



संवाद

प्रिय प्रबोधक मित्र-मैत्रिणींनो,

मागच्या अंकांमध्ये सुचविल्याप्रमाणे स्वाक्षरी अभियान, वार्षिक परीक्षेतील ५% ते १०% ची प्रगती, पत्रमैत्री, १० वी अभ्यास मार्गदर्शक टिपण, शब्दकोडी स्पर्धा, इ. विविध विषयांवर अनेकांची पत्रे आली आहेत. त्याचा खूप आनंद झाला. त्याचबरोबर छात्रप्रबोधनचे २००० सभासद मिळविण्याचे उद्दिष्टही या महिन्यात पूर्ण झाले. यामध्ये ज्ञान प्रबोधिनीच्या इ. ७ वी च्या विद्यार्थ्यांनी मिळून एका महिन्यात ८७ नवीन सभासद मिळवून दिलेत. त्याबद्दल त्यांचे अभिनंदन. आता नवीन सभासद पुढील वर्षीच मिळवावेत. पुढील वर्षाच्या सभासद नोंदणीसंबंधीची माहिती पुढील अंकात मिळेल.

येते महिनाभर जोरदार अभ्यास व्हायला हवा. त्यादृष्टीने या अंकात सुमारे ४ पाने परीक्षेच्या दृष्टीने अभ्यास कसा करावा यासाठी दिली आहेत. प्रबोधनच्या प्रश्नपत्रिकेचा निर्णय पाहाण्यासाठी तुम्ही उत्सुक असालच ! तो या अंकात पाहायला मिळेल. होळी अन् रंगपंचमी हे दोन सण येत्या महिन्यात आहेत. सध्याचे त्याचे स्वरूप खूपच विकृत आहे. त्याची मूळ कल्पना, आजच्या काळातील त्याचा संदर्भ 'परंपरेची शिदोरी' या लेखात आपण वाचू शकाल. स्वाक्षरी अभियाना इतकेच 'मी कॉपी करणार नाही' असा निश्चय करणे महत्त्वाचे आहे. म्हणून

खाली त्या संदर्भात एक सामूहिक कृती सुचविली आहे. आपण जरूर त्याचा गांभीर्याने विचार करून तो यथाशक्य अंमलात आणावा.

वासंतिक विशेषांकाची तयारी सुरू झाली आहे. त्यात काय काय असावे असे तुम्हाला वाटते? पत्राने जरूर आमच्यापर्यंत तुमच्या अपेक्षा कळवा. २८ फेब्रुवारीला आपल्या देशाचा अर्थसंकल्प मांडला जाणार आहे. विविध वर्तमानपत्रांमधील यासंदर्भात आलेले अनेक लेख गोळा करून त्यांचा संग्रह करा. ते वाचून तुम्हाला न समजलेल्या गोष्टी, तुमचे प्रश्न आमच्यापर्यंत पोहोचवा. पुढील अंकात त्या सर्व शंकांना सोप्या भाषेत उत्तरे देण्याचा प्रयत्न करू.

या महिन्यात लातूर येथील सभासदांचा मेळावा उत्साहवर्धक झाला. यथाशक्य अन्य जिल्ह्यातील सभासदांचे मेळावे घेण्याची योजना आहे.

१० वी व १२ वीतील सर्व सभासदांना परीक्षेतील उत्तम यशासाठी मनःपूर्वक शुभेच्छा !

संवाद वाढता राहावा, कळावे,

सस्नेह तुमचा,

महेंद्र सेठिया

मी कॉपी करणार नाही आम्ही कॉपी करू देणार नाही !

शिक्षणासारखं पवित्र क्षेत्रही दिवसेंदिवस अधिकाधिक विटाळत चाललं आहे. विद्यार्थी म्हणून तुम्ही याला काही पायबंद घालू शकाल का? भ्रष्टाचार करणाऱ्याला देशद्रोही व समाजद्रोही म्हणून तुच्छ लेखणारे तुम्ही सर्व, कॉपी करणे म्हणजे शिक्षणक्षेत्रात विद्यार्थ्यांनी केलेला भ्रष्टाचार आहे असे मानता ना? मग हा भ्रष्टाचार दुसरे तिसरे कोणी नाही, तो तुम्हीच थांबवायला हवा. तुम्ही सर्व प्रबोधकांनी असा ठाम निश्चय करा की यावर्षीपासून कोणत्याही परीक्षेत मी स्वतः कॉपी करणार नाही व माझ्या वर्गातील इतर कोणासही कॉपी करू देणार नाही. तुम्ही असे ठरविल्याने काय होईल? कदाचित तुमचे गुण कमी होतील, तुमचे एरवी जवळचे असणारे मित्र तुमचे शत्रू होतील, दादागिरीला तोंड द्यावे लागेल, कदाचित मार खावा व द्यावाही लागेल. ('तुला इतरांचे काय करायचे आहे, तुझे तू बघ' असे संवाद एकावे लागतील.) पण यातूनच तुम्हाला मिळेल पुढील आयुष्यभर भ्रष्टाचार व दुष्ट प्रवृत्तींविरुद्ध लढण्याचे बळ आणि आत्मविश्वास ! मग घाबरून आणि मागे राहून कसे चालेल ! एकट्याने जमले नाही तर गटाने मिळून यासाठी प्रामाणिक प्रयत्न करा. आवश्यकता लागेल तेथे प्रबोधिनी तुमच्या बरोबर आहे. लक्षात ठेवा. "फसवून मिळविलेल्या यशापेक्षा सरळ आलेले अपयश श्रेयस्कर आहे."

तुम्ही नेमके काय करू शकाल ?

- १) तुम्ही स्वतः एकट्याने अथवा गटाने वर्गासमोर अथवा शाळेसमोर 'मी कॉपी करणार नाही' अशी शपथ घ्या. इतरांना शपथ घेण्यास प्रवृत्त करा.
- २) तसे लेखी शपथपत्र तयार करून त्यावर वर्गातील विद्यार्थ्यांच्या स्वाक्षऱ्या घ्या.
- ३) वर्गातील ५-६ विद्यार्थ्यांची एक समिती नेमून त्या समितीने कॉपी केल्यास काय शिक्षा करायची हे वर्गाच्या मदतीने ठरवा व तिची अंमलबजावणी करा.
- ४) कॉपी करणाऱ्या संभाव्य विद्यार्थ्यांना स्वतंत्रपणे भेटून त्यांना कॉपी न करण्यासंबंधी सूचनावजा ताकीद द्या.
- ५) यासाठी आवश्यकता असल्यास वर्गशिक्षक, मुख्याध्यापक यांची मदत घ्या.
- ६) शाळेच्या सूचनाफलकावर व वर्गाच्या भिंतीवर कॉपी न करण्यासंबंधीचे फलक लावा.

आवश्यक तेथे मोठ्या मित्रांचीही मदत घ्या. तुम्हाला हे जमेल असा विश्वास ठेवा. स्वतःपासून सुरुवात करत, स्वतःचा वर्ग आणि शाळा इथपर्यंतचा प्रवास करायचा आहे. प्रत्येक परीक्षेत पुढचे पुढचे टप्पे तुम्ही पूर्ण कराल व शिक्षणक्षेत्राला लागलेला कलंक धुवून टाकण्याचा प्रयत्न कराल असा विश्वास वाटतो.

शिवरात्रीला शंकराच्या मंदिरात जागरण चालू असतं. तेथेच एक मुलगा पिंडीकडे लक्ष देऊन बसलेला असतो. मध्यरात्री एक उंदीर त्या पिंडीवर चढून तेथील प्रसाद खाताना त्याला दिसतो. हे दृश्य बघून त्याला फार आश्चर्य वाटतं. एवढा सर्वशक्तिमान ईश्वर पण एक उंदीर त्यावर चढतो व तो ईश्वर हतबल होऊन काहीच करू शकत नाही. असे असताना मग त्याची पूजा का कारावी? असा विचार करून मूर्तिपूजेला विरोध करणारे स्वामी दयानंद सरस्वती आपल्या सगळ्यांना चांगले परिचित आहेत. परंतु या कथेव्यतिरिक्त स्वामीजींच्या जीवनाविषयी, कार्याविषयी व विचारांविषयी आपल्याला फार माहिती नसते. अध्यात्मचिंतन अन् राष्ट्रजागृती यांचा सुरेख संगम ज्यांच्या विचारात अन् कृतीत दिसतो अशा राष्ट्रपुरुषांपैकी स्वामी दयानंद एक होत. म्हणूनच त्यांची अधिक माहिती होणे आवश्यक आहे.

स्वामी दयानंदांचा जन्म १८२४ साली सौराष्ट्रातील टंकारा गावी झाला. त्यांचे मूळ नाव मूलशंकर होते. त्यांचे वडील अंबाशंकर हे मोरवी संस्थानात जमादार होते. मूलशंकरचे घराणे हे शैव, सामवेदी ब्राह्मणाचे होते. मूलशंकराने विद्याभ्यासात यजुर्वेदाचा सखोल अभ्यास केला. अन्य तीनही वेदांत व साहित्यशास्त्र, व्याकरण आणि तर्कशास्त्र यात तो पारंगत झाला. सखोल अभ्यास व गाढा व्यासंग यामुळे त्याच्या मूळच्या प्रतिभेला, बुद्धिमत्तेला व विचारशक्तीला प्रगल्भता, लाभली.

मूलशंकर लहान असताना त्याचे काका अचानक कॉलत्याच्या साथीने मरण पावले. पाठोपाठच त्याची बहीण व अन्य २/३ परिचित व्यक्तींनासुद्धा अकाली मृत्यू आला. या आघातामुळे मूलशंकर जीवनाचा अर्थ शोधू लागला. तो विरक्त झाला व त्याला वैराग्याची ओढ वाटू लागली. घरदार सोडून रानावनात जावेसे वाटू लागले. याच विचाराने एकदा मूलशंकर घरातून पळाला. परंतु वडिलांनी त्याला शोधून काढले व परत घरी आणले. वडील आपले लग्न करणार असल्याचे



समजताच मात्र मूलशंकर कायमचाच परागंदा झाला.

विंध्य, अरवली, हिमाचल पर्वतांच्या डोंगरदऱ्यांतून प्रवास करताना मूलशंकरने अनेक मठ, आश्रम पालथे घातले. त्याचा गुरूचा शोध चालूच राहिला. याच प्रवासात नर्मदेच्या तीरावर स्वामी पूर्णानंदांनी त्याला संन्यास धर्माची दीक्षा दिली व त्यांचे 'दयानंद सरस्वती' असे नामकरण केले. स्वामी दयानंदांचा प्रवास चालूच राहिला. अखेर मथुरेला त्यांची स्वामी विरजानंदांशी भेट झाली. दयानंद स्वामींचे शिष्य झाले. तेथे त्यांनी वेद-वेदांगांचा सखोल अभ्यास केला. अंती गुरुदक्षिणा म्हणून स्वामी दयानंदांनी आपले तन मन अर्पण करून वेदांच्या प्रसारासाठी भारतभ्रमणास प्रारंभ केला.

गावोगावी जाऊन त्यांनी प्रकांड पंडितांशी शास्त्रार्थ वादविवाद केले. मूर्तिपूजेचे खंडन करून महाभारतपूर्वकालीन वेदोक्त धर्माचा प्रचार त्यांनी केला. स्वामीजींच्या कार्याचा हा कालखंड म्हणजे १८५७ च्या प्रसिद्ध स्वातंत्र्य युद्धानंतर आणि राष्ट्रीय काँग्रेसच्या स्थापनेपूर्वीचा कालखंड होता. या काळात ब्रिटिश शासन भारतात होते. १८५७ च्या असफल प्रयत्नांनंतर पाश्चिमात्यांचे अनुकरण करण्याची लाट आली होती. समाजात धर्माच्या नावाखाली ढोंगीपणा, जातिव्यवस्था, सतिप्रथा, कर्मकांड यांचे प्रस्थ वाढले होते.

स्वामीजींनी वैदिक धर्माचे पुनरुज्जीवन केले. वैदिक धर्म जातिभेद, वर्णभेद, अस्पृश्यता

मानत नसल्याचे त्यांनी ठासून सांगितले. तो स्त्री-पुरुषांना समान लेखतो. वैदिक धर्म मानवतावादी आहे. स्त्रियांनी व सर्व वर्णांच्या लोकांनी वेदांचा अभ्यास केला पाहिजे. उपजत गुणांच्या व कार्यांच्याच आधारावर वर्ण ठरतो, जन्मावरून नाही. या विचारांचा प्रसार करत असताना स्वामीजींनी 'सत्यार्थ प्रकाश' नावाचा ग्रंथ लिहिला. त्यात त्यांनी सांगितले की, ५ हजार वर्षांपूर्वी फक्त वैदिक धर्मच अस्तित्वात होता. म्हणून वेदांना प्रमाण माना. वेदात सृष्टिशास्त्र, ब्रह्मशास्त्र व धर्मशास्त्राचे सत्य दर्शन घडेल.

याच काळामध्ये भारतात अन्य ठिकाणी सुद्धा समाज जागरणाचे काम चालू होते. महाराष्ट्रात महात्मा फुले व न्यायमूर्ती रानडे, बंगालमध्ये रामकृष्ण परमहंस यांचे काम चालू होते. १८७५ साली केशवचंद्र सेन यांच्या पुढाकाराने स्वामीजींनी वेदांचा संघटितपणे प्रसार करण्याच्या उद्देशाने आर्य समाजाची स्थापना केली. त्यांनी आर्य समाजात स्वधर्माचे पालन करायचे असल्यास स्वराज्याच्या व स्वशासनाच्या आवश्यकतेवर भर दिला. राष्ट्र उत्थानासाठी स्वधर्माचे रक्षण करून चारित्र्यसंपन्न बलशाली राष्ट्राची निर्मिती करण्याचे आवाहन त्यांनी केले. बालविवाह प्रथेचा विरोध, परधर्मातील व्यक्तींना स्वगृही आणण्याचे प्रयत्न, स्त्रियांना व सर्व वर्णांच्या लोकांसाठी शाळा, महाविद्यालये अशा प्रकारचे काम आर्य समाजाने उत्तर प्रदेश, राजस्थान, पंजाब येथे केले. आर्य समाजातूनच पुढे लाला लजपतराय, लाला हरदयाळ व स्वामी श्रद्धानंदांसारखे नेते उदयाला आले.

स्वामीजी पुण्यात आले असता. म. फुले व न्या. रानडे यांच्यातर्फे त्यांचा सत्कार झाला. त्यांची भाषणे झाली.

मूर्तिपूजेच्या विरोधामुळे स्वामीजींना अनेक शत्रूही निर्माण झाले होते. त्यातल्याच एकाने एका जमीनदाराच्या मार्फत भोजनातून त्यांच्यावर विषप्रयोग केला. त्यातच स्वामीजी दि. ३० ऑक्टोबर १८८३ रोजी अनंतात विलीन झाले.

सचिन गाडगीळ, S.Y.B.Com., पुणे.

प्राणिमात्राचे शरीर म्हणजे एखादे छोटेसे संस्थानच समजण्यास हरकत नाही. मात्र जुन्या देशी संस्थानांप्रमाणे येथे अनागोंदी कारभार न आढळता सर्व कसे सुव्यवस्थित व प्रमाणशीरच आढळते. आपल्या या देहरूपी संस्थानात श्वसनसंस्था, पचनसंस्था अशा विविध संस्था-उपसंस्था असून प्राणायामाची पायाभूत अशी श्वसन संस्था व तिचे विविध प्रकार यासंबंधी क्रमाने आपण माहिती करून घेणार आहोत. ते नीट समजावून घेऊन त्यातील झेपतील व जमतील तसे हळूहळू व काळजीपूर्वक आचरणात आणल्यास निःसंशय निरामय दीर्घायुष्याचा लाभ पदरी पडून जीवनयात्रा सुखावह होईल यात शंका नाही.

