



# छात्र प्रबोधन

माताच्या सख्ख क्षणी या  
आकाश ढगांचे झाले  
ओथंबून क्षितिज पहा हे  
भूवर उतरुनी आले

ज्ञान प्रबोधिनीचे कुमारांसाठी अभिनव मासिक!

# छात्र प्रबोधन दीपावली विशेषांक १९९९



## विविध विषयांनी नटलेला वैशिष्ट्यपूर्ण दिवाळी अंक!



- ❖ अनेक मान्यवरांच्या कथा, कविता, ललित लेख!
- ❖ विशेष लेखमालेत, विविध क्षेत्रात काम करणाऱ्या नामवंत व्यक्ती लिहीत आहेत, आपल्या आयुष्यातील कसोटीच्या क्षणाविषयी- पं. भीमसेन जोशी, डॉ. बानू कोयाजी, डॉ. श्रीराम लागू, ब्रिगेडिअर प्रताप जोशी, जयंतराव टिळक, सुचेता चाफेकर, आणि अनेक मान्यवर----
- ❖ विशेष लेख - वीणा गवाणकर, डॉ. व. दि. कुलकर्णी, डॉ. आनंद नाडकर्णी, डॉ. पुरुषोत्तम जोशी.
- ❖ अनेक माहितीपर, कृतीपर, विज्ञान, तंत्रज्ञान व क्रीडाविषयक लेख!
- ❖ याशिवाय, कोडी, विनोद, किस्से, वेचकवेधक, व्यंग्यचित्रे, इ. आकर्षक खजिना!!
- ❖ सोबत नेहमीप्रमाणे नावीन्यपूर्ण भेट!

सुमारे २०० पानांचा संग्राह्य अंक! किंमत रु. ५०/-

## वितरण व्यवस्था

दिवाळी अंक आपल्या गावातील वितरण केंद्रावरून १ नोव्हेंबरनंतर घेऊन जावा.  
दिवाळीची सुट्टी अधिक आनंदात घालविण्यासाठी आपला अंक वेळेत घेऊन जा, तसेच अनेकांना भेट देण्यासाठी अंक विकत घ्या. त्या निमित्ताने अनेक नवीन मित्र-मैत्रिणींना मासिकाचे सभासद करून घ्या.  
वितरणाच्या अधिक तपशीलासाठी या अंकातील पृष्ठ क्र. २९ पाहावे.

### दीपावली अंकासाठी विविध स्पर्धा

#### १) शुभेच्छा पत्र (भेटकार्ड)

पान, फुले, कागद, धान्य, काड्या, दोरा इ. पैकी काहीही वापरून पोस्टकार्डच्या आकाराचे शुभेच्छापत्र तयार करा.

#### २) गुप्तसंदेश स्पर्धा

या स्पर्धेत एक संदेश तुम्हाला गुप्तपणे कवितेतून तुमच्या मित्र-मैत्रिणीला पाठवायचा आहे. 'तू सहलीला येणार ना?' ह्या संदेशातील एकेक अक्षर क्रमाने कल्पनेने कवितेत गुंफायचा प्रयत्न करा.

#### ३) माझी वेधशाळा - निरीक्षण नोंदी

गेल्या तीन लेखांच्या आधारे तुम्ही केलेल्या निरीक्षणांविषयी अडचणींविषयी एक टिपण करून आमच्याकडे पाठवा. सोबत पालकांचे प्रमाणपत्रही जोडा.

आपले साहित्य १५ ऑक्टो. १९ पूर्वी मासिकाच्या मुख्य कार्यालयाकडे पाठवावे. प्रत्येक स्पर्धेतील पहिल्या तीन यशस्वी स्पर्धकांना आकर्षक बक्षिसे!

तपशीलाविषयी मागील अंक पाहा आणि मोठ्या प्रमाणात स्पर्धांमध्ये सहभागी व्हा!

### दिवाळीच्या सुट्टीत मुलामुलींसाठी ग्रामीण शिबिर व गिरिभ्रमण

कालावधी - १२ नोव्हेंबर ते २० नोव्हेंबर १९.

शुल्क - रु. ५००/- (आर्थिक अडचण असलेल्यांनी संपर्क साधावा.)

वयोगट - ८ वी ते प्रथम वर्ष पदवीपर्यंतचे सदस्य (मुला-मुलींची स्वतंत्र शिबिरे होतील.)

स्थळ - पुणे जिल्ह्यातील निसर्गरम्य परिसरात.

**प्रवेशसंख्या मर्यादित!**

**स्थानिक अथवा मुख्य कार्यालयात शुल्क**

**भरून नावनिश्चिती करा!**

**माहिती पत्रके मुख्य व स्थानिक**

**कार्यालयांमध्ये उपलब्ध!**

(शिबिराबाबत अधिक तपशील पृष्ठ क्र. ५ वर पाहा.)

**दीपावलीची सुट्टी अनुभवसमृद्ध करा!**



इवली शल्ये रुपती खुपती,  
मात करू दे त्यांच्यावरती  
प्रभलभतेचे पंख देऊनी  
ने ज्योतिर्जगतात ।

संपादक, प्रकाशक  
महेन्द्र सेठिया

**संपादक मंडळ**

महेन्द्र सेठिया B.E., M.Ed.  
शैलजा देशमुख M.A., M.Ed.  
दत्ता श्री. टोळ B.A., B.Com.  
विवेक पोंक्षे M.Sc., B.Ed.

कार्यकारी संपादक  
वर्षा कुलकर्णी

मुखपृष्ठ, मलपृष्ठ, आतील चित्रे  
गिरीश सहस्रबुद्धे

अक्षर जुळणी  
प्रिंट लिंक, पुणे

संपर्क पत्ता- 'छात्र प्रबोधन'  
ज्ञान प्रबोधिनी, ५१०, सदाशिव पेठ  
पुणे - ४११०३०

दूरभाष ४४७७६९१, ४४७८०९५

Fax : (०२०) ४४९१८०६

E-mail : prabodhini@vsnl.com

दूरभाष ०२० - ४४७७६९१, ४४७८०९५

प्रकाशन दिनांक

राष्ट्रीय सौर ९ आश्विन, शके १९२१.

१ ऑक्टोबर १९९९.

वर्गणी- (भारतात):

वार्षिक: रु. १२५/- द्वैवार्षिक: रु. २४०/-

त्रैवार्षिक: रु. ३५०/- आजीवन: रु. २०००/-

भारताबाहेर- वार्षिक -: ३० डॉलर

## छात्र प्रबोधन

वर्ष ८ अंक ३

सौर आश्विन शके १९२१

### अंतरंग

- |    |   |                   |
|----|---|-------------------|
| २  | संवाद   | - महेन्द्र सेठिया |
| ३  | माझी वेधशाळा - ढग व त्यांचे प्रकार :                | - अरविंद परांजपे  |
| ६  | कविता पानोपानी :                                    |                   |
|    | असे होईल का?  | - सरिता पदकी      |
|    | सलाम :  | - मंजिरी आठवले    |
| ७  | दुर्गापूजा:   | - मृणालिनी गडकरी  |
| ९  | कथा : देव पावला :                                   | - शैलजा राजे      |
| १३ | खेळांना जाणून तर घेऊ या : टेबल टेनिस                | - वर्षा कुलकर्णी  |
| १५ | निसर्ग :  | - कु. ललिता गोखले |
| १६ | विज्ञान प्रयोग                                      |                   |
| १७ | अभ्यासातील स्वावलंबन :                              |                   |
|    | अभ्यासातील अडथळे कसे दूर कराल /? :- महेन्द्र सेठिया |                   |
| २१ | कथा : मिनी :  | - चि. शशांक कानडे |
| २३ | नीर - क्षीर विवेक :                                 | - संजीवनी बोकील   |
| २४ | दोन जीवनसत्वे - आई + बाबा :                         | - चि. हर्षल भक्त  |
| २५ | प्रवासवर्णन : रमणीय 'देवभूमी' त भटकंती :- रेखा जोशी |                   |
| २७ | हॅलो हॅम :  | - ज्योतिका चितळे  |
| २९ | दिवाळी अंक वितरण व्यवस्था व पत्ते                   |                   |
| ३२ | उपक्रम  |                   |

सान्या परिसरावर सोनसाज हा नवीन, खुलवितो अरुवार आश्विन.

१

छात्र प्रबोधन : निव्वळ मासिक नव्हे ! विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासाची चळवळ !!

## संवाद

प्रिय प्रबोधक मित्रमैत्रिणींनो,

गणेशोत्सवाची धामधूम संपून शाळा पुन्हा सुरळीतपणे चालू झाल्या असतील. प्रबोधिनीच्या मुलामुलींची बरची नृत्याची पथके अत्यंत जोशपूर्ण वातावरणात विविध मिरवणुकांमध्ये सामील झाली होती. स्वतःला विसरून, आजूबाजूच्या गर्दीचेही भान न ठेवता, धुंद होऊन, तासन्तास नाचण्यामध्ये शारीरिक कष्ट तर असतातच पण एकदा त्यातली गोडी कळायला लागली की मग मजा यायला लागते. विलक्षण आनंद मिळतो. छात्र प्रबोधनच्या अनेक सभासदांनी असा अनुभव वेगवेगळ्या निमित्ताने घ्यायला हवा. एखादे श्रमकार्य असेल, एखादी साहस सहल असेल किंवा क्रीडांगणावरील खेळ असेल, हातचे काही ना राखता, झोकून देऊन, सर्व शक्तिनीशी त्यामध्ये सहभागी व्हायला शिकणे म्हणजे स्वतःमधला आळस झटकणे होय.

या वर्षी विजयादशमीच्या निमित्ताने आपल्यातल्या या आळसाला पार सीमेपार ढकलून देऊ या आणि उत्साहाने, पराक्रमाच्या जुन्या सीमा उल्लंघून नवे पराक्रम करायला सज्ज होऊ या! केवळ विध्वंसक किंवा बंडखोर कृती करणे म्हणजेच पराक्रम करणे हे समीकरण तुम्हाला बरोबर वाटते का? बऱ्याच वेळा, शाळेच्या खिडक्यांच्या काचा फोडणे, बाके मोडणे, सिगारेट ओढणे, शाळा बुडवून बाहेर उनाडक्या करत हिंडणे, विनाकारण एखाद्याची टिंगल करणे, शिक्षकांना त्रास देणे इ. गोष्टी करणारे विद्यार्थी वर्गामध्ये पराक्रमी, 'हिरो' समजले जातात. चांगला, विधायक विचार करणारी मुले-मुली बऱ्याच वेळा कोणाच्या अध्यात ना मध्यात, या पद्धतीने या सर्वांपासून स्वतःला अलिप्त ठेवतात आणि केवळ बौद्धिक पराक्रम करण्यातच (तोही परीक्षेतील मार्कापुरता, व्यवहारचातुर्याबाबत शंकाच आहे) फुशारकी मारतात. तुम्ही या दोन्ही गटात तर असायला नकोच आहात. पण जरा पुढाकार घेऊन, गट जमवून, दोन्ही प्रकारच्या विद्यार्थ्यांना विधायक पराक्रम करायला, नवनवीन आव्हाने घेऊन त्यावर स्वार व्हायला प्रवृत्त करावे आणि स्वःतही तसे करून दाखवावे ही तुमच्याकडून अपेक्षा आहे. या वर्षी विजयादशमीच्या निमित्ताने या दिशेने तुम्ही काही पावले टाकावीत, यासाठी मनःपूर्वक शुभेच्छा!

दरवर्षी दिवाळीपूर्वीच्या अंकात आपण एक प्रश्नावली देतो व सभासदांनी ती प्रामाणिकपणे भरून द्यावी अशी अपेक्षा असते, फार कमी सभासद ही अपेक्षा पूर्ण करतात. यावर्षीच्या अंकात प्रश्नावली दिलेली नसली तरी तुम्हा सर्वांना आग्रहाचे सांगणे आहे, की गेल्या वर्षभरातील अंकाबाबत, लेखाबाबत, प्रत्येक वाचकाने, ज्याला छात्र प्रबोधन मासिक मनापासून आवडतं त्या प्रत्येकाने, स्वतःच्या प्रतिक्रिया अत्यंत मोकळेपणाने, प्रामाणिकपणे आम्हाला कळवाव्यात. पुढील अंकांमध्ये कशाची भर पडावी, काय बदल करावेत हे ही सुचवावे. मासिकाचा तुम्हाला कसा उपयोग होतो, तुम्ही कशाप्रकारे त्याचा उपयोग करून घेता, मासिकातील कोणते लेख तुम्हाला आवडले, कोणत्या लेखांमुळे विचारात, वागण्यात, बोलण्यात थोडाफार फरक पडला हे सर्व शक्य तितक्या सविस्तरपणे, आळस न करता तुम्ही सर्वांनी लिहावे ही अपेक्षा आहे.

तुम्ही कितीजण मासिक वाचता अन् मासिकातले काय काय वाचता हे त्यातून आम्हाला समजेल.

सहामाहीचा अभ्यास अन् परीक्षा (पण म्हणजे कशीतरी नाही, तर थोडक्या वेळात मनसोक्त अभ्यास करून) संपवून सुट्टीतल्या शिबिरांमध्ये, शुभेच्छापत्र निर्मिती व विक्री उपक्रमामध्ये सहभागी व्हा ! मला खात्री आहे तुमच्यापैकी अनेकजण या वर्षीच्या दिवाळी अंकाची, त्यातील आकर्षक भेटीची अन् त्यातील विविधांगाने नटलेल्या साहित्याची आतुरतेने वाट पाहात असाल. दिवाळी अंक तुम्हाला वेळेत मिळावा यासाठी छात्र प्रबोधनच्या कार्यालयातील सदस्य, तसेच विविध गावांमधील स्थानिक कार्यकर्तेही मोठेच कष्ट घेत आहेत. या सर्वांच्या प्रयत्नांमधून छान, दर्जेदार दिवाळी अंक तुमच्यापर्यंत नक्कीच पोहोचेल असा विश्वास वाटतो.

बरंय मग ! विजयादशमीच्या सिमोल्लंघनासाठी पुन्हा एकदा शुभेच्छा !

सस्नेह तुमचा

( महेन्द्र सेठिया )

२ संकल्पात आनंदगंध, झोपेत आशा अमोल । मनामध्ये ध्येयाचा सुगंध, शब्दात ध्वनी सरबोल ।

चि. हृषिकेश कुलकर्णीकडून प्रबोधकांना हार्दिक शुभेच्छा !



**ह्या** महिन्यात आपण वेगवेगळ्या प्रकारचे ढग कसे ओळखायचे, ते शिकणार आहोत. नियमित निरीक्षण केल्याने तुम्हाला ढगांचे प्रकार सहज ओळखता येतील. एवढेच नव्हे तर तुम्हाला थोड्या फार प्रमाणात हवामानाचा अंदाज पण सांगता येईल.

व्यावहारिकदृष्ट्या उपयोग होऊ शकेल, असे ढगांचे वर्गीकरण करण्याचा सर्व प्रथम प्रयास लूक हॉवर्ड यांनी १८०३ साली केला. लूक हॉवर्ड इंग्लंडमध्ये रसायन बनवायचा व्यवसाय करीत. थोडेफार बदल वगळता त्यांनी केलेल्या वर्गीकरणाचा आज जागतिक स्तरावर वापर होतो.

ह्या लेखात ढगांच्या प्रकारांच्या मूळ इंग्रजी नावांचे भाषांतर “ भारत मौसम विज्ञान विभाग "India Meteorological Department. च्या शब्दावलीतून जसेच्या तसे घेतले आहे. कारण भाषांतराचे मूळ संस्कृत आहे.

ढगांचे तीन प्रमुख प्रकार असतात. कापसी ढग (CUMULUS) कापसाच्या पुंजक्यासारखे दिसतात, स्तरी ढग (STRATUS) चादरीसारखे पसरलेले असतात व प्रक्षाभ ढग (CIRCUS) बारीक तंतू किंवा रेषांसारखे पसरलेले असतात. ढगांचे प्रकार वेगवेगळ्या उंचीवर आढळतात.

### १) कापसी मेघ (CIRCUS)

हे ढग आपणा सर्वांच्या खूप परिचयाचे आहेत. हे ढग कॉलीफ्लॉवर किंवा कापसाच्या ढिंगासारखे दिसतात. आपल्याला हे ढग खूप मऊ किंवा गुबगुबीत असतील असे वाटते. म्हणूनच परीकथांमध्ये मुले व पत्न्या ह्या ढगांमध्ये खेळत आहेत अशी चित्रे काढलेली असतात. वास्तविक मात्र ह्या ढगांत अत्यंत खळबळ चाललेली असते. संवहनामळे (Convection) ह्या ढगात हवा सारखी खाली वर होत असते. ढगांच्या बाहेर मात्र हवा शांत व प्रसन्न असते. ह्या ढगांना

इंग्रजीत Fair-Weather Clouds म्हणतात. ह्या ढगांच्या वरचा भाग पांढरा व खालचा भाग सपाट व काळसर पांढरा असतो. हे ढग सूर्याला पूर्णपणे आपल्यामागे झाकून टाकतात व ह्या ढगांची सावली पडलेली दिसते.

२) कापसी वर्षा मेघ (CUMULONIMBUS) हे ढग कापसी ढगांची पुढची अवस्था असतात. रंगाने बऱ्यापैकी काळे असलेल्या ह्या ढगांचा आकारही खूप मोठा असतो. हे पाण्याचे ढग असतात. मोकळ्या परीसरात ह्या ढगातून पाऊस पडत आहे असे दिसू शकते. ह्या ढगात अतीतीव्रतेने उथळ-पुथळ होत असते. ह्यांची संख्या वाढून त्याचे वादळात रूपांतर होऊ शकते. वैमानिक ह्या ढगांना खूप घाबरतात व आपापल्या विमानांना ह्या ढगांपासून वाचवून नेतात.

### ३) स्तरी कापसी मेघ (STRATO-CUMULUS)

कापसी मेघ जेव्हा पसरायला लागतात तेव्हा त्यांचे रूपांतर स्तरी कापसी मेघात होते. हे ढग शुष्क, पण कुंद व निरूत्साही वातावरण तयार करतात. कधी कधी हे ढग कापसाच्या लांब गुंडाळ्या एकमेकांना समांतर ठेवल्यासारख्या दिसतात.

### ४) स्तरी मेघ (STRATUS)

हे ढग मुख्यतः थंडीतील ढग आहेत. हे धुक्यासारखे दिसतात किंवा वाटतात. पण धुक्यासारखे हे ढग जमिनीवर स्थिरावत नाहीत. ह्या ढगांमुळे हलका पाऊस वर पडू शकतो. लोणावळा, खंडाळा किंवा महाबळेश्वर सारख्या ठिकाणी थंड हवेत जेव्हा ढगांची लाट अंगावर येते, ते ढग स्तरी ढग असतात.

### ५) वर्षा स्तरी मेघ (NIMBO STRATUS) हे

ढग पावसाचे असतात व यामुळे सतत पाऊस पडतो. हे ढग मध्यस्तरी मेघापेक्षा (पुढील वर्णन पाहा) खूप जास्त गडद असतात.

### ६) मध्य स्तरी मेघ (ALTOSTRATUS)

हे ढग एका चादरीसारखे मोठ्या भागात पसरलेले दिसतात. कधी कधी हे पूर्ण आकाश पण झाकून टाकतात. ह्या ढगांचा थर सर्वत्र समान नसतो. जिथे थर खूप जाड असतो त्या भागातून सूर्यसुद्धा दिसत नाही. या ढगांचा रंग काळपट असतो. विरळ भागातून सूर्याचे अस्तित्व तर जाणवतं, पण आपण सूर्याकडे दुधी काचेतून बघत आहोत असे वाटते.

