता तो सदरा कोण घालेल... जिथे त्याने अखेरचा श्वास घेतला तेथे ठेवण्यासाठी मी तो सदरा घेऊन आलो होतो. कदाचित माझ्या मुलाचा आत्मा या ठिकाणी कधीतरी येईल व तो सदरा घालेल अशी माझी श्रद्धा होती परंतु आता मला माहित आहे की हा सदरा कुणी घालायचा आहे. ते नकार न देता कृपया हा घ्या.''

त्या सैनिकाच्या डोळ्यातून आता मात्र अश्रूंचे पाट वाहू लागले. तो पुढे सरसावला व त्याने तो सदरा असलेले पुडके स्वीकारले.

कारगिल हिरोचे शेवटचे शब्द होते जय हिंद ।

आत्ता हे जाणण्याची वेळ आली आहे...

कारगिल हिरोचे नाव : कॅप्टन विक्रम बत्रा

हिरोच्या वडिलांचे नाव : गिरधारी लाल बत्रा

हिरोच्या आईचे नाव : कमल कांता

माझ्या प्रिय मित्रांनो, हे लोक आमचे वास्तविक नायक आहेत.

या बलिदानाचा इतिहास आपण कायम स्मरणात ठेवू या.

Celebrate the Real Activists and Not Just Celebrities.

हुतात्मा कॅप्टन विक्रम बत्रा, आम्हाला तुमचा अभिमान आहे.

जय हिंद !

संधिप्रकाशातील सावल्या

डॉ. श्रीकृष्ण जोशी, रत्नागिरी ❋ मो. ९४२३८७५८०६

पाठीवर हात ठेवून, तुम्ही फक्त लढ म्हणा !

''आज मी नाही तुला गोष्ट सांगणार.''

'तो' सावलीत आल्याक्षणी अश्वत्थानं सांगून टाकलं.

''आज बकुळीचं झाड, तुझी वाट बघतंय.''

'तो' न बोलता बकुळीच्या तळी जाऊन बसला. आपल्याला गोष्ट सांगायला मिळणार, या आनंदात झाड रोमांचित झालं.

बकुळीच्या प्रसन्न फुलांची पखरण त्याच्यावर झाली. त्यानं वर पाहिलं. एक वेगळा सुगंध त्याच्या अवतीभवती पसरल्याचा भास त्याला झाला.

बकुळीचं झाड बोलू लागलं होतं...

''तिचं नाव काय होतं ते माहित नाही पण सगळे तिला गजरेवाली बकुळी म्हणायचे. आठदहा वर्षांची असेल नसेल पण कमालीची गोड आणि लहान वयात समज आल्यासारखी वागणारी होती बकुळी.

साधे स्वच्छ अंगभर कपडे, केस नीटनेटके बांधलेले आणि हातात फुलांसाठी मोठ्ठी परडी. वटपौर्णिमेला वडाच्या झाडाला बांधलेल्या पांढऱ्या शुभ्र सुताची नीट सोडवणूक करून, गुंता होणार नाही अशी केलेली गुंडाळी आणि परडीत चांद्याच्या मोठ्या पानांची चवड. भल्या सकाळी ती रोज यायची. न दमता, न कंटाळता जमिनीवर पडलेली बकुळीची फुलं वेचायची. तिच्या-जवळच्या त्या मोठ्या फुलांचा हा मोठा ढीग व्हायचा.

मग इथेच ती झाडाला टेकून फतकल मारून बसायची आणि गाणं गुणगुणत गजरे गुंफत बसायची.

किती गजरे ?

बरेच. अंदाजानं शंभर सव्वाशे तरी नक्कीच. असे गजरे झाले, की ती परडीतली पानं सगळीकडे पसरून त्यावर ती गजरे मांडून ठेवायची. मग स्वतःच्या नादात मान हलवत दुडत्या चालीने चालत चालत ती घरी निघून जायची. जाण्यापूर्वी डोळे भरून त्या गजऱ्यांकडे पहायची.''

''कुणासाठी गजरे करायची ती ? विकण्यासाठी की... ?''

''ती गजरे कधीच विकत नव्हती. या रस्त्यावरून येणारी जाणारी माणसे, एकेक गजरा घेऊन जायची. त्यातल्या कुठल्याही व्यक्तीने कधी असे विचारले नाही, की या गजऱ्याचे पैसे किती द्यायचे? कुणाला द्यायचे? किंबहुना हे गजरे इथे कोण ठेवतो याची साधी विचारपूस कुणी करीत नव्हतं. पण त्या बकुळीला त्याचं काही वाटत नव्हतं. रोज सकाळी ती आली की भिरभिरत्या नजरेनं सगळीकडे पहायची आणि सगळे गजरे संपलेले दिसले की आनंदानं, दुप्पट उत्साहानं नवीन गजऱ्यांसाठी बकुळीची फुलं वेचायला लागायची. मी एकदा विचारलं तिला, ''बकुळे, अगं रोजच्या रोज इतका वेळ खर्च करून कुणासाठी गजरे तयार करतेस ? तुला दुसरा कामधंदा नाही का ? शाळेत जातेस की नाही ? आईवडील काय म्हणत असतील तुला ? काय हा तुझा वेड्यासारखा छंद...''

ती गोंडस हसली. म्हणाली, ''आहेच मुळी माझा जगावेगळा छंद. माझा बाबा सकाळी उठून रस्त्यावरच्या कामाला जातो आणि आई आजारी म्हणून घरात असते. एकदा काय झालं, मी आईवर चिडले, तिच्यावर रागावले, म्हटलं तिला, मी घरात बसून कंटाळले आहे. शाळेचा अभ्यास झाला की, शाळेची वेळ होईपर्यंत कंटाळा येतो. तू कायम आजारी, बाबा कायम बाहेर. मग मी काय करू ? इतकी रागावल्यावर मला वाटलं आई चिडेल, मारील मला. पण तसं काहीच झालं नाही. ती हसली आणि म्हणाली, तू एक काम कर, रोज सकाळी मोठ्या रस्त्याच्या कडेला बकुळीचं झाड आहे, त्याच्या खाली रोज भरपूर फुलं पडतात. तू ती फुलं वेच आणि त्याचे गजरे तयार कर

आणि चांद्याच्या पानांवर नीट मांडून ठेव. त्यामुळं काय होईल, ज्यांना हौस आहे, त्यांना ते गजरे मिळाले की त्यांना खूप आनंद होईल. शिवाय बकुळीची फुलं सुकली तरी त्याचा सुगंध येतंच राहतो. तो सुगंध सगळीकडे पसरेल. कुणीही दिले तरी त्या गजऱ्यांचे पैसे घेऊ नकोस. किंवा त्यांना मिळालेल्या आनंदाचं श्रेय सुद्धा तू घेऊ नकोस. आपल्यामुळं सर्वांना आनंद मिळतो हेच केवढं तरी सुख असतं. अनपेक्षित मिळालेल्या सुगंधाचा आनंद सर्वांना घेऊ दे. हे व्रत समज. त्या आनंदामुळं तुझं आयुष्यसुद्धा सुगंधित होईल आणि तू खूप मोठी होशील. आयुष्याचं भलं होण्याचा मार्ग तुला आपोआप सापडेल. असं आईनं मला सांगितलं.''

बकुळीचं झाड बोलताना थांबलं.

''त्या मुलीचं पुढं काय झालं ?''

''पुढं ती मुलगी इथं यायची बंद झाली आणि खूप वर्षांनी एके दिवशी याच रस्त्यानं एक गाडी आली. इथं थांबली आणि एक साधी, सात्विक बाई त्यातून उतरली. मला म्हणजे बकुळीच्या झाडाला नमस्कार केला. म्हणाली, तुझ्यामुळं आणि आईच्या शिकवणुकीमुळं मी आज कलेक्टर झाले. म्हणून नतमस्तक होण्यासाठी इथं आले आहे. आई-बाबा देवाघरी गेले. त्यामुळं आता तूच मला आई आणि बाबा. इतकं बोलून ती खूप रडली. बराच वेळ. आवेग शांत झाल्यावर, रडणं आवरून म्हणाली, आईनं दिलेला आनंद वाटण्याचा वसा मी अजूनही सांभाळला आहे. माझ्या कामाच्या रुपानं. आणि इथे येणाऱ्या प्रत्येक पांथस्थाला माझा वसा तू दे. इतकं बोलून ती निघून गेली.''

थोडा वेळ शांततेत गेला.

बकुळीचं झाड त्याच्याकडेच पहात होतं. तेच नव्हे तर सगळी झाडं त्याच्याकडेच पहात होती.

''आम्हाला सगळ्यांना माहित्येय तू इथं का आला आहेस, का अस्वस्थ आहेस. गुणवत्ता असूनही सरकारी नोकरी न मिळाल्यानं तुझ्या मित्रानं आत्महत्या केली, म्हणून तू दुःखी आहेस, पण एक सांग, त्या आत्महत्या करणाऱ्या तुझ्या मित्राला त्यातून काय मिळालं ? तुम्हा सर्व मित्रांना काय मिळालं ? त्याच्या आईवडिलांना, भावबहिणींना काय मिळालं ? केवळ आणि केवळ दुःख. समाजाकडून सहानुभूती. कायद्याच्या दृष्टीनं गुन्हा आणि सगळयात भयंकर म्हणजे, एखादी गोष्टी मिळाली नाही की कुणाचाही विचार न करता आयुष्य संपवायचं, हा पर्याय इतरांसाठी तो ठेवून गेला. बरोबर ना ? का रे बाबांनो, इतकं सुंदर आयुष्य वाया का घालवता ? जीवन जगण्याचे अन्य पर्याय का शोधत नाही तुम्ही ? असंख्य पर्याय आहेत. जवळ दृष्टी मात्र तशी हवी. तुमच्या भाषेत सांगायचं तर पॉझिटिव्ह विचारसरणी अंगी का बाणवत नाही ? एकमेकांशी संवाद का होत नाही. सहकाराचे पूल का बांधत नाही ? निर्मळ मनानं आणि स्वच्छ नजरेनं वर्तमानाकडे आणि येणाऱ्या भविष्याकडे का बघत नाही ?

व्यक्तिमत्त्व समृद्ध करण्यासाठी नव्या जुन्या नात्यांचे अनुबंध का तपासून बघत नाही ? आपल्या अस्तित्वानं आणि कर्तृत्वानं सगळ्यांच्या आयुष्यात सुगंध पसरवता येतो, हा आत्मविश्वास तुम्हाला का कमावता येत नाही ? आपण कुठे कमी पडलो हे शोधण्याबरोबर आपण कुठल्या बाबतीत जास्त गुणवान आहोत याची नम्र जाणीव का ठेवत नाही ? संयम आणि सहनशीलता का नसते तुमच्याजवळ? आणि या सगळ्यात महत्त्वाची गोष्ट ही आहे की आपण जन्माला आल्यावर, आपल्यावर केवळ आपला अधिकार नसतो, तर कुटुंब, नातेवाईक, समाज, राज्य, राष्ट्र या सर्वांचे आपण देणं लागत असतो. हे कसं विसरता तुम्ही ? त्यामुळं आत्महत्या करायला जाणाऱ्यांनी प्रथम या प्रश्नांची उत्तरं शोधायला हवीत. म्हणजेच सगळ्यांचं आयुष्य सुगंधीत करायला हवं. त्या गजरेवाल्या बकुळीनं वसा सांगितलाय तो मी आज तुझ्याकडे सुपूर्द करणार आहे. त्याशिवाय तुझं आयुष्य सुगंधित होणार नाही.''

त्याला बोलायला संधी न देता बकुळीच्या झाडानं त्याच्या ओंजळीत फुलं दिली.

तो उठला आणि त्या फुलांचा सुगंध, छातीत भरभरून घेतला. आणि न बोलता चालू लागला.

आज, आत्ता त्याच्या चालण्यात एक वेगळाच निर्धार दिसत होता आणि वसा स्वीकारल्याची जाणीवसुद्धा...!

**

श्रीकांत पाध्ये यांची शाहीर अण्णाभाऊ साठे स्मृती पुरस्कारासाठी निवड

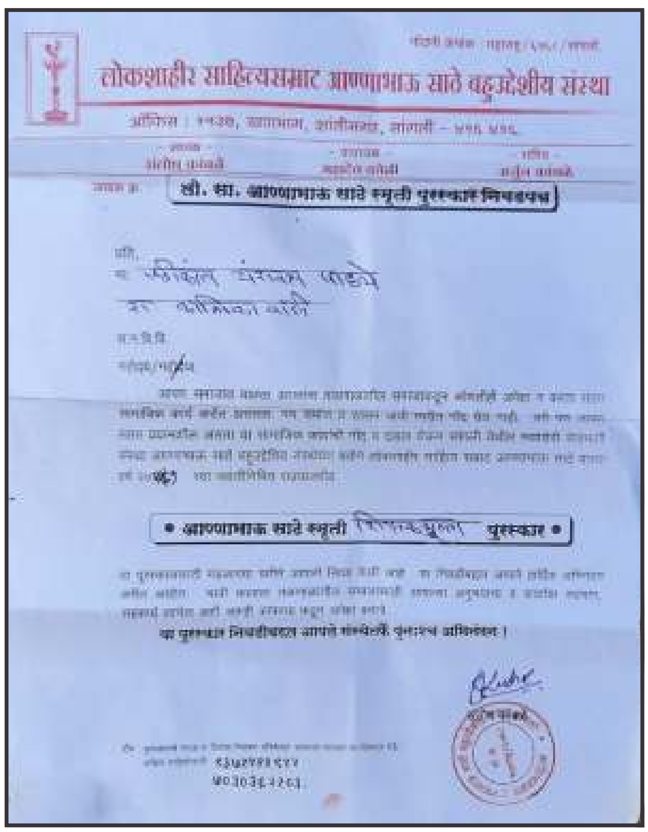
आडिवरे, ता. राजापूर, जिल्हा रत्नागिरी येथील निवृत्त उच्चश्रेणी मुख्याध्यापक श्रीकांत यशवंत पाध्ये यांची लोकशाहीर अण्णाभाऊ साठे बहुउद्देशीय संस्था सांगलीकडून वर्षे २०२१ साठी अण्णाभाऊ साठे स्मृती पुरस्कारासाठी निवड करण्यात आली आहे. पाध्ये यांना यापूर्वी १९ पुरस्कार प्राप्त झाले आहेत. त्यातील काही जिल्हास्तरावर व बहुतांशी राज्यस्तरीय आहेत. त्यातील काही प्रमुख पुरस्कार जि.प. रत्नागिरी आदर्श शिक्षक पुरस्कार (९९/२०००), महात्मा गांधी अहिंसा पुरस्कार मुंबई (२०१३), राष्ट्रशाहीर अमर शेख पुरस्कार इंदापूर-पुणे (२०१३), महर्षि कर्वे समाजसुधारक पुरस्कार मुंबई (२०१४), सहयोग लोकसेवा पुरस्कार ठाणे (२०१६)

उत्तम शैक्षणिक, सामाजिक काम तसेच वृत्तपत्रीय लेखन, लोकसंगीत कार्यक्रम इ. च्या योगदानाबद्दल त्यांना हे सन्मान प्राप्त झाले आहेत. आकाशवाणी रत्नागिरी केंद्रावरून पूर्वी त्यांचे अनेक लोकसंगीत कार्यक्रम प्रसारीत झाले आहेत. तसेच आकाशवाणी रत्नागिरी केंद्रावरून अनेक भाषणे सादर करण्याची त्यांना संधी प्राप्त झाली होती.