शास्त्रीय प्राणायामाचा अभ्यास म्हणजे श्वास आत घेणे (पूरक) नंतर विरोध म्हणजे कुंभक, नंतर श्वास बाहेर सोडणे (रेचक) पुन्हा निरोध म्हणजे कुंभक (श्वास बाहेर किंवा आत न घेणे) अशा चार क्रिया होत. या क्रिया विविध पद्धतींनी करून दोन्ही कुंभकांची कालमर्यादा क्रमाक्रमाने वाढविणे म्हणजे प्राणायामाचा अभ्यास करणे होय. शक्ती एकवटण्यासाठी प्राणायामाचा उपयोग होतो. उडी मारताना, वजनदार वस्तू उचलताना, काही रेटताना श्वास थांबवूनच ती कामे आपण करतो. त्या कामात लागणाऱ्या शक्तीसाठी, शक्ती एकवटण्यासाठी किंचित काळ श्वासनिरोधन करूनच ते काम आपणाला करता येते. हा जो स्वाभाविक अशा रीतीने श्वासनिरोधनाचा प्रकार तोच शास्त्रीय पद्धतीने म्हणजे जास्त शक्ती व कार्यक्षमता निर्माण करण्याच्या दृष्टीने विचार करून प्राणायामाच्या विविध प्रकारांची मांडणी केली आहे.

प्राणायामात आपण श्वासाचे निरोधन करतो. ज्या प्राणवायूच्या सततच्या अस्तित्वाने आपले फुफ्फुसाचे व हृदयाचे म्हणजेच जिवंत राहण्याचे कार्य चालते त्या प्राणवायूला पद्धतशीर असा आपला सेवक करण्याचे कार्य प्राणायामाच्या विविध क्रियांमध्ये घडून येते. ही गोष्ट महत्त्वाची आहे. स्वाभाविकपणे घडणाऱ्या क्रियेची प्रकर्षित

अशी क्रिया म्हणजेच प्राणायामाची क्रिया होय.

प्रत्यक्ष प्राणायामाचे प्रकार पाहण्यापूर्वी या अंकात **भागशः श्वसनाचे** काही प्रकार पाहूयात. श्वसन योग्य तऱ्हेने व्हावं आणि फुफ्फुसांच्या कार्यक्षमतेचा पूर्ण उपयोग करता यावा यासाठी भागशः श्वसनाचा उपयोग होतो. सर्व प्रकारांमध्ये वज्रासन, पद्मासन वा सुखासनात (साधी मांडी) ताठ बसून खोल नि सावकाश श्वास घ्या.

१) अधम (पोटाने) श्वसन – श्वास घेत असताना पोट सावकाश बाहेर येऊ द्या. श्वास घेतल्यावर एक सेकंदभर तो रोखा आणि मग पोट आत दाबत तो सावकाश सोडा. पुन्हा पुढचा श्वास घेण्यापूर्वी एक सेकंदभर या श्वास सोडलेल्या स्थितीतच तो रोखा. मग पोट सावकाश बाहेर आणत श्वास घ्या. मंदपणे श्वासोच्छ्वासाची अशी आवर्तनं चालू ठेवा. कुठेही हिसके देऊ नका वा जोर लावू नका. श्वसन अखंड, नियमित असू द्या. श्वास घेताना पोट बाहेर काढल्यामुळे छाती आणि पोट यांच्यामधलं श्वासपटल खाली येतं. त्यामुळे फुफ्फुसांच्या खालच्या भागात निर्माण झालेल्या पोकळीत बाहेरची हवा प्रवेश करते व त्यामुळे फुफ्फुसाची क्षमता वाढते.

२) मध्यम (छातीने) श्वसन – श्वास घेताना आता पोटाऐवजी छाती भरपूर पण सावकाश फुगवा. श्वास सोडताना ती सावकाश आकुंचित करा. पोटाची हालचाल होऊ देऊ नका.

३) आद्य (खांद्यांनी) श्वसन – श्वास घेताना आता खांदे सावकाश पुढून वर घ्या. श्वास सोडताना ते मागून खाली आणा. खांदे वर उचलण्यामुळे फुफ्फुसांच्या वरच्या भागात पोकळी निर्माण होते आणि श्वासाने आत घेतलेली हवा त्या भागात शिरते. एरवी आपलं श्वसन उथळ होत असल्यानं फुफ्फुसांचा हा भाग फारसा वापरला जात नाही.

योगिक श्वसन म्हणजे या तिन्ही प्रकारच्या श्वसनांचं

एकत्रीकरण. त्यावेळी श्वास घेताना आधी पोट, मग छाती आणि शेवटी खांद्यांनी श्वास घ्यायचा. उच्छ्वासाच्या वेळीही याच क्रमानं अवयव आकुंचित करायचे. हे श्वसन शरीरातील कोणत्याही भागावर ताण येऊ न देता, चेहरा न आवळता, मंदपणे पण नियमितपणे करावे.

प्राणायामाच्या विविध प्रकारांची माहिती क्रमशः पुढील अंकांमध्ये येईल. चित्त एकाग्र करण्यासाठी, ताण घालविण्यासाठी, ताजेतवाने होण्यासाठीही दीर्घश्वासन अन् प्राणायामाचा उपयोग निश्चितच होईल.

● हनुमान जयंतीनिमित्त ●

शारीरिक क्षमता प्रमाणपत्र परीक्षा

‘प्रबोधन’च्या सौर भाद्रपद (जुलै-ऑगस्ट १९९२) च्या अंकात शारीरिक तंदुरुस्तीसाठीची किमान पात्रता वयोगटानुसार दिलेली होती. (ज्यांना हा अंक मिळाला नसेल त्यांनी यासंबंधी मागणी केल्यास पुढील अंकाबरोबर तो तक्ता पाठवून देण्याची व्यवस्था करू) त्यामध्ये जोर, बैठका, डीप्स, पुलअप्स, सिटअप्स, दोरीच्या उड्या, पळणे, सूर्यनमस्कार, अन् योगासने इ. चा अंतर्भाव होता.

त्याच्या आधारे १५ ते २५ एप्रिलच्या दरम्यान परीक्षा घेण्यात येईल. त्यामध्ये उत्तीर्ण होणाऱ्या सर्वांना शारीरिक तंदुरुस्तीचे आकर्षक प्रमाणपत्र दिले जाईल. तूर्तास ही परीक्षा पुणे व निगडी येथेच घेतली जाईल. अन्य जिल्ह्यांमधील शिक्षकांनी परीक्षेचे आयोजन करण्याची जबाबदारी घेतल्यास इतर जिल्ह्यांमध्येही ही परीक्षा होईल. पण त्यासाठी तेथील शिक्षकांनी याबाबत ‘छात्र प्रबोधन’ शी पत्रव्यवहार करणे आवश्यक आहे.

परीक्षेचा दिनांक, वेळ व जागा पुढील अंकात कळविली जाईल. प्रमाणपत्र मिळविण्याच्या इच्छेने अभ्यासाबरोबरच नियमित व्यायामही चालू ठेवावा.



यावेळी आपण वृषभ राशीची ओळख करून घेऊ. कृत्तिका, रोहिणी व मृग नक्षत्राचा काही भाग मिळून ही रास होते. रात्री दहाच्या सुमारास डोक्यावर पाहिल्यास आकाशात सर्वात ठळक असे मृग नक्षत्र दिसते. मृगाच्या पोटातील बाण समजणाऱ्या तीन ताऱ्यांना जोडून एखादी रेषा सरळ पुढे वायव्येस वाढविल्यास एक ठळक तांबडा तारा दिसतो. ह्या ताऱ्याचे नाव आहे रोहिणी. हा तारा इंग्रजी 'V' अक्षराप्रमाणे पाच ताऱ्यांनी बनलेल्या तारकासमूहातील पायातील शेवटचा तारा. या तारकासमूहाला 'हायडेज' असे म्हणतात. रोहिणीच्या ताऱ्याला बैलाचा (वृषभाचा) डोळा म्हणून देखील ओळखले जाते. रोहिणीचा तारा उणे ०.९ तेजस्वितेचा असून, आपल्यापासून ६८ प्रकाशवर्षे अंतरावर आहे. ह्या ताऱ्यांभोवती एक दुसरा अस्पष्ट तारा प्रदक्षिणा घालीत आहे. रोहिणीचा तारा जरी 'हायडेज' असे म्हणतात. रोहिणीच्या ताऱ्याला बैलाचा (वृषभाचा) डोळा म्हणून देखील ओळखले जाते. रोहिणीचा तारा उणे ०.९ तेजस्वितेचा असून, आपल्यापासून ६८ प्रकाशवर्षे अंतरावर आहे. ह्या ताऱ्यांभोवती एक दुसरा अस्पष्ट तारा प्रदक्षिणा घालीत आहे. मात्र त्याला पाहणे जरा कठीणच आहे. रोहिणीचा तारा जरी हायडेज तारकासमूहात दिसत असला तरी, प्रत्यक्षात तो या तारकासमूहात नाही. हायडेज

चंद्राजवळ दिसणारे ग्रह

२५ फेब्रुवारी	- शुक्र
३ मार्च	- मंगळ
१० मार्च	- गुरु
२० मार्च	- शनी
२१ मार्च	- बुध
२४ मार्च	- शुक्र

हा तारकासमूह आपल्यापासून १३० प्रकाशवर्षे दूर आहे. रोहिणीचा तारा मात्र फक्त निम्म्या अंतरावर आहे. रोहिणी जवळचा 'थीटा' हा तारा डोळ्याने नीट पाहिल्यास द्वैती दिसतो म्हणजे त्याच्याजवळ दुसरा एक तारा दिसतो. आकाश व वातावरण चांगले आहे की नाही, हे ओळखण्यासाठी या ताऱ्यांचा उपयोग हौशी आकाशनिरीक्षक सतत करतात. दुर्बिणीतून पाहिल्यास हायडेज तारकासमूहात शेकडो रंगीबेरंगी तारे दिसतात.

रोहिणीच्या वायव्येला 'कृत्तिका' नक्षत्राचा तारकापुंज नुसत्या डोळ्याने देखील छान दिसतो. साध्या डोळ्याने किमान सहा-सात तारे दिसू शकतात. जास्तीतजास्त एकोणीस तारे डोळ्याने पाहिल्याची नोंद आहे. कृपया आपण हा तारकागुच्छ फक्त डोळ्याने पाहून, त्यातील ताऱ्यांची आकृती काढून आमच्याकडे पाठवा. आपल्या भागातील आकाश व वातावरण कसे आहे याची आम्हाला कल्पना येईल. या तारकागुच्छाला पुरातन काळी 'विश्वाचा गाभा' म्हणून ओळखले जाई. इजिप्शियन लोक या ताऱ्यांना 'सेव्हन हॅट हॉर्सेस' या नावाने ओळखतात तर दक्षिण आफ्रिकेतील लोक त्यांना 'खुरपणीच्या तारका' मानतात. वैदिक आर्यांनी त्यांना 'सप्त मातृका' कल्पून त्यांना 'अंबा, दुला, नितत्नी, अभ्रयंती, मेधयंती, वर्षयंती आणि चुपुणीका' अशी नावे दिली. हा तारकागुच्छ आपल्यापासून ४०० प्रकाशवर्षे दूर असून, त्याचा व्यास २ प्रकाशवर्षे दूर असून, त्याचा व्यास २ प्रकाशवर्षे आहे. एका चिनी

- डॉ. प्रकाश तुपे
खगोल निरीक्षकाला ४ जुलै १५०४ रोजी वृषभ राशीत एक नवीन तारा दिसला. हा तारा दिवसेंदिवस जास्त प्रकाशमान दिसू लागून शेवटी दिवसादेखील आकाशात चमकत असल्याची नोंद त्याने केली. या ताऱ्याला 'क्रॅब नेब्युला' या नावाने ओळखले जाते. कारण आजदेखील त्याकडे पाहिले असता खेकड्याच्या आकाराचा धूरकट चट्टा या ठिकाणी दिसतो. एका ताऱ्याचा महास्फोट झाल्याने, नवीन तारा दिसू लागला होता. ताऱ्याच्या महास्फोटात, २० ते ३० कोटी सूर्य जेवढी ऊर्जा बाहेर फेकू शकतील एवढी ऊर्जा या ताऱ्याने बाहेर फेकली होती व म्हणूनच तो दिवसाढवळ्या काही दिवस आकाशात चमकत होता. नुकतेच म्हणजे १९८७ मध्ये आपल्या आकाशगंगेजवळच 'मॅगेलनच्या ढगात' असा महास्फोट 'इयान शेल्टन' नावाच्या आकाश निरीक्षकाने पाहिला. ● ● ●



या महिन्याचे आकाश
(हा नकाशा डोक्यावर धरून दिशा जुळवून आकाश पाहावे.)

वासंतिक शिबिर अन् गिरिभ्रमण

मागील अंकामध्ये इ. १० वी साठी जाहीर केलेले शिबिर अनेकांच्या आग्रहावरून ९ वी ते १२ वी पर्यंतच्या सर्व विद्यार्थ्यांसाठी आयोजित केले जाणार आहे.

शिबिराचा कालावधी : ७ एप्रिल ते १६ एप्रिल १९९३

पहिले ४ दिवस तंबूमधील भ्रमण कार्यक्रमांनी युक्त शिबिर नंतर सिंहगड-तोरणा-राजगड-शिवथरघळ-रायगड असे दुर्गभ्रमण.

शुल्क : रु. ३००/- (शिबिर काळातील जेवण व प्रवासासह)

सदस्यसंख्या मर्यादित. इ. १० वी व १२ वी च्या विद्यार्थ्यांना प्राधान्य.

नावनोंदणी छात्र प्रबोधनच्या पत्त्यावर समक्ष अथवा पत्राद्वारे करावी.

उत्साह साहस स्वावलंबन सहजीवन मजा

नवीन अनुभव नवे मित्र

हे सर्व मिळविण्यासाठी ही सुवर्णसंधी अवश्य घ्या !

छात्रप्रबोधनचा हा अंक तुमच्या हातात पडेल तेव्हा तुमच्या वार्षिक परीक्षा महिना दीड महिन्यावर येऊन ठेपल्या असतील.

वर्षभर आपण जे शिकलो, ज्याचा अभ्यास केला, त्यातलं आपल्याला किती समजलं हे तपासून पाहाण्याची संधी म्हणजे वार्षिक परीक्षा ! यापूर्वीच्या अनेक अंकांमध्ये तुम्ही 'अभ्यासातील स्वावलंबन' या सदरात येणारे लेख नीट वाचले असतील. त्यातून तुम्हाला अभ्यासाच्या निरनिराळ्या पद्धतींची ओळख झाली असेलच. तुमच्यापैकी बऱ्याच जणांनी या पद्धती वापरून वर्षभर नियमित अभ्यासही केला असेल. नियमित अभ्यासाचं चांगलं फळ आपल्याला मिळेलच ! पण परीक्षेत विशेष यश मिळवायचं असेल तर नियमित अभ्यासाबरोबर परीक्षेच्या आधीच्या काळात केलेला अभ्यासही तितकाच महत्त्वाचा असतो. टी. व्ही. वर तुम्ही लांबपल्ल्याच्या शर्यती पाहात असाल. पहिल्या अनेक फेऱ्या (स्टॅमिना) टिकवून असणारे धावपटू शेवटच्या फेरीत अचानक वेग वाढवतात. आपली सर्व शक्ती ते शर्यत जिंकण्याकडे केंद्रित करतात. याला 'स्प्रिंट मारणे' असे म्हणतात. अभ्यासाच्याही बाबतीत येत्या महिनाभरामध्ये तुम्हाला असा 'स्प्रिंट' मारावा लागणार आहे.

त्यासाठी या काही दिवसात तुम्हाला तुमचे बाकीचे उद्योग कमी करून अभ्यासासाठी जास्त वेळ द्यावा लागेल.

मार्च महिन्यात तुमचा दररोज कमीतकमी ५ तास तरी अभ्यास व्हायला हवा. त्यापैकी ३ तास तरी सलग एका जागी बसून, लेखनाचा अभ्यास करायला हवा.