क्षितीज धरते ताल, ढग वेगावती चाल । उजाड डोंगर झेले सारा सोनेरी गुलाल ।

३

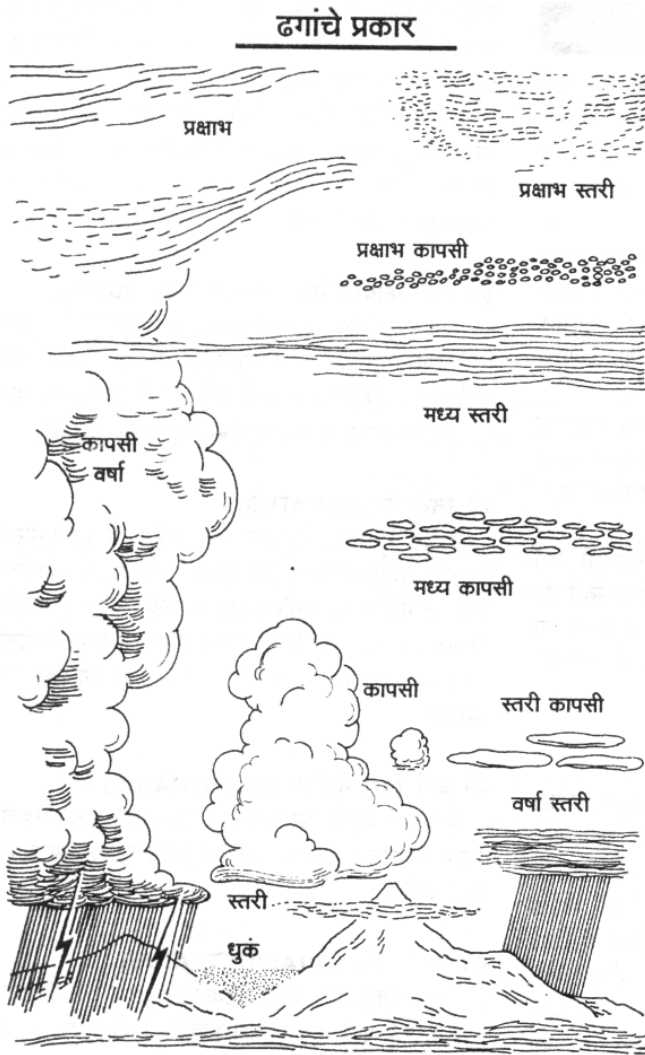
छात्र प्रबोधनच्या यशस्वी वाटचालीसाठी शुभेच्छा ! ‘हेजीब’ सौमित्र गोसावी, पुणे

ह्या भागात ढगांना निळसर झाक असते.

हे ढग हवेचा दाब कमी होण्याची शक्यता दर्शवतात. ह्यांची संख्या वाढली की ह्यांचे रूपांतर वर्षा स्तरी मेघात होते.

### ७) मध्य कापसी मेघ (ALTO -CUMULUS)

हे ढग पण कापसाच्या गोळ्यासारखे दिसतात. पण हे कापसी ढगांपेक्षा जास्त उंचीवर असतात. जास्त संख्येत हे ढग मेंढीच्या पाठीसारखे दिसतात. हे ढग गडद नसतात व बघायला अतिशय आकर्षक



असतात. सूर्याचा प्रकाश ह्या ढगातून गेल्यावर इंद्रधनुष्यातील रंगाच्या वेगवेगळ्या छटा दिसतात.

### ८) प्रक्षाम कापसी मेघ (CIRRO-CUMULUS)

वाळूच्या लाटांसारखे दिसणारे हे ढग क्वचितच बघायला मिळतात. बरेचदा हे ढग वादळ येण्याची पूर्वसूचना देतात.

### ९) प्रक्षाभ स्तरी मेघ (CIRRO - STRATUS)

ह्या ढगात मुख्यतः बर्फाचे पारदर्शक स्फटिक असतात. ह्या ढगांमुळे सूर्याला किंवा चंद्राला कडं पडलेले दिसते. ह्या ढगांची चादर कधी कधी पूर्ण आकाश झाकून टाकते.
















### १०) प्रक्षाभ मेघ (CIRRUS)

उदबत्तीच्या धुरासारखे हे नाजूक ढग आकाशात खूप उंचीवर दिसतात. ह्या ढगांच्या बारीक रेषा बर्फाच्या स्फटिकांनी बनलेल्या असतात. ह्या ढगातून सूर्यकिरणे अगदी आरपार जातात व रात्रीच्या वेळी हे ढग फक्त प्रखर चंद्रप्रकाशातच दिसतात.

या प्रमाणे ढगांचे ठळक प्रकार आपण पाहिले. शेजारील आकृतीत उंचीप्रमाणे कोणते ढग कोठे असतात ते दिले आहे. तसेच पुढील पानावर एक तक्ता दिला आहे. ढगांबाबत निरीक्षणे नोंदवायला त्याचा नक्कीच उपयोग होईल.

४ ढग डुलत डुलत चालले, पक्षीगण परतू लागले। भव्य पूर्वेच्या नगरात, नवलाख दीप उजळले।

रिकाभ्या नव्हे तर भरलेल्या पेल्याकडे पाहा - डॉ. दिलीप पटवर्धन, सांगली.

ढगांचे प्रकार व त्यांच्या चिन्हांचा तक्ता			
ढगांचे नाव	उंची(कि.मी.मध्ये)	तापमान C मध्ये	चिन्ह
१. कापसी (Cu)	०.५ ते २	+१५ ते -५	 जेव्हा एकावर एक वाढ होते. 
२. कापसी वर्षा (Cb)	२ ते ३.५	+१५ ते -५	 जेव्हा ह्यांच्या वरचा भाग पसरतो. 
३. स्तरी कापसी (Sc)	भूतलापासून ते २	१५ ते -५	 जेव्हा कापसी मेघ पण असतात. 
४. स्तरी (St)	भूतलापासून ते	२० ते -५	-
६. मध्यस्तरी (Ac)	२ ते ६	० ते -२५	०.५ कि.मी. 
७. मध्य कापसी (Ac)	२ ते ६	० ते -२५	
८. प्रक्षाभ कापसी (Cc)	६ ते १८	-२५ पेक्षा कमी	 जेव्हा ह्याची वाढ होते. 
९. प्रक्षाभ स्तरी (Cs)	६ ते १८	-२५ पेक्षा कमी	- 
१०. प्रक्षाभ (Ci)	६ ते १८	-२५ पेक्षा कमी	 जेव्हा संख्येत वाढ 
			 जेव्हा ह्यांची वाढ होते. 

अरविंद परांजपे

'आयुका' पुणे विद्यापीठ आवार, पुणे ७

ज्ञान प्रबोधिनीद्वारा, दिवाळीच्या सुट्टीत मुला-मुलींसाठी ग्रामीण भागातील तंबूतील शिबिर व गिरिभ्रमण	
<input type="checkbox"/>	डोंगरदऱ्यांमध्ये, स्वच्छ, मोकळ्या वातावरणात स्वच्छंदपणे विहारायचं...
<input type="checkbox"/>	सह्याद्रीच्या कुशीत निसर्गनिरीक्षणातून पक्षी-वनस्पती-नक्षत्रे यांची ओळख करून घ्यायची...
<input type="checkbox"/>	मराठमोळा, रांगडा मुलूख उघड्या डोळ्यांनी बघायचा, त्यांच्यातच मिसळून जायचं...
<input type="checkbox"/>	ग्रामीण भागातील प्रश्नांची, तेथील संस्कृतीची ओळख करून घ्यायची, त्यावर चर्चा करायची...
<input type="checkbox"/>	महाराष्ट्रभरातून आलेल्या प्रबोधकांबरोबर अन् मोठ्या ताई-दादांबरोबर छान दोस्ती करायची...
<input type="checkbox"/>	विविध अडीअडचणींना सामोरं जायचं, परिस्थितीशी जुळवून घ्यायला शिकायचं...
<input type="checkbox"/>	भरपूर दमायचं अन् रमायचंही ! अगदी हसत खेळत, गम्मत-जम्मत करत, अनुभव आत्मविश्वास मिळवायचा...
<b>या सर्वांसाठी या शिबिरात अवश्य सहभागी व्हा!</b>	
कालावधी :	१२ नोव्हेंबर ते २० नोव्हेंबर १९९९ स्थळ : पुणे जिल्ह्यातील निसर्गरम्य परिसरात
वयोगट :	इ. ८ वी ते प्रथमवर्ष पदवीपर्यंत (मुला-मुलींसाठी स्वतंत्र शिबिरे)
शुल्क :	रु. ५००/- (शिबिरकाळातील प्रवास-निवास-भोजन इ.सह)
आर्थिक अडचण असलेल्या विद्यार्थ्यांनी मुख्य कार्यालयाशी संपर्क साधावा.	
प्रवेशसंख्या मर्यादित! स्थानिक अथवा मुख्य कार्यालयात शुल्क भरून नावनिश्चित करा !	
शिबिराचे माहितीपत्रक मुख्य व स्थानिक कार्यालयांमध्ये उपलब्ध !	

सृष्टी फुले बहरली वसुधा सजावी, विश्वास गंध पसरे रससिंधु दावी.

५

"Save Trees Reuse paper " - DR. H.V. GANLA, Pune 6.

## ‘सलाम’



आग गोठवणाच्या थंडीत, अन्  
क्रूर श्वापदांच्या झुंडीतही  
स्वाभिमानाची एक ठिणगी  
जपलीत तुम्ही !  
सलाम ! फुलणाऱ्या त्या अंगाराला सलाम !

कारगीलमधला बर्फ जेव्हा  
भिजला तुमच्या रक्ताने  
लहरला तिरंगा तेव्हा  
सजला तुमच्या शौर्याने  
सलाम ! सांडणाऱ्या हर थेंबा-थेंबाला सलाम !

ध्येयपथावर, होऊन वीर  
लढलात तुम्ही !  
तळहातावर घेऊन शीर  
लढलात तुम्ही !  
सलाम ! लढणाऱ्या हर झुंजाराला सलाम !

सौ. मंजिरी आठवले  
‘आकांक्षा’ वडवली विभाग, अंबरनाथ (पूर्व)

## कविता पानोपानी

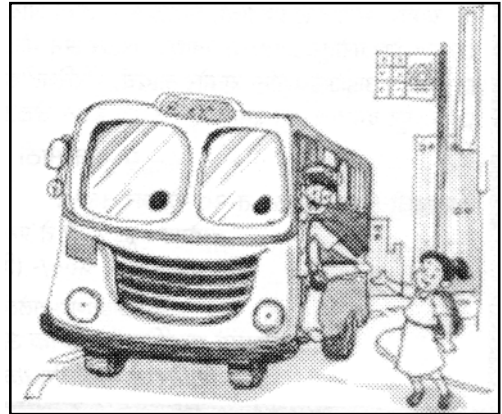
## असे होइल का?

बिनगर्दीचा रस्ता सुंदर  
बसहि मोकळी येइल का?  
घरी जावया मिळेल लौकर  
असे कथितरी होइल का?  
नज जाणारे दिवे आणखी  
पाणी नियमित येणारे  
अभ्यासाला सवड मिळाय  
असे कथितरी होइल का?  
पाऊस पडण्याआधी खड्डे  
रस्त्यावरचे बुजतिल का?  
सरसर सायकल नेण्यासाठी  
असे कथितरी होइल का?  
कुणी नसावे कधी उपाशी  
शिक्षण सर्वा मिळेल का ?  
सर्वासाठी तृप्त निवारा  
असे कथितरी होइल का?  
डोळ्यांपुढती स्वप्ने असतिल  
असे कथितरी होइल का?  
स्वप्ने बघतो रम्य उदयाची  
खरी कथितरी होतिल का?



सरिता पदकी

दशभुजा गणपतीमागे, कर्वेरोड, पुणे - ४.



आपण जशी दिवाळीच्या सुटीची वाट पाहतो तशी बंगाली लोकं, दुर्गापूजेची वाट पाहतात. आपल्याकडे जशी दिवाळी तशी बंगालमध्ये दुर्गापूजा. हाच सर्वात मोठा सण. तेव्हा शाळा आणि महाविद्यालयेच फक्त बंद असतात असे नाही तर बँका, सरकारी कार्यालये यांनाही सात-एक दिवस सुट्टी असते. बंगाली माणूस वर्षाच्या आरंभापासूनच दुर्गापूजेची वाट पाहत असतो. विश्वकवी रवींद्रनाथानी एका कवितेत सूर्याचे वर्णन 'पूजेर दिनेर रबि' असे केले आहे. म्हणजे 'दुर्गापूजेच्या दिवशीचा सूर्य !' हा सूर्य वेगळा का? तर रोजचा सूर्य म्हणतो, 'मी आलो. आता उठा आणि कामाला लागा.' पण पूजेच्या दिवशीचा सूर्य म्हणतो, 'आज मजाच मजा. खूप खेळा. अभ्यासाला सुटी.'

बंगालमध्ये दुर्गापूजा आपल्या नवरात्रीच्या वेळीच साजरी केली जाते. दुर्गा ही महिषासुरमर्दिनीच आहे. प्राचीन काळी मात्र दुर्गेची पूजा ही वसंत ऋतूत केली जात असे. तिला 'बसंती पूजा' म्हणत. अजून ही ती तशीच केली जाते. रावण दुर्गेची 'बसंती पूजा' करून आशीर्वाद घेत असे, असे सांगतात. प्रभू रामचंद्रांना रावणावर विजय मिळवायचा होता. तेव्हा ऋषींनी त्यांना दुर्गेचा आशीर्वाद घेण्यास सांगितले. श्री रामचंद्रांनी आश्विनात पूजा करून देवीचा आशीर्वाद घेतला. तेव्हापासून आश्विनातील पूजेची सुरुवात झाली, असे मानले जाते. ह्या पूजेला 'अकाल बोधन' म्हणजे योग्य काळाच्या आधीच झालेली पूजा, असे म्हणतात.

आश्विनातील सप्तमी, अष्टमी व नवमी हे दिवस दुर्गापूजेच्या दृष्टीने फार महत्त्वाचे मानले जातात. ह्या काळात दुर्गामाता आपल्या मुलांसह 'बापेर बाडि'(वडिलांचे घरी,

माहेरी) येते, असा समज आहे. गणेश व कार्तिकेय, हे दोन पुत्र आणि लक्ष्मी व सरस्वती ह्या दोन कन्या, अशी दुर्गामातेला चार मुले आहेत, असे मानले जाते. दुर्गामाता घरी आल्यावर तिचे योग्य ते आतिथ्य करून तिचा आशीर्वाद घेतल्यास, कुटुंबातील सर्वांनाच संपूर्ण वर्ष सुख-समृद्धीचे जाते, असा बंगाली लोकांचा समज आहे.

दुर्गामातेची मूर्ती अतिशय शास्त्रीय पद्धतीने, काटेकोरपणे तयार केली जाते. आपल्याकडे ज्याप्रमाणे गणपतीच्या मूर्ती वंशपरंपरेने तयार करणारी कलाकार कुटुंबे आहेत, तशी बंगालमध्येही दुर्गामातेच्या मूर्ती करणारी कलाकार कुटुंबे आहेत. दुर्गामातेची मूर्ती घडविण्यास प्रारंभ केव्हा करावा तो शुभकाळ बंगाली पंचांगांत दाखविलेला असतो. त्या काळात पूजा करून मूर्ती घडविण्यास सुरुवात केली जाते. दुर्गा महिषासुरमर्दिनी असली तरी तिचे रूप सौम्य, शांत, हसरे व प्रसन्न आहे. प्रथम लाकूड व बांबू ह्यांनी सांगाडा तयार केला जातो. मग त्यावर व्यवस्थितपणे, पेंढा बांधतात लाकूड किंवा बांबू ही हाडे. पेंढा म्हणजे स्नायू मग त्यावर चिकण मातीचा थर देऊन सुबक आकार दिला जातो. मूर्तीचा चेहरा, हात, हाताची बोटे तयार करण्यासाठी मात्र 'गंगा माटी'च वापरली जाते. ही माती अतिशय मऊ असते. मूर्ती तयार झाल्यावर तिला वस्त्रालंकारांनी सजवले जाते. ह्यामध्ये 'डाकेर साज' वैशिष्ट्यपूर्ण असतो. वाखापासून हे अलंकार तयार केले जातात. देवीच्या दहा हातात निरनिराळ्या प्रकारची दहा आयुधे असतात. तिचे वाहन सिंह असते. पायाशी राक्षस दाखवलेला असतो. आजूबाजूला तिची चार मुले असतात.



मृणालिनी गडकरी

पूर्वी बंगालमध्ये जमीनदारीची पद्धत होती. हे जमीनदार म्हणजे जणू राजेच असत. त्यांच्या घरी दुर्गामातेच्या मूर्तीची प्रतिष्ठापना करून मोठी पूजा व उत्सव करण्यात येत असे. आता मात्र अशा मोठ्या पूजा सार्वजनिक स्वरूपातच होतात. ज्यांच्या घरी पूजेची परंपरा चालत आलेली आहे ते आपल्याप्रमाणेच घटस्थापना करून नऊ किंवा दहा दिवस पूजा करतात.

ठिकठिकाणी मांडवांमध्ये देवीच्या मूर्तीची सजावट वेगवेगळ्या तऱ्हेने केली जाते. मूर्तीभोवती मोर, हंस, उंदीर आणि पांढरे घुबड हे पशु-पक्षी पारंपरिक सजावटीत आजही काही ठिकाणी पाहायला मिळतात. हल्ली आपल्याप्रमाणे निरनिराळ्या विषयांवर देखावे करण्याची पद्धत पडत चालली आहे.

आपल्या संस्कृतीत 'पाच' हा आकडा नेहमीच शुभ मानला जातो. म्हणून पूजेची सुरुवात षष्ठीपासून केली जाते. षष्ठी ते विजयादशमीपर्यंत पाच दिवस होतात. तिला पंचप्रदीप-पंचारती दाखवतात. फळेही पाच प्रकारची वाहिली जातात.

षष्ठीच्या दिवशी संध्याकाळी, बेलाची फांदी रोवून पूजा केली जाते. मंडप दिव्यांनी लखलखू लागतात.

शौर्य, धैर्य, वीरताच सगुण जाहली । रणदुर्गा काली, आम्हा माय लाभली ।

७

प्रायोजक - मे.ओम्. कन्स्ट्रक्शन, प्रो.प्रा. माणिराव हळबे, पुणे ३०

एकूण काय तर सर्व वातावरणात पूजेचा उत्साह ओसंडू लागतो. बेलाच्या फांदीची पूजा म्हणजे मंगलकार्याची सुरुवात, असे मानले जाते.

सप्तमीला सकाळीच देवीची प्राणप्रतिष्ठा केली जाते. ही मोठी पूजा बघण्यास लहान-मोठे सर्वजण गर्दी करतात. स्नान करून, नवीन कपडे घालून, नटून सजून सर्वजण मांडवात जमतात. पूजा करून घरी जाईपर्यंत सर्वांनी उपावास करायचा असतो. देवीला फुले, फळे, मिठाई, नारळ वाहण्याची पद्धत आहे. ह्या वाहिलेल्या फळांतून मिठाईतून प्रसाद दिला जातो. देवीचे आगमन होताना स्त्रिया जी गाणी म्हणतात, त्यांना 'आगमनी' म्हणतात

पूजा झाल्यावर सर्वजण घरी येऊन जेवण करतात. ह्या दिवशी मात्र, मांसाहार प्रिय असणारा बंगाली, शुद्ध शाकाहारी जेवण करतो. मुगाच्या डाळीच्या खिचडीला सप्तमी, अष्टमी, नवमी ह्या तीनही दिवशी फार महत्त्व असते. दुपारी 'खिचुडी' व रात्री 'लुची' म्हणजे हरभऱ्याच्या डाळीचे वरण!