निवृत्तीनंतर पाध्ये दैनिक तरुण भारत (बेळगाव) मधील 'पडसाद' सदरामधून लेखन करीत आहेत. या सदरामधून सुमारे १६०० पत्रे त्यांनी अद्यापपर्यंत लिहिली आहेत. यातील बहुतांशी पत्रे प्रबोधनात्मक आहेत. दै. तरुण भारत, रत्नागिरी आवृत्तीमधील 'संवाद' या शीर्षकांतर्गत त्यांनी अनेक लेख लिहिले आहेत. या शिवाय दिवाळी अंक, स्मरणिका यामधूनही लेखन केले आहे.

शाहीर अण्णाभाऊ साठे स्मृती पुरस्कारासाठी श्रीकांत पाध्ये गुरुजी यांची निवड झाल्याने सर्व स्तरांवरून त्यांचे अभिनंदन होत आहे.

✻ ✻



लोकशाहीर साहित्यसम्राट अण्णाभाऊ साठे बहुउद्देशीय संस्था

ली. सा. अण्णाभाऊ साठे स्मृती पुरस्कार निवडपत्र

• अण्णाभाऊ साठे स्मृती ... पुरस्कार •

या पुरस्कार निवडीबद्दल आपले संस्थेतर्फे हार्दिक अभिनंदन !

डॉ. प्रकाश गुणे - माझे जीवन मार्गदर्शक

श्री. धर्मराज पंडित, कार्यवाह, कोल्हापूर संघ * **मो. ९०११०६३०३०**

काही व्यक्ती जन्माला येतानाच ईश्वराचा अंश घेऊन जन्मास येतात आणि आपल्या कार्याने इतरांचे जीवन प्रकाशमान करतात. मानव सेवा हाच धर्म, सर्वांशी नेहमी आपुलकीने वागा, कोणालाही आपल्या बोलण्याने दुखवू नका, जीवन समृद्ध आहे. कायम हसतमुख रहा, पहिल्या पिढीची जबाबदारीपूर्वक काळजी घ्या आणि नवीन पिढीशी, नवीन विचारांशी एकरुप होऊन, कोणतीही जनरेशन गॅप न ठेवता मित्रत्वाने वागा आणि हे सगळं सांभाळताना आपली स्वतःची जीवनतत्त्वे, आपलं वैचारिक स्वातंत्र्य यांच्याशी समझोता करून न देता आपलं स्वतःचं अस्तित्व टिकवून जीवन यशस्वी करा, व्यवसायिक ज्ञान असो वा इतर बाबतीत कायम अपडेट रहा, अपडेट राहण्याचा वयाशी काहीच संबंध नसतो असं मला कायम सांगणारे डॉ. प्रकाश गुणे यांचा आज ८ एप्रिल रोजी ८० वा वाढदिवस संपन्न होत आहे या निमित्ताने...

सुमारे २००९ पासून माझा आणि डॉ. प्रकाश गुणे व सौ. अनुराधा गुणे यांच्या कुटुंबाशी संबंध जोडला गेला, ते निमित्त होतं कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, कोल्हापूर या संस्थेचं. जसजशा भेटी वाढत गेल्या तसा मी अगदी अल्पावदीतच त्यांच्या कुटुंबाचा एक घटक कधी बनलो हे कळलंच नाही.

संघाच्या रौप्यमहोत्सवाच्या निमित्ताने, वैयक्तिक कारणामे होणाऱ्या भेटी व मिसळ पे चर्चा, डिनर पे चर्चा यातून त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वानं मी अगदी भारावून गेलो व उल्लेख केलेली तत्त्वं जपून आपण आपलं जीवन सर्वांना आदर्शवत करावं अशा थोर व्यक्तींशी संपर्क यावा आणि या सगळ्या तत्त्वांची सावली माझ्यावर पडावी आणि मी यातून जीवनाचा बोध घेऊन पुढील जीवनास नव्याने सुरुवात करावी असा सुवर्णकाळच होता तो. माझे आचार-विचार जस जसे जुळायला लागले, माझा छोट्या वयातील सामाजिक क्षेत्रातील अनुभव विचारात घेऊन सौ. अनुराधा गुणे यांनी डॉक्टरांच्या मार्गदर्शनाखाली मला कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ कार्यकारिणीमध्ये समाविष्ट करून घेतलं आणि अवघ्या एकच वर्षात कार्यवाह पदाची जबाबदारी दिली ती अगदी आज अखेर. संस्थेत काम करताना पारदर्शकता, मानसाची नेमकी पारख, आर्थिक शिस्त आणि संस्थेच्या उन्नतीकरता समर्पण या मुल्यांनुसारच कामकाज चालवावे असा सल्ला त्यांनी मला दिला आणि मी तो आज अखेर पाळला.

या भेटीदरम्यान होणारे अनुभव कथन कायमाच स्फूर्तीदायी ठरले. इंग्लंडमधील आठवणी, डॉक्टरांनी बर्फातून चालविलेली गाडीपासून ते अगदी तिथं जुन्या वस्तू आणि वास्तू कशा मेंटेन केल्या जातात याची माहिती. कमीत कमी ७० हून अधिक देश म्हणजे आपण संपूर्ण जगच म्हणायला हरकत नाही. पर्यटन करून झाले. छोट्या-छोट्या, साध्या-साध्या देशातून सुद्धा शिस्त कशी आहे यातून आपण कशी शिस्त घेतली पाहिजे हे देखील त्यांनी मला सांगितले. इंग्लंडमध्ये शिकून येऊन तसे उपचार माझ्या देशांत, माझ्या गांवात सर्वांवर व्हावे या विचाराने प्रेरित होऊन, डॉक्टरांनी इंग्लंडहून आल्यावर जनरल सर्जरी बरोबरच मिरजकर तिकटी येथील स्वमालकीच्या निर्मल नर्सिंग होम मध्ये रुग्णांवर आता विशेष करून युरॉलॉजीकल उपचार सुरु केले. ह्युमन युरॉलॉजी सारखा किचकट विषयात सरांचा हातखंडाच. आजवर कित्येक मंत्री, कित्येक नामवंत राजकीय व्यक्ती, नामवंत डॉक्टर्सपासून ते अगदी माझ्यासारख्या सामान्यापर्यंत डॉक्टरांचे पेशंट आहेत. अगदी वेदनेने कळवळून

येणाऱ्या रुग्णाला शांत आणि प्रसन्न चेहऱ्याने किरकोळ आहे घाबरू नका, एवढीच औषधं घ्या, फार काही करावे लागणार नाही या शब्दांनी बरीच उभारी मिळते. अगदी कर्नाटकपासून आपल्या महाराष्ट्रातल्या कानाकोपऱ्यातून बरेच पेशंट उपचारासाठी सरांकडे आनंदाने आपल्या घरी सुखरुप परततात. अजूनही डॉक्टर स्वतः दुर्बिणीद्वारे यशस्वी शस्त्रक्रिया करतात. डॉक्टरांनी युरॉलॉजी स्पेशलायझेशनच्या लावलेल्या रोपट्याचा विस्तार त्यांचे ज्येष्ठ चिरंजीव डॉ. राहुल गुणे यांनी तर साता समुद्रापलिकडे केला. त्यांची तर चीनमध्ये मध्यंतरी विशेष व्याख्याने व्हायची ती युरॉलॉजिक सर्जरीबाबत कमीतकमी वेळेत रुग्णावर कसे यशस्वी उपचार व्हावेत या विषयी. याच बरोबर त्यांचे कनिष्ठ चिरंजीव डॉ. अभिजीत गुणे हे तर अमेरिका स्थित असून, ते अर्थोडेंटिस्ट आहेत. त्याचबरोबर त्यांच्या ज्येष्ठ स्नुषा डॉ. सौ. अनिता वहिनी या स्त्रीरोगतज्ज्ञ असून, कनिष्ठ स्नुषा या नेत्ररोगतज्ज्ञ आहेत. आता तर त्यांचे नातू डॉ. आर्यन राहुल गुणे हे आर्थोपेडिक सर्जन असून, लवकरच ते निर्मल नर्सिंग होममध्ये ऑर्थोपेडिक विभागद्वारे उपचार सुरु करतील. सरांच्या पत्नी आणि माझ्या मातृतुल्य सौ. अनुराधा गुणे यांचा या यशस्वी कुटुंबामागे फार मोठा सिंहाचा वाटा आहे. यांच्यामुळे तर मला कळला वाढवणं आणि घडवणं यातला फरक.

डॉ. अनंत बाळकृष्ण गुणे चॅरिटेबल ट्रस्ट मार्फत प्रतिवर्षी गरजू व होतकरू विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक मदत केली जाते, कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, कोल्हापूर यांना निरनिराळ्या कारणांसाठी केलेली देणगीरुपी आर्थिक मदत, ब्राह्मण सभा करवीर, दि न्यू एज्युकेशन सोसायटी यासह गडहिंग्लज गावी चालविलेल्या धर्मार्थ हॉस्पिटल या ज्ञात आणि अज्ञात संस्थातून मोलाचे समाजकार्य देखील अव्याहत सुरु आहे. पण या कार्याचा कोठेही नामोल्लेख देखील करणे त्यांना रुचत नाही. लेखनसीमेमुळे अतिशय थोडक्या शब्दात मी मला भावलेले डॉ. मांडण्याचा एक छोटासा प्रयत्न केला. तो डॉक्टरांसह आपण सर्व उदार मनाने समजून घ्याल ही अपेक्षा. लेखात नजरचुकीने त्रुटी झाल्यास त्याबद्दल क्षमा असावी.

अशा डॉक्टरांचा सहवास, मार्गदर्शन मला कायम लाभतं याचा मला विशेष अभिमान आहे.

असो, आपल्या डॉक्टरांना त्यांचे परमसद्‌गुरु श्री. तारकानंद सरस्वती (तिकोटेकर महाराज) उदंड दीर्घायुरारोग्य देवो आणि आमच्या कुटुंबावर त्यांचे कृपाछत्र कायम लाभो हीच प्रार्थना.

* *

कुटुंबप्रमुख - एक नामशेष होणारी प्रजाती

सकाळी लवकर उठणारे, रात्री वेळेवर झोपणारे, पाणी वाया न घालवता झाडाला घालणारे, फुलं केवळ देवासाठी तोडणारे, रोज पूजा करणारे, मंदिरात एखादी फेरी मारणारे, रस्त्यातून भेटणाऱ्याची आस्थेने चौकशी करणारे, दोन्ही हात छातीशी नेऊन नमस्कार करणारे, अन्न-धान्य वाया जाऊ नये म्हणून बेतानेच स्वयंपाक करणारे आणि उरले तर गरीबाला देणारे किंवा दुसरे दिवशी त्याला नटवून मिटक्या मारत खाणारे, पाहुणे-रावळ्यांची स्वतःची प्रचंड गैरसोय असूनही पाहुणचार करणारे, आपापले सण धांगडधिंगा न करता कुठलाही बडेजाव, दिखावा न करता अत्यंत साधेपणे साजरे करणारे, व्यसन करताना लाजणारे आणि समाजाच्या नजरेची भिती बाळगणारे, जुना झालेला चष्मा तुटला तर चिकटवून, जुनी चप्पल फाटली तर शिवून आणि जुना बनियन गलितगात्र होईपर्यंत वापरणारे, उन्हाळ्यात पापड वाळविणारे, हात दुखेपर्यंत कुटून मसाला घरी बनवणारे, फक्त बाहेर घालायच्या कपड्यांनाच इस्त्री करणारे, खिशातला पैसा जपून वापरणारे आणि शक्यतो घरीच साधे व चविष्ट जेवणारे...असे लोक आता हळूहळू हे जग सोडून चालले आहेत. ते जातील तेव्हा एक महत्त्वाची शिकवण त्यांचेबरोबर जाईल.

''समाधानी, साधे, अर्थपूर्ण, दुसऱ्यांना प्रेरणा देणारं आणि समोरच्याची काळजी करणारे.. जीवन जगायचं असतं!'' ही शिकवण जगातून नाहीशी होईल.

...त्यानंतर राहील फक्त स्वार्थ, अविश्वास, चैन, असंवेदशील मने, भकास कोडगेपणा आणि मोबाईलवरचे कृत्रिम अगत्य व अर्थहीन शुभेच्छा...

एक हात मदतीचा

श्री. सुधीर करंबेळकर ※ मो. ९०११०६३०३०

वर्षाऋतुचे नुकतेच आगमन झाले होते. पहिल्या बरसातीत धुव्वाधार कोसळल्यावर पावसाने दमल्याने थोडी विश्रांती घेतली होती. आकाशात सूर्यदर्शन होत नव्हते. पण हवा आल्हाददायक होती. अशा उल्हसित वातावरणात आमच्या संघाचे अध्यक्ष श्री. अनिलराव काटदरे यांच्या गाडीतून कास बामणोलीतील दुर्गम भागात आम्ही निघालो होतो. यवतेश्वराचा नागमोडी घाट पार केल्यानंतर पुढचा प्रवास म्हणजे हिरव्यागार निसर्गाचे विहंगम दर्शन. वाटेत एका उंच टप्प्यावरून एका बाजूला उरमोडी धरण तर दुसऱ्या बाजूला कण्हेर धरणाचे मनोहारी दृश्य दिसते. वळणावळणाचा डांबरी दुपदरी रस्ता आणि दुतर्फा असलेल्या लाल मातीच्या डोंगरावर उभे असलेले हिरवेगार जंगल असा प्रसन्न प्रवास करत बामणोली पासून थोड्या अलीकडे असलेल्या मुनावळे फाट्यावर पोहोचलो. या फाट्यातून आत वळल्यावर आणखी १५ ते २० कि.मी. आत डोंगराच्या कुशीत बसलेल्या कळकोशी या जेमतेम २०-२५ उंबरा असलेल्या छोट्याश्या गावात पोहोचलो.