गणित आणि इंग्रजी या दोन विषयांचा दररोज अभ्यास व्हायला हवा. ह्या दोन्ही विषयांना प्रत्येकी सुमारे सव्वा तास तरी द्यायला पाहिजे. मराठी, हिंदी, संस्कृत या भाषांचा आलटून, पालटून एक तास, तिन्ही शास्त्रांपैकी एका शास्त्राचा सुमारे पाऊण तास आणि इ. भू. ना. शा. यांचा पाऊण तास असा अभ्यास होणं आवश्यक आहे. याशिवाय शनिवार-रविवारी तुम्ही अभ्यासाला जास्त वेळ देऊ शकता. यादिवशी आपल्या शाळेच्या जुन्या प्रश्नपत्रिका सोडवणं, प्रश्नमालिका सोडवणं किंवा जो विषय कच्चा आहे त्या विषयाचा जास्त अभ्यास करणं असं करता येईल. जर जुन्या प्रश्नपत्रिका उपलब्ध नसतील तर काय करायचं? अशावेळी धड्याखालच्या प्रश्नांचा आधार घेऊन आपण स्वतःच २०/२० मार्कांच्या छोट्या-छोट्या प्रश्नपत्रिका तयार कराव्यात आणि त्या ४० ते ४५ मिनिटात सोडवाव्यात. असा 'टार्गमप्रेषर'

– प्रा. विवेक पोंक्षे

खाली अभ्यास केला की परीक्षेच्या वातावरणाची सवय होते.

येत्या महिन्यात तुम्हाला अनेक पद्धतींनी अभ्यास करता येईल. जो भाग सोपा आहे तो नुसता वाचला तरी चालेल. काही भागांचं चांगलं पाठांतर करणं आवश्यक आहे. कविता, गणित व शास्त्रातली सूत्रं यांचं पाठांतर सकाळच्या शांत वेळी करावं.

वाचन व पाठांतराइतकंच महत्त्व लेखनालाही दिलं पाहिजे. विशेषतः मोठ्या प्रश्नांची उत्तरे लिहून पाहणे खूप आवश्यक असते. कारण तुमची परीक्षा तोंडी नसते ती लेखी असते. लेखनामध्येच संक्षिप्त टिपणं तयार करणं हे ही एक महत्त्वाचं काम असतं. ह्यांचा उपयोग तुम्हाला परीक्षेच्या दिवशी अभ्यास करताना होईल. आकृत्या, आलेख काढण्याचा सराव करणं, निरनिराळे तक्ते तयार करणं, नकाशे भरणं, गणित व शास्त्रातील महत्त्वाची उदाहरणं सोडवून पाहाणं हाही लेखी अभ्यासच झाला.

असा अभ्यास करताना तुमच्या लक्षात येईल की काही भाग तुम्हाला अजिबातच समजला नाहीए. तो भाग तुमच्या शिक्षकांकडून पुन्हा समजावून घ्या. धड्यामधील महत्त्वाच्या भागावर जर काही शंका असतील तर त्या शिक्षकांना विचारा. लिहिलेली उत्तरे, निबंध, भरलेले नकाशे शिक्षकांकडून किंवा पालकांकडून तपासून घ्या.

अशा पद्धतीने महिनाभर नेट लावून अभ्यास केलात तर तुमच्या गुणात ५-६% तरी वाढ नक्कीच होऊ शकेल.

* गणित *

गणित म्हणजे मोठा कठीण विषय आहे असा सगळ्यांचा समज आहे. त्यामुळे बऱ्याचदा तुमचा गणिताचा अभ्यास टाळण्याकडेच कल असतो. पण दररोज काही विशिष्ट वेळ गणिताचा ठरावीक

परीक्षेच्या दिवसांमध्ये

- १) जो भाग आपल्याला चांगला येत आहे तो चटकन चाळा व अवघड भागासाठी जास्त वेळ द्या.
- २) परीक्षेच्या काळात अभ्यासापासून लक्ष विचलीत होईल अशा गोष्टी वाचू नका, पाहू नका. उदा. टी. व्ही. मालिका, चित्रपट, क्रिकेट मॅचेस इ.
- ३) परीक्षेला जाताना उपाशीपोटी अथवा भरपूर जेवून जाऊ नका.
- ४) शक्यतो परीक्षेच्या दिवसांमध्ये एकट्याने अभ्यास करा.
- ५) परीक्षेनंतर उत्तरांची चर्चा शक्यतो टाळा. त्यातून एखादे उत्तर चुकीचे निघाले तर त्यामुळे पुढील परीक्षेच्या अभ्यासावर परिणाम होतो.
- ६) परीक्षेला जाताना स्वतःचे लेखन साहित्य घेऊन जा.

अभ्यास केला तर गणितात सहज यश मिळू शकते.

१) गणितात अनेक सूत्रं असतात. सरळव्याज, चक्रवाढव्याज, क्षेत्रफळे, घनफळे यांची सूत्र किंवा अवयव पाडण्यासाठी a^2-b^2 , a^3-b^3 यांसारखी सूत्रं - अशी सगळी सूत्रं एकत्र करावीत व दररोज मोठ्याने म्हणून पाठ करावीत. या सूत्रांवर आधारित एखाद-दुसरे उदाहरणही आलटून-पालटून सोडवून बघावे.

२) भूमितीमध्ये काही गुणधर्म, प्रमेये यांचा आपण अभ्यास केलेला असतो. अशा प्रमेयांचं एक टाचण तयार करावं व दररोज त्यातील सिद्धता वाचाव्यात. प्रमेयांवर आधारित उदाहरणे आकृत्यांच्या साहाय्याने तोंडी सोडवावीत.

३) निरनिराळ्या भौमितिक रचना प्रत्यक्ष करून पाहाव्यात. उदा. ८ वी च्या अभ्यासक्रमातील परावर्तन प्रतिमा काढून बघाव्यात.

४) स्तंभालेख किंवा वारंवारिता वक्र काढून पाहावेत.

५) शाब्दिक उदाहरणे गणिती भाषेत रूपांतर करण्याचा सराव करावा.

६) शेवटच्या महिन्यात एका वेळी एकाच प्रकारची उदाहरणं सोडवण्यापेक्षा अनेक प्रकारची उदाहरणं सोडवण्याचा प्रयत्न करावा. आणि मुख्य म्हणजे जे समजलं आहे त्याचा भरपूर सराव करून

त्यावरील सर्व गुण मिळविण्याचा प्रयत्न करावा.

७) घरी अभ्यास करताना काय किंवा परीक्षेत उत्तरपत्रिका लिहिताना काय कच्चे काम व्यवस्थित करा. त्यामुळे तुमच्या चुका समजायला तुम्हालाच मदत होईल.

वरील सूचना लक्षात ठेवून अभ्यास केलात तर गणिताची भीती निश्चितच दूर होईल.

* शास्त्र *

शास्त्र हा विषय अनेकांना खूप सोपा वाटतो. धडे वाचले म्हणजे शास्त्राचा अभ्यास झाला असा समज असतो. पण हे काही बरोबर नाही. मग शास्त्राचा अभ्यास करायचा म्हणजे काय करायचं?

१) शास्त्राचा अभ्यास करताना आकृत्यांचा सराव महत्त्वाचा असतो. परावर्तन, अपवर्तन, आरसे, भिंगे यांच्या संबंधित असणाऱ्या किरणाकृती, जीवशास्त्रातील आकृत्या काढून पाहाव्या लागतात. त्यातील विविध भागांची नावे लक्षात ठेवावी लागतात. किंबहुना शास्त्रातील अनेक प्रकारची माहिती नुसत्या आकृत्या लक्षात ठेवून लक्षात ठेवता येते.

२) शास्त्र विषयात अनेक व्याख्या, नियम, सिद्धांत, गुणधर्म, वैशिष्ट्ये, उपयोग, फरक ह्यांचा अभ्यास करावा लागतो. यासाठी सर्व व्याख्या एकत्र करणे व त्या वाचणे, सर्व नियम एकत्र करणे व ते

वाचणे असा अभ्यास करावा.

३) ज्यांच्या आधारे उदाहरणे सोडवायची आहेत अशी सूत्रं, रसायनशास्त्रातील समीकरणे, विविध भौतिक राशींची एकेके पाठ करणे आवश्यक असते.

४) शास्त्रात 'कारणे द्या' हा प्रश्न महत्त्वाचा असतो. एकेक तत्त्व निवडून त्यावर आधारित सर्व घटना लिहून काढाव्यात. उदा. 'उष्णतेमुळे पदार्थ प्रसरण पावतात' हे तत्त्व असेल तर त्याखाली बैलगाडीच्या चाकाची लोखंडी धाव बसवताना ती तापवतात, विषम हवामानाच्या प्रदेशात भिंतींना भेगा पडतात, आगगाडीच्या रूळांमध्ये फट ठेवतात यासारखी उदा. लिहावीत.

५) शास्त्राच्या पुस्तकाचे वाचन करत असताना महत्त्वाच्या शब्दांना अधोरेखन करावे.

६) पुस्तकातील सोडवलेली उदाहरणे काळजीपूर्वक अभ्यासावीत.

७) आकृती भोवती गुंफलेले तक्ते व संकल्पना नकाशे (concept maps) वापरून अभ्यास केल्यास अनेक गोष्टी विनासायास लक्षात ठेवता येतात.

८) निरनिराळ्या प्रयोगांची संक्षिप्त टिपणे तयार करून प्रात्यक्षिक परीक्षेचीही तयारी करावी.

९) नियमांच्या पाठांतरासाठी टेपरेकॉर्डरचाही उपयोग करता येईल.

१०) विज्ञानाचा आपल्या दैनंदिन जीवनाशी खूप संबंध असल्याने स्पष्टीकरण करताना रोजच्या जीवनातील उदाहरणे द्यावीत.

* इतिहास *

इतिहास विषय गोष्टीरूप लक्षात ठेवणे सोपे असते. त्यामुळे पुस्तकातील अनेक घटना म्हणजे छोट्या छोट्या गोष्टी आहे असे समजून त्या कोणालातरी सांगायला म्हणजे त्यातील तपशील लक्षात राहतात. इतिहासातील निरनिराळ्या घटना, त्यांची कारणे व त्या घटनांचे परिणाम हे महत्त्वाचे

उत्तरपत्रिका लिहिताना ... वेळेचे नियोजन

- १) प्रथम ५ मिनिटे प्रश्नपत्रिका नीट वाचा. वाचताना प्रश्नांपुढे सोपे, माध्यम, अवघड अशा खुणा करा. नंतर प्रश्न सोडविण्याचा क्रम ठरवा. जर काही सूत्रे विसरण्याची भीती असेल तर ती सुरुवातीलाच उत्तरपत्रिकेच्या मागील पानावर लिहून ठेवा. प्रश्न उतरवून घेण्यात वेळ घालवू नका.
- २) एकाच प्रश्नाला जास्त वेळ देऊ नका. एका मार्काला दीड मिनिट याप्रमाणे वेळ द्या. अवघड प्रश्नावर विचार करण्यासाठी जास्त वेळ खर्च करू नका.
- ३) शेवटची १५ मिनिटे उत्तरपत्रिका तपासा. शुद्धलेखन, वाक्यरचना, इंग्रजीत स्पेलिंग, गणितात आकडेमोड, दशांश चिन्ह, एकक याकडे लक्ष द्या. प्रश्नांमधील आवश्यक भाग बरोबर उतरवून घेतला आहे ना, सर्व प्रश्न सोडविले आहेत ना हे तपासा.
- ४) जास्तीचे प्रश्न वेळ राहिलाच तर शेवटी सोडवा.

घटक असतात. येत्या महिन्याभरात वहीत तीन रकाने करून त्यात पुस्तकातील महत्वाच्या घटना, त्यांची कारणे व परिणाम यांचे संकलन करा. घटनांप्रमाणेच तुमच्या इतिहासाच्या पुस्तकात अनेक व्यक्ती आलेल्या असतात. ह्या व्यक्ती त्यांचे कार्य व निरनिराळ्या घटनांशी त्यांचा असणारा संबंध अशीही माहिती संकलित करता येईल.

इतिहासाचा अभ्यास करताना निरनिराळ्या घटना ज्यावर्षी घडल्या अशा सनांच्या आधारे एक कालरेषा तयार करावी. वहीमधील उत्तरे वाचत असताना महत्वाच्या मुद्यांखाली अधोरेखन करावे व त्या आधारे स्वतःची संक्षिप्त टिपणे तयार करावीत. इतिहासाची उत्तरे लिहिताना स्वतःचे मत मांडणे आवश्यक असते. पण याचा अर्थ थापा मारणे नाही. त्यामुळे उत्तरे स्वतःच्या भाषेत लिहावीत.

इतिहासाच्या पुस्तकाचे अनेक वेळा वाचन झालेले असले पाहिजे. वहीतील प्रश्नोत्तरे तयार केलेले तक्ते हेही वारंवार वाचले पाहिजेत. व्यक्ती, घटना, सन पाठ करणे आवश्यक आहे. यापूर्वीच्या परीक्षांमध्ये विचारलेल्या दीर्घोत्तरी प्रश्नांची उत्तरे या महिन्यात एकदा तरी लिहून बघा. गाळलेल्या जागा भरा, जोड्या लावा अशा प्रश्नांमध्ये येऊ शकेल अशी माहिती संकलित करा.

* भूगोल *

भूगोलात सुद्धा अनेक प्रकारचे

तपशील लक्षात ठेवावे लागतात. हे लक्षात ठेवण्यासाठी मुख्यतः तुलनात्मक तक्ते, आकृतीभोवती गुंफलेले तक्ते तयार करणे आवश्यक असते. घटक व घटना यातील संबंध स्पष्ट करण्यासाठी पुरेशी उदाहरणे देणे आवश्यक असते. किंबहुना भूगोलातील कोणत्याही प्रश्नाचे उत्तर देताना किमान एकतरी उदाहरणे स्पष्टीकरणासाठी देणे चांगले. उदाहरणे निवडताना शक्य तेथे एखादे भारतातील व एखादे जगातील अशी निवडावीत. उदा. आपल्याला कालव्यांच्या साहाय्याने केल्या जाणाऱ्या जलसिंचनाचे उदाहरण द्यायचे आहे, तर त्यासाठी महाराष्ट्रातील भाटधर धरण किंवा यासारखे आपल्या जिल्ह्यातील उदाहरण द्यावे. तर भाक्रा नांगल धरणाच्या कालव्यांमुळे पंजाब हरियाणाचा झालेला विकास हे भारतातील व आस्वान धरणाच्या कालव्यांनी इजिप्तमधील झालेले जलसिंचन याचे उदाहरण नंतर द्यावे. अशा प्रकारे भूगोलातील अनेक प्रश्नांची उत्तरे-परिपूर्ण करता येतील. भूगोलाचा अभ्यास करताना नकाशा व आलेख यांचा अभ्यासही फार महत्वाचा असतो. पुस्तकांतील सर्व नकाशे व आलेख यांचे निरीक्षण करा. त्यासंबंधीची माहिती वाचा. शक्य असेल तेथे स्वतःच त्यावर प्रश्न तयार करा व उत्तरे लिहा. नकाशे भरण्याचा सरावही घरी करा. त्यासाठी नकाशात वापरली जाणारी संकेत चिन्हे पाठ करा. भूगोलात आकृत्या अनेक

असाव्या लागतात. या आकृत्या येत्या महिन्यात किमान एकदा तरी काढून पाहा. प्राकृतिक भूगोलात अनेक महत्वाच्या संज्ञा येतात. उदा. गटपर्वत, यु आकाराची दरी इ. या संज्ञा उदाहरणे व आकृत्यांच्या साहाय्याने लक्षात ठेवा. मुख्य म्हणजे भूगोलाच्या उत्तरपत्रिकेत जितक्या जास्त आकृत्या तुम्ही काढाल तितका परीक्षकांवर प्रभाव पडेल. त्यामुळे भूगोलाचा अभ्यास करताना तो चित्रमय करण्याचा प्रयत्न करा.