अष्टमीचा दिवस महत्त्वाचा मानला जातो. ह्या दिवशी सकाळी मोठी पूजा होते. देवीला नैवेद्य दाखवतात. त्याला 'भोग चढान' म्हणतात. देवीला रोजच 'भोग चढवला' जातो. दुपारी जेवणात 'खिचुडी' असली तरी रात्री पुरीबरोबर 'खीर' असते. ही खीर म्हणजे आपली बासुंदीच म्हणाना !

अष्टमी संपून नवमी सुरू होते. त्या क्षणापासून चोवीस मिनिटे आधीचा आणि चोवीस मिनिटे नंतरचा असा अट्टेचाळीस मिनिटांचा काळ हा अत्यंत 'शुभकाळ' मानला जातो. ह्या काळातच देवीने महिषासुराचा वध केला, अशी कथा

आहे. ह्या 'संधिकाळा' त केलेल्या पूजेला 'संधिपूजा' म्हणतात. बंगाली लोकांच्या दृष्टीने 'संधिपूजा' फार महत्त्वाची व आवश्यक मानली जाते.

पूर्वी बंगालमध्ये नवमीच्या दिवशी बोकड बळी देण्याची पद्धत होती. पण आता ही पद्धत जवळजवळ बंदच झाली आहे.

विजयादशमीच्या दिवशी दुर्गामाता आपल्या घरी परत जाणार, म्हणून सर्वांनाच उदास वाटते. ह्या दिवशी स्वयंपाक साधाच असतो. अर्थात गोडधोड असतेच. पूर्वी बंगालमध्ये (आताचा बांगलादेश) ह्या दिवशी 'अंबल' करत. हा पदार्थ भाज्यांत किंवा माशाच्या कालवणात चिंचेचा कोळ घालून केला जातो. तसेच कमळाच्या देठाची भाजी म्हणजेच 'शापला' केली जाते.

विजयादशमीला देवीच्या विसर्जनाची मिरवणूक सुरू होण्याआधी बंगाली सवाष्णी देवीला 'सिंदूर' लावतात आणि एकमेकींच्या भांगातही 'सिंदूर' भरतात. प्रत्येक दिवशी सकाळ-संध्याकाळ देवीची आरती होते. आरतीनंतर स्त्रिया शंखनाद करतात. हा शुभ मानला जातो.

विजयादशमीच्या दिवशी संध्याकाळी दुर्गामातेच्या मूर्तीची वाजत-गाजत मिरवणूक काढली जाते. स्त्रिया पाठवणीची गाणी म्हणतात. नदी, सुमद्र, मोठे तळे अशा ठिकाणी विसर्जन केले जाते. ह्याला 'भाषान' म्हणतात. भाषान म्हणजे प्रवाहित करणे, विसर्जन करणे. संध्याकाळी सर्वजण एकमेकांकडे जाऊन दसऱ्याच्या शुभेच्छा देतात. लहान मोठ्यांच्या पाया पडून आशीर्वाद घेतात. बंगाली लोकांना 'मिष्टी' म्हणजे मिठाई फार प्रिय. तेव्हा दुसऱ्यांकडे जाताना ते मिठाई घेऊन जातात. घरी आलेल्यांनाही मिठाई दिली जाते आणि त्यांचे तोंड गोड

केले जाते. रसगोळा, संदेश, कदंबभोगक, गुलाबजामुन, राजभोग किंवा पानतुया, असे बंगाली मिठाईचे नाना प्रकार प्रसिद्ध आहेत. पण संदेश कोरडा असल्याने व द्यायला - घ्यायला सोपा असल्याने तोच जास्त वाटला जातो. मिठाई बहुधा विकतच आणतात. पूर्वी मात्र काही घरी मिठाई तयार करत. त्यात 'मालपो' व 'पातिसप्त' हे गोड पदार्थ विशेष केले जात. इतर प्रकार फारसे घरी करत नसत. 'मालपो' हा आपल्या पाकातल्या पुरीसारखा प्रकार आहे तर 'पातिसप्त' म्हणजे छोट्याशा घिरड्यावर ओल्या नारळाच्या किसात गूळ घालून केलेले पुरण भरून, गुडाळी करून तळून काढलेला एक खमंग पदार्थ. ह्या बरोबर काही वेळा 'खीर' ही देत असत.

आपण दिवाळी आली की जसे कपडे, दागिने किंवा इतर वस्तूंची खरेदी करतो, तसे बंगालीही दुर्गापूजेच्या वेळी खरेदी करतात. आपल्याकडे दिवाळीचे आणखी एक वैशिष्ट्य म्हणजे दिवाळी अंक. बंगालमध्येही दुर्गापूजेच्या वेळी 'पूजा अंक' निघतात. त्यांना 'पूजा संख्या' म्हणतात.

पुण्यात बरेच बंगाली राहतात. ते मोठ्या उत्साहाने दुर्गापूजा साजरी करतात. शिवाजीनगर येथील 'काँग्रेस भवन' च्या किंवा 'मॉडर्न कॉलेज' च्या मैदानावर बहुधा अशा सार्वजनिक पूजा होतात. महाराष्ट्रात इतरत्रही काही ठिकाणी अशा दुर्गापूजा होतात. आपण त्यात भाग घेतल्यास आपल्या बंगाली बांधवांना नक्कीच आनंद होईल आणि आपल्यालाही त्यांच्या चालीरिती सहज पाहता येतील.

\*\*\*  
मृणालिनी गडकरी

'कांचनबन', अ १६७/२, सेनापती बापट रोड, पुणे.

८ कवी शहराच्या रस्त्यावर झेंड्यांचे झुलवित सागर! आम्ही काढितोभव्य जुलूस सौरव्याचे सजविण्या उरूस!

निसर्गात शत्रू कोणीही नाही, प्रत्येकास काम नेमून दिलेले असते. -श्री.उदळ भवाळकरअर्थवर्म, पुणे १५(५२६९१६

सतीशनं हातातल्या पिशवीत हात घालून पाहिलं. पिशवीत अवघे दोनच पेपर राहिले होते. एक इंग्लिश आणि एक मराठी.ते दोन्ही एकाचघरी टाकायचे होते. चारजिने चढायचे होते, पण आता या चढउताराची सवय झाली होती. सुरूवातीला फार त्रास वाटत होता. पेपर आणि काही दुधाच्या पिशव्याही तो अलीकडे टाकत होता. तेवढेच जादा पैसे मिळत. दूध आणि पेपर टाकून तो घरी जाई, तेव्हा आईखेरीज बहुतेक सारे निजलेले असत. त्याला पाहिलं की आई म्हणे, 'आलास, ये. चहा घे. चपाती देऊ का?'

त्याला चपाती हवीशी वाटे, पण आत्ता चपाती खाल्ली की मग शाळेत काय न्यायचं? हा प्रश्न असे. कधीतरी आई त्याला एखादं बटर नाहीतर ब्रूनचा तुकडा देई, मऊ लुसलुशीत पावापेक्षा हा ब्रूनचा तुकडा बरा वाटे. पण तो असा एकट्यानं चोरून खाणंही बरं वाटायचं नाही. खाली रकट्यावर



# देव पावला

सौ. शैलजा राजे

गोधडी अंधरून चार बारकी पोरं निजलेली असत. त्याच्या मनातलं ओळखून आई समजावीत असे. 'खा माझ्या बाळा. धावपळ करून आलेला असतोस. खा ! त्यांना देईन तुकडा तुकडा !'

तो आईलाही आग्रह करी, पण आई नुसताच चहा घेई, तोही अर्धा पेलाच. "आई पेला भरून घे की गं" असं तो म्हणाला की आई सांगायची, "अरे, आत्ता कामावर गेले की बाई आधी गरम गरम चहा न् शिळी पोळी खायला लावते. मगच मी कामाला सुरुवात करते."

आई चार-पाच घरची धुणी भांडी करते. पहिल्या घरी चहा चपाती खाल्ली की दुसऱ्या घरचं जे मिळेल ते घरी आणते. या बारक्यांना खायला घालते. कामावरचं भरपूर मिळालं की मग सकाळी ती काहीच करायची नाही. संध्याकाळी भाजी, वरण, भात, चपाती, असा सगळा

स्वयंपाक करायची. आण्णाला आणखी काही लागायचं. काय हवं ते तो आल्यावरच ठरायचं. कधी आण्णा अगदी तर्र होऊन यायचा न् मग कुठलं जेवण न् कुठलं काय ! तो बडबडायला लागला की आई पोराना घेऊन बाहेर येऊन बसायची. दुसऱ्या झोपड्यातून येणारा हाणामारीचा कालवा त्याच्या घरात कधीच होत नव्हता. आई कधी आण्णाच्या तोंडाला तोंड देत नव्हती. तो शांत झाला की मगच घरात शिरायची. कधी मध्यरात्रीसुद्धा आण्णाला बळबळं खायला घालणारी आई त्यानं पाहिली होती. आपल्या आईबद्दल सतीशच्या मनात अतिशय आदर होता. ती किती कष्ट करते हे त्याला कळत होतं. तो मनाशी म्हणायचा, 'मी शिकीन, चांगला होईल, आईला आरामात ठेवीन.'

सतीश आणि सुमा हीच खरी तर दोघं आईची लेकरं. पण त्याचा चुलता आणि चुलती गाडीखाली सापडून गेले न् आईनं, त्यांच्या तीन लेकरांना पोटाशी घेतलं. सतीश पाहात होता, आपल्या इतकीच माया, आई या पोरक्या पोरानंवरही करीत होती.

आईनं या मुलांना आणलं, तेव्हा आण्णाही आईवर कावला होता. शेजारीपाजारीही म्हणाले होते, "कशाला हे लोढणं आणखी गळ्यात घालून घेतलंय, दे ठेवून एखाद्या आश्रमात !"

"असू दे ! मिळेल तो तुकडा घालीन? अहो एकाच आईच्या पोटी आले होते ना भाऊजी न् मालक! आज आत्याबाई असत्या तर त्यांनी टाकलं असतं का लेकरांना?" आपल्या आईच्या मोठ्या मनाची

जिवापार जतन केलेल्या मातीला कुरवाळीत बसावं, पिकाच्या ताटव्यात, झुलत्या हेलकाव्यात दुःख मलूल व्हावं; ९

प्रयोजक - परांजपे पोल्ट्री फार्म, दुर्गामाता मंदिरामागे, सांगली.

सतीशला त्यावेळी कल्पना आली न त्याला आईचा अभिमान वाटला. आईसाठी पडतील ते कष्ट करायचा त्यानं निर्धार केला.

एकेक पायरी सोडून तो ते चार जिने चढून गेला. त्यानं पेपर टाकले न तो माघारी वळला तर मालकांनी त्याला हाक मारली. काय काम असेल यांचं? आज त्याची परीक्षा सुरू होणार होती. म्हणून शेजारच्या विजयकडून मोठ्या मिनतवारीनं त्याची सायकल मागून घेतली होती. त्याला आठ वाजता कामाला जायचं होतं, त्याआधी त्याची सायकल हवा भरून त्याला द्यायची होती.

पण मालकांनी हाक मारली होती. मालकांना त्यानं एक-दोन वेळाच पाहिलेलं होतं. तो पेपर टाकायचा तेव्हा फक्त आजीच उठलेल्या असत. कधी कधी आजी त्याची मायेनं चौकशी करत.त्याला म्हणत, “फार चांगला मुलगा आहेस हो तू ! खूप शिक !”

हे घर रोजच शेवटी तो घेत होता. त्यामुळे आजी कधी बोलायला उभ्या राहिल्या तर तो घटकाभर थांबत असे. तेवढाच दम टाकायला मिळायचा. आजीनं एकदा तो पावसातून भिजत आला म्हणताना त्याला गरम चहासुद्धा दिला होता, आणि घरातली जुनी छत्री.

पण मालक कधीच बोलले नव्हते. आज त्यांनी, “ए पेपरवाला” म्हणून हाक मारली होती. आतून आजींच्या आवाज ऐकू आला, “भाऊ, अरे त्याचं नाव सतीश आहे. हुशार आहे पोरं ! आठवीत आहे. म्हणून तुला सांगितलं हो हे !”

सतीशला काहीच कळत नव्हतं.

त्याला परतायची घाई होती. उशीर झाला तर विजू पुन्हा कधीही सायकल देणार नाही. चुळबुळत तो उभा राहिला. भाऊ आत वळून म्हणाले, “आई तूच ये ना इकडे. काय सांगायचं ते, तूच सांग ये !”

आजी बाहेर आल्या. त्यांच्या हातात एक पिशवी होती. म्हणाल्या, ‘सतीश, परवा तू सारं सांगितलंस, मला तुझ्या आईचं भारी कौतुक वाटलं हो. हे बघ यात लहान लहान कपडे आहेत. ते घेऊन जा. आणि तू दुपारी काय करतोस?’

“आजी माझी शाळा सकाळची असते. पेपर टाकताना उशीर होऊ नये म्हणून धावत असतो. आज माझी परीक्षा आहे. मी शेजारच्या मित्राची सायकल घेतलीय. त्याला ती लगेच द्यायला हवी. मी शाळा सुटल्यावर येतो, काही काम असेल तर ठेवा. मी दुपारी करीन”

“जा ! पण दुपारी नक्की ये. चार वाजता येशील?”

होकार देऊन सतीश धाडधाड जिना उतरला. सायकल जोरात चालवीत तो वेळेत पोचला. तरीपण विजूनं कुरकुर केलीच. तो शाळेत पोहोचला, नुकतीच घण्टा झाली होती. सर आणि तो बरोबरच वर्गात शिरत होते. सर म्हणाले, ‘सतीश अभ्यास झालाय ना?’

सतीशनं हातात पेपर घेतला आणि लिहायला सुरूवात केली. मनोमन त्यानं देवाचे आभार मानले. काल रात्री थोडा वेळच त्याला अभ्यासाला मिळाला होता. शेजारची बयोमावशी दवाखान्यात गेली होती, न आई तिच्या सोबतीला. चार मुली होत्या, मुलगा व्हावा म्हणून यावेळी खूप नवस केले होते. सतीशला

बयोमावशीची दया येत होती. ती निघाली तेव्हा आई देवाला म्हणाली होती, ‘देवा आता पोरगा दे बयोला. नायतर धडगत नाही तिची. ती सासू न नवरा काय करतील हरी जाणे !”

आई गेली होती, म्हणून त्यानं आणि सुमानं स्वयंपाक केला. पोराना जेवायला घातलं, सगळं काम आवरलं, आण्णा आला, पण न जेवताच झोपला. नशीब आज आरडाओरडा नव्हता.

सकाळी लवकर उठायला हवं, म्हणून मग थोडा वेळच पुस्तक चाळून तो झोपला. पण पेपरमध्ये नेमकं काय वाचलेलं आलं होतं. तो शाळेत आला तरी आई दवाखान्यातून आली नव्हती. म्हणजे सुमावर एकटीवरच सारा भार पडणार होता. एकीकडे पेपर लिहिताना सतीशच्या मनात हेही विचार येत होते.

पेपर चांगला गेला होता. आज डबा नव्हता आणि त्याची गरजही नव्हती. शाळा लवकर सुटली होती. तो धावतच घरी आला. सुमानं सगळी कामं नीटनेटकी आवरली होती. बारा तेरा वर्षाची सुमी, त्याची लाडकी बहीण होती. त्यानं सुमाला विचारलं, “काय केलंस जेवायला?”

“नुसती डाळीची खिचडीच केलीय. रात्रीचं थोडं कालवण आहे, तू जेवून घे. धाकट्या राहुलचं जेवण झालयं. रेखाला शाळेत सोडशील? पेपर कसा गेला?”

“चांगला गेला. तू जा आता शाळेत. मी बघतो इथलं, आण्णा गेले? काय खावून गेले? चिडले नव्हते ना आई नाही म्हणून?”

“नाही रे ! आजचा दिवस

१० माझी प्रेममय आई जसे चंदनाचे खोड, सर्वासाठी झिजण्याचे तिला सदाचेच वेड.

प्रायोजक-स्वस्तिक बिल्डर्स(अनिल लोढा, राजेंद्र गोठी), मखमलाबाद नाक्याजवळ, नाशिक ५१३५६०.

वेगळाच उजाडलाय बघ. आण्णांनी या पोराना बिस्कीटंआणून दिली. हे बघ मला वीस रूपये दिलेत.

म्हणाले, “ आईला दे.” मला खूप बरं वाटलं बघ. आण्णा असे वागले, तर आईला किती बरं वाटेल नाही रे?”

सतीशनं ते पैसे घेतले. नीट ठेवले. रेखाची शाळा जवळच होती. रोज तो रेखाला पोहोचवायचा तेव्हा आई घरी यायची. या दोन लहान मुलांची तशी काळजी नव्हती. पण आज आई अजून आली नव्हती. रेखा पुस्तक घेऊन बसली होती. मधूनच त्याला विचारीत होती, “ दादा, आई कुठं गेलीय रे? भूक लागली असेल नाही तिला?”

त्यांन रेखाला जवळ घेतलं. तिचा पापा घेतला. ही तिन्ही मुलं त्याच्या आईला, आईच म्हणत होती. राहुल आणि मनोज लहानच होते. पण मधूनच रेखाला काहीतरी आठवायचं न् ती विचारीत राहायची.

सतीशला उगाचच काहीबाही आठवत होतं. मनोज त्याच्या अंगाशी मस्ती करीत होता. राहुल रेखाच्या पाठीवर पडला होता. सतीशनं रेखाला विचारलं, “रेखा तू शेजारच्या सुनीताबरोबर जातेस आजच्या दिवस?आई घरात नाही, मग मनोज न् राहुलला कोण पाहणार? जाशील? मी संध्याकाळी तुला गोळी देईन.”

“ नको.आई म्हणते कुणाचं काम केलं तर लगेच काही मागू नये. मी जाते. सुनीताताई बरोबर!”

ती दाराच्या बाहेर पडणार तोच आई आली. रात्रभर ती बयोमावशीजवळ बसून होती. आल्या आल्या आई आनंदानं बोलली, “

झाला बाई बयोला मुलगा ! संपला बिचारीचा जाच! मुलगा-मुलगी होणं तिच्या का हातात होत?”

सतीशनं पटकन् आईला विचारलं, “ आई खर खरं सांग, तू या सगळ्या बायकांच्यापेक्षा वेगळी कशी गं?”

“ तुझ्यासारखा शहाणा मुलगा आहे ना म्हणून !”

सतीशने आईजवळ ते वीस रूपये दिले. आई म्हणाली, “रेखाला शाळेत नेतोस ना, तर येताना रुपयाचा गूळ आण. देवाला दाखवते. गाऱ्हाणं ऐकलं त्यानं माझं न् त्या बयोचंही.”

तो रेखाला पोहोचवून आला तो पर्यंत आईनं आंघोळ करून खिचडी गरम केली होती. आईला सांगून तो त्या घरी गेला. जाताना चार घरी आई आज एकदम संध्याकाळीच येईल, हा निरोपही त्यानं दिला. सर्वांनीच आई का आली नाही याची चौकशी केली न् त्यानं कारण सांगताच सर्वांनी आईची भलावणच केली. सतीशला ते ऐकून बरं वाटलं. एकदा आपण निघालोय त्या आजीशी आईची गाठ घालून दिली पाहिजे. आजीलाही आई नक्कीच आवडेल.

तो दुपारी त्या घरी गेला तर आजी आणि मालकही होते. त्याला पाहताच आजी म्हणाली , “ ये ! म्हटलं येतोस का नाही?”

“ आजी तुम्ही बोलावलंत, मग यायला नको?”

“ तू दुपारी काय करतोस?”