कोरोना महामारीमुळे अशा दुर्गम भागातील लोकांचे जगणे कठीण झाले आहे. एस.टी., खाजगी प्रवास ठप्प, गावात ना दवाखाना ना औषध ना किराणामालाची दुकाने. अशा कठीण परिस्थितीत लोकांवर राहायची वेळ आली होती. सातारा येथील 'एक हात मदतीचा' आणि 'भारत विकास परिषद' यांनी पुढाकार घेऊन सामाजिक कर्तव्य म्हणून इकडच्या इतर गावांमध्ये अन्नधान्य, भाजीपाला, औषधे इ. मदत केली होती. म्हणून याच संस्थांच्या आवाहनानुसार आमच्या कऱ्हाडे ब्राह्मण संघानेही या लोकांसाठी मदतीचा संकल्प सोडला. कळकोशी गावात पावसाची रिमझिम सुरु होती. गावातील छोट्याश्या महाकाली देवीच्या मंदिरात शिधावाटपाचा कार्यक्रम झाला. पदाधिकारांनी थोडक्यात मदतीचा उद्देश व प्रास्तविक केल्यानंतर गावातील कुटुंबांना डाळ, साखर, गहू, तांदूळ, तेल इ. ८०० रु. चा किराणामाल व भाज्यांचे वाटप केले. गावकऱ्यांच्या चेहऱ्यांवरचे कृतज्ञेचे भाव पाहून आम्हा सर्वांनाही खूप समाधान वाटले. गावातल्याच एका घरात सर्वांना चहाची व्यवस्था केली होती. पावसाळी हवेत यांचा बिनदुधाचा कोरा पण साखर आणि भरपूर गवती चहा घातलेला आणि तितक्याच प्रेमाने दिलेला चहा खरंच अमृताहूनी गोड.. लागला. याने एक प्रकारची तरतरी आली.

या गावाचा निरोप घेऊन मुनावळे गाव ओलांडून बामणोलीच्या हम रस्त्यावर आलो. इथून उलट म्हणजे साताऱ्याच्या दिशेने ३ ते ४ कि.मी. असलेल्या तांबी फाट्यातून आत शिरलो. १५ मि. अंतरावरच तांबी गाव लागले. इथून पुढे १० मि. च्या अंतरावर जुंगटी गावात पोहोचलो. हे तर अगदीच छोटे केवळ ८ ते १० घरे असलेले धनगर समाजाच्या लोकवस्तीचे गाव होते. या सर्व कुटुंबांना अध्यक्ष, उपाध्यक्ष यांचे हस्ते धान्याचा शिधा व भाजीपाल्याचे वाटप करण्यात आले.

दोन्ही गावात वाटप होईपर्यंत दुपारचे दोन वाजले होते. सर्वांनाच भूकेची जाणीव होऊ लागली म्हणून तांबी गावाजवळ थांबलो. इथे न्यू इंग्लिश स्कूल मधील शिक्षक व एक हात मदतीचा या ग्रुपचे कार्यकर्ते श्री. बागल सर यांच्या एक एकर जागेत बांधलेल खोलीत बसलो व सहभोजन केले. बागल सर इथे दिवाळी वा उन्हाळ्याच्या सुट्टीत वेगवेगळ्या प्रकारची शिबीरे आयोजिक करतात. जेवणानंतर सर्व कार्यकर्त्यांचा ग्रुप फोटो झाला आणि भरल्या मनाने आम्ही साताऱ्याकडे परतीच्या प्रवासाला निघालो.

✻ ✻

जगात सुंदर काय असेल तर ते आपले मन, आपला दृष्टिकोन, आपले विचार, आपले वागणे आणि काहीही न लपवता मनमोकळे जगणे. यातच खरी सुंदरता आहे.

शक्तिपात वा दैवी शक्तीचे संक्रमण

लेखन : प.पू.योगीराज गुळवणी महाराज (संदर्भ-कल्याण मासिक गोरखपूर)

कुंडलिनी ही एक शरीरात वास करणारी शक्ती आहे. निरनिराळ्या लोकांना तिचा साक्षात्कार निरनिराळ्या प्रकारे झाल्याने तिच्या व्याख्या नानाविध प्रकारांनी केल्या आहेत. तंत्रसाहित्यात कुल व अकुल हे शब्द शक्ती व शिव वाचक आहेत. कुलकुंडलिनी वा कुंडलिनी म्हणजे वेटोळ्या घातलेल्या स्वरुपातील शक्ती. या शक्तीचे चित् व अचित् असे दोन भेद आहेत. चित् शक्ती आत्म्याशी अभिन्न स्वरुपात राहते. अचित् शक्ती जगत प्रकाशित करते. ही कुलकुंडलिनी शरीरात सुप्त अवस्थेत असते. कुंडलिनी शरीरात मुलाधार चक्रात गहन निद्रेत असते. सहस्त्रारचक्रात वास करणाऱ्या शिवापाशी मुलाधारचक्रात वास करणाऱ्या निद्रित कुंडलिनीला जागृत करून नेणे हे योग्याचे ध्येय.

ही कुंडलिनी जप, तप, ध्यान, कीर्तन, भक्ती, ज्ञान, कर्म, मुद्रा, बंध, शक्तिचालन, प्राणायाम, शक्तिपात इ. प्रकारांनी जागृत होते. हठयोगातील प्राणायाम व बंध यांचा कसा उपयोग केला जातो याचा थोडासा विचार पुढे केला आहे. साधे एक, दोन, तीन शिकावयास गुरू लागतो. तेव्हा इथे गुरुची व कठोर परिश्रमाची नितांत गरज आहे. इथे आपण फक्त प्राथमिक माहिती बघणार असल्याने अत्यंत थोडक्यात काही गोष्टींची नोंद करू.

प्राणायाम

श्वासोच्छवासावर प्रभुत्व मिळविणे. पूरक (बाहेरचा वायू नासापुटाने उदरात भरून घेणे), कुंभक (पुरकाने आत घेतलेला वायू उदरात धारण करून ठेवणे), रेचक (उदरातील वायूला नासापुटाने बाहेर सोडणे) व यामधील विराम म्हणजे प्राणायाम. श्वास घ्या, थोडा वेळ थांबा, श्वास सोडा, थोडा वेळ थांबा, परत श्वास घ्या ही प्रक्रीया. यातील निरनिराळे प्रकार म्हणजे उदा. एका नाकपुडीने श्वास घेऊन दुसऱ्या नाकपुडीने सोडणे. ही शारीरिक प्रक्रीया झाली. याला म्हणावयाचे अगर्भ प्राणायाम. जर आपण प्रणवाच्या मात्रांचे, पुरकाच्या वेळी ‘उ’चे कुंभाचे वेळी ‘म’चे व रेचकाचे वेळी ‘अ’चे ध्यान केले तर तो झाला सगर्भ प्राणायाम. प्राणायामाने आरोग्य सुधारते, अनेक रोग बरे होतात, आयुष्य वाढते असे शारीरिक फायदे होतात व वृत्तीला स्थिरपणा येतो, चांचल्य कमी होते, रज-तम वासना कमी होतात, सत्व गुणाचा प्रकाश पसरतो असे आध्यात्मिक लाभ होतात. हठयोगात नाडीशुद्धी हा एक मोठा फायदा. नाडीशुद्धी झाली व चित्ताची एकाग्रता साधता आली की साधकाला अनाहत नाद ऐकू येऊ लागतो. तबल्यावर थाप मारल्यावर जो आवाज येतो तो आहत, ‘ठोकल्याने’, तार ‘छेडल्याने’ आलेला नाद. अनाहत नाद अशा कोणत्याही आहताने निर्माण झालेला नसतो. हा अनाहत नाद तुम्हाला ऐकू येऊ लागला की तुम्ही तुमच्या लक्षाच्या जवळ आला आहात असे समजावे. अशी समाधी म्हणजे नादानुसंधानी समाधी. या मार्गावर पोचण्यास प्राणायामास यम-नियम-ध्यानदिंची जोड आवश्यक असते.

बंध

कुंभकाचे वेळी प्राणनिरोध करीत असतांना नवद्वारांपैकी काही द्वारे बंद करावयाची असतात. त्यावेळी या बंधांचा उपयोग होतो. शरीरातील एखाद्या विशिष्ट भागातून वायू खेचून दुसऱ्या एखाद्या भागात स्थिर करण्यासाठी बंधांचा वापर होतो. हठयोगात ‘बंधां’ना फार महत्त्व आहे. प्राणायामाने प्रभुत्व मिळविलेला प्राणवायू आपल्याला पाहिजे तेथे, पाहिजे त्या नाडीत नेणे, तेथे तो थांबविणे हे या बंधांचे काम. निरनिराळ्या आसनांत हे करतात. शरीरातील वायूंवर विजय मिळवूनच

त्यांच्या सहाय्याने कुंडलिनीला जागृत करावयाचे असल्याने बंधांचा अभ्यास अनिवार्य आहे. आपण तीन बंध बघणार आहोत.

जालंधर बंध

कंठाचा संकोच करून हनुवटीला छातीच्या वरच्या बाजूस कंठाजवळ असलेल्या आडव्या दोन्ही हाडांच्या मध्यभागी दाबून धरावे म्हणजे जालंधर बंध होतो. कंठस्थानी असलेल्या शिरांचे जाळे बांधले जाते म्हणून याला जालंधर बंध म्हणतात. आणखी एक विचार. मूर्धस्थानी असलेल्या पूर्णचंद्रातून स्त्रवणारे अमृत देहाच्या मध्यभागी आले की जाठराग्नीने शुष्क होऊन जाते. याच कारणाने देह लवकर जीर्ण होतो. जालंधर बंधाने अमृत सरळ पचन मार्गात न उतरता सर्व शरीरभर पारते व योग्याचा देह लवकर जीर्ण होत नाही. (योगी काही शतके जगू शकतो याचे कारण ?)

उड्डियान बंध

हा बंध उदरस्थानी करावयाचा असतो. नाभिस्थानाचा खालचा भाग व वरचा भाग अशा या दोन्ही भागांचा संकोच करून पोटाला पृष्ठवंशाकडे खेचून घ्यावे. पाठीला पोक येऊ न देता सर्व शरीर ताठ ठेवावे. यालाच उड्डियानबंध म्हणतात. या बंधाने पोट नेहमी साफ राहते. ज्याचे पोट साफ त्याचे आरोग्य उत्तम. 'मृत्युमातंगकेसरी' म्हटले आहे व याच्या अभ्यासाने 'वृद्धोऽपि तरुणायते' वृद्धही तरुण होतो असे म्हटले आहे. उड्डियान बंधाने प्राण, अपान, व्यान, उदान व समान या पाचही वायूंची कार्ये सुव्यवस्थित होत असल्याने शरीराचे सर्वांगिण आरोग्य सुरक्षित रहाते म्हणून 'सर्वेषामेव बंधानामुक्तमोह्युड्डियानकः' असा याचा गौरव केला आहे.

मूलबंध

सिद्धासनात सांगितल्याप्रमाणे डाव्या पायाची टाच सीवनीच्या (उपस्थ व गुदद्वार यांच्यामध्ये असलेली शीर) मध्यभागी दाबून बसवावी. गुदद्वाराचे अधिकात अधिक आकुंचन करूनपान वायूला वर खेचावे. शरीर ताठ ठेवावे. दृष्टी नासाग्री असावी. मूलबंधाने अपान वायू हा उर्ध्वगामी होत असतो. अनाहत ध्वनी अभिव्यक्त होण्यास मूलबंधाचा चांगलाच उपयोग होत असतो. आपण नेहमी श्वासोच्छवास करतो तेव्हा डाव्या व उजव्या नाकपुडीतून आत येणारा वायु ईडा व पिंगला नाडीतून प्रवास करत असतो. प्राणायामाच्या अभ्यासाने व बंधांच्या उपयोगाने आपण ही नैसर्गिक क्रिया बदलून टाकतो. आता ईडा व पिंगला यांचा वापर बंध करावयाचा आहे. त्या ऐवजी सुषुम्ना नाडीतून प्राणवायू न्यावयाचा आहे. पण सुषुम्नाचे तोंड तर बंद असते. ते उघडण्यासाठी प्रतम बंधांच्या सहाय्याने उर्ध्वगामी, वर जाणारा प्राणवायू खाली वळवावयाचा व मूलबंधच्या उपयोगाने खाली सरणारा अपान वायु उर्ध्वगामी करावयाचा. प्राणवायू व अपानवायू यांचा संगम नाभीच्या अधोभागी होतो. त्यांच्या समागामाने स्वाधिष्ठानचक्रातील व मणीपूरचक्रातील अग्नी प्रदिप्त होतो. ह्या अग्नीच्या तापाने कुंडलिनी जागृत होते व सुषुम्ना नाडीचे तोंड उघडते. प्राण व अपान सुषुम्ना नाडीतून वर जाऊ लागले की नाद उत्पन्न होतो. तोच अनाहत नाद. वर लिहिले आहे की अनाहत नाद ऐकू येऊ लागला की समजावे की तुम्ही ध्येयाच्या जवळ पोचला आहात. तुम्ही त्यापासून मिळणाऱ्या आनंदात बेहोष होता. अनेक संतांनी या अनाहत नादाबद्दल रम्य अभंग लिहिले आहेत. आता सुषुम्ना नाडीचे तोंड उघडले आहे, कुंडलिनी जागृत झाली आहे व ती आता आपले मूलाधार चक्रातील स्थान सोडून वर सहस्त्रारचक्राकडे निघाली आहे. पुढील भाग मी रुक्ष गद्यात सांगणार आहेच पण माझा आग्रह आहे की आपण तिच्या प्रवासाचे वर्णन श्री. माऊलींच्या शब्दात वाचावेत. गीतेत कुंडलिनीचा उल्लेखच नाही पण या बालयोग्याने अध्याय ६ मध्ये आपल्या नाथपंथातील विचार मोठ्या रसिकपणाने मांडले आहेत.

कुंडलिनी

मुलाधार चक्रात अचित् शक्ती सर्पासारखे साडेतीन वेटोळी घालून अधोमुख निजलेली असते. आता ती प्राण-अपान वायूंच्या संयोगाने निर्माण झालेल्या अग्नीच्या तापाने जागृत होते. सुषुम्ना नाडीचे तोंड उघडले गेलेले असल्याने ती त्या नाडीत प्रवेश करते व वर सहस्त्रारचक्रात जाण्यास प्रवृत्त होते. तिच्या बरोबर प्राणवायू व साधकाचे मनही असतात. तिचा मार्ग

तेव्हढा सुकर नाही. तिला जातांना वाटेतील षटचक्रांमधून पुढे जावयाचे असते. ही महाकठीण क्रीया सद्‌गुरुच्या सहाय्यानेच शक्य होते. वर वर जाताना कुंडलिनी जे जे पार्थिव ते ते सर्व गिळंकृत करते. जेव्हा प्राण-मन यांच्यासह ती सहस्त्रारचक्रात वास करणाऱ्या शिवाशी एकरूप होते तेव्हा साधकाला समाधीचा अनुभव प्राप्त होतो. साधकाचे मन ब्रह्मात लीन होते व विषयविचारापासून तो पूर्णतः अलिप्त होतो. समाधीबद्दल इथे लिहिण्याचे कारण नाही. तो एक निराळाच विषय आहे. पण कुंडलिनी जागृतीमुळे होणारे परिणाम थोडक्यात बघू. प्राणवायू सुषुम्ना नाडीतून वाहू लागली की सहाजिकच तो ईडा-पिंगला मधून वाहणे कमी होते. साधकाचा श्वासोच्छवास कमी कमी होऊ लागतो. त्याची जीवनाला आवश्यक असलेली उर्जेची गरज कमी कमी होऊ लागते. अन्न-पाणी न घेता तो दीर्घ काळ राहू शकतो. (याला म्हणावयाचे Hybernation काय ?) प्राणवायू मूर्धस्थानी स्थिरावला की त्याला केवलकुंभक म्हणतात. आचार्य म्हणतात 'केवलकुंभकाचे वैभव प्रतीतीला येण्यासाठी चित्तची शुद्धी, सावधानता आणि अभ्यासाची दृढता यांची गरज आहे.'