* मराठी/हिंदी *

मराठी, हिंदी यासारख्या विषयांचा अभ्यास आपली गुणांची शेकडेवारी वाढवण्यासाठी महत्वाचा असतो. बऱ्याचदा असे दिसते की हुशार मुलांनाही गणित व शास्त्रात चांगले गुण मिळतात पण भाषांमध्ये ते जेमतेम ५० ते ६० गुण मिळवू शकतात. येत्या महिन्यात भाषा विषयांत आपण वर्षभर जे वाचले ते पचवण्याचा प्रयत्न केला पाहिजे. जेव्हा वाचलेले असे आत्मसात होईल तेव्हा ते तुमच्या लेखनरूपाने उत्तरपत्रिकेत उतरेल. यासाठी काय केले पाहिजे?

१) धड्यांचे सारांश लक्षात ठेवण्याचा प्रयत्न करा.

२) पुस्तकातील धड्यांखालच्या प्रश्नांची तुम्ही लिहिलेली उत्तरे वाचाच, पण त्याहीपेक्षा महत्वाचे म्हणजे धड्यातील परिच्छेदानुसार प्रश्न तयार करा व ते प्रश्न परिच्छेदांशी जोडून मोकळ्या जागेत पेन्सिलने लिहून ठेवा.

३) लेखक व कवींची वैशिष्ट्ये लक्षात ठेवा व त्या वैशिष्ट्यांचा उत्तरलेखनात उल्लेख करा. उदा - बालकवी - निसर्गकवी, मर्देंकर - आधुनिक कविता, नारायण सुर्वे - विद्रोही कवी.

४) प्रत्येक धड्यातील आशयाच्या दृष्टीने महत्वाची वाक्ये, त्यांचे संदर्भ व स्पष्टीकरण लक्षात ठेवण्याचा प्रयत्न करा. यासाठी अशी वाक्ये, कवितेतील महत्वाच्या ओळी या महिनाभरात पाठ करा. अगदी त्यांना लोकप्रिय सिनेगीतांच्या चाली

उत्तरपत्रिका लिहिताना ... नीटनेटकेपणासाठी

- १) सर्वप्रथम आवश्यक माहिती व्यवस्थित भरा. नंतर उत्तरपत्रिकेच्या पानावर पेन्सिलने चौकट आखून घ्या.
- २) प्रश्न क्रमांक प्रश्नपत्रिकेत दिल्याप्रमाणेच घाला. प्रश्नक्रमांकाला चौकट व उपप्रश्नांचा गोल करा. उदा. प्रश्न क्र. ३(अ)
- ३) गाळलेल्या जागा, गणितातील उत्तरे, महत्वाचे मुद्दे अधोरेखित करा.
- ४) भाषा, शास्त्र, इतिहास, भूगोल यामध्ये दीर्घ उत्तरांना परिच्छेद पाडून मुख्य मुद्दे अधोरेखित करा. शक्य तेथे शीर्षक द्या.
- ५) नवीन प्रश्न नवीन पानावर सोडवा. उपप्रश्नानंतर एक ओळ सोडून घ्या.
- ६) आकृत्या, भौमितिक रचना इ. सुबक व प्रमाणात काढा. आकृत्यांना चौकट करा. आकृत्यांमधील नावे एका बाजूला येतील असे पाहा.

लावल्या तरी चालेल.

५) तुमचे गुण मुख्यतः दीर्घोत्तरी प्रश्नांची उत्तरे लिहिताना जातात. यासाठी अशी काही उत्तरे लिहून ती तुमच्या शिक्षकांकडून तपासून घ्या.

६) वेगवेगळ्या विषयांवर छोटे छोटे निबंध लिहून पाहा.

७) धडे पुन्हा पुन्हा वाचा व त्या त्या वेळी सुचलेल्या कल्पना समासात लिहून ठेवा.

८) वाक्यप्रचार, म्हणी, सुविचार यांचे छोटेसे संकलन करून ते पाठ करा म्हणजे त्याचा उपयोग निबंधलेखन, कल्पनाविस्तार किंवा मुद्यांवरून गोष्ट यासारख्या प्रश्नांत होईल.

९) व्याकरणाचा अभ्यास मुख्यतः सराव करून करायचा आहे. शब्दांच्या जाती, वृत्ते, अलंकार ओळखण्याचा व त्यांची उदाहरणे लिहिण्याचा सराव करा.

भाषेची उत्तरपत्रिका सुंदर हस्ताक्षर व त्यातील विचारांच्या समर्पक अभिव्यक्तीने उठून दिसते. अशी उत्तरपत्रिका सराव करूनच तुम्ही लिहू शकाल.

* इंग्रजी *

इंग्रजी आपली मातृभाषा नाही. त्यामुळे तिचा जास्त अभ्यास करणे आवश्यक आहे. जास्तीत जास्त वाचन व लेखन करण्याने इंग्रजीतील शब्द अंगवळणी पडतात. धडे वाचत असतानाच एका वाक्यात उत्तरे येतील असे छोटे प्रश्न तयार करावेत. उदा. पुस्तकात असे वाक्य असेल की Columbus discovered America तर लगेच आपल्या मनात असे प्रश्न तयार होतील 1) Who discovered America? 2) What did Columbus discover? असे प्रश्न तयार करताना who, where, when, why, which, how अशा प्रश्नार्थक शब्दांचा उपयोग करावा. या प्रश्नांची उत्तरे लिहिता आली म्हणजे मग असे ३, ४ प्रश्न एकत्र करून एक मोठा प्रश्न व त्याचे उत्तर तयार करता येते.

अवघड शब्दांची स्पेलिंग पाठच केली पाहिजेत. पण अनेक शब्दांची स्पेलिंग उच्चारप्रमाणे होतात. यासाठी उच्चार

लक्षात ठेवावे. त्यामुळे इंग्रजीचा अभ्यास करताना आवश्यक तेथे मोठ्याने वाचावे.

सर्व कविता पाठ कराव्यात. त्यामुळे कवितेवरील प्रश्नांची उत्तरे लिहिताना उपयोग होईल.

प्रश्नांची उत्तरे सोपे शब्द वापरून स्वतःच लिहून पाहावीत. गाईडमधली उत्तरे पाठ करण्याच्या भानगडीत पडू नका. एखादा शब्द अडला तरी सर्व उत्तर विसरले जाण्याचा धोका त्यात असतो.

परिच्छेद लेखनात सोपी व छोटी वाक्ये वापरावीत. शक्यतो simple tense वापरावेत. outline story चा २, ३ गोष्टी लिहून सराव करा. या गोष्टी लिहिताना भूतकाळच वापरा. शक्य असेल तेथे संभाषणाचा उपयोग करा.

जर पत्रलेखनाचा सराव केला तर ते गुण नक्की मिळतात. मायना, पत्ता यासारख्या तांत्रिक गोष्टी बिनचूक लिहा. या तांत्रिक गोष्टी शिक्षक किंवा पालकांकडून तपासून घ्या. परीक्षेत शक्यतो formal letter लिहा.

व्याकरणासाठी मुख्यतः धड्यातीलच वाक्ये येतात. धडे वाचत असतानाच अशा वाक्यांना अधोरेखन करा. भाषांतराचा सराव करण्यासाठी सोप्या इंग्रजीतील गोष्टीच्या पुस्तकांतील परिच्छेद वापरा. शब्दशः भाषांतरापेक्षा सोप्या मराठीत अर्थ लिहा.

एकूणच इंग्रजीचा अभ्यास करताना

स्वतः वाक्यरचना करणे व लिहून पाहणे, केले तर पाठांतरावरील अनावश्यक भार कमी होईल.

* संस्कृत *

१) पाठांचा अभ्यास : पाठ वाचून स्वतः त्याचा अनुवाद करा. पाठातील प्रत्येक शब्दाचा अर्थ माहीत आहे का पाहा.

२) विभक्तिरूपे व क्रियापदरूपे : पाठ्यपुस्तकात आलेले वेगवेगळे शब्द प्रथमेपासून संबोधनापर्यंत लिहून काढा. पाठांमधून आलेल्या वेगवेगळ्या धातूंचे अर्थ पाठ करा. वेगवेगळ्या गणातील धातूंची रूपे लिहून काढा. त्या रूपांमध्ये होणारा फरक लक्षात ठेवण्याचा प्रयत्न करा.

३) धातुसाधित अव्यये व विशेषणे : तयार होणाऱ्या रूपांप्रमाणे एकसारख्या रूपांचे गट तयार करा. वेगळी होणारी रूपे विशेष लक्षात ठेवा. पुन्हा पुन्हा लिहून काढा.

४) प्रश्नोत्तरे : पाठ काळजीपूर्वक वाचून संस्कृतमधून स्वतः उत्तरे लिहिण्याचा प्रयत्न करा.

५) संधी : संधिनियम नीट वाचून त्याची उदाहरणे लक्षात ठेवा. पाठांतील वेगवेगळी उदाहरणे वारंवार सोडवा.

६) पुस्तकांतील पाठांतरासाठी असलेली सुभाषिते रोज म्हणा, स्मरणात ठेवण्याचा प्रयत्न करा. पाठ झालेली सुभाषिते शुद्ध लिहून काढा. त्यांचे अर्थ स्वतः लावण्याचा प्रयत्न करा.

अभ्यासाची परिणामकारकता कशी वाढवाल !

- १) एकाचवेळी खूप न खाता दिवसभरात ३-४ वेळा मिळून खावे, म्हणजे अभ्यासाच्या वेळी सुस्ती/पेंग/झोप येणार नाही.
- २) झोप किमान ७ ते ७ ॥ तास व सलग घ्यावी. जागरणे टाळावी.
- ३) रोज किमान अर्धा-पाऊणतास तरी शारीरिक व्यायाम, मोकळ्या हवेत खेळ खेळणे इ. करावे.
- ४) अभ्यासाची जागा व वेळ ठरलेली असावी. ती व्यवस्थित असावी. रोज रात्री झोपण्यापूर्वी वहा-पुस्तके आवरलेली असावीत.
- ५) अभ्यासाचा खूपच कंटाळा आल्यास थोडा वेळ पडून राहावे. दीर्घ श्वासोच्छ्वास करावा. दाणे, चुरमुरे, चिवडा इ. काही खावे.
- ६) कंटाळा घालविण्यासाठी विविध तक्ते तयार करणे, आकृत्यांचा सराव करणे, फेऱ्या मारत वाचणे, व्याख्या, नियम टेप करून ऐकणे, हस्ताक्षर, शुद्धलेखन सराव इ. अभ्यासाच्या विविध पद्धती वापराव्यात.

पृथ्वीवर परतण्याची ओढ जोनाथनला स्वस्थ बसून देत नव्हती. ज्या दिवशी त्याला वाळीत टाकले गेले त्याच दिवशी जर चॅंग आला असता तर आजपर्यंत त्याला किती अधिक गोष्टी माहीत झाल्या असत्या !

शेवटी एक दिवस न राहवून तो म्हणाला, “सुली, मला गेलेच पाहिजे ! तुझे शिष्य खूप चांगली प्रगती करीत आहेत. नवागतांना शिकविण्यासाठी ते तुला मदत करू शकतील.”

सुलिव्हानने सुस्कारा टाकला. मात्र यावेळेस त्याने वाद घातला नाही. “जोनाथन मला वाटते तुझी उणीव जाणवेल” एवढेच तो म्हणाला.

“सुली, ही शरमेची गोष्ट आहे.” जोनाथन खरडपट्टी काढीत म्हणाला, “आणि कृपया असा वेडेपणा करू नकोस ! अरे आपण रोज काय शिकतो? जर आपली मैत्री स्थल व काल या सारख्या गोष्टींवर अवलंबून असेल तर मग शेवटी जेव्हा आपण स्थलकालाच्या मर्यादा ओलांडू तेव्हा आपण आपले बंधुत्वच नष्ट केलेले असेल ! पण स्थळाची मर्यादा ओलांडा की मग जे काही आहे ते सर्व ‘इथेच’ व काळाची मर्यादा ओलांडा की जे काही उरते ते सर्व ‘आत्ताच’. आणि मग जेव्हा सर्व काही इथेच व आत्ताच घडत असेल तेव्हा तुला असे नाही का वाटत की आपण एकदोनदा तरी एकमेकांना भेटू?”

सुलिव्हानला आपले हसू आवरता आले नाही. “हे वेड्या पक्ष्या” तो प्रेमाने म्हणाला, “जमिनीवरील कोणाला एक हजार मैल कसे पाहावयाचे हे जर कोणी दाखवू शकत असेल तर तो समुद्रपक्षी जोनाथनच असेल.” त्याने वाळूकडे नजर फिरवली. “जोन, माझ्या मित्रा शुभेच्छा!”

“जातो सुली. आपण पुन्हा भेटूच” असे म्हणून जोनाथनने वेगळ्या काळातील एका समुद्रकिनाऱ्यावर व त्यावरील समुद्रपक्ष्यांच्या एका मोठ्या थव्यावर आपले चित्त केंद्रित केले.

काही काळ अस्वस्थतेत घालविलेल्या जोनाथनने अखेर पृथ्वीवर परतायचे ठरविले. स्वतःसारखा कोणी अजून एखादा पक्षी उडण्याची नवी नवी तंत्रे शिकण्याची धडपड करत असेल या आशेने काही क्षणात तो पृथ्वीकडे झेपावला. स्थळ-काळाच्या मर्यादा त्याने केव्हाच ओलांडल्या होत्या. अन् पृथ्वीवर खरोखरीच त्याला एक समुद्रपक्षी भेटला समाजाने वाळीत टाकलेला अन् त्यामुळे चिडलेला. एकांतात सराव करणारा जोनाथनला आनंद झाला. पण त्या पक्ष्याला नवीन शिकवायला सुरुवात करण्यापूर्वी त्याने एक महत्त्वाची अट घातली ? खूप महत्त्वाची ! कोणती अट? अन् काय त्याचे महत्त्व? प्रत्यक्ष वाचूनच शोधा.

सरावाने आता त्याला चांगलेच ज्ञात झाले होते की तो म्हणजे हाडे व पिसे नव्हता, तर स्वातंत्र्याची व उड्डाणाची एक परिपूर्ण कल्पना होता, कशानेच मर्यादित नसलेला. . . .

. समुद्रपक्षी फ्लेचर अजून खूपच तरुण होता. पण त्याला हे जाणवत होते की आजवर कोणत्याच थव्याने एखाद्या पक्ष्याला इतकी निर्दय व अन्याय्य वागणूक दिलेली नसणार.

“ते काय म्हणतात याची मी पर्वा करीत नाही.” तो निर्दयपणे स्वतःशीच पुटपुटला व दूरच्या कड्यापलीकडे उडत जात असताना त्याच्या डोळ्यासमोर अंधारी आली.

“उड्डाणात नुसते एका जागेवरून दुसऱ्या जागेकडे जाणे यापेक्षा खूप काही जास्त आहे. एक... एक... साधा डोस सुद्धा ते करतो ! सहज मजा म्हणून त्या ज्येष्ठसमोर एक गिरकी काय घेतली अन् मला वाळीत टाकले ! ते आंधळे आहेत का? त्यांना दिसत नाही काय? जेव्हा आम्ही खरोखरीच उडावयास शिकू तेव्हा ती किती अभिमानाची गोष्ट असेल याचा ते विचारच करू शकत नाही का?”

“ते काय विचार करतात याची मला मुळीसुद्धा पर्वा नाही. उड्डाण म्हणजे काय हे

मी त्यांना दाखवून देईन. त्यांना तेच हवे असेल तर मी पूर्णपणे हद्दपार होईन अन् मग केल्या कृत्याबद्दल त्यांना पश्चात्ताप करायला लावीन.

अचानकपणे एक शांत आवाज घुमला. आवाज अत्यंत सौम्य असूनही फ्लेचर इतका दचकला की हवेतल्या हवेतच तो अडखळला व लटपटला.