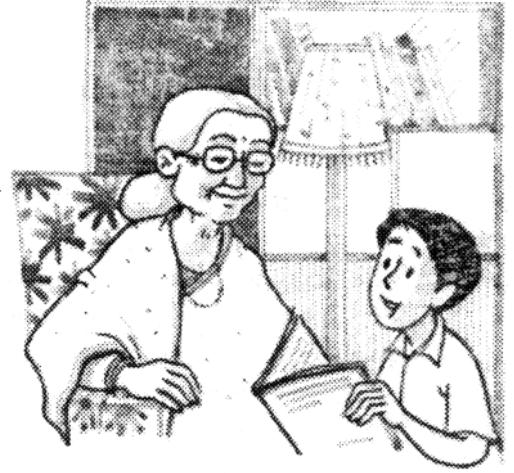
“अभ्यास करतो, आईला थोडी मदत करतो आणि संध्याकाळी पुन्हा थोडे पेपर घेऊन विकतो.”

“त्रास नाही होत? वडील काय करतात?”

सतीशची मान खाली गेली. तो खालच्या मानेनच बोलला, “ ते एका कारखान्यात आहेत, पण-! फार पितात!”

“ कारखान्याचं नाव माहीत आहे?”

सतीशनं कारखान्याचं नाव सांगितलं. वडिलाचं नाव सांगितलं, यावर ते मालक म्हणाले, “अरे म्हणजे आमच्याच कारखान्यात आहेत तुझे वडील. फार हुशार आहेत. मी तुला का बोलावलं सांगतो. आई तुझी फार नावाजणी करते. दुपारी एक-दीड तास, तू आमच्या या आईला सोबत करायचीस. तिला वाचनाचा खूप नाद आहे. तिला थोडं वाचून दाखवायचं, कारण अलीकडे तिला कमी दिसतं. माझ्या मिसेस सध्या सहा महिन्यांच्या परदेश दौऱ्यावर गेल्या आहेत. माझी दोन मुलं



जगणे कठीण झाले आहे तरी जगायचे आहे, घडीभर अंधार राहिल नंतर पहाटच आहे.

११

‘छात्र प्रबोधन’ देई विज्ञानदृष्टी, बदलून जाई सारी सृष्टी-प्रायोजक -डॉ.मुकुंद करंबेळकर, चाळीसगाव

त्यामुळे त्यांच्या मामाकडे आहेत. ती मधूनमधून येतात. आली तर त्यांच्याशी खेळायचं. या वेळात तुला जमेल तसा तू अभ्यास केलास तरी आमची हरकत नाही. महत्त्वाचं काम म्हणजे आईला सोबत करणं. काय घेशील तू याबद्दल?

“मला कळत नाही साहेब. मी आईला विचारीन. पण आर्जीना वाचून दाखवण्याचे पैसे कसे घ्यायचे? माझं वाचन होईल त्यामुळे. शिवाय अभ्यासाचीही आपण परवानगी दिलीय.”

साहेब हसले. म्हणाले, “हे बघ, आजीची सेवा म्हणून पैसे नको घेऊस, पण घर सांभाळणार म्हणून घे. तीनशे रूपये देईन.आईला सांग. ती काय म्हणते ते मला सांगायचा संकोच करू नकोस!”

चहा, खाणपिणं होऊनच सतीश निघाला तिथून! सुमा म्हणाली, तसा खरंच आजचा दिवस चांगला उगवलाय. त्यांन घरी येऊन आईला सांगितलं. आई म्हणाली, “ देव पावला सतीश !” अरे चांगली पुस्तकं वाचायला मिळतील, अभ्यासाला चांगली जागा मिळतेय. चांगल्या माणसांची संगत मिळणं हे नशीबात लागतं. तुझं नशीब चांगलं म्हणून हे सगळं होतंय. पैशापेक्षा हेच अधिक महत्त्वाचं असतं सतीश ! संधीच फायदा घे. खूप अभ्यास कर.”

सतीशचा नवा दिनक्रम सुरू झाला. सकाळी पेपर, दूध टाकणं, मग शाळा, मग थोडी आईला मदत, न् आजीकडे जाणं ! आजीकडे तो चांगलाच रूळला. आर्जीची त्यांन मर्जी मिळवली. त्याही त्याला वेळोवेळी अभ्यासात मदत करीत.

आर्जीचं गणित अजून चांगल होतं. त्यावेळच्या त्या मॅट्रीक पास होत्या.

बाईसाहेब आल्या. त्यांनाही सतीशचं वागणं, बोलणं, चालणं पसंत पडलं. बघता बघता तीन वर्षे गेली आणि सतीश चांगल्या मार्कांनी एस.एस.सी. पास झाला.मालकांनीच खटपट करून त्याला सकाळचं कॉलेज मिळवून दिलं. कॉलेज सुटलं की तो एका कंपनीत कामाला जाई! काकाची मुलंही शाळेत जात होती. आजी, बाईसाहेब, त्या मुलांना नेहमीच कपडे पुरवीत. सतीश तर आता त्या घरात रूळला होता. आईनं आता काम करू नये असं सतीशला वाटायचं, पण आई म्हणायची, ‘अरे ही तुझी लहान भावंडं ! या पोरक्या पोराना मी पंखाखाली घेतलंय, एकदा त्यांना पंख फुटून ती नीट मार्गाला लागू दे! सुमा मोठी होतेय. तिचं शिक्षण, लग्न सगळं व्हायचं आहे अजून !’

“पण किती कष्ट करतेस तू!”

“बाळा, तू का कमी कष्ट केलेस, आणि अजून करतोच आहेस. हे बघ सतीश, आपण गरीब आहोत याची मला कधीच लाज वाटली नाही. कष्ट करायलाच हवेत. पण एक सांगते तुला, मी कधीही बिन कष्टाचा पैसा घेतला नाही. मोह पडावा असे किती क्षण आले, पैशाचं पाकीट सापडलं एकदा मालकांच्या घरात, त्यांना वाटत होतं ते रस्त्यात पडलं, मी ते दिलं, त्यांनी मनापासून मला आशीर्वाद दिला. सतीश कष्ट करणं हीच आपली तपश्चर्या, ते कष्ट प्रामाणिकपणानं, सचोटीनं केले म्हणजे देव पावतो. अरे देव तरी कुठला? हाच आपल्या माणसातलाच. माणूसच देव आणि

माणूसच दानव ! आपल्या नशीबानं आपल्याला देवमाणसं भेटली. हेच आपल्या सर्व कष्टांचं फळ ! परमेश्वर आपल्या पाठीशी उभा आहे.”

आई एवढं भरभरून बोलताना तो प्रथमच ऐकत होता. आपल्या आईची पुण्याई म्हणूनच आपण एवढी मजल गाठली. आई हाच आपला परमेश्वर!

सतीशानं आईला नमस्कार केला. त्याचा पहिला पगार त्यांन आईच्या हाती ठेवला. आण्णा समोरच उभा होता. त्याच्या डोळ्यातून घळघळ पाणी वाहात होतं. त्यांन सतीशला छातीशी घेतलं. त्याच्या डोक्यावर हात ठेवून तो म्हणाला, “ पोर, मी दारू सोडली. खरंच सोडली. हे व्यसन सुटावं म्हणूनच मी आता प्रयत्न करीन. तुझी शपथं.”

सतीशला आईनं घट्ट मिठी मारली. म्हणाली, “बाळा आज खरा सोन्याचा दिवस उगवलाय. आता आपण खरे सुखी होऊ ! देव पावलाय आपल्याला !”

सर्वाना आनंदी पाहून ती चिमुकली मुलंही हरखून गेली. आईच्या पदराशी झोंबून नाचत राहिली.

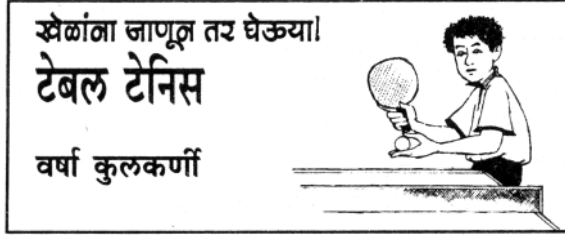


सौ. शैलजा राजे

सी २१,सुंदरनगर, ३०८ सोमवार पेठ,पुणे ११

१२ दुनियेचा विचार हरघडी केला,अगा जगमय झालो, दुःख पेलावे कसे,पुन्हा जगावे कसे, याच शाळेत शिकलो.

With Best Compliments from-ADEPT FULIDYNE (p.)LTD. Kothrud Industrial Estate, Pune 29.



मागच्या अंकात आपण लॉन टेनिस या खेळाची माहिती घेतली. या अंकात आपण टेबल टेनिस या खेळाविषयी थोडंसं जाणून घेऊया ! विम्बल्डन किंवा अमेरिकन खुली स्पर्धा यांच्यामुळे लॉन टेनिस या खेळाबद्दल आपण थोडी तरी उत्सुकता दाखवितो. पण टेबल टेनिसमध्येही अशा स्पर्धा होतात. तिथेही अटीतटीच्या लढती रंगतात. खेळाडू आपल्या देशाला, राज्याला विजेतेपद मिळवून देण्यासाठी झटत असतात. टेबल टेनिसमधील अशा जागतिक स्पर्धांची, जगज्जेत्या खेळाडूंची आपल्यापैकी किती जणांना माहिती आहे? टेबल टेनिसमध्ये, राष्ट्रकुल स्पर्धा, जागतिक स्पर्धा, आशियाई स्पर्धा या प्रमुख स्पर्धा होतात. पण याची माहिती असलेले खूपच थोडेजण असतील. खरंतर या खेळासाठी खूप साहित्यही लागत नाही. आपल्यातील अनेकांना थोडी तयारी करून यातील मजा, आनंद नक्कीच उपभोगता येईल. चला तर मग, ही थोडी तयारी कशी करायची, याची माहिती घेऊया !

लॉन टेनिसशी नावात थोडं साधर्म्य असणारा हा खेळ, मोकळ्या मैदानात खेळण्याएवेजी बंदिस्त प्रेक्षगारात, खास टेबलावर खेळाला जातो. रॅकेट व चेंडू हे साहित्य टेनिससाठीही आवश्यक आहे. फक्त रॅकेट लहान व दोन्ही बाजूंनी सपाट असते तर चेंडू पांढऱ्या रंगाचा प्लॅस्टिकचा असतो. सर्व प्रथम या खेळाच्या इतिहासाविषयी थोडं जाणून घेऊया. लॉन टेनिसच्याच धर्तीवर पण बंदिस्त जागेत खेळल्या जाणाऱ्या या खेळाची सुरुवात १८८० मध्ये झाली. पूर्वीच्या काळी मेजवान्यांसाठी मोठ-मोठ्या आकाराची टेबले वापरली जात. ही टेबले झाडाखाली, सावलीमध्ये मांडलेली असायची. आलेली मंडळी वल्ह्यासारख्या फळीने, रबरी पण पोकळ चेंडू, या टेबलांवर, इकडून-तिकडे फटकावण्याचा खेळ खेळत. हा चेंडू टेबलावर पडल्यावर 'पिंग' असा आवाज येई व फळीने मारल्यावर 'पाँग' असा आवाज येई. म्हणून पूर्वी, अगदी सुरुवातीला या

खेळाला 'पिंगपाँग' असे म्हटले जाई. पहिल्या महायुद्धाच्या काळात इंग्रज सोल्जर, आपापल्या छावणीतील जेवणाच्या टेबलांवर हा खेळ खेळत. त्या काळात इंग्रजांमुळे या खेळाचा खूप प्रचार झाला.

हे महायुद्ध संपल्यावर कचकड्यांचे लहान आकाराचे व एकदम हलके, असे चेंडू बनविण्यात आले. लाकडी टेबलावर मधे जाळी बांधून लॉन टेनिसप्रमाणे नंतर हा खेळ खेळला जाऊ लागला. मोठ्या फळ्यांचे रूपांतर लहान रॅकेटमध्ये केले गेले. पण वल्ह्यासारख्या चपट्या फळीने चेंडू योग्यरतीने फटकावता यायचा, त्यामुळे रॅकेटचा आकार जरी लहान झाला तरी ती दोन्ही बाजूंनी चपटीच ठेवण्यात आली. अशाप्रकारे साहित्याप्रमाणे नावातही बदल केला गेला आणि १९२६ मध्ये आंतरराष्ट्रीय 'टेबल टेनिस' फेडरेशनने 'पिंगपाँग' या खेळाचे, जलद अशा 'टेबल टेनिस' या खेळात रूपांतर केले. या खेळात सुरुवातीला अनेक वर्षे पाश्चिमात्य देशांची मक्तेदारी होती. मात्र १९५१ मध्ये मुंबईच्या जागतिक स्पर्धेत, जपानच्या खेळाडूने, पाश्चिमात्य खेळाडूंच्या वर्चस्वाला धक्का देत विजेतेपद मिळविले. तेव्हापासून पौरात्य देशांची या खेळात मक्तेदारी सुरू झाली. १९६५ मध्ये चीनने या खेळात प्रवेश केला आणि अचानक जपानच्या वर्चस्वाला शह बसला. तेव्हापासून ते अगदी आजपर्यंत चीनचे खेळाडू या खेळात सर्वश्रेष्ठ आहेत.

प्रत्यक्ष खेळाला सुरुवात करताना पोशाखापासून सुरुवात करूया. चेंडूचा रंग पांढरा असल्यामुळे दोन्ही खेळाडूंचा पोशाख हा पांढरा नसावाच, कारण मग चेंडू दिसत नाही. अगदी, पांढऱ्या रंगावर नक्षी असलेले कपडेही चालत नाहीत. हल्ली आंतरराष्ट्रीय स्पर्धांना केशरी रंगाचा चेंडू वापरला जातो. पण पोशाखाबाबतचा नियम मात्र कायम आहे.

या खेळासाठी टेबलही ठराविक मापातलं लागतं. २.७४ मी. (९ फुट) लांब व १.५२५ मी. (५ फुट) रूंद, असे आयताकृती टेबल वापरले जाते. गडद काळसर (शक्यतो हिरव्या रंगाची छटा) पण चकाकी नसलेल्या व खरखरीत (Mat Surface) पृष्ठभागाचे टेबल असते. टेबलाच्या बरोबर मध्यभागी जाळी लावून टेबलाचे दोन भाग केलेले असतात. प्रत्यक्ष खेळात, चेंडू एका खेळाडूकडून दुसऱ्याकडे म्हणजे इकडून-तिकडे असा खेळला जातो, त्याला रॅली म्हणतात.

आता टेबल टेनिसमध्ये गुणांकन कसे केले जाते, ते बघूया. प्रत्येक रॅलीनंतर ती जिंकणाऱ्याला १ गुण

कोटि कोटि असतील शरीरे, मनगट अमुचे एक असे, कोटि कोटि देहात आजही एक मनीषा जागतसे. १३

मोकाशी कुटुंबियांकडून हार्दिक शुभेच्छा !

मिळतो. काही कारणामुळे रॅलीचा निर्णय लागू शकला नाही वा पंचाने रॅली थांबवून तो गुण, ती रॅली परत खेळावयास लावली, तर त्याला 'लेट'(Let)असे म्हणतात. रॅली सुरू करताना, जो सर्विस करतो त्याला 'सर्व्हर'म्हणतात. दुसरा खेळाडू रिसीव्हर असतो.

जर सर्व्हरने नियमाप्रमाणे योग्य सर्विस केली नाही किंवा चेंडू परतविण्यात जर चुक झाली तर त्याने तो गुण गमावला, असे धरून प्रतिस्पर्धी खेळाडूला गुण दिला जातो. जर चेंडू खेळला जात असताना, खेळाडूच्या रॅकेट किंवा पोशाखामुळे, मधल्या जाळ्याला किंवा जाळ्याच्या स्तंभांना स्पर्श झाल्यास, प्रतिस्पर्धी खेळाडूला गुण दिला जातो.

लॉन टेनिसप्रमाणे यातही गेम असतात, मात्र सेट नसतात. जो खेळाडू नाणेफेक जिंकतो त्याने प्रथम सर्विस करायची का प्रतिस्पर्धी बाजू घ्यायची, ते ठरवायचे असते. प्रत्येक गेम ही २१ गुणांची असते. प्रत्येक खेळाडूला सलग पाच सर्विस मिळतात. एका खेळाडूच्या पाच सर्विस झाल्या की दुसऱ्याने पाच सर्विस करायच्या. असे कुणाचे तरी २१ गुण होईपर्यंत चालते. जो खेळाडू प्रथम २१ गुण मिळवतो, (प्रतिस्पर्धी १९ पेक्षा अधिक गुण मिळवू शकला नाही तर) त्याला ती गेम मिळते. मात्र दोन्ही खेळाडूंचे २०-२० असे गुण झाले तर जो खेळाडू प्रतिस्पर्ध्यापेक्षा २ गुण अधिक मिळवेल त्या खेळाडूला ती गेम मिळते. २०-२० बरोबरीनंतर दरेक सर्विस बदलते. आपल्या व प्रतिस्पर्ध्यांच्या सर्विसवरही जो सलग २ गुण मिळवतो, तो ती गेम जिंकतो. प्रत्येक सामना हा तीन किंवा पाच गेमचा असतो. जो खेळाडू अनुक्रमे २ किंवा ३ गेम जिंकतो तो सामनाही जिंकतो.

उदाहरणच द्यायचे तर समजा, भारताचा राष्ट्रीय खेळाडू कमलेश मेहता आणि चीनचा एक खेळाडू यांच्यात आशियाई चषक स्पर्धेतील, उपांत्यफेरीचा सामना सुरू आहे.चीनी खेळाडूने नाणेफेक जिंकून प्रथम सर्विस करायचे ठरविले आहे. त्यामुळे पहिल्या ५ सर्विससाठी तो सर्व्हर तर कमलेश प्रतिस्पर्धी झाला. चीनी खेळाडूने प्रथम सर्विस करत आपल्या पहिल्या दोन सर्विसवर २ गुण मिळविले. नंतरचे २ गुण मात्र कमलेशने सुरेख फोरहँडच्या फटक्यांचे प्रदर्शन करीत मिळविले. परत पुढचा गुण चीनी खेळाडूने मिळविला. आता गुणफलक ३-२ अशी चीनी खेळाडूची आघाडी दाखवत आहे. त्याच्या ५ सर्विस झाल्यामुळे आता कमलेशच्या ५ सर्विस सुरू झाल्या आहेत. कमलेशने पहिलीच जोरदार सर्विस करून गुण घेतला. (त्यामुळे

रॅली झालीच नाही.) मात्र पुढचे सलग ३ गुण चीनी खेळाडूने कमलेशला निष्प्रभ करत जिंकले. आता कमलेश स्वतःची पाचवी सर्विस करत होता. गुण होते ६-३. मात्र ती रॅली सुरू असताना प्रेक्षकांमधून अकस्मात आलेल्या एका वस्तूमुळे पंचांनी ती रॅली मधेच थांबविली. याला लेट (let) म्हणतात. ही रॅली परत खेळविली गेली. मात्र कदाचित लक्ष विचलित झाल्यामुळे असेल, कमलेशने हाही गुण गमावला व चीनी खेळाडूने आपली आघाडी वाढवत, कमलेशच्या सर्विस असूनही चार गुण मिळविले. गुण होते ७-३. अशाप्रकारे जो खेळाडू प्रथम २१ गुण मिळवितो त्याने ती गेम जिंकली, असे जाहीर केले जाते. या प्रकारे सामना ३ गेमचा असेल तर ३ किंवा २ (५ गेमचा असेल तर ५ किंवा ४ किंवा ३) गेम जिंकेल, त्याने सामना जिंकला,असे जाहीर केले जाते.