ही झाली कुंडलिनीची प्राथमिक माहिती. हिच्यावर प्रभुत्व मिलाले तर तुम्ही समाधी सुख मिळवू शकता. पण अपार कष्टाने मिळविलेल्या या सुखात विघ्नेही आहेत. तुम्हाला अनेक सिद्धीं प्राप्त होतात. त्यांची यादी देत नाही परंतु इहलोकातील नानाविध सुखे तुमच्या पायाशी लोलण घेतात व साधक त्यांतच गुरफटण्याचा संभव असतो. तंत्रग्रंथांत या विषयी धोक्याच्या सुचना दिलेल्या दिसतात.

गुरु परंपरा

गुरु परंपरा शक्तिपात दीक्षेविषयी प. पु. गुळवणी महाराजांना भक्तांनी विचारलेले प्रश्न व त्याची त्यांनी दिलेली उत्तरे.

१) आपली दीक्षा हट योगाची आहे का ?

हा हटयोग नाही हा असा योग आहे की ज्यामध्ये हट, राज, मंत्र, लय, अष्टांग या सर्वांचा समावेश असलेला सिद्धयोग आहे. यालाच कुंडलिनी योग शक्तीपातयोग सहजयोग म्हणतात.

२) शक्तिपात म्हणजे काय ?

शक्तिपात म्हणजे शक्तीचे संक्रमण. प्रत्येक माणसाच्या शरीरात चेतना म्हणजे प्राणशक्ती असते. या चेतना शक्तीचे जागरण हा फार महत्त्वाचा टप्पा असतो. महापुरुष अगर सत्पुरुष यांची प्राणशक्ती शिष्याच्या शरीरातील प्राणशक्तीला जागृत करून परत सद्‌गुरुजवळ जाऊन थांबले याला शक्तिपात म्हणतात. मराठी भाषेत जो रुढ अर्थाने शक्तीचा ऱ्हास याचा इथे संबंध नाही. सूत संहितेत शक्तिपात हा शब्द आला आहे. जेथे शक्ती जागृत होत नाही, तेथे आत्म सिद्धी येऊ शकत नाही. सूत संहितेवरील भाष्यात माधव स्वामींनी पतन्ति, पात या शब्दाचा अर्थ जाणे किंवा देणे, प्रकट केला आहे. शक्ती नेहमी मोठ्याकडून लहानांकडे, उंचावरून खाली जात असते. शक्तीसंक्रमणात मनात हेच घडते म्हणून शक्तिपात हा शब्द आला आहे.

३) शक्ती जागृत होते म्हणजे काय होते ?

जागृत होते याचा अर्थ झोपलेली असते असा नव्हे. चेतना ही चित्ताच्या म्हणजे मन, बुद्धी, इंद्रिय यांच्या माध्यमातून बहिर्मुखी किंवा जगदाभिमुखी असते. तेव्हा ती निद्रिस्त असते असे म्हणतात व ती जेव्हा अंतर्मुख होऊन ऊर्ध्वगामी चैतन्यमुखी होते तेव्हा ती जागृत झाली असे म्हणतात.

४) कुंडलिनी जागृत नाही झाली तर काय बिघडते ?

परमार्थ वाटचालीस असा एक टप्पा येतो जिथे स्वानुभवाचे दालन उघडते. भक्ती करणाऱ्या साधकाची पराभक्ती जोपर्यंत निर्माण होत नाही तोपर्यंत खरा लाभ होत नाही. मार्ग कोणताही असला तरी शक्ती जागृती ही घटना घडत असते. स्वतःच्या प्रयत्नाने शक्ती जागृत झाली तर

तिचे नियोजन साधने कठीण जाते. पण गुरुकृपेने झाली तर नियोजन ती स्वतः करते.

५) शक्ती जागृत होण्यासाठी फक्त हाच मार्ग आहे का ?

तसे नाही, मंत्र अनुष्ठान, प्राणायाम अथवा उत्कट सात्विक कर्म, भक्ती आणि पुर्व पुण्याईमुळे ती जागृत होते, पण गुरुकृपेने जागृत शक्तीपुढे सुनियंत्रीत कार्य करते.

साधना करताना गुरु करून जर केली तर ती लवकर फलद्रुप होते. शिष्यानेही गुरु हा आपले सर्वस्व समजून पुजा करावी. गुरुचा हात जर डोक्यावर असेल तर ईश्वराचा कोपसुद्धा शिष्याला लागत नाही. देव जर कोपला तर गुरु वाचवितो, पण गुरु जर कोपला तर या समस्त ब्रह्मांडी तुम्हाला कोणी वाचवू शकत नाही.

सद्गुरुरूपी भगवंतांकडून प्राप्त झालेले सर्वश्रेष्ठ वरदान म्हणजे साधना होय. शक्तिपात दीक्षेद्वारे आपल्या सद्गुरुंकडून साधनेचे कृपादान होते. जेवढे आपले गुरुशक्तिप्रति समर्पण अधिक, तेवढी आपली साधना समृद्ध होत जाते व आपण प्रगतीपथावर पुढे पुढे जाऊ लागतो. जसजसे आपणास साधनेत स्थिरत्व प्राप्त होते, तसतसे साधनेतून मिळणारा उत्युत्कट आनंद आपल्या व्यक्तिमत्त्वातून जाणवू लागतो. साधनेची स्थिती ही एक अशी स्थिती असते जिथे मन, बुद्धी, चित्त, अहंकार या सर्वांचा संचार संपतो, त्यांचा लय होतो व आपले संपूर्ण अस्तित्वच त्या शक्तीच्या अधीन होते. साधनेमुळे होणारा लाभ हा शब्दातीत असतो. त्याच्यापुढे इतर सर्व लाभ तुच्छ वाटू लागतात. साधनेमुळे लाभलेल्या सकारात्मक दृष्टीकोनामुळे आपले जीवन अधिक सुसंबद्ध होऊ लागते. म्हणूनच श्री गुरुने दिलेल्या साधनेत सर्वजण श्रद्धेने सहभागी होतात.

६) महाराज साधनेच्या बाबतीत असा संशय येतो की, कुंडलिनी जागृती तर अतिदुर्लभ आहे, तेव्हा ही गोष्ट सहज साध्य कशी होऊ शकेल ?

दुर्लभ वस्तू सहज साध्य झाली म्हणजे योगवासिष्ठात वर्णन केलेल्या ब्राह्मणाप्रमाणे स्थिती होते.

एकदा एका ब्राह्मणाने चिंतामणि प्राप्त करण्यासाठी तपश्चर्येला आरंभ केला. ईश्वरी कृपेने त्याला थोड्याच अवधीत चिंतामणि प्राप्त झाला. ब्राह्मणाने विचार केला, हा खरोखरीच चिंतामणि असेल का ? मी अजून अशी किती तपश्चर्या केली आहे, की असा अलभ्य चिंतामणि मला प्राप्त व्हावा ? हा नक्कीच चिंतामणि नसून, काचेचा तुकडा आपल्यापुढे टाकून ईश्वर आपली परीक्षा कशावरुन पाहात नसेल? मी तिकडे दुर्लक्षच करणे योग्य. असा तर्क वितर्क करीत त्याने निश्चय केला की, हा चिंकामणि असणेच शक्य नाही. समोर आलेला चिंतामणि न घेता ब्राह्मणाने पुन्हा तपश्चर्येस प्रारंभ केला. ईश्वराने कृपाळू होऊन दिलेला चिंतामणि ब्राह्मणाच्या संशयवृत्तीने अदृश्य केला. काही दिवसांनी काही मुलांनी खेळता खेळता, एक काचेचा तुकडा त्या ध्यानस्थ ब्राह्मणापुढे टाकला. ध्यान पूर्ण होताच डोळे उघडल्यावर समोर त्याला चकाकणारी वस्तू दिसली. यावेळी त्याला असे वाटले की आता आपली इतक्या काळाची तपस्या फलद्रुप झाली. समोर पडलेला तो काचेचा तुकडा चिंतामणि समजून त्याने उचलला आणि घरी निघून गेला.

दुर्लभ वस्तू सहज प्राप्त झाली की असा संशय निर्माण होतो. म्हणून हृदयरुपी कसोटीवर कसून पारखून हे बघावयास हवे की आपल्याला चिंतामणि मिळाला आहे की काच ? सोने मिळाले आहे की पितळ ? तसेच जी दुर्लभ साधना तुम्हाला मिळाली आहे, त्यानुसार साधना करून साधनेचे अलौकिकत्व अनुभवास येते किंवा नाही हे पाहिले पाहिजे.

नुसता संशय घेऊन साधनशून्य राहाणे योग्य नाही. संशय घ्यायचा, साधन करायचे नाही म्हणजे अनुभव काहीच येणार नाही. उलट संशय पिशाच्च अधिक बलवान होत जाणार. गुरुवाक्य, शास्त्रवाक्य आणि स्वानुभव हे तीनही मिळतील तर तत्वासंबंधी, गुरुसंबंधी आणि स्वतःसंबंधी शंकाच राहणार नाही. अनुभवाशिवाय नुसत्या कल्पनेने, तर्काने, ज्ञानाने संशय दूर होत नाही. त्यासाठी साधनाच केली पाहिजे.

साधनेवर श्रद्धा, निष्ठा ठेवली की गुरुवर श्रद्धा, निष्ठा बसते. गुरुवर निःसंदिग्ध श्रद्धा असली की कल्याणच होते. संशय हे पतनाचे मूळ आहे म्हणून संशयाच्या आहारी जाऊ नये. संशयाने फार मोठे अनर्थ ओढवतात.

कुंडलिनी जागृतीबाबत काही शंकांना दिक्षधिकारी सत्पुरुषाने दिलेली उत्तरे

प्रश्न : आम्ही सामान्य माणसे आहोत. आम्हाला शक्य आहे का ?

उत्तर : कुंडलिनी जागृती अथवा गुरुकृपेने शक्तिपात दीक्षा मिळाली तर सहज शक्य आहे. किंबहुना कुंडलिनी जागृती हा माणसाच्या उद्धाराकरिता भगवंतांनीच खुला केलेला राजमार्ग आहे, सर्वसामान्य माणूस सुद्धा कुंडलिनी योग्य मार्गाने जागृत करून नराचा नारायण होऊ शकतो. सर्व मानवजातीच्या उद्धाराचा हा मार्ग असून मानवाने आपला उद्धार करून मोक्षप्राप्ती करून घ्यावी अशीच परमेश्वराची आत्म्याला मानवी जन्म देण्यामागे अथवा योगी देण्यासाठीची अपेक्षा असते. प्रत्येक मानवाचे हे अंतिम ध्येय असावे.

प्रश्न : कुंडलिनी आणि कुंडली म्हणजे एकच का ? त्यात काय फरक आहे ?

उत्तर : कुंडली शास्त्र हे भविष्य किंवा ज्योतिष मार्ग याबद्दल असून कुंडलिनी हा एक शाश्वत आणि परमेश्वराने दाखविलेला योगमार्ग आहे.

प्रश्न : मग कुंडलिनी म्हणजे नक्की काय आणि ती मानवी शरीरात कुठे असते ?

उत्तर : कुंडली किंवा कुंडलिनी ही संज्ञा 'कुंडल' या मुळ संस्कृत शब्दापासून तयार झाली आहे. 'कुंडल' म्हणजे वर्तुळ. वर्तुळाकार असलेली ती कुंडलिनी. साडेतीन वेटोळे घालून पाठीच्या कण्याच्या तळाशी ती निद्रिस्त सर्पिणीसारखी वेटोळे घालून सुप्तावस्थेत (निद्रिस्त) वास्तव्य करून असते. जागृत झाली की ती पाठीच्या कण्यातून मेंदूच्या दिशेने जाऊ लागते. मेंदूत जाऊन ती स्थिरावली की, मोक्षप्राप्तीचे द्वार खुले झाले असे म्हणतात.

प्रश्न : माझी पात्रता आहे की नाही, किंवा त्यासाठी काय पात्रता लागते ?

उत्तर : कुंडलिनी दीक्षा घेण्याची बुद्धी होणे हीच पात्रता पुरेशी आहे. अर्थात साधकाने आपले आचार, विचार, शरीर शुद्ध ठेवणे तेवढेच आवश्यक आहे. नाहीतर गुरुंचा अनुग्रह मिळणं दुरापास्त असते. श्रेष्ठ दीक्षाधिकारींचे म्हणण्यानुसार तुमचे पूर्वसुकृत बलवत्तर असल्याशिवाय तुम्हाला दीक्षा घेण्याची बुद्धी होणे अशक्य कोटीतली गोष्ट आहे. मग माध्यम कुठलेही असो. म्हणजे प्रवचन ऐकून, अथवा पुस्तके वाचून, अथवा भक्तिमार्गाला अनुसरून अथवा जिज्ञासेपोटी म्हणा, गुरु तुम्हाला भरभरून कृपादान करतो, पण त्याचा विश्वास सार्थ ठरविणे हे साधकाचे काम आहे. गुरु आपले बीज हे शक्तीरुपाने साधकाच्या शरीरात पेरण्याचे काम करतो, पण जर आपण त्याला गुरुंनी सांगितलेल्या साधनेचे खतपाणी घातले नाही तर ते निरुपयोगी ठरते

म्हणजे जागृत झालेली कुंडलिनी ही परत सुप्तावस्थेत जाते.

प्रश्न : शक्तिपात दीक्षा म्हणजे काय ?