“इतका निर्दय बनू नकोस फ्लेचर. तुला वाळीत टाकून त्यांनी फक्त स्वतःलाच इजा करून घेतली आहे व एक दिवस त्यांना हे उमजेल, एक दिवस तेही तुझ्यासारखाच विचार करू लागतील. त्यांना क्षमा कर व त्यांना मदत कर.”

त्याच्या उजव्या पंखाच्या टोकापासून एका इंचावर जगातील सर्वात अधिक तेजःपुंज असा तो धवल पक्षी आपले एक पीसही न हलवता, अत्यंत सहजपणे अशा वेगात उडत होता की जो फ्लेचरच्या दृष्टीने जवळ जवळ सर्वाधिक वेग होता.

क्षणभर तो तरुण पक्षी खूपच गोंधळात पडला. “हे काय चालले आहे? मला वेड लागले आहे काय? मी मेलो आहे का? हे काय आहे?”

हळूवार व शांतपणे तो आवाज विचारता झाला. “समुद्रपक्षी फ्लेचर, तुला उडायचे आहे का?”

“होय मला उडायचे आहे!”

“समुद्रपक्षी फ्लेचर, तुला उड्डाण इतक्या तीव्रतेने शिकायचे आहे का की तू त्या थव्याला माफ करशील? शिकशील आणि मग एक दिवस त्यांच्यातच परत जाऊन त्यांना शिकण्यास मदत करशील?”

फ्लेचर कितीही अहंमन्य व कितीही दुखावला गेलेला असला तरी या महान पक्ष्यासमोर खोटेपणा करणे शक्यच नव्हते.

“होय” तो नम्रपणे म्हणाला.

“तर मग फ्लेचर” तो तेजस्वी पक्षी त्याला प्रेमळ आवाजात म्हणाला, “आपण समांतर उड्डाणाने सुरुवात करू.....”

(क्रमशः)

विद्यार्थी मित्रांनो भूगोल दिन म्हणजे काय ? त्याची आवश्यकता काय? तो १४ जानेवारीलाच का साजरा करावयाचा? अशा अनेक शंका तुमच्या मनात असतील.

पर्यावरण, संरक्षण, प्रदूषणांवर नियंत्रण, सामान्यज्ञान, पर्यटनविकास, भूगोल शास्त्र व नकाशा शास्त्राची आवड निर्माण करून जागतिक भूगोलाचा परिचय करून देणे इ. साठी भूगोल दिनाची आवश्यकता आहे.

वक्तृत्व - वादविवाद - भौगोलिक ज्ञान - चित्रकला - घोषवाक्ये बनविणे इ. स्पर्धांचे आयोजन, व्याख्याने, चर्चासत्रे, स्लाईड शो, मासिके प्रदर्शन इ. माध्यमांद्वारा जनतेला “भूगोल साक्षर” करणे व त्यातून काही संकल्प, कृतीला प्रारंभ करणे म्हणजे भूगोल दिन खऱ्या अर्थाने साजरा करणे होय.

सूर्याचे उत्तरायण २२ डिसेंबरला सुरू होते. पण आपल्या भागात हा बदल सुमारे २० ते २२ दिवसांनी म्हणजे १४ जानेवारीपासून दिसू लागतो. म्हणून त्या दिवशी भूगोल दिन आपण साजरा

करतो.

आज संपूर्ण जगासमोर पर्यावरण प्रदूषण, लोकसंख्या स्फोट, इत्यादी सारख्या भयंकर समस्या उभ्या असून त्यामुळे आज पृथ्वी धोक्यात आली आहे. म्हणून “पृथ्वी वाचवाल तर वाचाल” अशी जाणीव जनतेमध्ये निर्माण करण्याचे कार्य भूगोल दिनाच्या निमित्ताने करणे आवश्यक आहे.

आम्ही आमच्या “सार्वजनिक मराठी हायस्कूल व कनिष्ठ महाविद्यालय, नवापूर, धुळे येथेही आगळ्यावेगळ्या पद्धतीने भूगोल दिन साजरा केला. “नको धर्म, नको जात, झाडे लावू हजारो दाट” यासारखी घोषवाक्ये तयार करून नवापूर शहरातून सर्व विद्यार्थी-विद्यार्थिनी, प्राध्यापकांनी मिळून आगळीवेगळी “वृक्ष पालखी” काढली. त्याद्वारा जनतेत जागतिक समस्यांची जाणीव करून देण्याचा प्रयत्न केला. सर्वसामान्यांनीही या वृक्ष पालखीला भरघोस प्रतिसाद दिला. यातून घोरोघर वृक्षारोपणाचे महत्त्व पोहोचले. त्याचा प्रत्यय येत्या पावसाळ्यात जाणवेल. या निमित्ताने तुम्हा सर्वांनाही एक छोटासा उपक्रम सुचवावासा वाटतो.



तो म्हणजे रोपे तयार करण्याचा. प्लॅस्टिकच्या छोट्या पिशव्यांमध्ये माती भरून त्यात सिताफळ, सुबाभूळ इ. च्या बिया पेटा. रोज हलक्या हाताने पाणी घालून मे अखेरपर्यंत ते रोपटे छान तयार करा. अन् पावसाळ्यात जवळच्या परसात, शाळेत ही रोपे लावा.

तेव्हा विद्यार्थी मित्रांनो, अशाच प्रकारचे कार्यक्रम तुम्हीही आपआपल्या शाळेत व शहरात राबवून भूगोल दिनाच्या निमित्ताने मनुष्यजातीला वाचविण्यासाठी पृथ्वीला वाचविण्याचा संकल्प करा !

- प्रा. थोरात, प्रा. भट, नवापूर धूळे

ओळख शहीद झालेल्या चेहऱ्यांची

१) अशफाकउल्लाखान- काकोरी प्रकरणात चंद्रशेखर आझांदासमवेत हा स्वतः होता. त्यात अवजड तिजोरी फोडली ती यानेच. फितुरीच्या दैत्याने त्याला दिल्लीत असताना पकडून दिले. या वीराला १७ डिसेंबर १९२७ ला फैजाबाद येथे फाशी देण्यात आली.

२) वासुदेव बळवंत फडके - आद्य क्रांतिकारक - इंग्रजांविरुद्ध संघटित आवाज उठवणारे थोर देशभक्त. डोंगरदऱ्यातील भिल्ल, महार, मांग इ. ना एकत्र करून व त्यांना लष्करी प्रशिक्षण देऊन ब्रिटिशांविरुद्ध लढा दिला. अखेर आजारपण अन् अनुयायांची फितुरी यासारख्या आपत्तींमुळे ते ब्रिटिशांच्या हाती लागले. त्यांना एडन येथील तुरुंगात जन्मठेपेची शिक्षा झाली. तापाने फणफणत असूनही

पळून जाण्याच्या प्रयत्न करीत असताना त्यांना १८ फेब्रुवारी १८८३ रोजी मृत्यू आला.

३) सरदार उधमसिंग - याने वयाच्या १६ व्या वर्षी १३ एप्रिल १९१९ चे जालियनवाला बागेतील हत्याकांड प्रत्यक्ष डोळ्याने पाहिले. त्याच क्षणी या हत्याकांडास जबाबदार असणाऱ्या मेजर जनरल ओडवायरच्या वधाची प्रतिज्ञा केली. २० वर्षांनंतर १३ मार्च १९३९ रोजी लंडन येथील हॉलमध्ये त्याने ओडवायरचा वध केला. या वीरस पॅटनव्हिले तुरुंगातच ३१ जुलै १९४० रोजी फाशी देण्यात आले.

४) खुदीराम बोस - भारतीय स्वातंत्र्यसंग्रामात बाँबचा प्रथम प्रयोग करून असंख्य क्रांतिकारकांना स्वातंत्र्यास्तव क्रांतीची प्रेरणा व

स्फूर्ती दिली. किंग्जफोर्ड नावाच्या दुष्ट न्यायाधिशाला मारण्यासाठी याने ३० एप्रिल १९०८ ला बाँब प्रयोग केला. त्यात केनेडी कुटुंब मारले गेले. या वीराला ११ ऑगस्ट १९०८ रोजी मुझफ्फरपूर येथे फाशी देण्यात आली.

५) बाळकृष्ण चाफेकर - महान क्रांतीवीर चाफेकर बंधूंपैकी मधले. त्यावेळच्या पुण्यातील प्लेगच्या साथीमध्ये ब्रिटिशांनी केलेल्या अत्याचाराचा बदला म्हणून रँडच्या खुनाबरोबरच आयर्स्ट या इंग्रज अधिकाऱ्याचा २२ जून १८९७ रोजी वध केला. मोठे बंधू दामोदर चाफेकर यांच्याप्रमाणेच हा वीरही स्वातंत्र्यास्तव १२ मे १८९९ रोजी हसत हसत पुणे येथे फाशी गेला.

ओळखा आंतरराष्ट्रीय कीर्तीच्या भारतीय शास्त्रज्ञांना !

खाली आंतरराष्ट्रीय कीर्तीच्या भारतीय शास्त्रज्ञांचे चेहरे दिले आहेत. त्यांनी लावलेले शोध व त्यांना मिळालेली विशेष पारितोषिके ओळखा.



रोग परिचय व रोगोपचार कृमी

लेखांक २

शरीरामध्ये कृमी असण्याची सर्वसामान्य लक्षणे आपण मागच्या अंकात पाहिली. यानंतर तीच लक्षणे जरा तपशीलाने पाहू.

आयुर्वेदानुसार कृमींचे बाह्यकृमी, कफज कृमी, रक्तज कृमी आणि पुरीणज कृमी (विष्ठेमध्ये उत्पन्न होणारे) असे मुख्य प्रकार पडतात आणि त्यांचे एकूण वीस उपप्रकार पडतात.

बाह्य कृमी हे घाम, अस्वच्छ कपडे, दैनंदिन शुचिता-स्नान इ. न पाळणे यामुळे उत्पन्न होतात. हे कृमी उवा, लिखा इ. नावाने ओळखले जातात. या कृमींमुळे त्वचेवर पुरळ उठणे, सतत खाजणे, गाठी उत्पन्न होणे अशी लक्षणे दिसतात.

पोटामध्ये जेव्हा कफज प्रकारचे कृमी उत्पन्न होतात तेव्हा पोटात मळमळते, उलटी होईल असे वाटते. अन्नाची चव कळत नाही. अन्न खावेसे वाटत नाही. चक्कर येते. बारीक ताप सतत काही दिवस येतो. सर्दी होते.

रक्तज प्रकारच्या कृमींमुळे त्वचेचे विविध प्रकारचे रोग होतात.

पुरीणज कृमी हा हल्लीच्या काळात मोठ्या प्रमाणात दिसून येणारा आजार आहे. या प्रकारच्या कृमींमुळे पोटात वारंवार कमीअधिक प्रमाणात दुखते. मलप्रवृत्ती साफ होत नाही. त्वचेचा रंग पांढरट होतो. भुकेचे प्रमाण कमी होते आणि गुदभागी कण्डू उत्पन्न होतो. हे कृमी जाड गोल असतात त्यांचा रंग काळा, पिवळा, पांढरा, निळा यापैकी असतो.

लसूण

लसूण हे अत्यंत गुणकारी असे औषध आयुर्वेदात सांगितले आहे.

१) कान दुखत असल्यास लसूणाचा रस अथवा लसूण शिजवलेले तेल कानात घालावे.

२) अजीर्ण, भूक न लागणे व पोटफुगी अशा विकारांवर लसूण तुपात तळून खावे.

३) लसूण खाण्याची विशिष्ट पद्धत आहे. दद्यात लसूणाचा आखवा कांदा २४ तास भिजवावा. नंतर तो सोलून बिया साजूक तुपात तळाव्यात. ह्या रोज सकाळ संध्याकाळ १ ते २ खाव्यात. याने बुद्धी तल्लख होणे, आवाज व पचन सुधारणे असे उपयोग होतात.

स्वाक्षरी अभियान - साद पडसाद

२६ जानेवारी - प्रजासत्ताक दिनाच्या निमित्ताने 'स्वाक्षरी अभियान चालविण्याचे आवाहन छत्र प्रबोधनच्या दुसऱ्या अंकात केले होते. त्याला ठिकठिकाणाहून चांगला प्रतिसाद मिळाला. त्यातील काही निवडक साद पडसाद

प्रतिक्रिया

लहानपणीची गोष्ट, मी ३री-४थीत असताना आम्हा मित्रांमध्ये गप्पा चालू होत्या. एक मुलगा मला उद्देशून म्हणाला की, "याच्या बाबांना इंग्रजीत सही करता येत नाही." (माझ्या वडिलांना इंग्रजी येत नव्हतं) मला तो माझा अपमान वाटला व मग भांडण झाले. त्याच वेळेस ठरविले की ५ वी पासून इंग्रजीतूनच सही करायला शिकायचे. आजपर्यंत मी इंग्रजीतून सही करत होतो. पण यापुढे नाही. माझी ओळख ही आपल्या पद्धतीला अनुसरूनच (भारतीय) असली पाहिजे असे मी ठरविले.

- गणेश कुलकर्णी, उदगीर

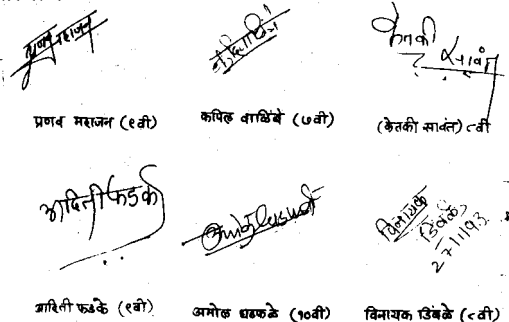
पत्र १ - मराठी, हिंदी, इंग्रजी माझ्या मते कोणतीच भाषा वाईट नाही व इंग्रजी तर आंतरराष्ट्रीय भाषा आहे. भारतापुरते मर्यादित न राहता, 'विश्वचि माझे घर' अशी भावना मनात बाळगली पाहिजे. म्हणूनच भारतीय लिपीतूनच स्वाक्षरी करण्याचा आग्रह कशासाठी? शिवाय जर आपण भारतीय लिपीतून स्वाक्षरी केली व उद्या परदेशात गेल्यावर आपली स्वाक्षरी ओळखायला येणार कोणाला?

पत्र २ - आपले पत्र मिळाले. आपण माझ्या मुद्यांबद्दल जो काही खुलासा केला तो वाचून फारच आनंद झाला. माझा गैरसमज दूर झाला आहे. मीही देवनागरीतून स्वाक्षरी करायचे ठरवले आहे.

- सूरज मिराशी, काणकोण-गोवा

अभिनंदन !

स्वाक्षरी अभियानाचा एक भाग म्हणून ज्ञान प्रबोधिनी प्रशाला, पुणे येथील इ. ९ वीच्या विद्यार्थ्यांनी देवनागरीतून स्वाक्षरी करण्याची स्पर्धा घेतली. त्यातल्या प्रथम क्रमांक मिळविलेल्या स्वाक्षऱ्यांचे नमुने खालीलप्रमाणे -



'स्वाक्षरी अभियानाची' कल्पना अतिशय आवडली व आपल्या शाळेत ते अभियान करण्याचे मी ठरविले. मुख्याध्यापक व पर्यवेक्षकांकडून ७ वी च्या वर्गात कार्यक्रम करण्याची अनुमती मिळविली. इ. ७ वी च्या सात तुकड्यांमध्ये प्रबोधनमधील लेख वाचून दाखविला व देवनागरीत सही करण्याचे महत्त्व पटवून दिले.

२६ जाने. ला ध्वजवंदनाच्या वेळी अभियानाची माहिती सर्वांना सांगितली. फलकावर निश्चयपत्र लिहिले. ९ वीच्याही काही मुली या अभियानात सामील झाल्या. आम्ही सुमारे ४०० विद्यार्थिनींनी देवनागरीत स्वाक्षरी करण्याची प्रतिज्ञा केली. आमच्या या छोट्या कृतीतून आम्ही आमचे राष्ट्रप्रेम प्रकट केले आहे. असेच अभिनव उपक्रम आम्हास सांगावे ही विनंती.