टेबल टेनिसमध्ये टेबलाभोवतीच खेळ मर्यादित असल्यामुळे,खूप पळापळ करावी लागत नाही.त्यामुळे खेळाडूची कमी दमछाक होते. म्हणूनच टेबल टेनिसमध्ये कौशल्याला अधिक महत्त्व असते. टेबल टेनिसमध्ये हातांच्या, मुख्यतः मनगटाच्या व कंबरेच्या व्यायामावर जास्त भर दिला जातो. तसेच गुडघ्याचे खास व्यायाम करायचीही गरज असते. कारण टेबलाच्या उंचीप्रमाणे, गुडघ्यात थोडेसे वाकूनच खेळाडूला खेळावे लागते. शरीराचा बराचसा भार त्यावेळी गुडघ्यांवर येतो. याचा खेळावर परिणाम होऊ नये यासाठी, गुडघ्याच्या व्यायामांचा खूपच फायदा होतो. छोटी रॅकेट योग्यरितीने पकडता यावी, जोरदार फटके, स्मॅश मारता यावेत, सर्विस चांगली करता यावी, यासाठी नित्य सरावाबरोबर बोट्यांचे व मनगटाचे ठराविक व्यायाम केले जातात. दम टिकविण्यासाठी श्वासाच्या व्यायामांचा खूप उपयोग होतो. शरीराची चपळता वाढविण्यासाठी, शरीराच्या जलद हालचाली होण्यासाठी इतरही व्यायामप्रकार केले जातात. पण व्यायामाची खूप आवश्यकता,अगदी खेळण्यासाठी असतेच,असे नाही. मात्र चेंडूवर लक्ष एकाग्र करण्यासाठी प्रशिक्षण घ्यावे लागते. कारण चेंडूच्या हालचालींवर अचूक नजर ठेवावी लागते. एक मात्र नक्की की, हा खरा व्यायामापेक्षा कौशल्याचाच खेळ आहे.मग अगदी चॅंपियन नाही तरी एक कौशल्यपूर्ण खेळ खेळायचा, शिकायचा प्रयत्न करणार ना !



वर्षा कुलकर्णी,२२अ'मैफल', ११/३ शिक्षकनगर, पुणे ३८



“ सहा ऋतुंचे सहा सोहळे, येथे भान हरावे” असे दिव्य दर्शन घडवून देणारा ‘निसर्ग’ प्रत्येक माणसाला आकर्षित करतो. वसंत, ग्रीष्म, वर्षा, शरद, हेमंत, शिशिर ह्या सहा ऋतूंचा पाठशिवणीचा खेळ एका पाठोपाठ एक चालू असतो. दिवस रात्रीच्या पहाऱ्यामध्ये, आपले वैशिष्ट्य निसर्ग दाखवून देतो.

ऋतूराजाची चाहूल लागता क्षणीच झाडांना पालवी फुटते. आंब्याला मोहोर येतो. कोकिलेचे कूजन सुरू होते. लता-वृक्ष बहरून येतात. फळांचा राजा ‘आंबा’ आपली हजेरी लावतो. पळस फुलतात. मात्र हळूहळू ग्रीष्माकडे सरकताना उन्हाचे चटकेही जाणवू लागतात. रणरणता सूर्य हैराण करून सोडतो. पण मध्येच वाऱ्याची झुळूक सुखद अनुभव देऊन जाते. अशावेळी कधी कधी नदऱ्या आटतात. निसर्गाने रौद्ररूप धारण केले तर दुष्काळही पडतो.

असे झाले तरी ग्रीष्मानंतर ‘वर्षा ऋतू’ येतो आणि सगळी कसर भरून काढतो. पाऊस आपल्या पदरवांनी धरित्रीला पावन करतो. ‘सरीवर सरी’ येतात आणि झाडे-वेली चिंब होऊन जातात. पावसाच्या सहस्रधारांनी अभिषेक केला, की धरणीमाता न्हाऊन निघते. तृप्ततेची पावतीच जणू

निसर्ग, हिरवळीच्या रूपाने देतो.

‘शरद ऋतू’, थंडी बरोबर घेऊन येतो. स्वच्छ चांदणे हा तर त्याचा अलंकार! पिटूर चांदण्यात प्रतिभेला बहर येतो. सृष्टीचे अनोखे रूप पाहायला मिळते. सर्वत्र आनंदाचे वातावरण असते. पिके डोलत असतात. शिवार फुटलेले असते. रात्रीच्या वेळी आकाशात नक्षत्रांच्या वेली फुललेल्या दिसतात. ओसंडणारा चंद्रमा एक वेगळीच झिलई देऊन जातो.

‘हेमंत ऋतू’ आणि ‘शिशिरात’ पानझड होते. उघडे-बोडके स्वरूप आपल्याला अंतर्मुख व्हायला लावते.

उत्पत्ती, स्थिती, लय ह्याचा प्रत्यय आपल्याला निसर्गातून येतो. कधी तो आनंदाची बरसात करतो, तर कधी रौद्र रूपाने नाश करून टाकतो. त्याचे नित्य स्वरूप आपल्याला वेगळी प्रेरणा देते.

‘सातत्य’ हा तर त्याचा स्वभावधर्म.

माणसाला निसर्गाचे वेड हे उपजतच असते. त्याला विसावा हा निसर्गाच्या सान्निध्यात मिळतो. ‘निसर्ग’ हा माणसाचा ‘गुरू’ आहे.

आजच्या काळात आपण निसर्गापासून दूर चाललो आहोत. विज्ञानाने प्रगती केली. पण माणूस आपली स्वाभाविकता कुठेतरी हरवून

बसलाय आणि सुखाच्या शोधासाठी तो पर्यटन करू लागला आहे. निसर्गाच्या कुशीत समुद्रकिनारा, पर्वतराजी, हिमायल ह्यांच्या तो वाऱ्या करतोय.

म्हणून माणसाचे व्यक्तिमत्त्व विविध अंगानी फुलविणारा, नटवणारा त्याला प्रेम करायला शिकवणारा, त्याला साथ देणारा, मार्गदर्शन करणारा निसर्ग! त्याचे वर्णन शब्दांनी करणे कठीणच आहे, नाही का?

\*\*\*

कु. ललिता गोखले, इ. ८वी.

टिळकनगर विद्यामंदिर, डोंबिवली  
(हस्तलिखित स्पर्धा ९८-९९)

सहा ऋतुंचे, सहा सोहळे, येथे भान हरावे, या जन्मावर, या जगण्यावर शतदा प्रेम करावे.

१५

छात्र प्रबोधनला हार्दिक शुभेच्छा! प्रायोजक - कौशिक एंटरप्रायजेस, पुणे ३८.

## ‘स्ट्रॉ’ या नळीवाटे पेय तोंडात कसे खेचले जाते?



कोकाकोला, पेप्सीकोला, थम्सअप, गोल्ड वगैरे पेयांना सॉफ्ट ड्रिंक्स’ असे, एक गॉडस नाव देण्यात आले आहे. वस्तूतः या पेयांच्या मुळाशी काही तरी रासायनिक पदार्थ असतो आणि असे पदार्थ आरोग्याला

घातक असतात. वरील पेयांचा आस्वाद घेताना बहुधा आपण ‘स्ट्रॉ’ नावाच्या एका नळीचा उपयोग करतो. ही नळी कागद किंवा प्लास्टिक यापासून बनविली जाते. स्ट्रॉचे एक टोक पेयामध्ये घालून तिचे दुसरे टोक आपण तोंडात धरतो आणि स्ट्रॉच्या साहाय्याने पेय खेचून घेतो. या क्रियेत आपल्या नकळत फुफ्फुसांचे आकुंचन प्रसरण होत असते. स्ट्रॉने पेय पिण्याच्या साध्या क्रियेमागे विज्ञान ते काय असणार, असा आपला समज होण्याची शक्यता आहे. मात्र, त्यासाठी आधी पुढील प्रयोग करून पाहा. पेयाच्या बाटलीला झाकण लावून ती बंद करा आणि झाकणामधून केवळ स्ट्रॉ आत शिरेल, एवढेच त्या झाकणाला भोक पाडा. आता स्ट्रॉच्या साहाय्याने पेयपान करण्याचा प्रयत्न केलात, आणि फुफ्फुसांचे प्रसरण करून पेय वर खेचण्याचा प्रयत्न केलात तरीही बाटलीतील पेट स्ट्रॉवाटे तुमच्या तोंडात जाणार नाही.

पेय वर खेचण्यासाठी आपण फुफ्फुसांचे प्रसरण केले की आपल्या तोंडातील हवेचा दाब कमी होतो. परिणामतः स्ट्रॉमधील हवेचा दाबही कमी होतो. उघड्या पेयाच्या पृष्ठभागावर बाह्य हवेचा म्हणजे वातावरणाचा दाब असतो. वातावरणाचा दाब तोंडातील हवेच्या दाबापेक्षा जास्त झाला की, पेय तोंडात खेचले जाते. कारण जास्त दाबाकडून कमी दाबाकडे प्रवाहित होणे, हा द्रवाचा नियम आहे. पेयाच्या पृष्ठभागावरील हवेचा दाब कमी असेल

तर पेय स्ट्रॉवाटे तोंडात खेचून घेणे कठीण जाईल.

समुद्रसपाटी जवळ वातावरणाचा दाब सर्वात जास्त असतो आणि तो समुद्रसपाटीपासून असलेल्या उंचीनुसार कमी कमी होत जातो. अर्थातच सिमला, मसुरी, दार्जिलिंग वगैरे थंड हवेच्या ठिकाणी, स्ट्रॉद्वारे पेयपान करणे थोडे कठीण जाते.

पेयावरील वातावरणाचा दाब पूर्णतः काढून टाकला तर स्ट्रॉद्वारे पेयपान करणे अशक्य होऊन बसेल. पेयाची बाटली बूच लावून बंद केली व फक्त स्ट्रॉ आत जाईल एवढेच बुचाला भोक पाडले, तर पेयावरील वातावरणाचा दाब काढून टाकता येतो. पेयाच्या बाटल्या सामान्यतः पूर्ण भरलेल्या नसतात. त्यामुळे पेयाच्या पृष्ठभागावर थोडी हवा शिल्लक राहते. या हवेमुळे सुरुवातीला थोडे पेय आपल्या तोंडात येईल. पण नंतर बाटलीतील हवेचा दाब, आपल्या तोंडातील हवेच्या दाबापेक्षा कधीच जास्त होऊ शकणार नाही आणि स्ट्रॉवाटे पेय आपल्या तोंडात खेचले जाणार नाही. समजा बाटली उलटी केली तर सुरुवातीला थोडे पेय तोंडात गेल्यावर पेयाच्या पृष्ठभागावर निर्वातप्रदेश निर्माण होईल आणि पेयावरील हवेचा दाब शून्य झाल्यामुळे स्ट्रॉवाटे पेय तोंडात खेचणे शक्य होणार नाही.

(मला उत्तर हवंय! लेखक-मोहन आपटे या पुस्तकातून आभार)

### ‘कारगिल’

मागचा इतिहास पुन्हा उलटलेला आहे. इंग्रजांची जागा पाकिस्तानने घेतली आहे। देशासाठी कारगिलमध्ये अनेक जवान लढत आहेत हुतात्मा झाले काही, तरी बाकीचे झगडत आहेत। मायभूमीला यश द्यायचे असा निश्चय सर्वांचा सगळे म्हणतात त्यासाठी आपणच लढा द्यायचा। जवानांना नाही पर्वा आपल्या बायका मुलांची आपल्यासाठी ते लढतात आपणच त्यांना मदत करायची।

करु प्रार्थना त्यांच्यासाठी विजय त्यांना मिळूदे आपल्या भारत देशामध्ये शांतता राहू दे।

ईश्वरी तांबे, अभिनव विद्यालय, इ.५वी.

१६ पारिजात माझ्या दारी, फुले सुखाची सांडतो, अमृताचा कोंब माझ्या अंगणात अंकुरतो.

में.बाबर सिमेंट अँड इंडस्ट्रियल गॅस एजन्सी, प्लॉट नं.१, संध्या सोसा.शिंदे हायस्कूलसमोर, सहकारनगर, पुणे९.(५२३४९९)

उद्दिष्ट निश्चितीनंतर ते साध्य करण्यासाठी अभ्यासाचे नियोजन कसे करावे? याचा विचार आपला केला. आता प्रत्यक्ष कृतीला सुरुवात करायची तर, केलेला विचार आचरणात आणणे खूप अवघड आहे, असे लक्षात येते. त्यादृष्टीने अभ्यासात येणारे अडथळे कोणते व ते कसे दूर करूया, याचा विचार आपण सविस्तरपणे दोन लेखातून करणार आहोत. हे अडथळे काही वेळा बाह्य असतात तर काही वेळा थेट आपल्या मानसिकतेशी निगडित असतात.

**पुढीलपैकी कोणत्या गोष्टी तुमच्या अभ्यासात अडथळे निर्माण करतात, असे तुम्हाला वाटते?**

१. अभ्यासासाठी स्वतंत्र जागा नाही.
  २. घरची कामे करावी लागतात.
  ३. आजूबाजूला फार गोंधळ असतो.
  ४. अभ्यासाला पूरक वातावरण नाही.
  ५. अभ्यास करून घ्यायला कोणी नाही.
  ६. गाईड्स, अन्य पुस्तके नाहीत.
  ७. विषय समजत नाहीत.
  ८. अभ्यासातील अडचणी सोडविण्यास कोणी नाही.
  ९. घरातील/शाळेतील कार्यक्रमात वेळ जातो.
  १०. मित्रांबरोबर खूप वेळ जातो.
  ११. वारंवार आजारी पडतो.
  १२. अभ्यासाला वेळ मिळत नाही.
  १३. सकाळी लवकर उठता येत नाही.
  १४. सलग अभ्यास करता येत नाही.
  १५. परीक्षेची भीती वाटते.
  १६. काही विषयांची भीती वाटते.
  १७. अभ्यासात लक्ष लागत नाही.
  १८. मन एकाग्र होत नाही.
  १९. अभ्यासाचा कंटाळा येतो.
  २०. अभ्यास कशासाठी करावा, हे कळत नाही.
  २१. अभ्यास कसा करावा, हे कळत नाही.
  २२. कोणता अभ्यास केव्हा करावा, हे कळत नाही.
  २३. खूप अभ्यास करूनही लक्षात रहात नाही.
- (या व्यतिरिक्त अन्य कोणते अडथळे असतील तर आम्हाला जरूर कळवा.)

**समस्या शोधून नेमक्या शब्दात मांडा**

वरीलपैकी काही गोष्टींमुळे आपला अभ्यास होत नसेल. अनेक वेळा अभ्यास होत नाही, मूड लागत नाही, असे म्हणून आपण निराश तरी होतो, भांबावून जाऊन

### अभ्यासातील स्वावलंबन

**अभ्यासातील अडथळे कसे दूर करणार-भाग १  
प्रा. महेन्द्र सेठिया**

काहीच न करता हातपाय तरी गाळून बसतो किंवा खूपच स्वस्थ बसतो. ही टोकं तितकीशी उपयोगाची नाहीत. आपला नेमका प्रश्न काय आहे, हे एकदा स्पष्ट झाले तर त्यावर उत्तर शोधणे सोपे जाईल; म्हणून पहिली पायरी स्वतःच्या अडचणी/प्रश्न नेमक्या शब्दात मांडा (Identify the problems). या प्रश्नांवर/अडचणींवर संभाव्य उत्तरे पुढे दिलेली आहेत. बरेच उपाय मनातील विधायक विचारांशी निगडित आहेत. एकेकाची क्रमाने चर्चा करूया आणि मग जिद्दीने बिकट परिस्थितीवर मात करूया.

१ ते ६ यापैकी काही अडथळे आपल्या अभ्यासात येत असतील तर त्यांनी काही उदाहरणे प्रथम डोळ्यांसमोर ठेवावीत.

१. राम गणेश गडकरी विद्यार्थी असताना उपजीविकेचे साधन म्हणून कधी दुधाचे रतीब टाकत, कधी भाजीपाल्याचा व्यापार करित; पण दारिद्र्यामुळे ते कधी खचले नाहीत.
२. लालबहादुर शास्त्रींना तर प्रसंगी नावेसाठी भाडे देण्यास पैसे नसत. गंगा नदी पोहून त्यांना वाराणसी येथे शाळेसाठी यावे लागे.
३. आगरकर तर म्युनिसिपालटीच्या कंदीलाखाली अभ्यास करित.

आपल्यापेक्षाही अधिक बिकट परिस्थितीमध्ये शिक्षण घेणारे लोक नसताना, मी माझ्या किरकोळ गोष्टींचा बाऊ का करावा? उलट ज्या गोष्टी आपल्याला बदलणे शक्य नाही, त्या स्वीकारत आणि ज्या गोष्टी आपल्याला बदलता येतील त्या बदलण्यासाठी स्वतःमध्ये सामर्थ्य मिळवत जिद्दीने पुढे गेले पाहिजे. एकदा वरील मनोवृत्तीने विचार पक्का झाला की मग काही व्यावहारिक मार्ग निघू शकतील. अभ्यासासाठी स्वतःच्या घरी जागा नसेल, वातावरण नसेल तर अभ्यासिका, शाळेतील वर्ग, ओळखीचे नातेवाईक यांच्याकडील एखादी खोली/कोपरा, मित्र-मैत्रिणींच्या घरी जाऊन अभ्यास करायला हरकत नाही. (अर्थात मौनाभ्यास-गप्पा नाहीत) मात्र जाण्या-येण्यातील वेळ फार नसावा. घरची कामे शक्यतो सलग अर्ध्या एक तासात उरकावीत. (उदा. भाजी आणणे, दळण आणणे, घरातील कामे, स्वयंपाकात मदत, इ.) शक्य झाल्यास आपल्या अभ्यासाच्या

असंभवातून भ्रमू नका, शून्याचा रस पिऊ नका, नदी मातली कुण्या गांवची, घडे भराया धावू नका. १७

वेळापत्रकाला जर घरची कामे जोडून घेता आली (उदा. शाळेतून घरी जाताना भाजी खरेदी, इ.) तर अधिक चांगले, कामे करत असतानाही मनन, आठवून पाहणे, मोठ्याने पाठांतर, इत्यादी काही करता आले तर तो वेळही जरूर वापरावा.

**आजूबाजूला गोंधळ असला तर:**

१) खरोखरीच कानात बोळे घालून अभ्यासाला बसणे.

२) अशी वेळ शोधणे(रात्री उशिरा किंवा पहाटे

४ वाजता) की ज्या वेळी सर्वत्र शांतता असेल. त्या वेळेला पाठांतराचा, वाचनाचा, समजावून घेण्याचा अभ्यास करावा आणि गोंधळाच्या वेळी लेखन, गणिते सोडविणे, आकृत्या काढणे, इ. अभ्यास करावा. अशा प्रकारे परिस्थितीप्रमाणे जुळवून घेत अभ्यासाची जिद्द अन् चिकाटी टिकवून ठेवावी.

**स्वतःची गाईड्स नसल्याने** फारसा फरक पडत नाही. स्वतःची प्रश्नोत्तरे व टिपणांच्या आधारे उत्तम गुण मिळू शकतात. अगदीच आवश्यकता वाटलीतरग्रंथालय लावावे. ४-६ मित्रांनी मिळून एखादा संच एकत्र खरेदी करून, आलटून पालटून पुस्तके वापरावीत.