उत्तर : शक्तिपात म्हणजे शक्तीचे संक्रमण. गुरु आपल्या शिष्याला त्यांच्यामधील शक्तीचे संतुलित संक्रमण त्याच्या शरीरात करून देतो आणि त्या योगाद्वारे कुंडलिनीवर थेट आघात होतो. त्यासाठी प्रत्यक्ष स्पर्शाने माध्यम वापरले जाते किंवा अन्य मार्गाचा वापर केला जातो. उदा. पत्रदीक्षा. परगावी असलेल्या शिष्याला गुरु पत्र पाठवितो. विशिष्ट वेळी ध्यानाला बसताना शिष्याने ते पत्र वाचले की त्याद्वारा त्याची कुंडलिनी जागृत होते. गुरुकडे गेलो की, त्याने दीक्षा दिलीच आणि आपली कुंडलिनी जागृत झालीच असे होत नाही. दीक्षा घेण्याची इच्छा व्यक्त करणाऱ्या शिष्याची क्षमता कित आहे याचा अंदाज गुरु घेतो. कुंडलिनी शक्ती पेलण्याची त्याच्या मनाची आणि शरीराची क्षमता असायला हवी. एखाद्याची क्षमता नसेल तर गुरु त्याला 'ध्यानाला बसत जा' असा सल्ला देईल.

प्रश्न : कुंडलिनी जागृत झाली की काय अनुभव येतात ?

उत्तर : अनुभव हे प्रत्येक व्यक्तीला वेगळे येतात. उदा. काही साधकांना तात्काळ कुंडलिनी क्रिया चालू होतात, म्हणजे आपले आपल्या शरीरावरील संतुलन सुटते. काही विशिष्ट प्राणायाम, योग आसने, बंध, मुद्रा या आपोअपच घडू लागतात. काहींना देवतांची दिव्य दर्शने होतात. काहींना खूप प्रकाश दिसतो, काहींना पाठीच्या कण्यातून वीज सळसळत गेल्यासारखे जाणवते, तर काहींना अंगभर मुंग्या येतात. काहींचे दीर्घ श्वसन सुरु होते, तर काहींना काहीच अनुभव येत नाही. म्हणजे कुंडलिनी जागृत झाली नाही असे नाही, येणारे अनुभव हे पूर्णपणे तुमच्या पूर्वजन्मीच्या साधनेवर आणि आध्यात्मिक कमाईवर अवलंबून असतात.

दीक्षा घेतल्यावर सद्गुरुंजवळ कसे वागावे ?

सद्गुरुंशी खोटे बोलू नये. फार बोलू नये. सद्गुरुंची निंदा करू नये. आपले बोलणे बरोबर नाही, असत्य आहे, या स्वरुपाचे शब्द तोंडात येऊ नये. गुरुंसमोर वेगळी पूजा करू नये. मर्यादा सोडून वागू नये. दीक्षा वगैरे विषयावर आपले प्रभुत्व दाखवणारे भाषण करू नये. सद्गुरुंचे आसन, अंथरुण, वस्त्रादि-कपडे, अलंकार, पादुका, चित्र इ. ना स्पर्श करून वंदन करावे. गुरु आज्ञा मोडू नये. सद्गुरुंना प्रत्युत्तर देऊ नये. दिवसा, रात्री सदैव सेवकाप्रमाणे त्यांची आज्ञा पाळली पाहिजे. असत्य, अशुभ, वादविवाद इ. टाळावे. सद्गुरुंना न आवडेल असे करू नये. सद्गुरुकार्यात आळस करू नये.

सद्गुरु कार्यात लौकिक इच्छा नसाव्यात. सद्गुरु कार्यात राग नसावा. सद्गुरुंच्या डोळ्याला डोळा भिडवून कधीही बोलू नये. सद्गुरुंना नमस्कार केल्याशिवाय ओलांडून वा समोरून जाऊ नये. संपत्ती, जात किंवा आश्रम इ. चा अभिमान नको. सद्गुरुंसमोर अद्वैताची भाषा करू नये. सद्गुरुंसमोर देवपूजाही करू नये. सद्गुरुंसमोर पलंगावर निजू नये व तसेच समोर हात पाय पसरून बसू नये.

आळस, अंगविक्षेप समोर करू नये. जाता-येता सद्गुरुंच्या पादुकांना वंदन करावे. त्यांचे काम प्रसन्नतेने करावे. सद्गुरुंच्या पादुकांना वंदन करावे. त्यांचे काम प्रसन्नतेने करावे. सद्गुरुंची सावली ओलांडू नये. त्यांचे पुढून तसेच जाऊ नये. अनवाणी जाऊन आधी गुरुगृहाला वंदन करावे. सद्गुरुंसमोर आपल्या शिष्य-संप्रदाय मिरवू नये. अहंकार करू नये.

आपल्या गुरुंना त्यांच्या गुरुसमोर नमस्कार करू नये. सद्गुरुंशी 'तुम्ही' सर्वनामाने न बोलता 'आपण' सर्वनाम वापरून बोलावे.

सद्‌गुरुंना वंदन करून त्यांचेजवळ बसावे. सद्‌गुरुंच्या आज्ञा घेऊन त्यांच्या जवळून जावे. सद्‌गुरुंसमोर काम, क्रोध, लोभ, मान घेणे, हसणे, स्तुती करणे, कुटिलता दाखविणे, ओरडणे, रडणे या गोष्टी करू नये. सद्‌गुरुंना ऋण जेणे किंवा त्यांच्याकडून ऋण घेणे, त्यांना वस्तू विकत देणे या गोष्टी करू नये. सद्‌गुरुंच्या समाधानातून शिष्याला पूर्णत्व प्राप्त होते.

सद्‌गुरुंच्या आठवणीत सर्व देवतांचे स्मरण अंतर्भूत आहे. गुरु, गुरु-मंत्र आणि इष्टदेवता या तीन वेगवेगळ्या गोष्टी नसून एकच आहे असे समजावे.

॥ उलट पवन ठोकर मारे खोले दरवाजा ॥

पूर्वेकडे तोंड करून ताठ बसावे. शरीर स्थिर करण्याचा प्रयत्न करावा. शरीर स्थिर झाले म्हणजे मन आपोअप स्थिर होऊ लागते. आपल्या आवडत्या देवतेचा जप मनातल्या मनात करत राहावा. श्वासावर लक्ष केंद्रित करावे. वर्षभर अशी साधना केल्यानंतर आपल्या आवडत्या देवाचे रुप डोळ्यांसमोर आणण्याचा प्रयत्न करावा. याला 'सगुण ध्यान' म्हणतात. निर्गुण ध्यानामध्ये वरीलप्रमाणे सर्व तयारी करावी व मनःचक्षुने आकाश, ज्योति पाहण्याचा प्रयत्न करावा. याला 'निर्गुण ध्यान' म्हणतात.

आत्मध्यानामध्ये स्वतःच्या श्वासावर लक्ष केंद्रित करावे व श्वासाने ब्रह्मरंध्राला धक्के द्यावेत. म्हणजे 'उलट पवन ठोकर मारे खोले दरवाजा' याचा अनुभव येतो, प्रकाशमय परब्रह्माचा अनुभव येतो, आत्मसाक्षात्काराचा अनुभव येतो. आत्मज्ञान होते. ब्रह्मज्ञान होते, प्रकाशब्रह्माचा साक्षात्कार होतो. पुढील साधना कशा कराव्यात याचे मार्गदर्शन दिव्यलोकांतून प्राप्त होते. ही साधना करताना ब्रह्मरंध्रावरही लक्ष केंद्रित करावे, म्हणजे फळ लवकर प्राप्त होते.

या गोष्टी जीवनात आत्मसात केल्यास साधनेत खूप प्रगती करता येऊ शकेल. जन्म मिळाला आणि निघून गेला. सृष्टी बनली आणि नष्ट झाली तरीही जो नष्ट होत नाही तो आपला आत्मा आहे. याचा साक्षात्कार करण्यासाठी साधकाला सात गोष्टी आत्मसात कराव्या लागतील.

१) ब्राह्ममुहूर्तावर उठणे आणि शांत बसणे. सूर्योदयाच्या सव्वा दोन तासांपूर्वी ब्राह्ममुहूर्त आरंभ होतो. सूर्योदयापूर्वी एक-दीड तास जरी अगोदर उठलात तरी तुम्ही ब्राह्ममुहूर्तावर उठलात असे समजा. उठताच काहीही न करता शांत बसा. 'जो सुखाला, दुःखाला, जीवनाला, मृत्यूला जाणणारा आत्मवेद आहे, मी त्या सत-चित आनंद्स्वरुपाच्या माधुर्यात शांत होत आहे. हे मायाविशिष्ट शरीर माझे नाही परंतु माय आणि मायेचे खेळ मज चैतन्यामुळे प्रकाशित होतात. ते चैतन्य मी आहे. सोऽहम, या ब्रह्मभावात एक-दोन मिनिटे बसून रहा. भगवान श्रीकृष्णसुद्धा झोपेतून उठल्यावर काही वेळ शांत बसत असत. खूप लाभ होतो.

दिवसभर काम केल्याने जे मिळेल ते नश्वर मिळेल, सुटणारे, दुःख देणारे मिळेल किंवा थोडेसे, मिटणारे, तुच्छ, किरकोळ सुख मिळेल; परंतु झोपेतून उठल्यानंतर काही न केल्याने सुख आणि दुःखाला थिटे करून परमात्म्याची भेट घालून देणारे पज (परमात्म-पद) मिळेल. दिवसा केलेल्या पूजा-आरतीने लाभ होतो पण याचा लाभ अनेक पटीने अधिक होतो. काशी आणि मक्केला जाणे सर्वांच्या हातची गोष्ट नाही. सकाळी झोपेतून उठताच काही वेळ शांत व्हा, मग हजारदा काशी वा मक्केला गेल्यानंतरही जो मिळेल कि नाही सांगता येत नाही त्या परमात्म्याला तुम्ही भेटू शकता.

२) प्रार्थना : रोज प्रार्थना करा की 'हे परमेश्वरा ! हे गुरुदेवा ! हे इष्टदेवा ! माझे हृदय पवित्र होवो; पवित्र भाव आणि पवित्र ज्ञानाचा विकास होवो. सर्वामध्ये जी एक सत्ता वसलेली आहे, साक्षी, चैतन्य सत्स्वरुप आहे.

आदि सचु जुगादि सचु ॥ है भी सचु नानक होसी भी सचु ॥

त्या सत्स्वरुपात माझी स्थिती व्हावी. असत शरीरात, असत सुत-दुःखात स्थिती झाल्याने माझा कित्येकदा जन्म-मृत्यू झाला. आता

मी सतमध्ये स्थित व्हावे.' ना साबणाने हृदय पवित्र होईल ना पाण्याने. प्रार्थनेनेच हृदय पवित्र होईल.

३) प्रणवचा दीर्घ जप : सकाळी गुरुमुर्तीला, इष्टमुर्तीला न्याहाळीत प्रणवचा दीर्घ जप करावा. ॐकार सिद्धी, जीव आणि ईश्वरामधील एक सुंदर सेतू आहे. प्रणवचा दीर्घ जप एकाग्रतेची गुरुकिल्ली आहे. एकाग्रता शक्तीचा संचय करते. 'ॐ' बीजमंत्र भोग, मोक्ष, आरोग्य, आयुष्य आणि साफल्य देणारा आहे. त्याचबरोबर हा शांती, आत्मबळ आणि बुद्धीचाही विकास करतो. आजपासून याचा जप सुरु करा. आजच दिवसभरात तुम्हाला याच्या सुंदरतेचा, याच्या महानतेचा थोडासा अनुभव होईल, उद्या आणखी जास्त होईल. दहा-वीस दिवसांनी तर तुमच्या शरीरातील पेशीमध्ये व मनात बरेच परिवर्तन होईल.

४) ध्यान : सकाळी ध्यानात वेळ व्यतीत केला पाहिजे. ध्यानासमान कोणतेही तीर्थ नाही, कोणताही यज्ञ नाही, कोणतेही तप नाही, कोणतेही दान नाही, कोणतेही स्नान नाही, कर्म करताना अधूनमधून एक-दोन मिनिटे ध्यान केल्याने तुमच्या कर्माची आणखी शोभा वाढेल आणि तुमच्या चित्तातही कर्म करण्याचा आनंद येईल.

५) प्राणायम : दररोज प्राणायाम केले पाहिजेत. प्राणायाम केल्याने पापनाशिनी शक्ती, रोगप्रतिकारक शक्ती, अनुमान शक्ती, क्षमाशक्ती व शौर्यशक्ती विकसीत होते तसेच स्मरणशक्तीसुद्धा वाढते. जे प्राणायाम परायण आहेत अशा निष्पाप साधकांच्या हृदयात आत्मप्रकाश होतो. श्वास घेवून रोखून ठेवून भगवन्नाम-जप केल्यास त्याचा शतपटीने प्रभाव होतो. भगवान्नामासह केलेले प्राणायाम थोड्यात दिवसांत तुम्हाला प्रसन्नचित्त, मधुमय, मधुर स्वभावी आणि सद्भावनेने संपन्न करू शकतात.

६) मौन राहण्याचा अभ्यास (सराव) करा. मौनामुळे आंतरिक शक्तीचा विकास होतो, मनोबल व बुद्धीबळ वाढते. बोलल्याने शरीरातील मज्जा, ओज आणि जीवनशक्ती हे तिन्ही खर्च होतात. म्हणून सारगर्भित बोला, दहा शब्दांऐवजी सहातच काम निपटवा. रोज कमीतकमी तीस तास मौन राहण्याचा अभ्यास करा.

७) आपले दोष दूर करण्याचा दृढ संकल्प करा. साधन केल्याने सदभाव तसेच बऱ्याच सिद्धी येतात. परंतु आपल्यात काही ना काही दोष असतात म्हणून परम सिद्धी-ब्रह्मज्ञान होत नाही. आपले दोष दूर करण्यासाठी सकाळी दृढ संकल्प करा आणि त्यातच संलग्न राहा. यासाठी जीवनात काही व्रत-नियम असले पाहिजे, दृढता असली पाहिजे. आपले जीवन उन्नत करण्यासाठी वरील सात महत्त्वाची कार्ये अवश्य केली पाहिजेत. साधकाने या सात गोष्ट आपल्या जीवनात आत्मसात केल्या तर थोड्याच दिवसांत त्याच्या जीवनात चमत्कारिक परिवर्तन होईल.

गुरु मंत्र व त्याचे साधनेतील महत्त्व व परमेश्वर प्राप्ती :

अनंतकाळापासून आजपर्यंत अनेक गुरुंनी विशिष्ट देवतांचे पूजन करून व उग्र अध्यात्मसाधना करून काही विशिष्ट बीजमंत्रात नामाची अद्भुत शक्ती साररुपाने साठवून ठेवली आहे. असा हा सिद्धमंत्र म्हणजे मुमुक्षूंचे मोठेच आशास्थान असते. तोच त्यांचा एकमेव आधार बनतो. त्यांच्या इष्टदेवतेचे ते सजीव प्रतीकच बनते. मन एकाग्र करून त्या मंत्राचा सतत जप केल्यास त्याच्या महान सामर्थ्याची प्रत्यक्ष प्रचिती येऊ शकते. परंतु त्यासाठी, ज्यांनी गुरुपरंपरेने मंत्र प्राप्त केला आहे अशा पवित्र अंतःकरणाच्या अधिकारी पुरुषांकडून शास्त्रविहित दीक्षाच घेतली पाहिजे. तदुपरान्त गुरुच्या उपदेशाचे योग्य पालन करून, गुरुच्या ठायी पूर्ण श्रद्धा व आदर ठेवून साधना केली तरच लवकर परमेश्वर प्राप्ती होते.