- कु. प्रगती शिंदे, ७ वी, कमलाबाई कन्याशाळा, धुळे

उघडी गटारं, आजूबाजूला पसरलेली कचराकुंडी, मागच्या बाजूला असलेली दारूची भट्टी, नळावरची भांडणं, अस्वच्छता, तिथे माणसं राहातात म्हणून त्यांना घर म्हणावं अशा झोपड्या, 'तू ये तर घराच्या बाहेर मग दाखवतो' 'बास झालं आता शिक्षण, सासरी गेल्यावर काय मास्तरणीसारखी राहाणार आहे का?' 'कमवत नाय, काय नाय, शाळेत जायचं म्हणतो' सर्वसाधारणपणे सर्व झोपडपट्ट्यांचा परिसर असाच, वर वर्णन केल्यासारखा ! आपल्या सारख्या लोकांना तिथं जावंसं वाटत नाही, गेलो तरी नाक दाबून डोळे मिटून चालणार. त्या झोपडपट्ट्यांकडे बघावंसं वाटत नाही. अशाच एका झोपडपट्टीत 'म. गांधी वस्ती'त ज्ञान प्रबोधिनीशी संलग्न असलेल्या 'प्रचिती' या संघटनेने २६ जानेवारी १९९१ ला काम सुरू केले.

सुरुवात कायम छोट्या स्वरूपातच होत असते. तसेच येथेही सुरुवातीला १० वीचा एकच वर्ग होता. सहा विद्यार्थी, दोन शिक्षक. वर्ग म्हणजे तरी काय? तीन बाय चारची छोटीशी जागा आणि तिथला फळा म्हणजे दुकानावरच्या पाटीला मागून निळा रंग देऊन त्यावर सोडवलेली उदाहरणं नि इंग्लिशचा अभ्यास ! पुढे जसजशी कार्यकर्त्यांची संख्या वाढत गेली आणि ज्या गोष्टींची आवश्यकता वाटत गेली तसे उपक्रम वाढविले. त्यातीलच एक महत्त्वाचा उपक्रम म्हणजे संस्कार वर्ग - संस्कारांना आपल्या जीवनात अनन्य साधारण महत्त्व असतं. त्यातूनच माणूस 'माणुसकी' शिकत असतो, फक्त स्वतःपुरतंच न बघता इतरांसाठी, आपल्या देशबांधवांसाठी, जगतोद्धारासाठी सतत काहीतरी केलं पाहिजे या जाणीवेचं बीज या संस्कारातूनच रोवला जातं, जोपासला जातं. याच उद्देशाने आपण वस्तीतील संस्कार वर्ग चालवितो.

'प्रचिती ज्ञानसेवा' या नावाने चालविलेले ग्रंथालय तेथे आहे. राख्या, फटाके विक्री यांसारखे प्रासंगिक व्यवसाय, विविध स्पर्धा, सहली-शिबिरे आणि सहभोजन हे महत्त्वाचे उपक्रम. हळूहळू आपण आपले शैक्षणिक वर्गही वाढवत नेले. आता तेथे २ री ते १० वी चे अभ्यास वर्ग होतात.

वस्तीतील बरेचसे प्रश्न महिला व युवतींशी निगडित आहेत असं जाणवल्यानंतर युवती मार्गदर्शन, महिला साक्षरता वर्ग, महिला स्वयंरोजगार, महिला साक्षरता वर्ग, महिला स्वयंरोजगार उपक्रम, यांची भरही आपल्या विविध

उपक्रमात पडली.

'प्रचिती आरोग्य सेवा' या नावाने डॉक्टरांचा सल्लाही तेथील लोकांना उपलब्ध करून दिला आहे.

सुरुवातीला तेथील स्थानिकांच्या प्रतिक्रिया - 'प्रचितीतील लोकांना पैसे वगैरे मिळत असतील म्हणून ते इथे काम करतात.' अशा सुद्धा होत्या. आता तीच माणसं दोन वर्षांच्या अनुभवांनंतर सांगतात की आतापर्यंत जी मुलं रस्त्यावर मुलींना शिट्ट्या मारायची आणि टॉन्ट टाकायची ती आता चांगल्या वळणाला लागली आहेत.

हे सगळं असलं तरी जेव्हा प्रौढ लोकांशी सामना असतो तेव्हा आपल्याला थोडे मागे यावे लागते. तेथे आपण अजून दारूबंदी आणू शकलेलो नाही. लहान वयात होणारी मुलींची लग्ने थांबवू शकलो नाही. तुमच्या एवढ्या वयात तेथील मुलांना कामावर जायला लागते. पण या जरा लांबच्या गोष्टी आहेत. टप्प्याटप्प्याने यातही यश मिळत जाईल. सध्या संस्कार आणि अभ्यास या क्षेत्रात आपण निश्चितच प्रगती केली आहे. त्याचाच परिणाम म्हणून एक उदाहरण सांगते -

महानगरपालिका व पुणे फेस्टिव्हल यांच्या वतीने 'स्वच्छ झोपडपट्टी स्पर्धा' घेण्यात आली होती. वस्तीने तिथे भाग घेतला. रोज स्वच्छता व्हायची. पावसाळा होता तेव्हा ! त्यादिवशी आम्ही सगळेच अशी स्वच्छता करत होतो. पाऊस पडत होता. मोठी मुले व मी सोडून कोणीही डोक्यावर पावसापासून संरक्षणासाठी टोप्या घातल्या नव्हत्या. कारण त्या वस्तीमध्ये मुलींनी डोक्यावर टोपी घालायचे नाही अशी प्रथाच पाडली होती. त्याच दडपणाखाली एकीने प्रश्न विचारला, "ताई आम्ही कशी टोपी घालू? वस्तीतले बाकी सगळे काय म्हणतील?" काहीतरी विपरीत घडण्याची भीती त्या सर्वांना वाटत होती. मुलींना मी जरा अधिकारानेच सांगितले, "तुम्ही भिजू नका, टोपी घालूनच काम करा. नाहीतर फक्त आम्हीच पुढे जातो." त्यांना ते अवघड वाटत होतं. पण तरीही त्यांना फक्त ताई काम करणार हे बरोबर वाटलं नाही आणि टोपी घालून त्या कामाला आल्या. खरं तर एक बारीकसं लादलेलं बंधन झुगारून या सर्वांनी मोठीच मनाची हिंमत मिळविली होती. आधुनिक काळाला अनुसरून योग्य ते बदल जाणीवपूर्वक करण्याची जणू ही सुरुवातच होती. अशा छोट्या मोठ्या अनुभवांमधून आम्हीही शिकत होतो अन् कामही पुढे सरकत होते.

मोठ्या कुटुंबासारख्या असलेल्या या उपक्रमात सर्वच विद्यार्थी-विद्यार्थिनींच आणि तेथे शिकवणाऱ्या व येणाऱ्या कार्यकर्त्यांचं एक जवळचं, जिवाळ्याचं नातं निर्माण झालं आहे. त्यामुळे सर - ताई न आल्याने विद्यार्थ्यांना न करमणं हे नेहमीचं च झालं आहे. पण तरीही त्यांच्या घरची आणि आजूबाजूची पार्श्वभूमी बघता अगदी लहानांपासून १० वी पर्यंतच्या सगळ्याच मुलांनी आपणहून अभ्यास करणं म्हणजे खूपच कौतुकाची गोष्ट आहे.

दोन वर्षे शिकविल्यानंतर आपलीही तिथे ओळख वाढली. तेथील युवक युवतींमधून अनेक चांगले कार्यकर्ते मिळताहेत. मुख्यतः या सगळ्याच उपक्रमातून तेथे काम करणाऱ्या ताई-सरांना अनेक सामाजिक प्रश्नांचा जवळून अभ्यास करता येतोय. जे खरोखर समाज रूढींचे प्रत्यक्ष बळी आहेत, त्यांच्या अधिक जवळ जाऊन त्यांची दुःखे नीट समजावून घेता येतायत. त्यातून अस्वस्थता अन् कामाची प्रेरणा टिकून राहात आहे.

या उपक्रमाची पावती मिळाली, जेव्हा एक विद्यार्थिनी म्हणते, "मी ही दहावी झाल्यावर 'प्रचिती' ची सभासद होणार आणि तुमच्यासारखेच काम करणार."

असं एक बारीकसं रोपटं गांधीवस्तीत रुजवण्याचा प्रयत्न आम्ही गेली २ वर्षे करत आहोत. अडचणी अनंत आहेत. पण दिशा योग्य आहे, साहाय्याचे हातही वाढत आहेत. समाज बदलण्याचे मोठे स्वप्न या छोट्याशा कृतीतून साकार होऊ शकेल असा विश्वास वाटतोय. अन् तुम्हा सर्व प्रबोधकांनाही हा प्रयोग खुणावतोय ! जन्मतःच ज्यांना बुद्धी असूनही स्वतःला फुलण्याची संधी मिळाली नाही अशांसाठी आपल्या सारख्या भाग्यवान विद्यार्थी-विद्यार्थिनींनी स्वतःजवळचे ज्ञान देऊ केले पाहिजे. तेही उपकाराच्या भावनेतून नव्हे तर कर्तव्याच्या जाणीवेतूनच !

मग शोधा एखादी वस्ती आणि आम्ही केलेले कोणतेही उपक्रम किंवा तुम्हाला नव्याने सुचणारे उपक्रम वर्गातील मित्र, मैत्रिणी, शिक्षक यांच्या साहाय्याने सुरू करून बघा ! तुमच्या अडचणी, अनुभव जरूर आमच्यापर्यंत पोहोचवा. गांधी वस्तीतील उपक्रमांमध्ये तुमचे स्वागत आहे.

अधिक संपर्कासाठी : गांधीवस्ती प्रकल्प, प्रचिती, ज्ञान प्रबोधिनी, ५१०, सदाशिव पेठ, पुणे ३०. वेळ - सायं. ७ ते ८, समक्ष अथवा पत्राद्वारे.

मार्च	घटना	
१	* भारतातील पहिली पोलाद उद्योगातील कंपनी - टाटा आयर्न अँड स्टील कंपनीची स्थापना.	१९ * छत्रपती शिवाजी महाराज यांचा शिवनेरीवर जन्म. * शिवाजी महाराजांच्या पत्नी काशीबाईंचे निधन. * गणितज्ञ केरो लक्ष्मण छत्रे यांचे पुण्यात निधन.
२	* संत मीराबाईंचे निधन. * स्वातंत्र्यसैनिक व कवी सरोजिनी नायडू यांचे लखनौत निधन.	२० * जागतिक अपंग दिन * ज्येष्ठ नाटककार वसंत कानेटकर यांचा जन्म. * महाड येथे चवदार तळ्यावर संघर्ष
३	* भारतीय औद्योगिक युगाचे जनक जमशेटजी टाटांचा जन्म. * प्रख्यात कादंबरीकार हरि नारायण आपटे यांचे पुण्यात निधन. * 'अपोलो ९' यानाचे यशस्वी उड्डाण.	* प्रख्यात कवी बा. सी. मर्ढेकर यांचे दिल्लीत निधन. २१ * राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघाचे संस्थापक केशव बळीराम हेडगेवार यांचा नागपुरात जन्म. * थोर सनईवादक उस्ताद बिस्मिल्लाखाँचा जन्म.
५	* शिवाजी महाराजांचे औरंगजेब भेटीसाठी आग्रा प्रयाण	२३ * भगतसिंग, सुखदेव, राजगुरू यांना लाहोर तुरुंगात फाशी.
१०	* मराठे ह्य निजाम यांच्यात खड्यांची लढाई. यात निजामाचा पूर्ण पराभव	२५ * प्रख्यात लेखक व. पु. काळे यांचा जन्म.
१२	* थोर नेते यशवंतराव चव्हाण यांचा देवराष्ट्रे येथे जन्म. * म. गांधींच्या दांडीयात्रेस प्रारंभ.	२६ * लक्ष्मणराव किल्लोस्कर यांनी किल्लोस्करवाडी या गावी उद्यमनगरीची मुहूर्तमेढ रोवली.
१३	* थोर मुत्सद्दी नाना फडणीस यांचे निधन. * जालियनवाला बाग हत्याकांडातील प्रमुख मायकेल ओडवायरला लंडनमध्ये उधमसिंग यांनी ठार मारले.	२८ * शीख गुरू हरगोविंद यांचे निधन.
१४	* 'आलमआरा' पहिला भारतीय बोलपट मुंबईच्या नॉव्हेल्टी चित्रपटगृहात प्रदर्शित	२९ * मंगल पांडेने बराकपूर छावणीत गोळ्या झाडल्या व स्वातंत्र्य संग्रामाला सुरुवात.
१७	* मच्छिंद्रनाथ (आदिनाथ संप्रदायाचे प्रवर्तक) यांनी सातारा जिल्ह्यात मत्स्येंद्रगड येथे समाधी घेतली. * पंजाबचे नेते व गुरुकुल विश्वविद्यालयाचे संस्थापक स्वामी श्रद्धानंद यांचा जालंधर येथे जन्म. * बडोद्याचे सयाजीराव गायकवाड यांचा नाशिकात जन्म. * मराठी भाषेचे 'शिवाजी' विष्णुशास्त्री चिपळूणकर यांचे निधन.	३० * पुरंदर किल्ल्यावर दिलेरखानाशी लढताना मुरारबाजी धारातीर्थी पडला. * इंग्लंड व भारतात साप्ताहिक हवाई टपाल सेवा सुरू. वर दिलेल्या घटना कोणत्या वर्षी झाल्या ते शोधून काढा. उत्तरे याच अंकात इतरत्र पाहा.
१८	* शहाजीराजे भोसले यांचा जन्म. * आज्ञाद हिंद सेनेने ब्रह्मदेशाची सीमा ओलांडून भारतभूमीवर प्रथम तिरंगी ध्वज फडकावला.	संकलन - श्री. गणेश राऊत, पुणे.

मागील अंकातील 'दिनविशेष' मधील घटनांची वर्षे क्रमशः १ पासून ३१ पर्यंत १६८९, १९७१, १३१४, १८८४, १७६०, १८३२, १९१६, १९२५, १६७०, १९४८, १९३१, १९३३, १९४९, १७४२, १६२८, १९२२, १७४५, १९४४, १८३६, १८८३, १९१५, १७०७, १८२७, १८५४, १९४४, १८७६, १६००, १९६६, १९७६, १९१२, १९६३

(५ व्या घटनेपासून ८ व्या घटनेपर्यंतच्या घटना ३ फेब्रुवारी रोजी घडल्या आहेत.)

ग्रहगोल फिरतात, त्याच्या अखंड फिरण्याला निश्चितच गती आहे, लय आहे. बारा महिन्यांचे चक्र यामुळेच सातत्याने फिरते आणि आपण कालगणना करित राहातो. या कालगणनेच्या चक्राशी गुंफलेले ऋतुचक्र निसर्गजीवनाशी आणि मानवी जीवनाशी अतूट नाते अखंडपणे सांगत आहे. वसंत येतो पालवी फुटते. ग्रीष्म येतो धरती तापवितो. वर्षा ऋतू येतो मेघातून वर्षाव करतो. शरदाचंद्र आगमन आणि समृद्धीचं नातं दसरा दिवाळीच्या रूपानं दिसून येतं. सोन्याची सकाळ येते पण पिकली पानं गळू लागतात. एक प्रकारची अवकळा आणि उदासीनता जाणवत असतानाच वसंतवारे सुरू होतात - सृष्टीला संजीवनी मिळू लागते.

भारतीय सणसमारंभात सृष्टीच्या या विविध रूपांचा वेध आवर्जून घेतलेला आढळतो. उन्हाळा - पावसाळा, ऊन - सावली, वसंत - शिशिर हे शब्द मानवी जीवनांचे प्रतीक बनून व्यवहारात आलेले दिसतात. ते समजून घेऊन त्याही परिस्थितीत जीवनाला आनंदमय रूप देण्याची दृष्टी या सण समारंभाच्या परंपरेत प्रकर्षाने जाणवते.