अभ्यास करून घ्यायला तुम्ही आता लहान राहिलेले नाही. स्वतःचा अभ्यास स्वतःला करता आलाच पाहिजे. म्हणूनच कोणीतरी आपला अभ्यास करून घेतला पाहिजे, ही मनातील कल्पना पूर्णतः काढून टाका. **अभ्यासातही स्वावलंबी व्हा.**

**मित्रांबरोबर खूप वेळ जातो.**

गटशः अभ्यास, एकत्र अभ्यास, वह्या पुस्तकांच्या दे वाण - घे वाणी साठी मित्रांच्या घरी चकरा, यांचे प्रमाण जितके कमी करता येईल तितके चांगले. त्यातही आपल्या अभ्यासाच्या नियोजनातील मोकळ्या वेळामध्ये मित्राकडे जाणे, गप्पा मारणे, इ. करण्यास हरकत नाही; पण वेळेचे



भान ठेवून ! शाळेत जाता-येताना मित्रांकडे जाऊन आवश्यक वह्या -पुस्तकांची देवाण-घेवाण करा. या काळात आपली मैत्री अभ्यासातून दृढ करावी. एकत्र अभ्यासाला बसलात तर दोन तास मौनाभ्यास व अर्धा तास चर्चात्मक अभ्यास असे ठरवून करावे. वायफळ मुद्दयांवर वाद घालीत बसू नये. उठसूठ प्रत्येकाला तुझा हा अभ्यास झाला का? तो झाला का? असे निरर्थक प्रश्न विचारून त्याच्यावरही दबाव आणू नये अन् स्वतःही वेळ व्यर्थ दवडू नये. एकत्र व्यायाम, अभ्यासेतर विषयांवर १०-१५ मिनिटे गप्पा, एकमेकांच्या अडचणीत मदत करणे, आवश्यकता वाटली तर प्रसंगी आठवड्यातला थोडा वेळ मित्रांसाठी (समजावून सांगण्यासाठी) द्यायलाही हरकत नाही. एकमेकांच्या गप्पांमधून अभ्यासाचे वातावरण टिकून राहिल, विधायक विचार त्यामध्ये येतील, ताण-भीती कमी होऊन आत्मविश्वास वाढेल. अभ्यासातला आनंद मिळेल, असे व्हायला हवे. वायफळ गप्पांमध्ये फार वेळ खाणाऱ्या मित्रांना मोकळेपणाने, स्पष्टपणाने त्याबाबत समज द्यावी. आपणही इतरांचा असा वेळ घेत नाही ना, हे तपासून पाहावे. हे इतके सविस्तर लिहिण्याचे कारण, मैत्री हा काळात अभ्यासावर परिणाम करणारा, खूप महत्त्वाचा घटक असतो आणि म्हणूनच त्याबाबतचा विचार स्पष्टपणे मांडला.

**वारंवार आजारी पडणे-** आपण जर वारंवार आजारी पडत असाल तर त्याची कारणे डॉक्टरांना विचारा. आवश्यक ते तातडीचे वा दीर्घकालीन उपचार करा. सांगितलेली पथ्ये पाळा. त्याबाबत चाल-ढकल करू नका. योग्य प्रमाणात शरीराची काळजीही घ्यायलाच हवी.

**अभ्यासाला वेळ मिळत नाही. सकाळी लवकर उठता येत नाही.सलग अभ्यास करता येत नाही. परीक्षेची भीती वाटते, अभ्यासात लक्ष लागत नाही. अभ्यासाचा कंटाळा येतो.** ही सर्व कारणे म्हणजे मनाचे लाड आहेत, असे माझे स्पष्ट मत आहे. आदरणीय विनोबा भावे यांचा याबाबतचा दृष्टिकोन येथे विशद करावासा वाटतो. सिंहगडाच्या कथेतून त्यांनी अप्रतिम अर्थ शोधला आहे. ते म्हणतात, "सूर्याजीपासून मी दोर कापण्यास शिकलो." आपल्या जीवनात कितीतरी असे अदृष्य दोर असतात, की तिथून घाबरलेल्या, धीर सुटलेल्या मावळ्यांप्रमाणे आपण चक्क पळून जातो. वरील कारणे हे सारे असेच दोर आहेत. आपण उभ्या केलेल्या सबबी आहेत. अभ्यासातला सर्वात मोठा अडथळा म्हणजे हे दोर, त्यामागे केवळ दडला आहे आपला आळस, मनाचा

कच्चेपणा अन् कृतिशून्यता.

अभ्यासाला वेळ मिळत कसा नाही? आदर्श दिनक्रम पाहून तुम्हीच या प्रश्नाचे उत्तर द्या. आम्हाला टी.व्ही. वरील कार्यक्रमही बघायचे असतात. रात्री लवकरही झोपायचे असते. सकाळी थंडीमुळे उशिरापर्यंत अंधरूणातून बाहेर पडावेसे वाटत नाही. मित्रांशी तास-न्-तास गप्पा माराव्याशा वाटतात. प्रसंगी सिनेमाला जावेसे वाटते, झालंच तर इतर अनेक गोष्टींमध्ये 'टाइम पास' करायचा असतो आणि इतके सगळे करून मग आम्ही अभ्यासासाठी वेळ शोधतो. कसा सापडेल वेळ? असा जाता जाता सहज अभ्यास करून भागणार नाही, हे लक्षात घ्या. आता आपले २४ तास कसे जातात, याचा हिशोब कागदावर मांडा, त्यातल्या कोणत्या गोष्टींवर आता वेळ नाही दिला/खर्च नाही केला तरी चालेल, ते ठरवा आणि त्यासाठी वेळ द्यायचा नाही असे पक्के करा. इंग्लिशमध्ये एक वाक्य आहे :-

"People don't waste time. They spend it on the things they don't need."

आपलं काहीसं असंच होतं का, याचा विचार करा. वेळेचा हिशोब नीट मांडला तर दिवसातला ३ ते ५ तास अभ्यासाला वेळ नक्की मिळेल.

**सकाळी लवकर उठता येत नाही**-गजर लावणे, आई-वडिलांना उठवण्यास सांगणे, हे प्राथमिक उपाय झाले. रात्री झोपण्यापूर्वी स्वतःच मनाशी प्रामाणिकपणे व गांभीर्याने उद्या सकाळी उरलेल्या वेळी जाग येऊ दे, असे म्हणा. (स्वयंसूचना देणे) बाह्य किंवा आंतरिक प्रेरणांचा वापर करून सकाळी लवकर उठता येते. सहलीला जाताना कसे आपण स्वतःहून उठतो, स्वतःहून आपल्याला जाग येते. तितक्या उत्कटतेने तुम्ही उठविलेत तर अभ्यासासाठी सुद्धा तुम्हाला लवकर स्वतःहून जाग येईल, इतके करूनही सकाळी उठणे अशक्य होत असेल, तर रात्री जागून अभ्यास करा. कदाचित तुमचा रात्री अभ्यास उत्तम होईल. मग सकाळी उशीरा उठले तरी चालेल. अभ्यास होणे महत्त्वाचे!

**सलग अभ्यास करता येत नाही**-सलग एक तास अभ्यास करताना काय काय अडचणी येतात, हे एकदा लिहून काढा. अनेकवेळा काय अभ्यास करायचा, हेच माहित नसल्यामुळे ही अडचण येते. नियोजनपूर्वक अभ्यास केल्यास व अभ्यासाच्या पद्धतींमध्ये वैविध्य आणल्यास तासन्तास अभ्यासाला बसता येईल; पण प्रारंभी असे तासन्तास बसून तर बघा. अर्थात प्रत्येक तासाच्या शेवटी पाच मिनिटांची

विश्रांती, मोकळीक घ्यायची. मग हळूहळू बसण्याची सवय झाली की त्याबरोबर अभ्यासही होईल. मला का जमत नाही? असा प्रश्न स्वतःच स्वतःला विचारला तर नक्कीच जमेल.

**अभ्यासाचा कंटाळा येतो.** अभ्यासाचा कंटाळा आला की अभ्यासातले लक्ष उडते. सलग ८-१० तास अभ्यास करण्याची सवय नसल्यामुळे, काही वेळा कंटाळा येणे स्वाभाविक आहे; परंतु या कंटाळ्यामुळे अभ्यासच करावासा न वाटणे, ढिलाई येणे, त्याची परिणती म्हणून तासन्तास वेळ वाया घालवणे, गरज नसलेल्या गोष्टींवर वेळ घालविणे. उदा. गप्पा, टी.व्ही. पाहणे, इ. असे होता कामा नये. यासाठी पुढीलपैकी काही प्रयोग करून बघायला हरकत नाही.

**कंटाळा घालविण्याचे काही उपाय**

१. फेऱ्या मारत वाचणे/पाठ करणे.
२. कोऱ्या कागदावर स्केचपेनच्या साहाय्याने महत्त्वाची सूत्रे/प्रमेये/व्याख्या, इ. लिहून काढणे व ते नेहमी वाचता येईल, अशा ठिकाणी लावणे.
३. घरी टेपरेकॉर्ड असल्यास विविध विषयांचे महत्त्वाचे मुद्दे त्यावर टेप करणे. नंतर मोकळ्या वेळेत इतर नित्य कर्म करत असताना (उदा. आंघोळ, नाष्टा, जेवण इ.) ऐकणे.
४. स्वतः जे पाठ केले आहे ते दुसऱ्या व्यक्तीला (घरातील आई-वडील, भावंडे-त्यांना नाही कळले तरी चालेल) म्हणून दाखविणे.
५. परीक्षेत विचारल्या जाणाऱ्या आकृत्यांची एकत्र यादी करून, त्या नीट काढण्याचा सराव करणे. त्याआधारे धड्यातील महत्त्वाचे मुद्दे आठवण्याचा सराव करणे.
६. भूगोलाचे नकाशे भरणे.
७. साधारणपणे ज्या आकाराचे खेळातील पत्ते असतात, त्या आकाराच्या जाड कागदावर विविध विषयांमधील महत्त्वाचे मुद्दे, सूत्रे लिहून जाता-येता वाचणे,
८. निबंधाची पुस्तके वाचणे. वेगवेगळ्या विषयांवरील निबंधांचे मुद्दे, नवीन कल्पना लिहून काढणे.
९. चांगल्या कविता (पुस्तकाबाहेरील) वाचणे, निबंधांसाठी उपयोगी पडतील अशी सुभाषिते,

कल्पतरुवर राजस पक्षी, पिसे मिळाचा शिणू नका, इंद्रधनुच्यता पुलावरोनी, पैल जायचे म्हणू नका. १९

छात्र प्रबोधनला हार्दिक शुभेच्छा ! प्रायोजक - विश्वकुमार विश्वनाथ आर्किटेक्टस्, प्रा.लि.पुणे.

सुविचार, काव्यपंक्ती या एकत्र लिहून काढणे, पाठ करणे.

१०. दैनंदिनी लिहिणे, मोकळ्या हवेत फेरफटका मारून येणे, तोंड धुणे इ. करावे.
११. खूपच कंटाळा आल्यास थोडा वेळ पडून राहावे. पडल्या पडल्या दीर्घ श्वासोच्छ्वास करावा. २-५ मिनिटे करमणुक होईल असे विनोद, बिरबलाच्या गोष्टी, थोरांचे किस्से, चांदोबा, असे वाचावे. भेळ चुरमुरे, चिवडा, दाणे-फुटाणे, गाजर, टोमॅटो, हरबरा, खोबरे, इ.पैकी (तोंडाला व्यायाम होईल, जिभेला पाणी सुटेल, असे काहीसे) आवडीनुसार काहीतरी खावे, सरबत प्यावे. (शक्य झाल्यास स्वतः करून)

हे सर्व करताना यातच खूप वेळ घालवू नये. मुख्य जेवणात, लोणचं, कोशिंबीर याला जितके (रूचिपालटासाठी) स्थान, तितकेच एकूण अभ्यासात वरील गोष्टींना असायला हवे. अभ्यासाच्या विविध पद्धती वापरल्याने अभ्यासाचा कंटाळा जातो. वेळही वाया जात नाही. अभ्यासाची गोडी लागते. यातल्या कोणत्याच गोष्टी सलग तासनुतास करत बसू नये, तर तासाभराच्या मनःपूर्वक अभ्यासानंतर ५-१० मिनिटे वरील प्रकाराने बदल करायला हरकत नाही.

या व्यतिरिक्त विषय न समजणे, विषयांची भीती वाटणे व महत्त्वाचे म्हणजे अभ्यासात लक्ष न लागणे या अडथळ्यांचा विचार आपण पुढील लेखात करूया.

### अभ्यास कशासाठी करावा?

आपण अभ्यास केला तर आपल्याला चांगले गुण मिळतील. त्यामुळे आपल्या आई-वडिलांना, मित्रांना आनंद होईल. पर्यायाने स्वतःलाही आनंद होईल. म्हणून अभ्यास करावा. उद्दिष्ट निश्चित केलेले असल्यामुळे त्या उद्दिष्टपूर्तीसाठी अभ्यास करावा. स्वतःच ठरविलेले संकल्प पूर्ण करण्यातला आनंद मिळविण्यासाठीही अभ्यास करावा. व्यवहारतः पुढील शिक्षण अधिक सुकर व्हावे, आत्मविश्वासाने आणि आत्मसन्मानाने जगता यावे, अनेकांना आपण आवडावे यापैकी कोणत्याही एका किंवा अधिक कारणांसाठी अभ्यासाशिवाय पर्याय नाही हे पक्के ध्यानात घेतले तर हा प्रश्न पुन्हा पुन्हा डोके वर काढणार नाही.

अडचणी निश्चित करणे, त्यावर व्यावहारिक तोडगा शोधून काढणे, आवश्यक तेथे प्रयोग करून स्वतःची अभ्यासपद्धती तयार करणे, नियोजनपूर्वक अभ्यास करणे, अभ्यासाची विविध तंत्रे आत्मसात करणे आणि अभ्यासातील आनंद मिळविणे. हेच सर्व अडथळ्यांवरील उत्तर आहे.

**महत्त्वाकांक्षा अन् ती पूर्ण करण्यासाठी धडपड जिद्द अन् सुनियोजित प्रयत्नांची साखळी !**

**दृढ आत्मविश्वास अन् प्रखर आशावाद !**

**हे जर तुमच्याकडे असेल तर मग**

**नक्कीच तुम्ही यशाने 'त्रिभुवने' दुमदुमवू शकाल.!!**



प्रा. महेन्द्र सेठिया, ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे ३०

### ज्ञानप्रबोधिनीच्या शैक्षणिक उपक्रम संशोधकेद्वारा दिवाळी १९९९ च्या सुट्टीतील प्रशिक्षण वर्ग (इ. ८ वी ते १० वी च्या विद्यार्थ्यांसाठी)

#### १) स्वयंअध्ययन कौशल्ये (Self Study Skills)

(मराठी व इंग्रजी माध्यमांच्या स्वतंत्र तुकड्या)

वेळ:- दु.२ ते ५. या वर्गात स्वतःचा अभ्यास स्वतः कसा करावा, हे आधुनिक तंत्रे व चाचण्या, सरावपाठ यांच्या साहाय्याने शिकता येईल. श्रवण, वाचन, स्मरण, लेखन, टिपण, नियोजन ही कौशल्ये असतील.

#### २) लेखन कौशल्य (Writing Skills)

(मराठी व इंग्रजी माध्यमांच्या स्वतंत्र तुकड्या)

वेळ :- स.९॥ ते १२॥. या वर्गात निबंध लेखन, पत्र लेखन, रिपोर्ट लेखन, परिच्छेद लेखन, इत्यादी लेखनांत स्वतःला सुधारणा कशी करता येईल. याचे मार्गदर्शन केले जाईल.

#### ३) इंग्रजी संप्रेषण (Development of English communication)

“फक्त मराठी माध्यम.” वेळ दु. २ ते ५. हल्ली पाठ्यपुस्तकातून संप्रेषण कौशल्यावर भर दिलेला आहे. त्या दृष्टीने वाचन, लेखन, श्रवण, संभाषण यांत सुधारणा कशी करता येईल, याचे मार्गदर्शन या वर्गात केले जाईल.

#### ४) प्रतिभा विकसन :- वेळ स. ९॥ ते १२॥

पाश्चात्य देशांमध्ये शिकवली जाणारी प्रतिभा विकसनाची आधुनिक तंत्रे आत्मसात करतानाच, आपली निरीक्षणशक्ती वाढवा ! कल्पनाशक्तीला पंख फुटू द्या ! सर्जनशीलतेचा आनंद या वर्गात दाखल होऊन लुटा ! (कोणत्याही माध्यमातील विद्यार्थ्यांसाठी एकत्र वर्ग !)

#### वरील सर्व वर्गासाठी

शुल्क : प्रत्येक वर्गासाठी रू. २००/- फक्त

कालावधी : एक आठवडा सोम. दि.१ नोव्हें. ते शनि.६नोव्हें. १९९९.

स्थळ : ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे ३०

नावनोंदणी : १ सप्टें.९९पासून ज्ञानप्रबोधिनी, ५१०सदाशिवेठ, पुणे ३० येथील चौकशी केंद्रात करावी.

(बाहेरगावच्या विद्यार्थ्यांसाठी निवासाची सोय ज्ञानप्रबोधिनीतर्फे होऊ शकणार नाही.)

२० आज पडे हे पाउल पहिले यशोपथाच्या वरती, वाट चालणे जलद गतीने सातत्याने पुढती.

श्री. शिरीष पोंक्षे व श्री. प्रसाद पुरंदरे यांच्याकडून प्रबोधकांना हार्दिक शुभेच्छा !



# मिनी

शशांक कानडे

पाऊस  
थांबल्यावर  
सगळेजण  
घरात आले.  
मिनी, दादू  
पावसात  
नाचून-नाचून  
दमले होते.  
भाकर, भाजी-  
भात खाऊन ते

मिनी आणि दादू नुकतेच शाळेतून घरी परतले होते. आज पावसाच्या शक्यतेमुळे ते दोघे मुख्याध्यापकांची परवानगी घेऊन, लवकर घरी आले होते.

पावसापासून संरक्षणासाठी त्यांच्याकडे काही नव्हतेच ! आणि घर ते शाळा अंतर होते, ४ मैल !

मिनीला कसलीशी चाहूल लागली; ती दादूला घेऊन अंगणात आली, तर काय पावसाचे शिंतोडे त्यांच्या अंगावर पडले. आतून आई म्हणाली, “दादू, मिने, पावसात भिजूनशान या, सगळी घामोळी, पुटकुल्या निघून जातील.” मिनेचा बासुद्धा पावसात भिजायला आला. आईला अजून स्वयंपाक करायचा होता. म्हणून ती घरात गेली. पाऊस बराचवेळ पडतच होता.

दोघे चिमुरडे जीव झोपी गेले. मिनीचा बाप एका बिल्डिंगचा वॉचमन होता. मिनीची आई घोघरी पोळ्या करण्याचे, धुणं-भांडी करण्याचे काम करत असे. या सगळ्यातून घराचे जेमतेम चालायचे.

सकाळीच मिनी उठली. ती अंगणात आली. पाऊस अजूनही पडत होता. रात्री परत पावसाला सुरुवात झाली होती तर ! मिनीला कसली तरी आठवण झाली. ती थेट घरात पळाली. आईला लाडीगोडी लावून म्हणाली, “आये, मला की न्हाई येक झक्कास च्येनक्वाट हवा. मागे येकदा कबूल करूनशान आणला नव्हतास तू.” आयेला प्रश्न पडला. पैसा आणायचा तरी कुठुन?

दादू व मिनी रोज काळजीने शाळेत जात. त्यांना वाटे, मुलांना

कळू नये, की आपल्याकडे रेनकोट नाहीये म्हणून. रोज पावसामुळे त्यांना उशीर होई.

बिल्डिंगमधल्या जोशीणबाईंना आईने, “रेनकोट दिला तर बरे होईल” अशी विनंती केली. त्यांनी एका मोठ्या मापाचा रेनकोट देण्याचे कबूल केले. त्यांना काय माहीत की रेनकोट मिनीसाठी हवाय म्हणून? आईने ही बातमी मिनीला सांगितली. मिनीला हे स्वप्न का सत्य तेच कळेना. रोज ती खूप खुश असायची.

दुसऱ्या दिवशी ती नेहमीचाच फाटका गणवेश घालून, दादूबरोबर शाळेत निघाली. दादू सातवीत तर मिनी तिसरीत होती. आज ती चक्क उड्या मारत शाळेत गेली. आज तिला रेनकोट मिळणार होता ना ! शाळेत तिला धीर निघेना. ती शाळेतून पळतच घरी आली. पाहते तर काय? आईचा चेहरा पडला होता. कारण जेव्हा बोलता बोलता, आईने जोशीण बाईंना सांगितले की, तो रेनकोट मिनी वापरणार आहे, तेव्हा जोशीण बाईंना त्या रेनकोटची काळजी वाटली. ह्या मुलीने तो फाडला बिडला तर? म्हणून त्यांनी रेनकोट देण्यास नकार दिला. मिनी रागवली, चिडली. दादूने तिला बाहेर एका लांबच्या झाडाखाली नेले. तो म्हणाला, “मिने, आयेजवळ जिद नको करत जाऊस. तेना पैका मिळत न्हाई. तू लई अभ्यास कर, पहिली ये. देव तुला आपोआप इनाम देईलच.”