कुंडलिनी शक्ती व शक्तिपात दीक्षा, एक दिक्षधिकारी :

कुंडलिनी ही एक शरीरात वास करणारी शक्ती आहे. निरनिराळ्या

लोकांना तिचा साक्षात्कार निरनिराळ्या प्रकारे झाल्याने तिच्या व्याख्या नानविध प्रकारांनी केल्या आहेत. तंत्रसाहित्यात कुल व अकुल हे शब्द शक्ती व शिव वाचक आहेत. कुलकुंडलिनी वा कुंडलिनी म्हणजे वेटोळ्या घातलेल्या स्वरुपातील शक्ती. या शक्तीचे चित् व अचित् असे दोन भेद आहेत. चित् शक्ती आत्म्याशी अभिन्न स्वरुपात राहते. अचित् शक्ती जगत प्रकाशित करते. ही कुलकुंडलिनी शरीरात सुप्त अवस्थेत असते. कुंडलिनी शरीरात मुलाधार चक्रात गहन निद्रेत असते. सहस्त्रारचक्रात वास करणाऱ्या शिवापाशी मुलाधारचक्रात वास करणाऱ्या निद्रित कुंडलिनीला जागृत करून नेणे बे योग्याचे ध्येय. ही कुंडलिनी जप, तप, ध्यान, कीर्तन, भक्ती, ज्ञान, कर्म, मुद्रा, बंध, शक्तिचालन, प्राणायाम, शक्तिपात इ. प्रकारांनी जागृत होते. हठयोगातील प्राणायाम व बंध यांचा कसा उपयोग केला जातो याचा थोडासा विचार पुढे केला आहे. साधे एक, दोन, तीन शिकावयास गुरु लागतो. तेव्हा इथे गुरुची व कठोर परिश्रमाची नितांत गरज आहे. इथे आपण फक्त प्राथमिक माहिती बघणार असल्याने अत्यंत थोडक्यात काही गोष्टींची नोंद करू.

ध्यान कसे करावे ?

१. शांत, निवांत खोली निवडावी.

२. मंद प्रकाश योजना असल्यास उत्तम. भगभगीत प्रकाश नसावा. मंद वासाची उदबत्ती लावल्यास वातावरणनिर्मिती उत्तम होते. परंतु धुराची ॲलर्जी असल्यास वा अस्थमा त्रास असल्यास उदबत्ती टाळणे योग्य.

३. सुखासन वा स्वस्तिकासनासारख्या सुखकारक आसनात बसावे. आरामखुर्चीत बसले तरी चालेल. १० ते १५ मिनिटे बसता येणे हीच आवश्यकता आहे. सुखासन वा स्वस्तिकासनात बसल्यास हात गुढघ्यावर सैल ठेवावेत. पद्ममुद्रेप्रमाणे एका हाताचा तळवा दुसऱ्या हाताच्या ओंजळीत, अग्रबाहू मांडीवर स्थित (आधारासाठी) व अकृत्रिमपणे सरळ बसावे. हे शक्य नसेल तर आराम खुर्चीत बसले तरी चालेल. हात खुर्चीच्या हातावर सैलसर ठेवावेत. शरीराची थोडीफार हालचाल चालते, पण मध्येच उठावयास लागल्यास मेडीटेशनचा भंग होतो, म्हणून खबरदारी घ्यावी.

४. शवासनात आपण पायाकडून डोक्यापर्यंत शरीर शिथिल करतो. इथे मात्र त्या विरुद्ध म्हणजे डोक्यापासून पायापर्यंत अवयव एकामागून एक असे शिथिल करीत जावे.

५. सुखैनैव आसनस्थित झाल्यावर डोळे मिटून घेऊन वर सांगितल्याप्रमाणे डोक्यापासून पायांपर्यंत अवयव एकामागून एक अवयव आठवून क्रमाने शिथिल करीत जावे. कपाळ, कान, गाल, मान, पाठ ते नितंबापर्यंत, त्यानंतर गळ्यापासून ते पोटापर्यंत, नंतर हात व पाय असा क्रम ठेवावा. पोटाचा विचार करताना श्वासाचा विचार अवश्य करावा. ह्या सर्व प्रकाराला एक ते दीड वा जास्तीत जास्त दोन मिनिटे पुरे होतात.

६. आता आपण बीजमंत्र मनातल्या मनात म्हणावा, ज्या योगे मनातील विचार बाजूस सारका येतील. बीजमंत्र म्हणावयाचा नसेल तर साक्षीभवना (Witnessing the mind) अभ्यास करावा. या योगे मन शांत राहाते. त्याचा अनुभव घ्यावा.

७. साक्षीभावनाही कठीण वाटत असेल तर हिमालयाच्या शिखरासारख्या निर्मळ गोष्टीचा विचार करावा.

८. आपण सुखकारक स्थितीत असलो तरी शावासनस्थ नसल्यामुळे झोप लागण्याची शक्यता कमी असते. परंतु सवयीच्या अभावामुळे १५ मिनिटात चुळबुळ होतेच वा पायांना मुंग्या आल्यासारखे वाटते. अन्यथा वेळ समजण्यासाठी घड्याळाचा गजर लावण्यास हरकत नाही.

९. सावकाश डोळे उघडावे. हातापायाची जाणीवपूर्वक हालचाल करावी. उत्तम मेडीटेशन जमल्यास रक्तदाब कमी होण्याची शक्यता असते व हृदयाचे ठोकेही मंद होतात. म्हणून मेडीटेशनमधून सावकाश बाहेर येत उभे राहाणे श्रेयस्कर होय.

ध्यान का करावे ? ध्यानामध्ये काय ताकद आहे ? सामुहिक ध्यान साधनेचे महत्त्व काय आहे ?

जेव्हा १०० लोक एकत्रितपणे साधना करतात तेव्हा त्यांच्या लहरी जवळजवळ ५ कि.मी. पर्यंत पसरतात आणि नकारात्मकता नष्ट करून सकारात्मकता निर्माण करतात. आइन्स्टाईनने शास्त्रीय दृष्टीकोनातून सांगितले आहे की एका अणुचे विघटन केल्यास तो त्याच्या शेजारील अनेक अणूंचे विघटन करतो. त्यालाच आपण अणुविस्फोट म्हणतो. हीच गोष्ट आपल्या ऋषी-मुनींनी आपल्याला हजारो वर्षांपूर्वी सांगितली आहे की, पृथ्वीवरील केवळ ४% लोकच ध्यान करतात, त्याचा फायदा उर्वरीत ९६% लोकांना होतो. आपणसुद्धा जर ९० दिवस सलग ध्यान केले तर आपल्या कुटुंबातील इतर व्यक्तींवरील सकारात्मक परिणाम आपल्यास दिसून येईल.

जर पृथ्वीवरील केवळ १०% लोक ध्यान करतील तर पृथ्वीवरील सर्व समस्या नष्ट करण्याची ताकद ध्यानामध्ये आहे. महर्षी महेश योगी यांनी १९९३ मध्ये शास्त्रज्ञांपुढे हे सिद्ध केले आहे. त्यांनी ४००० शिक्षकांना वॉशिंग्टन डी सी मध्ये बोलावून त्यांना एक महिना ध्यानाभ्यास करावयास सांगितले. त्यामुळे त्या शहरातील गुन्ह्यांचे प्रमाण ५० टक्क्यांनी कमी झाले. शास्त्रज्ञांना याचे कारण कळले नाही. म्हणून त्यांनी याला 'महर्षी इफेक्ट' असे नाव दिले. ध्यानामधील ही ताकद आहे. आपण आपली भौतिक तसेच अध्यात्मिक प्रगती ध्यानामुळे कमी श्रमात साधु शकतो. गरज आहे ती फक्त ध्यानातून स्वतःचा शोध घेण्याची.

अनुग्रह का घ्यावा ?

अनुग्रह हा आत्मज्ञान व सत्य दर्शन होण्यासाठी घ्यावा. जन्मोजन्मीचे विकार क्षीण करण्यासाठी, विश्वस्वप्नातून जागे होण्यासाठी अनुग्रह घ्यावा. बऱ्याच जणांना वाटते की, अनुग्रह घेतला तर प्रपंच सुरळीत चालतो, पैसा हातात खेळू लागतो, प्रसिद्धीला येतो व सर्व सुखे प्राप्त होतात. पण मित्रांनो, वरीलपैकी काहीच होत नाही. पण वरील सुखे ज्याच्या अधिष्ठानावर भासतात ते मन शुद्ध होऊ लागते. अंतर्मन जागृत होऊ लागते. एकदाचे अंतर्मन जागृत झाले की, वरील सुखे विनासायास मिळतात हे ही तितकेच सत्य आहे. पण पैसा मिळावा, सुख मिळावे, आपली प्रसिद्धी व्हावी, चार लोकांत मानसन्मान मिळावा, अशा हेतूने प्रेरित होऊन अनुग्रह घेऊ नये. कारण या गोष्टी चंचल व क्षणभंगुर अशा आहेत. जे सुख आज आहे उद्या नाही. मन हे अतिशुद्ध व पवित्र व्हावे. मनातील संकल्प शुद्ध व्हावेत, स्वधर्म कळावा अशा उदात्त हेतूंनी प्रेरित होऊनच अनुग्रह घ्यावा. असा अनुग्रह घेण्यासाठी सद्गुरुंची कृपा संपादन केली पाहिजे हे ओघानेच आले.

संदर्भ : गुरुकृपेची पहाट

* *

Maths made Easy

- By Dr. Rajeev Sape

हे यूट्यूब चॅनल रत्नागिरी येथील डॉ. राजीव सप्रे यांनी सुरु केले आहे. डॉ. सप्रे हे रत्नागिरी येथील गोगटे जोगळेकर महाविद्यालयाच्या गणित विभागाचे प्रमुख राहिलेले असून, त्यांना अध्यापनाचा ३८ वर्षांचा परिपूर्ण अनुभव आहे. एस.एस.सी. अभ्यासक्रमासाठी उपयुक्त असलेले व्हिडिओ या चॅनलवर आपणांस मिळतील. या व्हिडिओमधे आपल्याला एसएससी अभ्यासक्रमातील गणित हा विषय अतिशय सोप्या भाषेत समजून घेता येईल.

या चॅनेलला अवश्य भेट द्या. सोप्या भाषेत गणित शिका आणि लाईक, शेअर आणि सबस्क्राईब करायला विसरू नका. आपल्या संपर्कात असलेले दहावीचे विद्यार्थी आणि शिक्षक यांना या चॅनल बाबत अवश्य माहिती द्यावी ही विनंती.

सकारात्मकता (Positivity)

डॉ. प्रसाद जोशी, अस्थीरोगशल्य चिकित्सक, फलटण

मनुष्यप्राण्याला विचार करण्याची एक मोठी देन या निसर्गाने दिलेली आहे. मग हेच मनात येणारे विचार जर सकारात्मक असतील तर आपल्या आयुष्यावर त्याचे अतोनात चांगले परिणाम दिसतात.

सकारात्मकतेचे फायदे :

१. जी माणसे सतत स्वतःबद्दल आणि इतरांबद्दल पॉझिटिव्ह बोलतात अथवा विचार करतात त्यांचे संपूर्ण व्यक्तित्त्व प्रभावित करणारे असते. अशी माणसे नेहमी स्वतःला आणि त्यांच्या आजूबाजूच्या लोकांना आनंद देतात. सकारात्मक विचारसरणीमुळे त्यांच्यामध्ये भरपूर आत्मविश्वास असतो. ज्यामुळे त्यांच्या जीवनात त्यांना पूरक आणि पोषक वातावरण निसर्गनियमानुसार निर्माण होते. निसर्गनियमानुसार सकारात्मक विचार करणाऱ्या लोकांच्या जीवनात नेहमी चांगलेच घडते.

२. कितीही मोठी समस्या किंवा दुर्धर आजार असू देत त्यातून नक्की मार्ग निघतो.

३. शरीरातील चांगले हार्मोन्स ज्याला आपण एन्डोर्फीन्स म्हणतो ते सिक्रीट होऊन शरीराची ऊर्जा वाढवायला खूप मदत होते.

४. सकारात्मकतेमुळे मन शांत, प्रसन्न आणि निरामय राहते की ज्यामुळे तुमच्या मनावरचा ताण खूप कमी होतो.

५. आपल्याला उत्तम ऊर्जेचे लोक भेटतात आणि नवीन व चांगले काहीतरी सतत घडत राहते.

६. सकारात्मकतेमुळे आपल्या कामाची पद्धती एकदम सोपी होते आणि तेवढ्याच वेळेत जास्त प्रोड्युक्टिव्ह काम होते.

सकारात्मकता कशी आणावी ? :

१. मन मजबूत करा

विचारांचा तुमच्या मनावर प्रचंड पगडा असतो. यासाठी सतत चांगले आणि सकारात्मक विचार करून तुमचे मन मजबूत करा. मजबूत मन कोणत्याही परिस्थितीत डगमगत नाही. जर तुमचे मन मजबूत असेल तर तुम्ही जीवनातील कोणत्याही परिस्थितीला सामोरे जाण्यासाठी तयार राहतात. कारण माणूस वाईट परिस्थितीमध्ये जास्त नकारात्मक विचार करण्याची शक्यता असते.

२. ताण-तणावापासून दूर रहा : धकाधकीचे जीवन आणि आणि सतत वाढणारी चिंता-काळजी ही सर्वाच्याच वाट्याला येत असते. मात्र कामाचा ताण तेवढ्यापुरताच घेण्याचा प्रयत्न करा. जेव्हा तुम्ही ऑफिस अथवा कामाच्या ठिकाणी असता तेव्हा घरची चिंता काळजी न करता कामावर लक्ष नियंत्रित करा. ज्यामुळे तुम्हाला कामाचे टेंशन येणार नाही. प्रामाणिकपणे आणि मेहनतीने काम केल्यामुळे काम वेळेत पूर्ण होईल आणि घरी गेल्यावर तुम्हाला कामाचे टेंशन येणार नाही. त्याचप्रमाणे घरी असताना कामाचा विचार न करता कुटुंबासोबत मजेत वेळ घालवा. घरी पुरेसा वेळ दिल्यामुळे कामाच्या ठिकाणी तुम्हाला घरातील चिंता सतावणार नाहीत.