सण-समारंभाची परंपरा किती जुनी आहे, हे निश्चित सांगता येत नसले तरी पंचांग परंपरा आणि तिथी वैशिष्ट्ये याचे लेखी रूप युगाब्द किंवा युधिष्ठिर शकापासून प्रचलित असलेले निश्चितपणे आढळते. शरदशय्येवर भीष्म दक्षिणायनात पडले पण उत्तरायण सुरू झाल्यावर इच्छामरणी भीष्मांनी मृत्यूचा शांतपणे स्वीकार केला. ही कथा 'संक्रांत' सणाच्या परंपरेची आठवण करून देण्यास पुरेशी आहे. 'तमसो मा ज्योतिर्गमय' अंधारातून प्रकाशाकडे' अशी तत्त्वपूजक, प्रकाशपूजक संस्कृती मकरसंक्रांत साजरी करते. रथसप्तमीस सूर्य नारायण रथारूढ होऊन गतिमान होतात. दिवस मोठा होतो. हे सारे सृष्टिविकासाचे रूप आनंदमय सोहळ्याने भारतीय मन संपन्न करते. 'तिलस्नान' 'तिलदान' म्हणजे तरी काय? कडाक्याच्या थंडीत पानगळ सुरू असता आणि त्वचा फुटून जावी अशा बोचऱ्या वाऱ्यात शरीराला आवश्यक त्या अन्नरसांचे पोषण मिळावे, स्वतःबरोबर इतरांनाही ते दिले जावे व सर्वांनी मिळून समारंभपूर्वक हे 'संक्रांतपर्व' 'प्रकाशपर्व' साजरे करावे. हे सारे अत्यंत काव्यमय वाटते.

या प्रसंगी आपण प्रामुख्याने होळी व रंगपंचमी, या आनंददायक सणांचा विचार करू. शिशिर संपत येतोय - पानगळ आता बंद होईल. माघ शुद्ध पंचमीच्या 'वसंत पंचमीने' वसंताची चाहूल दिली आहे. निष्पर्ण वृक्षावर बारीक कोवळी पालवी अंकुरताना जाणवत आहे. कोकिलकूजनातून 'वसंत येतोय' 'यारे या' अशी हाक सृष्टीच्या कानाकोपऱ्यातून येईल आणि पळस, गुलमोहोर, कण्हेर, बोगनवेल, शिरीष, पांगारा यांच्या शेंड्यावर केशरी पिवळ्या फुलांचे तुरे डोकावू लागतील.

मोगरा आणि सोनचाफ्यावर फळे धरू लागतील. वनातच काय - नदीकाठच्या वाळवंटात काकडी, टरबुजे, कर्लिगडे यांच्या वेर्लीवर बाळसेदार बाळे खेळू लागतील. ग्रीष्माशी खेळायच्या युद्धाचे हे सैनिक माणसांच्या मदतीसाठी धष्टपुष्ट होऊन आपल्या अंगणात येतील. धूळ आणि पानगळ यांनी उदास झालेल्या सृष्टीचे रूप वसंताची चाहूल येताच पालटण्याची क्रिया सुरू होईल. सूर्यकिरणे अधिक खेळू लागतील. त्याच वेळी निसर्गानं उत्पन्न केलेले जीवनरस आपल्याला समारंभपूर्वक तृप्त करतील.

चैतन्याने गतिमान होणाऱ्या जीवनाचे हे रूप 'होळी' 'रंगपंचमीच्या' पर्वात व पुढे चैत्र वैशाखाच्या वसंतात बहराला येईल. होळीची चाहूल गावोगाव आठपंधरा दिवस आधीच घेतली जाईल. ग्रामदेवतेच्या समोरील मैदान स्वच्छ होईल. गल्लीबोळ व शेतपंढीतील काटेकुटे झाडले जातील. हे सारं एकत्र करून एक प्रकारची सामूहिक स्वच्छता मोहीमच सुरू होईल. रानशेण्यांच्या माळा तयार होतील - हे सारं होळीसाठी ! वाळलेलं एखादं झाड आवर्जून आणलं जाईल. पुरणाच्या नैवेद्याची तयारी होईल. साऱ्या अमंगलाचे भस्म करणाऱ्या 'हुताशनी' अग्नीस नैवेद्य दिला जाईल व मग घरात जेवणे होतील.

अस्वच्छता दूर करावी. त्यातून निर्माण होणाऱ्या रोगांपासून बचाव व्हावा अशा धारणेने करावयाच्या या सामूहिक मोहिमेस उत्सवाचे रूप दिले असावे असे वाटते.

होळी पौर्णिमेला 'हुताशनी' म्हणजेच अग्नी असेही म्हणतात. जो अमंगलाचा नाश करतो, अशुद्धाला शुद्ध करतो, अन्नाला परिपक्व रूप देतो, जीवनाला चेतना देतो त्या अग्नीची पूजा विविध प्रकारे करणारे उपचार आपल्या परंपरेत रूढ आहेत. अग्नीसंबंधीची केवळ कृतज्ञता व्यक्त करण्यासाठी वा अग्निदेवतेस प्रसन्न करून घेण्यासाठी हे उपचार नसून नवनिर्मितीची एक प्रक्रिया यात सुप्तपणे आहे असं दिसतं.

निसर्गात अखंडपणे चालू असलेल्या या प्रक्रियेचं प्रतिबिंब या 'हुताशनी' पौर्णिमेला मानवी हालचालीतही आढळते. पालापाचोळा, वाळलेल्या काटक्या जाळून टाकत असताना मनातलेही अमंगल काढून टाकून त्याचेही भस्म व्हावे, असाही हेतू यात असावा. आबालवृद्ध, श्रीमंत-गरीब, सुशिक्षित-अशिक्षित सर्वांनी मिळून घरातला धार्मिक कार्यक्रम करत असतानाही साऱ्या गावाचा एक कार्यक्रम ईश्वरसाक्षीनं करावा हे सारंच औचित्यपूर्ण वाटतं. पुरणाचा नैवेद्य होळीला होतो. पोटही भरते. प्रसन्न मनाने पिटू चान्दण्यात रात्र जागते. आट्यापाट्या, खोखोचे मर्दानी खेळ होतात. ढोलकीच्या नादावर नाच-गाण्यांना रंग भरतो. होळीच्या उबेत उसळलेल्या उत्साहात थंडीचे पलायन होते. दिवस

उजाडतो तो धूलीवंदनाकरिता.

धूलीवंदन म्हणजे श्रमप्रतिष्ठेचा दिवस. विज्ञत आलेल्या होळीची राख त्या दिवशी विसर्जित करायची असते. एक प्रकारचे सामूहिक रक्षा विसर्जनच. भस्मविलेपनही म्हणा हवं तर ! आंगला घाण लागली असं म्हणायचं नाही. तसं कुणी म्हटलं तर एक दिवस अंतर्बाह्य स्वच्छतेचा हा उपचार सर्वांना एकत्र आणण्यास समरस होण्यास खूपच पोषक. कालांतराने यात विकृती आली हा भाग वेगळा. पण त्याचे मूळ विशुद्ध सामाजिक रूप समाजधारणेसाठी होते हे विसरून चालणार नाही. ह्या सणाची समाप्ती होते ती रंगपंचमीच्या नयनरम्य खेळाने. तसं पाहिलं तर या दिवशी केशर-कस्तुरी, अबीर, गुलाल ही सुगंधी व औषधी द्रव्यं यांचाच परंपरागत वापर रंगण्यासाठी व्हायचा. श्रीकृष्णाच्या रासक्रीडेत वा प्राचीन राजदरबारातील रंगपंचमीच्या खेळात नवरंगाची जी उधळण होई त्याची वर्णनं मुळातूनच वाचावीत. आज त्याचा प्रत्यक्ष अनुभव घेणं स्वप्नवत् वाटेल. पण जुनी पिढी त्याची प्रत्यक्ष साक्षीदार आजही आहे. केवळ डोळ्यांना सुखावणाऱ्या रंगसाम्राज्याची ही वर्णने नव्हेत तर कडक उन्हाळ्यात तडकून निघालेल्या त्वचेला आणि पुढे कडक उन्हाळ्यास सामोरे जाणाऱ्या अंगकांतीला सांभाळणारा हा एक उपचारही आहे. आज वापरले जाणारे रासायनिक रंग वा तैलरंग यांचा वापर ही विकृती आहे. पण ज्यांना केशर चंदन परवडणारे नाही त्यांनी पळसाची फुले उकळून तयार केलेला केशरी रंग वापरून पाहावा. त्वचेवर होणारा एक उत्तम शीतोपचार अनुभवता येईल. परंपरेनुसार लहान तान्हुल्यांनाही या केशरी रंगाचे शिडकावे निरपवादपणे दिले जात हे लक्षात घेण्यासारखे आहे.

काळाच्या ओघात मूळ अर्थ समजून न घेता करत आलेल्या कृतीतून जी विकृती आली ती या होळीच्या निमित्ताने जळावी. सणांच्या मूळ उपचारात आणि साधनसामग्रीत मानवी मनाला मिळणारी जी सुप्त ऊर्जा आहे तिचा शोध घेतला जावा. जुन्यातील सोने टिकून राहावे. हीण, अमंगल जळावे, सामाजिक समरसता वाढावी. ईर्ष्या आणि द्वेष पूर्ण लोपून स्नेह निरंतर वाढावा यासाठी या सणांस कालोचित रूप देणे शक्य होईल का? पक्वान्नाचे जेवण व्हावे. एकत्र बसून पेयपान, खेळही व्हावेत, रंगांची उधळण व्हावी, हास्य, शृंगार, वीट, शांत याबरोबरच बीभत्स, भयानक, रौद्र अशा रसांची झलकही या निमित्ताने विविध कार्यक्रमांतून प्रत्ययाला यावी. हे सारे मानवी मनास पोषक असेच असेल अशी रचना असावी. विकृती लोपून सत्प्रवृत्ती वाढेल एवढे पथ्य सांभाळले तर वसंतच्या आगमनाची गुढी उभारण्यासाठी आवश्यक ते सामाजिक वातावरण उत्पन्न होईल. 'वसंत आला रे - या रे या' असे म्हणण्यास भरपूर उत्साह येईल.

‘छात्र प्रबोधन’च्या परीक्षेचा निकाल या अंकात देताना विशेष आनंद होत आहे. मागच्या अंकात पहिल्या प्रश्नाच्या उत्तराचे निवडक भाग दिले होते. या अंकात उरलेल्या सर्व प्रश्नांचे थोडक्यात संकलन येथे दिले आहे.

प्रश्न २ : दीपावली विशेषाकांत ब्रेल लिपीची ओळख दिली होती. ती वापरून स्वतःचे संपूर्ण नाव ब्रेल लिपीत लिहिण्यास सांगितले होते. बहुतेक सर्वांनीच स्वतःचे नाव बरोबर लिहिले आहे पण काही जणांना जोडाक्षरांच्या ठिकाणी अडखळायला झाले. महेश गर्जे याने पोस्टकार्डावर टाचणीच्या साहाय्याने भोके पाडून नाव लिहिले आहे.

प्रश्न ३ : अनेकांनी विविध वस्तू करून पाहिल्या आहेत. राख्या, आकाशकंदील, भेटकार्डे. अनेकांनी उत्तम रीतीने करून पाहिली. दिवाळीच्या सुट्टीतील कंटाळवाणी दुपार प्रबोधनमध्ये सुचविलेल्या आकर्षक भेटकार्डे तयार करण्याने अधिक खुलली. कार्डशीटवर केलेल्या दोऱ्यांच्या विणण्यातही कला असते हे जाणवले. असे तयार केलेले भेटकार्ड मैत्रिणीच्या वाढदिवसाला देताना खूपच आनंद झाला.

– आशा महाले, धुळे

विज्ञानाचे प्रयोग करताना केलेली धडपड त्यांच्याच शब्दात –

* कांडप यंत्र तयार करताना आलेल्या अडचणी डोंगराप्रमाणे होत्या. कधीच हाती न धरलेली करवत एकदम लाकूड कापण्यासाठी घेणे कठीणच गेले. त्यातच बोटाला करवतीने कापले. सहनशक्तीची खरीच परीक्षा झाली. अखेर वडिलांच्या मार्गदर्शनाने सांगाडा तयार केला. पत्र्याच्या चकत्यांसाठी लिम्काच्या बाटलीच्या बिल्ल्यांची आठवण झाली. असे विविध वस्तू गोळा करत अखेर मोठ्या प्रयत्नाने कांडप यंत्र तयार केले.

– महेश गर्जे, निगडी

* अक्षरे आरशात सुलटी दिसतील अशी काढण्याचा प्रयत्न केला. त्यातील बरीचशी अक्षरे जमली. मराठीतील इ, ड, झ, ऋ, ह, क्ष, ज्ञ ही अक्षरे अवघड गेली. गुप्तनिधी कलश करण्याचाही प्रयत्न केला. त्यातील तत्त्व कळले पण कलश नीट जमला नाही.

– चंदा वाघचौरे, निगडी

* एका खोलीतील घड्याळ आरशाच्या साहाय्याने दुसऱ्याही खोलीत दिसू शकेल. प्रयोग मी केला. योग्य कोन साधताना घराच्या रचनेत थोडासा बदल करावा लागला. प्रारंभी आईने जरा कुरकुर केली. पण नंतर प्रयोग समजावून सांगितल्यावर तिलाही आनंद झाला. माझा प्रयोग अखेर यशस्वी झाला. यातून नवीन कल्पनेचा वापर करून पाहाण्याची संधी मिळाली.

– सागर भंडारे, पुणे

प्रश्न ४ : या लेखमालेत सर्वात जास्त आवडलेली लेखमाला प्रत्येकाला लिहायला सांगितली होती. त्यामध्ये अभ्यासातील स्वावलंबन, समुद्रपक्षी जोनाथन अन् शरीर सतेज सुदृढ ही लेखमाला अनेकांना आवडल्याचे कळले.

* स्वतःचा स्वतः अभ्यास करण्याची तंत्रे साध्या, सोप्या, सहज समजणाऱ्या शब्दांत दिल्यामुळे अभ्यास करण्यासाठी खूप उपयोग झाला. प्रारंभी जड गेले पण नंतर सवय झाली.

– अश्विनी मेहेंदळे, नाशिक

* अभ्यास म्हणजे काहीवेळा वैरीच वाटतो. पण स्मरणकौशल्ये व इतर तंत्रे वापरून अभ्यासात मन रमू लागले अन् तो मित्रासारखा वाटू लागला.

– वैशाली देशपांडे, लातूर

* ओळख ब्रेल लिपीची हा लेख आवडला. लेख वाचल्यावर आपल्याला अंधमित्रांसाठी काहीतरी करायला हवे. अंधांसाठी एखादे वर्तमानपत्र अथवा साप्ताहिक काढावेसे वाटते. तसेच विविध कथा, कोडीही कशी करता येतील असा विचार चालू आहे.

– शुभांगी हरपळे, फुरसुंगी, जि. पुणे

* शरीर सतेज सुदृढ ही लेखमाला खूप आवडली. योगासने आम्ही पहाटे उठून करून पाहिली व त्यामुळे फार प्रसन्न वाटते. अभ्यासही खूप चांगला होतो. माझ्यामुळे माझे लहान भाऊ-बहिणही माझ्याबरोबर नियमितपणे योगासने करू लागली आहेत. खरोखरच आजच्या धावपळीच्या युगात शरीराकडे नीट लक्ष द्यायला कोणालाच वेळ मिळत नाही. पण अखेर सगळ्या गोष्टी प्राप्त करण्यासाठी हे साधन बळकट करायलाच हवे.

– क्रांति बिराजदार, लातूर

* थोर पुरुषांची चरित्रे खूप आवडली. शंतनुराव किल्लोस्कर यांच्या चरित्र कथेतील त्यांच्या उत्कर्षाची, जिद्दीची, सर्वस्व अर्पण करण्याची भावना ठायी ठायी अनुभवण्यास मिळाली.