छोटेसे बहिणभाऊ, उद्याला मोठाले होऊ, उद्याच्या जंगाला, उद्याच्या युगाला, नवीन आकार देऊ. २१

सर्वांगीण विकसनातून मिळवून देण्या आत्मविश्वास। छात्र प्रबोधन मासिकाच्या नित्य असे हा ध्यास।।

दादू किती थोर मनाचा होता?

मिनी घरी आली. आयेला जरा चिडून म्हणाली, 'मला नको तो रेनक्वाट!' रोज तिने नेटाने अभ्यासाला सुरुवात केली. पण तिचा तिमाही परीक्षेत अकरावा नंबर आला. ती नाखूष झाली. पण आणखी एक संधी तिच्याजवळ चालून येणार होती, काय होती ती?

मिनीने अभ्यासाला परत सुरुवात केली. पण तिचे अभ्यासात मन रमेना. तिला समोर रेनकोट दिसत होते. असेच १४-१५ दिवस गेले. कुठल्या तरी क्लबतर्फे चौथी पर्यंतच्या मुलांसाठी चित्रकला स्पर्धा भरवण्यात आली होती. मिनी तिसरीतच होती. पण तिने चित्र पाठवायचे ठरवले. तिची चित्रकला साधी पण मोहक असे. तिला चित्रातून आशय छानपणे व्यक्त करता येत असे. तिने चित्र पाठवले. तिचा दुसरा नंबर आला आणि पहिल्या नंबराचा जर्किनचा रेनकोट तिच्या हातून निसटला. पण तिला १०० रू.चे बक्षीस मिळाले. एवढ्यातून रेनकोट कसा घेणार? म्हणून तिने ते पैसे तसेच ठेवले. तिला ही अपयशं भरून काढायची होती. शाळेत इतर मुलांचे विविध रेनकोट पाहून तिला रडू येई. पण तिने आता आपले लक्ष पूर्णपणे अभ्यासावर केंद्रित केले. आता फक्त अभ्यास एके अभ्यास.

अभ्यास अगदी नेटाने सुरू झाला. तिचे दैनंदिन जीवन सुरू झाले. आता ती फक्त अभ्यासात गर्क होती. हळूहळू प्रगती होत

होती. सर्व प्रगतीपुस्तके प्राचार्यांच्या हाताखालून जात. आखल्या वर्गात फक्त मिनीचीच प्रगती वेगाने होत होती. तिचा सहामाहीत सहाशे पैकी पाचशे एकोणसत्तर मार्कांनी दुसरा नंबर आला. नऊमाहीत प्रथम, तर वार्षिक मध्येही तिला ९७% पडून प्रथम क्रमांक आला. तिची ही धडपड प्राचार्यांनी पाहिली. त्यांचा आनंद गगनात मावेना.

ते मिनीच्या नकळत तिच्या घरी गेले. वार्षिक परीक्षेत पहिला नंबर आलेल्या मुलाच्या घरी ते नेहमी जात. त्यांनी तिच्या आईला सर्व विचारले. आईने मिनीचे दुःख सांगितले. ते तरी काय करू शकत होते? प्राचार्यांनाही दुःख झाले. ह्यावर्षीच्या शाळेच्या गॅदरिंगमध्ये, त्यांनी तिला सर्वासमक्ष रेनकोट देण्याचे ठरवले. दिवसा मागून दिवस गेले. मिनी आता चौथीत होती. चौथीची सहामाही परीक्षाही झाली. गॅदरिंग जवळ आले. मिनी एका कोळीनृत्यात होती. तिची प्रॅक्टीस रोज चालूच होती. गॅदरिंगचा दिवस जवळ आला. मनोरंजनाचे कार्यक्रम झाले. मिनीला उत्कृष्ट नृत्याचा एक 'पेनसेट' बक्षीस म्हणून मिळाला. मिनीला वाटले ह्याऐवजी रेनकोट मिळाला असता तर हा विचार तिच्या डोक्यात येतो ना येतो तोच, तिला प्राचार्यांनी स्टेजवर बोलावले. एकूण तिला १५ व्यक्तींनी पहिल्या क्रमांकाकरता

ठेवलेली १५ बक्षीसे मिळाली. शिवाय एक उत्कृष्ट विद्यार्थिनी म्हणून एक बक्षीस मिळाले. सर्व बक्षीसे देऊन झाली. प्राचार्यांनी बोलायला सुरुवात केली. ते म्हणाले, "मला सर्वांपेक्षा मिनीचे अधिक कौतुक वाटते. तिची जिद्द व धैर्य ह्या गुणांमुळेच तिचा पहिला नंबर आला. ह्या तिच्या धडपडीमुळे मी तिला एक खास बक्षिस देतो." त्यांनी एक खोके तिला दिले. समारंभ संपला. मिनी घरी आली. तिला अजून रेनकोटचा प्रसंग आठवत होता. तिने सर्व बक्षीसे उघडून पाहिली. विविध बक्षीसे होती. शेवटी तिने खोके उघडले आणि तिला एक सुंदर फुलांनी भरलेला रेनकोट दिसला. तिला खूप आनंद झाला. तिला प्राचार्य आठवू लागले. तिने तो रेनकोट सर्वांना दाखविला. सर्वांना आनंद झाला. दादूच्या डोक्यातून आनंदाश्रू वाहात होते...

\*\*\*

चि. शशांक कानडे, इ. ८वी.  
१३५ शनिवार पेठ, आपटे घाट,  
पुणे ३०

☺ हसा हसा ☺

सुशीला - काय करू गं, काही समजत नाही, माझ्या मुलीची अजिबात वाढच होत नाहीये.

सरला - काय नाव तुझ्या मुलीच?

सुशीला - संचयिता.

सरला - अगं 'महागाई' नाव ठेव, लगेच वाढ होते की नाही बघ.

२२ मम हृदयातिल प्रेमभावना, सुख दुःखे सगळी, सद्भावे या निर्मळ कवनी, स्वकरी कोरियली.

काळासंगे धावण्यासाठी धरावी विज्ञानाची कास। सभासद होऊन 'छात्र-प्रबोधन' चे मिळतो हा विश्वास।

सलीली पय जैसे । एक होउनि भिनले असे ।।

परि निवडून राजहंसे । वेगळे कीजे ।।

का अग्निमुखी कीडाल । तोडूनिया चोखाल  
निवडीती केवळ । बुद्धिमंत ।।

ना तरी जाणिवेचिया आयणी । करिता दधिकडसणी  
मग नवनीत निर्वाणी । दीसे जैसे ।।

मुलांनो, जग सुधारत चाललं आहे, असं आपण म्हणतो.  
पण थोडासा विचार केला तर काय दिसतं? रोज सकाळी  
वर्तमानपत्र उघडलं की कुठल्या बातम्या वाचाव्या लागतात?  
टी. व्ही. चालू केला की, कशा प्रकारचे नाच दिसतात?

सगळ्या गोष्टी महाग होत चालल्या असताना, एक  
गोष्ट स्वस्त होत चालली आहे. ती म्हणजे चिंता, काळजी  
किंवा अगदी सगळ्यांच्या तोंडचा शब्द म्हणजे टेन्शन !

**यंदा कुंदा दहावीला आहे - काळजी !!**

**बंड्याला अजून नोकरी नाही - काळजी !!**

**बाबा अजून घरी आले नाहीत - काळजी !!**

**आईचा गॅस संपला - काळजी !!**

सारांश काय, प्रत्येक माणसाच्या नशिबी हा काळजीचा  
रोग लागलेलाच आहे. पण आधीच्या काळात ही काळजी,  
चिंता नव्हतीच का? त्या काळात लोक अगदी सुखी होते  
का? मुळीच नाही. नाही तर 'जगी सर्वसुखी असा कोण  
आहे?' असा प्रश्न रामदासांना विचारावाच लागला नसता.  
पण तरीही लोक जगतच होते. आपलं कर्तव्य, आपला धर्म  
पाळीतच होते. पण आजकालची मुलं मात्र या चिंतेला  
घाबरून व्यसनांच्या आहारी जातात. संकटांना तोंड  
देण्याऐवजी पाठ फिरवून पळ काढतात.

आढीतला एक आंबा नासला, तर बघता बघता ती  
सगळी आढीच नासून जाते. तसेच मित्रच व्यसनांची ही  
कीड आपल्या मित्रात पसरवात.

जी मुले मनाने कमकुवत असतात, घरच्या संस्कारांची  
शक्ती ज्यांच्याजवळ नसते, ती अशा कुसंगतीत फसतात  
आणि आपल्याबरोबर आपल्या घरादारालाही दुःखात  
लोटातात. कष्टी करतात.

मात्र ज्यांच्यावर लहानपणापासून चांगले संस्कार झालेले  
असतात, चांगले काय, वाईट काय हे ज्यांना कळते, आपली  
संगती जे विचारपूर्वक ठरवतात आणि कुसंगतीपासून  
कटाक्षाने दूर राहतात अशी मुले जीवनातल्या सर्व वाईट  
गोष्टींपासून स्वतःला दूर ठेवू शकतात.

गढूळ पाण्यात फुललेली पांढरी शुभ्र कमळे तुम्ही  
पाहिली आहेत का? त्या पाण्याच्या गढूळपणाचा एवढासा

देखील परिणाम

त्यांच्यावर

झालेला नसतो.

त्या सान्या

गाळाला

पायाखाली

घालून

निष्कलंक कमळ

सौंदर्याचं वरदान मिरवतं आणि परमेश्वरालाही प्रिय होतं.

असे म्हणतात की बगळाही पांढरा व राजहंसही पांढरा.

मग त्या दोघांमध्ये फरक तो काय? तर दूध-पाणी

मिसळून बगळ्यापुढे ठेवलं, तर तो ते पिऊन टाकतो.

हंस मात्र 'नीर-क्षीर-विवेक' करतो, म्हणजेच दूध व

पाणी यांच्या मिश्रणातील फक्त दूधच शोषून घेतो व

पाणी तसेच ठेवतो.

मुलांनो, तुमच्या अवतीभवती केवळ हवाच प्रदूषित  
झालेली नाही, तर आपली सारी संस्कृतीच प्रदूषित होऊ  
लागलेली आहे. सुखाच्या, चैनीच्या गोष्टींची चटक  
लहानपणापासून लावली जात आहे. त-हेत-हेच्या जाहिराती  
हे काम मोठ्या कौशल्याने करत आहेत. अशा परिस्थितीत  
आज गरज आहे ती चांगुलपणा, माणुसकी, सचोटी,  
साधेपणा टिकवण्याची ! हे गुण लाखमोलाचे आहेत हे  
कळण्यासाठी ! म्हणून राजहंसाप्रमाणे वागा. आसपास  
घडणाऱ्या चांगल्या-वाईट गोष्टी ओळखायला शिका.  
चांगल्या गोष्टींचे अनुकरण करा. चांगल्या मित्रांची संगत  
धरा. चांगल्या कामांसाठी कष्ट करायला लाजू नका. कुणाला  
नाडण्यापेक्षा कुणासाठी झीज सोसण्यात मोठेपणा वाटू द्या.

असा बऱ्या-वाईटाचा सारासार विचार म्हणजेच  
विवेक. अशा विवेकी माणसाबद्दल दुसऱ्या अध्यायात  
ज्ञानेश्वर म्हणतात-

पाणी व दूध यांचे मिश्रण फक्त राजहंसचे वेगळे करू  
शकतो. विस्तवाच्या मदतीने योग्य कारागीरच सोने व त्यातील  
हिणकस भाग वेगवेगळे करू शकतो. दहीसुद्धा योग्यप्रकारे  
घुसळले तरच त्यातून लोण्याचा लाभ होतो. म्हणूनच

**मुलांनो, राजहंस व्हा, कमळ व्हा.**

\*\*\*

**संजीवनी बोकील**

विजयालक्ष्मी अपार्ट. फ्लॅट नं. १९,

रामबाग कॉलनी, पौड रोड, पुणे ३८

जे जे वाटे योग्य तुम्हाला ते ते करण्या उठा चला, स्वऱ्या खुऱ्या प्रामाणिकतेने आस्थापूर्वक कर्म करा. २३

'विवेकनंदांचा राष्ट्रधर्म' (स्वामी विवेकानंदांच्या वाङ्मयातील निवडक उताऱ्यांचा संग्रह व भाष्य) ज्ञान प्रबोधिनी प्रकाशन. किं.रू.३०

आपल्या आहारात जशी अ,ब,क,ड, वगैरे जीवनसत्त्वे असतात.तशी आयुष्यातही 'अ' आणि 'ब' ही दोन जीवनसत्त्वे असतात. उत्तम आरोग्यासाठी, शरीराच्या पोषणासाठी वापरल्या जाणाऱ्या पदार्थांना शास्त्रीय भाषेत जीवनसत्त्वे म्हणतात. आहारातील या जीवनसत्त्वांनी आपला शारीरिकदृष्ट्या फायदाच होत असतो. आयुष्यातील अ आणि ब या जीवनसत्त्वामुळे लहानपणीच आपल्या जीवनाला योग्य दिशा मिळते. सन्मार्गाने आयुष्य जगण्याचे धडे मिळतात. जीवनातील विविध वळणांवर, अडचणींवर मात करण्यास मदत होते. आता तुम्हाला प्रश्न पडला असेल, की ही जीवनसत्त्वे आहेत तरी कोणती? 'अ' म्हणजे आई आणि 'ब' म्हणजे बाब!

आई आणि बाबा, ही आपल्या आयुष्यातील सर्वात निकटची अशी नाती असतात, की जी एकदा हरवली की पुन्हा कधीही मिळत नाहीत. इतर सर्व गोष्टी पैशानेखेदी करता येतात परंतु आई-बाबा, त्यांचे वात्सल्य, त्यांचा प्रेमळ राग, परत मिळवता येत नाही. आपल्या उभ्या आयुष्याची काळजी आई-बाबांशिवाय कोणालाही नसते. 'स्वामी तिन्ही जगांचा आई बाबांविना भिकारी', असेच म्हटले पाहिजे.

माता-पित्याच्या प्रेमाची कोणाशीही तुलना करता येणार नाही. सत्ता, मत्ता, विद्वत्ता, सर्वकाही त्याच्यापुढे फिके पडतात. म्हणून तर कुणापुढेही न वाकलेला सिकंदर आपल्या मातेसमोर नतमस्तक होतो. शिवाजीमहाराजही श्रेष्ठ मातृ-पितृभक्त होते. विनोबाजी, बापूजी यांनी आपल्या यशाचे श्रेय आपल्या आई-वडिलांना दिले आहे. आपल्या जन्मापासून आपली वाढ होईपर्यंत, आपले पालनपोषण करताना आई-वडील कशाचीही कमतरता न पडू देता



आपली काळजी घेतात. आई-बाबा आपल्यासाठी काय करत नाहीत? सर्वस्वी परावलंबी असणाऱ्या आपल्या बाळाला त्याची माता-नयनांचा दिवा व हाताचा पाळणा करून सर्वतोपरी सांभाळते. आई-वडील मुलांना खाऊपिऊ घालून त्यांचे संगोपन करतातच, पण त्याचबरोबर त्यांना नीतिकथा, चातुर्यकथा, साहसकथा सांगून, त्यांचे फुलासारखे कोमल मन फुलवून, त्यावर सुसंस्कार घडवितात.

लालयेतपञ्चवर्षाणि । दशवर्षाणि ताडयेत् ।  
प्राप्तेतु षोडशे वर्षे । पुत्रे मित्रवदाचरेत् ॥

या संस्कृत सुभाषिताप्रमाणेच आई-वडील आपल्याला वागणूक देत असतात. हळूहळू मुले मोठी होतात. त्यांना गोष्टी सांगण्याचे वय संपते. त्यांचे चुकले असता योग्य शिक्षा करणे, हे मुलांच्या भल्यासाठीच आई-वडील करत असतात. मुले सोळा-सतरा वर्षांची झाल्यावर आई-वडील मुलांना त्यांच्याशी मित्राप्रमाणे वागतात. या वयापर्यंत आई-वडील मुलांना त्यांच्या इच्छेप्रमाणे शालेय, महाविद्यालयीन शिक्षण देतात. पुढे मुलांना स्वतःच्या पायावर उभे राहण्यास लायक बनवितात. मुलांच्या जीवनाच्या सार्थक करतात. आतापर्यंत आई-वडील बरेच थकलेले असतात. उतारवयात आलेले असतात. आता त्यांना आपल्या मुलांची मदत हवी असते. आतापर्यंत मुले प्रौढ झालेली असतात,

पण आई-वडिलांच्या नजरेत मुले कधीच मोठी होत नाहीत. माता-पित्यांनी केलेले हे अनेकविध उपकार, आपण कधीच फेडू शकत नाही. आपल्या जन्मदात्यांची सेवा करणे, ही काही अंशानी त्या ऋणांची फेड म्हणता येईल, पण तेही आपले कर्तव्यच असते.आई-वडिलांचे कृपाळत्र एवढे विशाल असते, त्यांचे प्रेम एवढे अमाप आहे, की सात वेळा काय, शंभर जन्म घेऊनही ते फेडता येणार नाहीत.

आई-वडिलांची जबाबदारी जेथे संपते तेथेच मुलांची जबाबदारी सुरू होते. वृद्ध आई-वडिलांचे नित्य जीवन कुठल्याही कारणाने विस्कळित झाले, तर ते मुलांनीच सुरळीत केले पाहिजे. आई-वडिलांना आता जे जे हवे असते, ते ते मुलांनी त्यांना दिले पाहिजे. प्रेमानेच त्यांनी एकत्र राहायला हवे. नुसते कर्तव्य म्हणून जवळ राहण्यात काय अर्थ?

शेवटी कोणीही काहीही म्हणो, परंतु आई-वडिलांना जन्मभर विसरू नये, हेच खरे. शेवटी ते दोघे आपल्या आयुष्यातील मोलाची जीवनसत्त्वे आहेत. म्हणूनच शेवटी म्हणावेसे वाटते,

'दुसरं सारं विसरा, परंतु आई-वडिलांना विसरू नका. ज्यांनी रात्रंदिवस आतोनात कष्ट घेतले, स्वतः झिजून तुम्हास मोठे केले, त्यांच्या स्नेहार्द्र डोळ्यांत, अश्रू येतील असे वागू नका. ज्यांनी अमृत पाजले, त्यांना विष पाजू नका. ज्यांनी तुमच्या मार्गावर प्रेमाची फुलेच पसरली, त्यांच्या मार्गातील काटे बनू नका. त्यांच्या पूज्य चरणांची आठवण ठेवा. त्यांना कधीही विसरू नका.'

\*\*\*

चि. हर्षल भक्त

एम-२७/२३१२,म.हौ.बोर्ड, येरवडा, पुणे

२४ थोरांशी अन् पोरंशीही संवाद साधणे नित्य जमावे, प्रेम, जिव्हाळा, आपुलकीचे घट्ट विणीचे बंध जुळावे.