३. प्राणायाम आणि ध्यानधारणाः

प्राणायाम आणि ध्यानधारणा यामुळे तुमचे मन हळूहळू शांत आणि निवांत होऊ लागेल. मात्र प्राणायाम आणि मेडीटेशन योग्य व्यक्तीकडून शिकून घ्यायला हवे. चुकीच्या पद्धतीने प्राणायाम अथवा मेडीटेशन केल्यास त्याचे विपरीत परिणाम तुमच्या शरीर आणि मनावर होऊ शकतात. तज्ञांकडून मेडीटेशन शिकणे शक्य नसल्यास सकाळी उठल्यावर आणि रात्री झोपताना काही मिनिटे प्रार्थना अथवा शांत संगीत ऐकण्यासाठी द्या. ज्यामुळे तुमचे मन शांत होईल. मन शांत झाल्यामुळे तुम्हाला गाढ झोप लागेल आणि सकाळी उठल्यावर फ्रेश वाटेल. जेव्हा तुमची सकाळ फ्रेश होते तेव्हा सकारात्मक विचार करण्यासाठी आणखी प्रोत्साहन मिळते.

प्रत्येक दिवशी एक नवे ध्येय निश्चित करून कामास सुरुवात करा आणि त्या ध्येयाला नक्की पूर्ण करा. असे केल्याने आपले जीवन सकारात्मकतेकडे वाटचाल करण्यास सुरुवात करेल.

**

कऱ्हाडे ब्राह्मण सेवा मंडळ

**** अहवाल ****

झाशीची राणी पुण्यतिथी - पुणे संघ

सालाबादप्रमाणे झाशीच्या राणीच्या पुण्यतिथीचा कार्यक्रम शुक्रवार, दि. १८ जून रोजी बालगंधर्व चौकात सकाळी १०.३० वाजता पार पडला. सर्वप्रथम पुण्याचे प्रथम नागरिक महापौर मुरलीधर मोहोळ यांच्या हस्ते पुष्पहार अर्पण करण्यात आला आणि त्यानंतर कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ पुणे यांच्या तर्फे अध्यक्ष मकरंद फणसळकर पुष्पहार अर्पण करण्यात आा.

यंदाच्या कार्यक्रमाच्या वेळी महापौर मुरलीधर मोहोळ यांच्या कोविड काळात केलेल्या असामान्य प्रयत्नांसाठी तसेच 'ब्लूम्बर्ग फिलाँथ्रॉपीज' या संस्थेकडून दहा लाखांहून अधिक लोकसंख्या असलेल्या शहरांसाठी '२०२१ ग्लोबल मेयर चॅलेंज' आयोजित स्पर्धेत, प्रदूषण रोखणे आणि शहरातील हवेचा दर्जा उंचावण्यासाठी इलेक्ट्रिक वाहनांना प्रोत्साहन देण्याच्या धोरणामुळे पहिल्या पन्नास जणात निवड झाल्याने कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ पुणे तर्फे त्यांचा सत्कार करण्यात आला. यावेळी उपमहापौर सुनीता वाडेकर,

संघाचे उपाध्यक्ष हेमंत हिर्लेकर, सचिव अमित शहाणे, खजिनदार प्रमोद शेजवळकर, महिला आघाडी अध्यक्षा वैशाली वरणेकर, कार्यकारणी सदस्य हेमंत पुराणिक, प्रभाकर करंबेळकर, मुक्ता चांदोरकर, सॉजन आर्ट गॅलरीचे चारुहास पंडित आणि अन्य सदस्य उपस्थित होते.

* * * *

नागपूर संघ

कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, नागपूर तर्फे झाशीची राणी लक्ष्मीबाईच्या पुण्यतिथी निमित्ताने दरवर्षीप्रमाणे अहिल्या मंदिर, नागपूरच्या राष्ट्रीय सेविका समितीच्या

कार्यकर्त्या व सेविकेंच्या समवेत १८-६-२१ ला नागपूरच्या झाशी राणी चौकातील राणीच्या प्रतिमेला माल्यार्पण करण्यात आले. याप्रसंगी अध्यक्ष श्री. पराडकर, श्री. नवाथे, श्री. जावडेकर इ. कार्यकारिणी सदस्य उपस्थित होते.

कार्यक्रमावेळी कोरोना महामारी संबंधीच्या नियमांचे पालन केले गेले.

✻ ✻

सातारा संघ

कोल्हापूर संघ

कोल्हापूर संघतर्फे १८ ते ४४ वयोगटातील सभासद, कुटुंबीय व इतर यासाठी पेड वॅक्सिन कॅम्प घेतला. कोल्हापुरातील संस्थात्मक पहिलाच कॅम्प.

- धर्मराज पंडित
कार्यवाह, कोल्हापूर संघ

२०२१ सुवर्णमहोत्सवी वर्ष - ठाणे संघ

आपला ठाणे कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ लवकरच स्वतःच्या मालकीच्या व हक्काच्या जागेत एका शुभमुहूर्तावर प्रवेश करणार.

आपल्या ठाणे कऱ्हाडे ब्राह्मण संघाची स्वःमालकीची जागा घेण्यासाठी गेली अनेक वर्षे ठाणे संघाच्या स्थापनेपासूनच प्रत्येक सदस्याने नुसती स्वप्नेच पाहिली नाहीत तर इमारत निधी जमविण्यासाठी स्वतःपासून सुरुवात केली.

गेल्या दोन वर्षांच्या कालावधीत अनेक जागा पाहण्यात आल्या परंतु काही ना काही कारणांनी त्या रिजेक्ट झाल्या.

आता अत्यंत महत्त्वाचे...

श्री सिद्धीविनायक कृपेने आपल्या ठाणे कऱ्हाडे ब्राह्मण संघाची जागा SES इंग्रजी माध्यम शाळेला लागून असलेल्या शारदा भवन या इमारतीमध्ये पहिल्या मजल्यावर 280 SQ.Ft.ची जागा आपण ठाणे संघाच्या कार्यकारिणीने गुरुवार, दि. २४ जून, २०२१ रोजी रु. ५१,००० चा चेक देऊन व्यवहाराच्या

सर्व गोष्टी नक्की केल्या असून येत्या काही दिवसांतच कायदेशीर कागदपत्रांची पूर्तता होऊन आपल्या ठाणे संघाची स्वतःच्या मालकीची जागा ताब्यात येईल.

१९७१ च्या संघ स्थापनेपासून ते आजपर्यंतच्या प्रत्येक विश्वस्तांच्या व प्रत्येक कार्यकारिणीच्या अथक प्रयत्नांनी, ठाणे संघाच्या ज्येष्ठ, श्रेष्ठ सदस्यांनी, देणगीदारांनी, जाहिरातदारांनी आणि कैक सन्माननीय सदस्यांनी अत्यंत महत्त्वपूर्ण अर्थसहाय्य करून दिलेल्या सक्रिय पाठिंब्याचे योगदान आहे, असं आम्ही समजतो आणि त्यासाठी आम्हा सर्व कार्यकारिणी सदस्यांचा आपणां सर्वांना साष्टांग नमस्कार व आपणां सर्वांचे मनःपूर्वक अभिनंदन.

अशा अत्यानंदाच्या क्षणी ठाणे संघ संस्थापक अध्यक्ष स्व. श्री. दत्तात्रय बोरवणकर काका, संघावर निस्सीम प्रेम केलेल्या स्व. संतोष देव आणि स्व. श्री. संजयदादा आंबर्डेकर यांना विसरून चालणार नाहीच, अशा सर्व ज्ञात व अज्ञात सदस्यांना विनम्र अभिवादन.

विशेष आभार

ठाणे संघ स्थापनेपासून ते आजपर्यंत ठाणे संघाच्या कार्यालयीन कामकाजासाठी स्वतःच्या जागेत एक रुपयांचा देखील मोबदला न घेता कार्यालय थाटण्यास सर्वतोपरी उत्स्फूर्त सहकार्य करणाऱ्या तीन महत्त्वाच्या व्यक्ती म्हणजे स्व. श्री. दत्तात्रय बोरवणकर, पितांबरी उद्योग समूहाचे सर्वेसर्वा श्री. रवींद्र प्रभुदेसाई साहेब (श्री. रवी सर) आणि पुरोहित कन्सल्टन्सीचे श्री. चंद्रशेखर पुरोहित यांचे मनापासून आभार मानून ठाणे संघ हा कायमच त्यांच्या ऋणात असेल.

कारण, गेली ५० वर्षे ठाणे संघ हा या तीन व्यक्तींनी आपल्या छायेत आधारस्तंभ होऊन सांभाळला.

संदीप कळके
कार्यवाह, कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, ठाणे

दृक्-श्रावणी कार्यक्रम- डोंबिवली (जि. ठाणे) संघ

गुरुवार दि. १२ ऑगस्ट २०२१ रोजी सकाळी ९ वाजता संस्थेच्या गो. ग. देव सभागृहात दृक्-श्रावणीचा कार्यक्रम संपन्न झाला. श्रीवणीचे आयोजन मंडळाच्या पुरोहित समितीने केले व वे. मू. अमोल आठल्ये गुरुजी व वे. मू. स्वरुप हळबे गुरुजी यांनी पौराहित्य केले. कोरोना विषयकचे सर्व निकष पाळत २५ सभासदांनी या कार्यक्रमाचा लाभ घेतला. विशेष म्हणजे कार्यक्रम आयत्यावेळी ठरुनही चांगला प्रतिसाद लाभला व सुटसुटीतपणे पारही पडला.

पूरग्रस्तांच्या दु:खावर रत्नागिरी कऱ्हाडे ब्राह्मण संघाच्या मदतीची हळूवार फुंकर

माधव हिर्लेकर, रत्नागिरी * मो. ९८७०४२३०७१

चिपळून, जि. रत्नागिरी येथे अतिवृष्टीमुळे प्रकट झालेल्या जलासुराने २४ तास मुक्काम करून शहरातील घरे गिळंकृत करून आनंदी संसाराचा चोथा केला आणि घराघरात चिखल सोडून निरोप घेतला. संपर्कसाधने, वीज, पाणी सगळंच लुप्त झालं. पुरामुळे रस्ते बंद झाले त्यामुळे चिपळूणकर एकाकी झाले. आपले अनेक ज्ञातीबंधव या महापुराने क्षतिग्रस्त आहे हे लक्षात आलं आणि चिपळूणचे माहितगार आमचे पदाधिकारी श्री. अतुल आंबेकर व श्री. उदय कांजरेकर यांचे मदतीने आम्ही अशा कुटुंबाची मदत करण्याचा निश्चय केला व त्याप्रमाणे संघाच्या ग्रुपवर व श्री. संदीपजी कळके यांच्या माध्यमातून कऱ्हाडा हेल्पलाईन ग्रुपवर मदतीसाठी आवाहन केले आणि १० मिनिटात पहिली देणगी जमा झाली. त्यापाठोपाठ एक विलक्षण घटना घडली. ती म्हणजे चिपळूणचे आपले एक ज्ञातीबांधव श्री. संतोष आंबेकर यांनी आपले लाखो रुपयांचे नुकसान झाले असूनही आपली मदत माझ्यापेक्षा जास्त गरजू व्यक्तीला द्यावी असे सांगून रु. १५,०००/- संघाला देणगी दिली आणि ही देणगी सर्वात जास्त वैयक्तिक देणगी आहे.

आमच्या आवाहनाला उदंड प्रतिसाद मिळाला आणि **कऱ्हाडे हेल्पलाईन ग्रुपकडून रु. २,०५,१०२/- व संघाचे सभासद व ज्ञातीबांधव यांचेकडून रु. १,२८,२१५/-** देणगीरूपाने जमा झाले. **कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाने रु. २१,०००/- देणगी** दिली. **रत्नागिरी संघाने रु. ५०,०००/- स्वनिधीतून दिले** आणि बाकी आवश्यक रक्कम **रु. २,५८,१८३/- के.जि. एन. सरस्वती फाऊंडेशन** या कऱ्हाडे ज्ञातीसाठी काम करणाऱ्या रत्नागिरीस्थित संस्थेने उपलब्ध करून दिले. **एकूण जमा रक्कम रु. ६,६२,५००/- पैकी रू. ६,३७,०००/-** दि. ७-८-२०२१ रोजी मी स्वतः, के. जी. एन. सरस्वती फौंडेशनचे उपाध्यक्ष श्री. शरद प्रभुदेसाई, संघाचे पदाधिकारी श्री. अतुल आंबेकर, सौ. प्रतिभा प्रभुदेसाई, श्री. मानस देसाई, श्री. दिलीप ढवळे व सेक्रेटरी सौ. शिल्पा पळसुलेदेसाई असे ७ जण चिपळूण येथे जाऊन पुरग्रस्त ४१ कुटुंबांच्या घरी जाऊन सर्वांना व्यक्तिशः मदतीचे धनादेश प्रदान केले. **उर्वरीत रकमेचे वाटप करण्यात येणार आहे.** या मदत विचरणाचेवेळी निधी संकलनात महत्त्वपूर्ण भूमिका असलेल्या कऱ्हाडा हेल्पलाईनचे एक ॲडमिन व ठाणे संघाचे सेक्रेटरी श्री. संदीपजी कळके यांना आम्ही निमंत्रित केल्यानुसार आमच्यासोबत हजर होते.

संघाने केलेल्या मदतीबाबत पूरग्रस्त कुटुंबाची कृतज्ञता व्यक्त केली. काही भगिनींना आपले अश्रू आवरता आले नाहीत. संघाने केलेल्या मदतीने संकटाचे पूर्ण निराकरण होणार नाही, परंतु आमच्या अल्पशा सहायाने त्यांचे सांत्वन होईल व त्यांना उभारी येईल हीच आशा बाळगून अत्यंत काटेकोर नियोजन करून २६ जुलै रोजी सुरु झालेले हे मिशन आम्ही ७ ऑगस्टला पूर्णत्वास नेले.

आम्ही केलेली मदत मानवतेच्या दृष्टीने केलेली असल्याने या प्रसंगाची छायाचित्रे काढलेली नाही, पण ज्यांनी उदार अंतःकरणाने मदत केली त्यांना ज्ञात व्हावे म्हणून हा लेखन प्रपंच केला आहे.

श्री. संदीपजी कळके यांनी संधी मिळेल तिथे हा निधी मिळवण्यासाठी प्रयत्न केले. यामुळे आम्ही भारावून गेलो आहोत. या कार्यात कऱ्हाजे ब्राह्मण महासंघ, कऱ्हाडा हेल्पलाईन सदस्य, संघाचे सभासद, ज्ञातीबांधव, हितचिंतक यांनी आर्थिक मदतीतून आपल्या समाजवृक्षाला आधार देण्यासाठी रत्नागिरी कऱ्हाडे ब्राह्मण संघाला सहयोग दिला याबद्दल मी कृतज्ञता व्यक्त करतो. रत्नागिरी कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ व के. जी. एन. सरस्वती फौंडेशनचे पदाधिकारी तसेच संघाच्या सेक्रेटरी सौ. शिल्पा पळसुलेदेसाई यांनी घेतलेले कष्ट कौतुकास्पद आहेत.

Rug Upakarma being done every year during shravana masa, varsha rutu, chaturthi.