– प्रियतमा सिसोदिया, धुळे

प्रश्न ५ : ‘प्रबोधन’ मासिकामध्ये अजून कोणकोणते विषय तुम्हाला हवे आहेत हे समजण्यासाठी जणु तुम्ही संपादक आहात असे समजून १६ पानांची विभागणी विविध लेखांमध्ये करायला सुचविले होते. त्यात गोष्टी असाव्यात, मुला-मुलींच्या लेखनाला अधिक जागा असावी. सहजगत्या करून पाहाता येतील अशा विविध वस्तूंची माहिती असावी.

याव्यतिरिक्त अनेक विषय असावेत असे काहींनी सुचविले आहे. त्यातील काही ठळक विषय – * देवी अंगात येणे खरे-खोटे. अन्य अंधश्रद्धेबाबतचे वैज्ञानिक दृष्टिकोन, * भारतीय सणांचा आजच्या काळातील अर्थ, * ऐतिहासिक प्राचीन वास्तू, शिलालेख, किल्ले, लेख यांची माहिती, * जागतिक क्रांती, महायुद्धे यांच्या कथा, * विचारा तर खरं? मुलांनी विचारलेल्या विविध प्रश्नांची उत्तरे, * असे आम्ही जन्मलो (धातूंच्या जन्मकथा), * विविध क्षेत्रांमधील भारताचे जागतिक क्रमवारीतील स्थान, * आकाश दर्शन खगोल शास्त्राची

माहिती, * प्राचीन शास्त्रज्ञ पुरस्कार प्राप्त शूर बालकांच्या कथा

यथाशक्य या विषयांचा अंतर्भाव 'प्रबोधन'च्या मासिकात होईल.

प्रश्न ६ : भारतातील विविध घटनांचा व देशप्रश्नांचा प्रत्येकाचा अभ्यास व्हावा व त्याबद्दलची त्याची जाणीव वाढावी म्हणून हा प्रश्न प्रश्नपत्रिकेत घातला होता. अनेक प्रकारचे प्रश्न त्यामध्ये अनेकांनी मांडले आहेत. त्याची थोडक्यात यादी अन् त्याबद्दलचे काहींचे विश्लेषण पुढीलप्रमाणे -

* रामजन्मभूमी * व्यसनाधीनता * काश्मीर प्रश्न, पंजाब फुटीरतावाद, * निरक्षरता * राखीव जागा धोरण, * दारिद्र्य * हुंडाबळी, * पाणी वाटप, भूमी वाटपावरून राज्यांतर्गत तणाव, * भारतावरील कर्ज, * महागाई, * भ्रष्टाचार, * बेकारी, * वाढती लोकसंख्या

*** व्यसनाधीनता :** गोरगरीब लोक दिवसभर कष्ट करून मिळविलेल्या सर्व पैशांची दारू पितात. बायकामुलांची उपासमार करून, प्रसंगी मारझोड करूनही दारू पितात. त्यातून त्यांना रोग जडतात. त्याचप्रमाणे गर्द, हेरॉईनमुळे आजची तरुण पिढी वयाच्या २५ व्या वर्षीच म्हातारी होत चालली आहे. भारताची ५०% पेक्षा अधिक लोकसंख्या वयाने तरुण असूनही खऱ्या अर्थाने तरुण असणाऱ्यांची संख्या खूप कमी आहे. याचे कारण विविध प्रकारची व्यसने अन् त्यांच्या आहारी जाऊन आयुष्य बरबाद करणे. म्हणूनच देश प्रगतिपथावर नेण्यासाठी

हा प्रश्न प्रथम सोडविला पाहिजे.

- शशिकांत फंड, शिरूर

*** रामजन्मभूमी बाबरी मशिद :** ६ डिसेंबरला भारत हे धर्मनिरपेक्ष राष्ट्र आहे. ह्या गोष्टीला तडा लावणारी घटना घडली. भारताने एकीकडे धर्मनिरपेक्ष राष्ट्र म्हणून सर्वत्र त्याचा गाजावाजा करावा व एकीकडे तेथील धर्मातील तंटे सोडवण्यात अपयशी व्हावे.

ज्या दिवशी भारत स्वतंत्र झाला त्यावेळेस पाकिस्तानने स्वतःला इस्लामवादी राष्ट्र म्हणून घोषित केले. त्याप्रमाणे भारतानेही हिंदुत्ववादी राष्ट्र म्हणून घोषित केले असते तर आज ही परिस्थिती निर्माण झाली नसती. पाकिस्तानात राहाणाऱ्या हिंदूंच्या हालअपेष्टा पराकोटीला पोहोचल्यात. भारतात मशिद पाडल्यावर इतर मुस्लीमराष्ट्रात मात्र त्याचा प्रतिसाद म्हणून मंदिरे पाडण्यात आली. आपल्या भारतीय नेत्यांनी मशिद पाडली म्हणून दुःख व्यक्त केले पण कोणत्याही मुस्लीमाला मंदिर पाडले म्हणून दुःख व्यक्त करण्याची बुद्धी सुचली नाही.

भारत कचखाऊपणा का स्वीकारतो. मशिद पाडल्यावर मी हिंदू आहे म्हणून मला सहज व स्वाभाविक आनंद होणे साहजिकच पण दुसरीकडे मानवताधर्म मानून एखाद्याच्या भावना दुखावणे वाईट ठरते. मशिद पाडल्याने कोणाचेच भले झाले नाही. पण भारतात राहाणाऱ्या मुस्लीम बांधवांनी हे ही लक्षात ठेवले पाहिजे की भारतात राहाताना भारताचे कायदे नियम त्यांनी पाळले पाहिजेत. अगदी जवळजवळ २५ कोटी मुसलमान भारतात

आहेत व उरलेले बहुसंख्य हिंदू. २५ कोटी मुसलमान आपल्यावर दादागिरी करतात. हे हिंदूंना तरी कसे सहन होईल. तेव्हा मला वाटते राजकीय नेत्यांनी भारताला एकतर भारत हा हिंदुत्ववादी राष्ट्र आहे असे घोषित करावे किंवा धर्मनिरपेक्ष म्हणून राहाताना हिंदू व मुसलमान भेद करू नये. त्यांना समान कायदे ठेवावेत.

- महेश गर्जे, निगडी

अशा प्रकारे आपणच लिहिलेल्या उत्तरपत्रिकांमधील काही भाग या निमित्ताने संकलित व संक्षिप्तपणे मांडला. या सर्व स्पर्धेचा निर्णय खाली देत आहोत.

शब्दकोडे तयार करण्याची स्पर्धा !

मागील अंकातील शब्दकोडे तयार करण्याच्या स्पर्धेसाठी अनेकांची पत्रे आली आहेत. क्रमशः त्यातील काही कोडी पुढील अंकांमध्ये दिली जातील. त्यातील नवीन उत्तमदास गुजर, पुणे याने १४ शब्दकोडी तयार करून पाठविली आहेत. त्यातील एक शब्दकोडे खाली देत आहोत.

आडवे शब्द - १) पती, ३) हळूहळू, ५) एक शस्त्र, ६) तेज, ८) एक मोठे यंत्र (ग्रहांची अंतरे काढण्यासाठी वापरतात), ११) खूण, १२) वेळ, १३) छंद

उभे शब्द - १) आश्चर्य, २) रात्री, ३) संभाषण, ४) राजस्थानच्या वाळवंटाचा प्रकार, ७) एखाद्या गोष्टीमागचे सत्य, ९) अन्नपुरवठा, १०) धीट, ११) वसा

१		२		३	४
		५			
६	७				
	८		९		१०
११			१२		
		१३			

१८११ '१३३३ '१५७४ '१६११ '१७३३ '०४११
'८६११ '४६११ '३६११ '०४७४ '१५११ '१८११
'६६११ '--- '४७७४ '४७३३ '०६३३ '४४११
'४४५४ '६७७४ '६३७४ '३५७४ '०४८४ '४६११
'४६११ '००७४ '०६११ '४४११ '५४११ '३३३३
'४३११ '४४११ '४६७४ '४४११ '७३५४ '७०४४
(१६मार्च) १५ १५ २०१३ १५ १५ १५ १५ १५ १५ १५

'प्रबोधन' परीक्षेचा निकाल		
प्रथम क्रमांक विभागून (रु. ५१/-)	१. सागर भंडारे	१२ वी कॉमर्स, नु. म. वि. पुणे
द्वितीय क्रमांक (रु. २५/-)	२. महेश गर्जे	९ वी ज्ञान प्रबोधिनी प्रशाला, निगडी
तृतीय क्रमांक विभागून (रु. १५/-)	१. आशा महाले	८ वी महाराणा प्रताप मा. वि., धुळे
उत्तेजनार्थ	१. शुभांगी हरपळे	११ वी फुरसुंगी, जि. पुणे
	२. अदिती फडके	९ वी ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे
	१. प्रवीण बांगड	९ वी म. गांधी विद्यालय, राजगुरुनगर
	२. प्रीती छाजेड	६ वी श्री. विजय वल्लभ हायस्कूल, पुणे
	३. क्रांती बिराजदार	९ वी केशवराज विद्यालय, लातूर

(सर्व यशस्वी स्पर्धकांचे अभिनंदन.) 'प्रबोधन' वरील पुढची परीक्षा एप्रिलच्या वासंतिक विशेषांकामध्ये होईल. त्यामध्ये छात्रप्रबोधनच्या पहिल्या ६ अंकांमधील विषयांवर प्रश्न असतील. अधिकाधिक जणांनी या परीक्षेसाठी तयार राहावे. अर्थातच उत्तरे लिहिताना मासिके बघायला पूर्ण परवानगी आहे.)

मानवी मनाची धडपड ही यशासाठीच असते. प्रत्येक गोष्टीतून यशाची पताका फडकविणे हाच मानवी मनाचा ध्यास असतो. यासाठी अविरत परिश्रम, प्रयत्नांची पराकाष्ठा या गोष्टी नेहमीच चालू असतात.

यश मिळविणे हेच आमच्या जीवनाचे उद्दिष्ट आहे. म्हणूनच यापुढे आम्ही प्रयत्नांची कास धरून यश खेचून आणणार आहोत. उत्तुंग झेप घेऊन, इच्छित गोष्टी प्राप्त कराव्यात तसे हे यश आमच्यासाठी आहे. यशासाठी आम्ही अखंड झेप घेणार आहोत. यशाच्या प्राप्तीसाठी प्रयत्न करावे लागतात हे आम्हाला ज्ञात आहे. पण हे प्रयत्न आम्ही बुद्धीच्या सामर्थ्याने आणि चातुर्याने जाणीवपूर्वक करणार आहोत. ही यशाची वाट चालत असताना उदंड सामर्थ्य व वैचारिक, भावनिक ऐश्वर्य संपादन करणे या गोष्टीही आम्हाला करायच्या आहोत. जेथे जाऊन पोहोचायला हवे. तेथपर्यंत आम्ही जाणार आहोतच. पण पावलापावलावर स्वतःला सावरत, जागरूक ठेवीतच ही झेप आम्हाला घ्यायची आहे. 'मऊ मेणाहुनि आम्ही विष्णुदास। कठीण वज्रास भेदू ऐसे' अशी शरीरमनाची कठोरता आणि कोमलता आमच्यात असेल. पण अंतःकरणाचा गाभारा मात्र स्नेहरूपी एकतेने परिपूर्ण असेल. आमच्या अंतःकरणातील ज्योत मात्र नंदादीपातील ज्योतीप्रमाणे अखंड तेवत राहणारी, वाऱ्यावादळातही न विझणारी अशी ज्योत असेल. कारण जागरूकता धर्म असून प्रसन्नता ही आमची वृत्ती आहे.

आपली झेप ही प्रयत्नपूर्वक आणि सामर्थ्यशाली अशीच असणार आहे. ती अजिंक्य झेप ठरावी असा आमचा मानस आहे. 'अशक्य' शब्द आम्हाला माहीत

नाही. स्वसामर्थ्यानेच श्रेष्ठपद मिळू शकते. हा मंत्र आम्हाला माहीत असून तो सार्थ करण्यासाठीच आमची धडपड आहे. त्यासाठीच आम्ही वचनबद्ध होत आहोत.

स्वपराक्रमाने सारा दिगंत हालवून टाकण्याची सामर्थ्यशाली विक्रमी वृत्ती करायला आम्ही निघालो आहोत. हिंदुपुत्र म्हणून या हिंदुभूमीचा आम्हाला अभिमान आहे. आणि या मायभूमीचे तेज आम्हाला अखिल जगताला दाखवायचे आहे. त्यासाठी आम्ही सिद्ध आहोत. जे आम्ही म्हटले आहे तेच आम्ही करणार आहोत. आमच्या वाणीत आणि आमच्या मनात एकच चेतना आहे. काया, वाचा, मनाने, अव्याहत परिश्रमाने आम्ही यशाकडे झेप घेणार आहोत.

याठिकाणी वापरलेला 'यश' हा शब्द थोडा व्यापक अर्थाने वापरला आहे. केवळ एखाद्या कामातील किंवा परीक्षेतील यश असा अर्थ नसून

संपूर्ण यशस्वी जीवन हा अर्थ अभिप्रेत आहे. स्वतःमधल्या पूर्णत्वाचा विकास म्हणजे शिक्षण असा शिक्षणाचा अर्थ स्वामी विवेकानंदांनी सांगितला आहे. शिक्षण हा एक संस्कार आहे. संस्कारांनी जपली जाते ती संस्कृती आणि संस्कृतीने संपन्न होतो तो माणूस. असे स्वतःमधले मनुष्यत्व जागे होणे हेच खरे यश ! अशा यशाप्राप्तीसाठी प्रयत्नशील राहणे हे आमचे उद्दिष्ट आहे. तो आमचा ध्यास आहे. तीच आमची स्वयमेव मूर्गेद्रता आहे. त्यासाठीच आम्हाला झेप घ्यायची आहे. ती आमची झेप अखंड आहे. अजिंक्य आहे. यापुढे आम्ही वाटचाल करित निघालो आहोत. उज्ज्वल, धवल यशाप्राप्तीसाठीच !

या पुढे यशाकडे अखंड झेप घ्यायची
अखंड झेप घ्यायची ॥१॥

शक्ति-युक्ति-बुद्धिने सुजाण यत्न चालवू
संपदा, समर्थता उदंड आम्ही मेळवू
सावधान पाऊले जयाप्रतीच जायची ॥१॥

वज्रता विनम्रता तनूमनात बाणवू
स्नेहशील एकता निजांतरात तेववू
वीजवादळात ही ज्योत ना विझायची ॥२॥

अजिंक्य झेप आपली अशक्य शब्द नेणते
'मूर्गेद्रता स्वयं हि एव' मंत्र एक जाणते
सार्थ तो करू अशी शपथ ही वहायची ॥३॥

विक्रमी कृती करू चला दिगंत हालवू
तेज मायभूमिचे उभ्या जगास दाखवू
चेतना स्वरातली उरात जागवायची ॥४॥

- डॉ. स्वर्णलता भिशीकर

हे मासिक 'ज्ञान प्रबोधिनी' या संस्थेच्या मालकीचे असून सौर माघ १, शके १९१४ (२० फेब्रुवारी १९९३) या दिवशी प्रभात प्रिंटिंग प्रेस, गुलटेकडी, पुणे येथे छापून ज्ञान प्रबोधिनी येथून प्रकाशित झाले.

संपादक, प्रकाशक : श्री. महेंद्र सेठिया

संपर्क : 'छात्र प्रबोधन' ज्ञान प्रबोधिनी,

५१०, सदाशिव पेठ, पुणे - ४११ ०३०. ४३२६९१.

मुद्रक : प्रबोध संपदा, पुणे - २

नोंदणी क्र. PHM/153/VIII

छात्र प्रबोधन - PNCW/349

वार्षिक वर्गणी : रु. २५/-

पुस्त - डाक