This need to be conducted by every brahmin who wears secred thread and atleast do 1000 gayatri Karhade brahmins at south do their either at temples or at their houses without fail

आनंदमूर्ती योग-आयुर्वेद गुरु डॉ. बालाजी तांबे

श्री. विजय आंबर्डेकर, अध्यक्ष, कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघ
कार्याध्यक्ष, कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, मुंबई

डॉ. बालाजींना आयुर्वेद, योग व संगीतोपचार या विषयांतील तज्ज्ञ म्हणून जगभरात ओळखत असत. लोणावळ्यातील कार्ला येथे असलेल्या आत्मसंतुलन व्हिलेजची निर्मिती त्यांचीच. ते त्याचे संस्थापक आहेत.

लक्ष्मीबाई आणि आयुर्वेदाचार्य वासुदेवराव तांबे शास्त्री यांचे डॉ. बालाजी तांबे हे सुपुत्र. लहानपणापासूनच वासुदेवरावांनी त्यांच्यात आयुर्वेदाची आवड निर्माण केली होती. पुढे आयुर्वेदातली आणि अभियांत्रिकी मधली पदवी एकाच वर्षी मिळवून बालाजींनी वडिलांचा हा विश्वास सार्थ करून दाखविला.

आयुर्वेदाचार्य बालाजी तांबे यांनी आयुर्वेदिक औषधी शास्त्र आणि आयुर्वेदिक फिजिओथेरपी यांवर संशोधन केले आहे. आपल्या संशोधनाचा उपयोग समाजाला कौटुंबिक आरोग्य राखण्यात कसा होईल याचा विचार करून त्यांनी पुढील कार्याची दिशा ठरविली होती. त्यातूनच आत्मसंतुलन व्हिलेजची निर्मिती झाली.

आयुर्वेदाच्या प्रसारासाठी इ.स. २००३ सालापासून डॉ. बालाजी तांबे यांनी संपादित केलेली फॅमिली डॉक्टर नावाची पुरवणी पुण्याच्या दैनिक सकाळमध्ये दर शुक्रवारी प्रकाशित होत आहे.

साम नावाच्या मराठी दूरचित्रवाहिनीवरही त्यांचे दररोज भगवद्गीता या विषयावर प्रवचन होत असे. 'गीता योग' या नावाने होणारी ही प्रवचने २०११ सालापासून सुरु होती.

अनेक भाषांत योग, आयुर्वेद व संस्कारांवर त्यांची पुस्तके प्रकाशित झाली आहेत. आत्मरामायण गुजराती, आयुर्वेद उवाच. भाग १, २ मराठी. आयुर्वेदीय गर्भसंस्कार-मराठी, गुजराती, इंग्रजी.

आयुर्वेदिक घरगुती औषधे मराठी व इंग्रजी

चक्र सुदर्शन - मराठी

मंत्र आरोग्याचा - मंत्र जीवनाचा वातव्याधी,

श्री गीता योग - शोध ब्रह्मविद्येचा इंग्रजीत (Peacock Feathers) १८ भाग.

श्री रामविश्वपंचायतन (मराठी)

संतुलन क्रियायोग (मराठी)

स्त्रीआरोग्य स्वास्थ्याचे २१ मंत्र

Living Meditation through Om Swarupa (४ भाग) Santulan Kriya Yog (SKY)

Shri Gita Tarot : Shri Krishna Answers

Your Question (Set of 61 Divine Cards, इंग्रजी-मराठी)

The Untold Secrets of Life

अशा अनेक पुस्तकांद्वारा त्यांनी आपल्या ज्ञानाचा प्रकाश सर्व सामान्य जनतेपर्यंत पोहचविला आहे.

आयुर्वेदाच्या प्रसारासाठी रोटरी क्लब ऑफ पुणे अपटाऊन व रोटरी डिस्ट्रिक्ट ३१३१ तर्फे 'रोटरी ग्लोबल लीडरशिप एक्सलन्स' ॲवॉर्ड २०१४ ने त्यांना सन्मानित करण्यात आले होते.

डी. वाय. पाटील विद्यापीठातर्फे २०१७ डी.लिट. ही मानद पदवी त्यांना देण्यात आली आहे.

जगभरातील अनेक प्रमुख शहरात योग व आयुर्वेद कार्यक्रमात त्यांची प्रवचने आयोजित करून त्यांना सन्मानित करण्यात आले आहे.

अमेरिका व जर्मनी मध्येही आज त्यांचे अनेक शिष्य आहेत. काल्र्याच्या आत्मसंतुलन व्हिलेजला भेट दिल्यावर आपणाला याची जाणीव होते.

ते आणि त्यांचे कुटुंबिय समाजाबाबत कायम बांधिलकी जपत आले आहेत.

कऱ्हाडे महासंघाचा रौप्य-महोत्सवी कार्यक्रम, कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, मुंबईच्या अनेक महोत्सवी कार्यक्रमात, महाराष्ट्रातील कऱ्हाडे संस्थांच्या तसेच ब्राह्मण संस्थांच्या प्रमुख कार्यक्रमात सहकुटुंब उपस्थित राहून त्यांनी अध्यक्ष स्थान भूषवून मार्गदर्शन केले आहे.

काल्र्याच्या आश्रमात कायम हसतमुखाने स्वागत करणारे आणि सर्वांवर प्रेम करून आग्रहाने जवळ बसवून जेवू घालणारे असे व्यक्तिमत्त्व आज आपल्यात नाही ही कल्पनाही सहन होणारी नाही.

समाजाला कायम प्रोत्साहित करणाऱ्या या महामानवाला आमचा त्रिवार सलाम.

त्यांची कार्यस्मृती चिरकालीन जपणे हीच त्यांना वाहिलेली खरी श्रद्धांजली ठरेल.

गुरुवर्य डॉ. बालाजींना भावपूर्ण श्रद्धांजली.

✻ ✻

ज्ञानव्रतींना वंदन ! आज शिक्षक दिन !

शिक्षक जे आम्हांला शास्त्रविद्यासंपन्न, नितीसंपन्न बनवतात. विद्येच्या उपयोगासाठी संयम, विवेक शिकवून हे जीवन आनंदी करतात. भारतीय स्वातंत्र्याचे आणि सुराज्याचे शिल्पकार हे शिक्षक होते. महात्माजींचे गुरु नामदार गोपाळ कृष्ण गोखले... लोकमान्य टिळक असो वा आगरकर इ. सगळे शिक्षकच.

''विद्वान् सर्वत्र पूज्यते'' हे भारतीय संस्कृतीचे वैशिष्ट्य. स्वातंत्र्य प्राप्तीनंतर एका थोर तत्वज्ञानींची उपराष्ट्रपती म्हणून भारतरत्न डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन यांची निवड झाली. ते भारताचे दहा वर्षे उपराष्ट्रपती (१९५२-६२) तर पुढे पाच वर्षे (१०६२-६७) राष्ट्रपती झाले. त्यांनी देशाला दिशा दिली.

दक्षिणेत तिरुत्तनी येथे जन्मलेल्या या तत्त्वज्ञानींना भारतीय संविधान घटना समितीचे सभापती म्हणून निमंत्रीत केले गेले. बनारस आणि कोलकत्ता विद्यापीठाचे कुलगुरु असतानाही ते वर्गात शिकवायचे. भारतीय तत्त्वज्ञानाच्या या भाष्यकाराच्या नावे ऑक्सफर्ड तत्त्वज्ञानाचे वैभव त्यांनी जगाला पटवून दिले.

नीतीमान पण चिकित्सक, विज्ञानोन्मुख पण अध्यात्मप्रवण अशी नवी पिढी घडविण्यासाठी त्यांचे योगदान महत्त्वाचे होते. तब्बल ४० वर्षे त्यांच्या शिक्षण क्षेत्रातील योगदानामुळेच त्यांचा ५ सप्टेंबर हा जन्मदिवस शिक्षक दिन म्हणून साजरा होता.

क्षेत्र कोणतेही असो किंवा विज्ञान तंत्रज्ञानाने कितीही प्रगती करो त्यामागे जे ज्ञान असते ते मानवाचेच. जगात सतत बदल होतात, नवनवे शोध लावण्यासाठी विद्यार्थी तयार करतात ते शिक्षकच. आमच्या जीवनात त्यांचे महत्त्वाचे योगदान आहे. विद्यार्थ्यांची प्रगती हेच त्यांच्या परिश्रमाचे समाधान असते, म्हणूनच कुणी कितीही मोठ्या पदावर असला तरीही त्याच्या प्रगतीचे श्रेय जाते ते शिक्षकांनाच.. मग ते ग्रामीण भागातील असो वा शहरातील.

जगात सर्वच क्षेत्रात प्रगतीची भरारी घेतलीय... मग ऑलिम्पिक असो वा पॅराऑलिम्पिक, भारतीय ध्वज सातत्याने उंचावत आहे. हे श्रेय शिक्षकांनाच. स्वराज्याचे सुराज्य करण्यासाठी मोठे योगदान देतात. परिस्थिती कशीही उद्भवो, या शिक्षकांच्या संस्कारी शिकवणीने जीवनाला अर्थ प्राप्त होतो. समस्त शिक्षक गुरुजनांना शिक्षण दिनी सहर्ष वंदन.

श्रद्धांजली

कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, मुंबईच्या कार्यकारिणीचे माजी अध्यक्ष व २५ वर्षांहून अधिक काळ मुंबई संघाच्या कार्यकारिणीवर राहून कऱ्हाडे ज्ञातीबांधवांची सेवा करणारे शिक्षण तज्ज्ञ श्री. अविनाशजी तांबे यांच्या दुःखद निधनाने आम्ही एक सच्चा कार्यकर्ता गमावला आहे. श्री. अविनाशजी तांबे यांच्या मार्गदर्शनाखाली मला जवळजवळ १० ते १२ वर्षे मुंबई संघात काम करण्याची संधी मिळाली. स्पष्ट-वक्तेपणा आणि झोकून काम करण्याची वृत्ती हे त्यांच्या कार्याचे वैशिष्ट्य होते. सर्वांना बरोबर घेऊन काम करण्याची त्यांची कार्यपद्धती होती. कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, मुंबईच्या जडणघडणीत त्यांचा सिंहाचा वाटा आहे.

चेंबूर एज्युकेशन सोसायटी आणि कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, मुंबई तसेच सर्वच संघांसाठी सर्वस्व वाहिलेली ही व्यक्ती होती.

चेंबूर शाळेसाठी आणि कऱ्हाडे संघासाठी ते वेगवेगळे उपक्रम करून आर्थिक आधार मिळवीत असत. मुलींनी शिक्षणात मागे राहू नये म्हणून ते कायम प्रयत्न करीत असत. त्यांच्यासाठी ते स्वतः देणग्या देत असत.

अनेक कऱ्हाडे संघांच्या कार्यक्रमांना आवर्जून उपस्थित राहून व भरघोस निधी देऊन कार्यकर्त्यांना ते प्रोत्साहन देत.

अनेक संघांचे पुरस्कार त्यांना लाभले होते. चेंबूर शिक्षणतज्ज्ञ तांबे गुरुजी म्हणून त्यांची ओळख होती. मुंबई संघाने आणि कऱ्हाडे महासंघाने कऱ्हाडे भूषण, समाज भूषण या सन्मानाने त्यांना सन्मानित केले होते.

त्यांच्या जाण्याने तळमळीचा निस्वार्थी कार्यकर्ता आज आपण गमावला आहे.

संघाच्या पुढील सर्वच कार्यक्रमात त्यांची अनुपस्थिती प्रकर्षाने जाणवणार आहे.

निस्वार्थ बुद्धीच्या तळमळीने कार्य करणाऱ्या शिक्षणतज्ज्ञ तांबे गुरुंजींना आमची भावपूर्ण श्रद्धांजली!

- विजय आंबर्डेकर

संकटात धीर देणारी !

भारतीय संस्कृती मानते की जगात असलेली सर्वच लेकरे ही ईश्वराची लेकरे आहेत. ही लेकरे जगणार आहेत ती परस्परातील प्रेमभाव... अतूट विश्वास... आणि धर्मावरच्या विश्वासाने.

धर्मालाच मानवता धर्मही म्हणतात. कुणालाही मदतीसाठी धावताना आमच्या माणुसकीचे अर्थातच धर्मावरच्या विश्वासाचे दर्शन घडते.

परमेश्वरावर आमची श्रद्धा असते. प्रसंग कितीही बाका असला.. संकट कितीही मोठे असले... आम्ही कितीही ज्ञानी असलो किंवा विज्ञानाने कितीही प्रगती करो, तरीही नकळत आमचे हात जोडले जातात ते परमेश्वराकडेच.

परमेश्वरच एकमेकांवरील विश्वास आणि प्रेमभाव जागृत करतो, संकटकाळात एकमेकांना मदतीची सुबुद्धी देतो. त्यासाठी लोकांमध्ये देवभाव निर्माण करतो. परमेश्वरी कार्य म्हणून लोकं तन.. मन.. धनाने मदतीस धावतात.

अशाप्रकारे परमेश्वर कुणाच्या तरी रुपाने उभा राहून सर्वांना संकटातून बाहेर काढतो. आज पुन्हा परमेश्वराला मंगलाची प्रार्थना करताना हाच विश्वास ठेवूया.

ईश चिंता निवारील सारी ।
भाव निश्चल मनें ठेविं तूं त्यावरी ।।
संकटे शत जरी प्राप्त झाली ।
सर्व संहारूनी योग्य काली ।
करिल कल्याण तो चंद्रमौली ।
पूर्ण विश्वास या विप्रवचनीं धरीं ।।

कोल्हापूर संघाच्या पूर्व अध्यक्षा सौ. अनुराधा गुणे व डॉ. प्रकाश गुणे आणि परिवाराने संरक्षण विभागाच्या सैनिक मदत निधीसाठी रु. १ करोडची मदत केली त्या निमित्ताने महासंघाचे विश्वस्त श्री. आनंद खंडकर आणि कोल्हापूर संघांचे कार्यकारिणी सदस्य श्री. मिलिंद पावनगडकर यांनी डॉ. प्रकाश गुणे यांचा पुष्पगुच्छ आणि मिठाई देऊन सन्मान केला.

Regd. Periodical RNI - No. MAHAMAR/2013/51438 (DECL.No. SDM/PUNE/SR/89/2013)

WE LOVE
WHAT WE DO.

VJ | VILAS JAVDEKAR DEVELOPERS

www.javdekars.com

Corporate Office : 306, Siddharth Towers, Sangam Press Road,
Kothrud, Pune 411038. T : +91-20-67648000

Book Post (Regd. Periodical)

प्रेषक :
संपादक, कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघाचे 'संपर्क'
कऱ्हाडे ब्राह्मण महासंघ
द्वारा : कऱ्हाडे ब्राह्मण संघ, ४३७, नारायण पेठ,
'अनिश प्रासाद' अपार्टमेंट्स, भटांचा बोळ, पुणे-४११ ०३०
फोन : ०२०-२४४३ २४४३

To,