सर्वांगीण विकसनातून मिळवून देण्या आत्मविश्वास, 'छात्र प्रबोधन' मासिकाचा नित्य असे हा ध्यास ।'

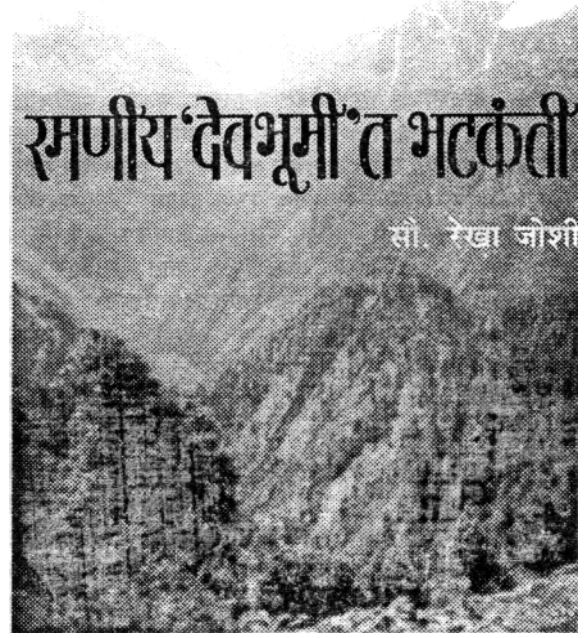
नागाधिराज हिमालयाचे वर्णन वाचून त्यांचे प्रत्यक्ष दर्शन घेण्याची इच्छा न करणारा विरळाच. हिमाचल प्रदेशातील कुलू व मनाली यांना 'देवभूमी' म्हणून संबोधले जाते. 'साद देती हिमशिखरे शुभ्र पर्वताची' या काव्यपंक्तींप्रमाणेच. खरोखर मनाली या देवभूमीत जाण्याची फार ओढ होती. यूथ होस्टेलमुळे या रमणीय देवभूमीत वावरण्याचा नुकताच योग आला.

'रोहतांग पास' ट्रेक करून दोन वर्षे होत आली व यावर्षी 'चंद्रखाणी पास' ट्रेकला जायचे निश्चित झाले. ट्रेकची तारीख ४ जून होती. त्यामुळे तयारी करायला भरपूर अवधी होता. आठवड्यातून एकदा सिंहागड, रोज एम.आय.टी. कॉलेजच्या मागचा डोंगर चढणे. सपाटीवर चालण्याचा वेग वाढवणे इत्यादी सराव सुरू झाले आणि २ जून रोजी आम्ही झेलम एक्सप्रेसने पुण्याहून अंबालाकडे कूच केले.

अंबाल्याला उतरून बसने चंदीगड व तेथून पुढे दुसऱ्या बसने कुलू व बबेलपर्यंत आलो. बबेलीला बेसकॅम्प होता व आमचा रिपोर्टिंगचा दिवस होता ४ जून. कुलूहून मनालीला जाणाऱ्या मुख्य रस्त्याला लागूनच बबेलीचा बेस कॅम्प होता. कॅम्पच्या मागच्या बाजूला उंचच उंच डोंगररांगा, चहुबाजूला देवदार वृक्षांची दाटी, समोर मुख्य रस्ता व रस्त्याच्या पलिकडे बेफाम वाहणारी बियास नदी. कॅम्पच्या चहुबाजूला सफरचंद व अलुबुखारची भरगच्च झाडी. झाडांना छोटे छोटे हिरवे अलुबुखार व सफरचंद लागलेली. आम्ही कॅम्पवर पोहोचलो तेव्हा दुपारचे २ वाजले होते. बाहेर भरपूर ऊन जाणवत होते. मधूनच पावसाच्या लहानशा सरीही येऊन जात होत्या. परंतु सूर्य मावळल्यावर थंडीचा कडाका वाढला. रात्री तर दोन ब्लॅकटस घेण्याइतकी थंडी होती. रात्री कॅम्पफायर होता. लाकूड जाळून शेकोटी करणे पर्यावरणाच्या विरुद्ध होते. म्हणून छोटा दिवा प्रतिक्राम लावून कॅम्पफायर केला.

दुसऱ्या दिवशी 'ओम् जगदीश हरे' या आरतीने जाग आली. बाहेर प्रसन्न वातावरण, पाठीमागच्या डोंगररांगावरील झाडावर सूर्यकिरण पडले होते. त्यामुळे झाडे चमकदार दिसत होती. योग्य ती तयारी करून आम्ही अँक्लमटायझेशन ट्रेकला निघालो. ह्या ट्रेकमुळे तेथील वातावरणाशी जुळवून घेण्यास मदत होणार होती. देशाच्या विविध भागातून आलेले सुमारे २८ जण आमच्या ग्रुपमध्ये होते. त्यामुळे फक्त हिंदी व इंग्रजीतूनच एकमेकांशी बोलावे लागत होते.

दुसऱ्या दिवशी सकाळी रॉक क्लायंबिंग, रॅपलींग, व्हॅली क्रॉसींग, रीव्हर क्रॉसींगचे थरारक अनुभव आम्ही घेतले. ७ जूनला सकाळी सर्वांनी बेस कॅम्प सोडला व आम्ही हायर कॅम्प, लारीकोट येथे जायला निघालो. बबेली ते लारीकोट हे अंतर १२ कि.मी. होते. डोंगरातून, शेतातून जाणारा रस्ता तसा फार कठीण नव्हता. हवा थंडगार होती. त्यामुळे वातावरण उल्हासित होते. खळाळत वाहणारी बियास नदी, बर्फाच्छादित शिखरे, सफरचंदांच्या बागा, राजमा, सरसूची शेती, वेगवेगळ्या रंगाची अनोळखी पण छान फुले, असा सृष्टी सौंदर्याचा आस्वाद घेत, आम्ही दिवस मावळताना लारीकोट कॅम्पवर पोहोचले. पार्वती व्हॅली, मनीकरण



व्हॅली, या दोन्ही मिळून कुलू व्हॅली तयार होते. हिरव्यागार वनश्रीने नटलेल्या, विविध फुलांची उधळण करीत असलेल्या ह्या व्हॅलीला 'देवभूमी' म्हणतात. देवांनाही भूळ पाडणारे सृष्टीसौंदर्य इथे पाहायला मिळते. देवभूमी हे नाव खरोखरच सार्थ वाटते. चहुबाजूंनी हिमालयातील पर्वतांच्या उंच सखल रांगा, खळाळत वाहणाऱ्या नद्या, पक्ष्यांचा किलबिलाट व हिरव्या रंगाच्या विविध छटा दाखवणारी उंचच उंच झाडे, डोंगररांगातून वाहणारे लहान मोठे स्वच्छ पाण्याचे धबधबे, असे अप्रतिम सृष्टीसौंदर्य पाहाण्याची संधी मिळाली. हे आमचे भाग्यच आहे.

या पुढचा कॅम्प होता पीन्नी लारीकोटला. रात्री विश्रांती घेऊन दुसऱ्या दिवशी सकाळी पीन्नी कॅम्पकडे रवाना झालो. लारीकोटहून ब्रिन्टा टॉप येथे चढत जायचे व चढण संपली की सरळ सरळ खाली उतरायचे. या टॉपची उंची होती दहा हजार फूट. तिथून व्हॅलीचे दृष्य फारच मनोहर दिसत होते. अगदी तळातून वाहणारी मातकट रंगाचे पाणी असणारी पार्वती नदी, नदीच्या बाजूने मनीकरण येथे जाणारी सडक. पिन्नीच्या कॅम्पनंतर आमचा ३ रा कॅम्प होता घलाल. हिरव्यागार वनस्पतींनी, वृक्षांनी वेढलेला व एका बाजूला केवळ काही फुटांवरून मोठा आवाज करत खळाळत वाहणारी पार्वती नदी. दुसरा दिवस विश्रांतीचा होता. त्यादिवशी आम्ही मनीकरण हे शीखलोकांचे पवित्र क्षेत्र पाहावयास गेलो. गंधकयुक्त गरम पाण्याचे झरे, हे मनीकरणाचे वैशिष्ट्य. पाण्याचे तापमान १३०° त्या पाण्याच्या वाफेवर तयार होणारे अन्न येथील पवित्र गुरूद्वार व राममंदिर येथील लंगर मधून दिले जाते. मनीकरणला सर्वांनी गरम पाण्याने स्नान करून इतके दिवसांचा पदभ्रमणाचा शीण घालवला. त्या दिवसापासून आम्हाला पाऊस सोबत करू लागला. बोचणाऱ्या थंडीबरोबर संततधार पाऊस, पाठीवरील रकसकमध्ये १५ ते १७ किलो ओझे, अंगावर

जे जे निसर्गरमणीय म्हणोनि कांही निर्माण होऊनि जगी विलसोनि राही.

२५

To Be kaster in Computers Contact IMLD, Jnana Prabodhini, Pune

बरसाती घेऊन निसरड्या घसरड्या वाटेने आगेकुच करत आम्ही पुढील कॅम्प रसोल गाठला. शिवथर घळीची आठवण करून देणारा, असा हा कॅम्प गाठला. शेजारी भलामोठा धबधबा, घळीमध्ये कॅम्पचे स्वयंपाकघर व बाजूला आम्हाला राहण्यासाठी बांधलेले तंबू, सतत पडणारा पाऊस. त्या पावसातच जरा कठीण समजला जाणारा निसरडा रसोल जोट पार करत आम्ही पुढील मुक्कामी आलो. ते गाव होते मलाना. इतक्या दुर्गम ठिकाणी व अवघड अशा रस्त्यांनी वेढलेले हे गाव मोठ्या डोंगररांगांच्या मधल्या सपाटीवर वसलेले आहे. येथील लोक स्वतःला अलेक्झांडरचे वंशज समजतात. गोरापान चेहरा, सरळ धारधार नाक त्यामुळे त्यांच्या देखणेपणात भरच पडली आहे. हे लोक इतर लोकांना तुच्छ समजतात. कोठेही तुमचा किंवा तुमच्या वस्तूचा स्पर्श झाला तर हजार रूपये दंड होतो. त्यामुळे अतिशय काळजी पूर्वक आम्ही कॅम्प साइटला गेलो. तेथे लोकांची घरे व मंदिरे अतिशय सुबक आणि सुंदर आहेत. तेथे जमदग्नी ऋषी व जमलू देवीचे मंदिरे होते. प्रवेश अर्थातच वर्ज्य होता. १३ जून रोजी मलाना सोडले व आम्ही पुढील हायर कॅम्प नागरूनीकडे प्रवास सुरू केला. डोंगराच्या कडेने जाणारी अगदी छोटी पायवाट, खाली खूप खोल खळाळत वाहाणारी नदी, पलीकडे उंचच उंच शिखरे असणाऱ्या डोंगररांगा. सर्व वातावरण अगदी भयावह वाटत होते. प्रत्येक पाऊल विचारपूर्वक व जपून टाकावे लागत होते. आम्ही जवळ जवळ ११,५०० फुटांवर आलो होतो. उंचीचा त्रास थोडा फार जाणवू लागला होता. हवेतील प्राणवायूचे प्रमाण थोडे कमी झाल्यामुळे थकवा जाणवत होता. थोडी चढण चढत, थोडा मुक्काम विश्रांतीसाठी घेत आम्ही सर्वांत अवघड चढ चढत नागरूनीचा कॅम्प गाठला. या कॅम्पवर अतिशयच थंडी होती. सर्व गरम कपडे, हातमोजे पायमोजे वापरूनही ती कमी होत नव्हती. तापमान साधारण २° ते ३° सेंटिग्रेड असावे. नागरूनीची कॅम्प साईट फारच आकर्षक होती. सगळी बर्फाच्छादित शिखरे दिसत होती. आजूबाजूला दाट झाडी, जमिनीवरील गवतात वेगवेगळ्या रंगांचा, फुलांचा गालीचा पसरल्यासारखा वाटत होता. तेथून दिसणाऱ्या शिखरांची नावे ब्रम्हा, विष्णू, महेश, अनिरली, तसेच इंद्रासन असे आम्हाला तेथील कॅम्प लिडरने सांगितले.

दुसऱ्या दिवशी पहाटे चार वाजता उठलो व तयार होऊन कॅम्प सोडला, तेव्हा साधारण साडेचार वाजले होते. आज आम्हाला चंद्रखाणी पास पार करायचा होता. त्याठिकाणी बर्फ खूपच असतो, म्हणून लवकरच नागरूनीचा कॅम्प सोडून चंद्रखाणीची वाट चालू लागलो. उन्हा वाढले की बर्फ वितळायला सुरुवात होते व मग तेथून चालण्यास त्रास होतो. तो रस्ता धोकादायक होतो म्हणून आम्ही सर्वांनी आधी परमेश्वराची प्रार्थना केली व डोंगराची चढण चढायला सुरुवात केली. कठीण अशा खडकांवरील वेडीवाकडी अवघड वळणे घेत जाणारी पायवाट आमची दमछाक करत होती, तर आपल्या ट्रेकमधील १२,००० फुट उंचीचा सर्वोच्च पॉइंट गाठल्यामुळे मनाला समाधानही वाटत होते. जून महिना

असल्यामुळे बहुतेक ठिकाणी बर्फ वितळला होता व त्या ठिकाणी अगदी कमी उंचीची ८ ते १० इंच उंचीची रोपे वर आली होती व वेगवेगळ्या रंगाच्या छटांची ती उधळण करत होती. गुलाबी, पिवळे, निळे, जांभळे, करडे, किरमीजी, मोरपंखी सर्व रंगांची फुले उन्हामध्ये मजेत डोलत होती. त्यांचे आयुष्य किती थोड्या दिवसांचे. परंतु अगदी मुक्तहस्ताने रंगांची उधळण होती. जिकडे पाहचे तिकडे हेच दृष्य. ट्रेकला आल्याचे सार्थक वाटले. बर्फाच्या निव्वळ दर्शनापेक्षा त्याच्या प्रत्यक्ष सान्निध्यामुळे सगळेजण अगदी खूष झाले. बर्फ एकमेकांच्या अंगावर उडवून आनंद व्यक्त केला जात होता.

आता यापुढील प्रवासात फक्त उतरायचे होते. समोर डोंगर उतारावर दोनशे-तीनशे फूट खोलपर्यंत बर्फच बर्फ दिसत होता व तेथून खाली जाणारी वाट होती. या बर्फावरून 'स्लाइट' होऊनच खाली पोहोचावयाचे होते. आमचा लिडर स्लाइट होत खाली जाऊन थांबला व त्याने एकेकास खाली येण्यास सांगितले. सॅक पाठीवर ठेवून बर्फात पाय सोडून बसायचे व स्वतःला बर्फाच्या राशीत ढकलून द्यायचे. बंदूकीतून गोळी सुटावी, त्या वेगाने आपण खाली जाऊ लागतो. तोंडावर हिमतुषार उडत असतात. सगळीकडे बर्फच बर्फ व जीवनातील एक वेगळाच दुर्लभ चित्तथरारक अनुभव आपण घेत असतो. अशाप्रकारे दोन वेळा आम्ही 'स्टाईड' होऊन खाली आलो तेव्हा बर्फ संपला व आपला नेहमीचा परिचित रस्ता सुरू झाला. तेथे दुपारच्या जेवणासाठी थोडे थांबून आम्ही डोंगर उतरायला सुरुवात केली. अत्यंत घनदाट जंगलामधून जाणारी डोंगर उताराची वाट होती. आजूबाजूला खूप ठिकाणी नागफणी वनस्पती डोलत होती. हिमालयात दिसणाऱ्या नागफणी जास्त मोठ्या व आकर्षक रंगाच्या होत्या. संध्याकाळी साडेपाच वाजता आम्ही रूमसूच्या कॅम्पवर पोहोचलो. डोंगर उतरून उतरून गुडघ्यांची वाट लागली होती. तसेच पहाटे चार वाजता उठल्यामुळे, केव्हा एकदा निद्राधीन होतो, असे झाले होते. इथे उंची होती ७,८०० फूट. थंडीचा कडाका इथेही खूपच होता. रूमसूहून दुसऱ्या दिवशी डोंगर उतरत आम्ही नग्गरला आलो. त्या दिवशी तेथे गावची जत्रा होती. बग्गरला चांगली आर्ट गॅलरी आहे, ती पाहून मग बस पकडून आम्ही बबेलीच्या बेसकॅम्पवर आलो या रमणीय देवभूमीवरील चिरंतन लक्षात राहिल अशी भटकंती केवळ 'चंद्रखाणी पास' हा ट्रेक केल्यामुळे अनुभवली. कुलूहून परतीसाठी निघताना ट्रेकच्या चांगल्या आठवणी बरोबर होत्याच पण महाराष्ट्रामध्ये कुठेही न दिसणारी पाटी कुलू शहराच्या सीमेवर लावली होती व लक्ष वेधून घेत होती. 'आप आये धन्यवाद । वापस आईए ।'

\*\*\*

सौ. रेखा जोशी

तारगिरी अपार्टमेंट्स, आयडीयल कॉलनी, कोथरूड, पुणे ३८

## ‘हॅलो हॅम’

‘हॅलो हॅम!’ हे शब्द  
-ज्योतिका चितळे.

वाचल्याबरोबर तुमच्या मनात पहिला प्रश्न उभा राहिला असेल. की हॅम म्हणजे काय? हॅलो ह्या शब्दावरून तुमच्या एक गोष्ट लक्षात आली असेलच, की टेलिफोन आणि हॅमचा काहीतरी संबंध असला पाहिजे.

अगदी बरोबर मित्रांनो! वरवर पाहता हॅम यंत्रणा, टेलिफोन यंत्रणेसारखी वाटते. पण ह्या दोन्हीत एक मोठा मूलभूत फरक आहे. सर्व टेलिफोन हे एकमेकांना तारांच्याद्वारे जोडलेले असतात, पण हॅम यंत्रणा मात्र रेडिओ लहरींवर चालते व त्याला म्हणतात बिनतारी संदेश यंत्रणा आणि यावर आधारित आहे हॅमचा रोमांचकारी छंद. तुम्हाला माहीतच आहे की मार्कोनीने रेडिओचा शोध लावला. पुढे हर्ट्ज, आर्मस्ट्रॉंग आणि मार्कोनी ह्या तिघांनी मिळून, विद्युत चुंबकीय लहरींद्वारे संदेश पाठविण्याचा शोध लावला. त्यामुळे ह्या तिन्ही शास्त्रज्ञांच्या आद्याक्षरांवरून HAM हॅम हा शब्द अस्तित्वात आला.

१९०१ मध्ये पहिला बिनतारी संदेश इंग्लंडमधून न्यू फाऊंडलंडला पाठविला आणि मार्कोनीपासून स्फूर्ती घेऊन अनेक रेडिओ प्रक्षेपण केंद्रे उभी राहिली. मात्र त्यावर सरकारी नियंत्रण आले. काही ठराविक लघुलहरींचा वापर करून, संदेश पाठविण्याच्या कल्पनेतून हौशी रेडिओ केंद्रांची निर्मिती



झाली. हा हौशी रेडिओ म्हणजेच ‘हॅम रेडिओ’ आणि त्याचा वापर करणारे हौशी कलाकार म्हणजे ‘हॅम्स’

आवड, जिज्ञासा आणि कुतूहलापोटी जगातील निरनिराळ्या देशातील लोकांशी बोलता यावे, मैत्री करता यावी, या रोमांचकारी कल्पनेतून हॅमचा छंद सुरू झाला. तिकीटे जमविणे, नाणी जमविणे तसे एकमेकांशी संभाषण करून माहिती मिळविणे व एकमेकांना मदत करणे, हे या छंदाचे उद्दिष्ट आहे.

आपण बऱ्याच वेळा पाहतो की मोठ्या प्रमाणावर येणारे पूर, भूकंप इ. मुळे अनेक गावं उद्ध्वस्त होतात. झाडे पडून विजेच्या तारा तुटतात आणि त्या गावाचा इतर भागाशी संपर्क तुटतो. अशावेळी हॅम रेडिओद्वारा त्या भागातील लोकांशी सतत संपर्क ठेवून त्यांना हवी असलेली मदत हेलिकॉप्टरच्या साहाय्याने पोहोचविता येते. गुजराथमधील मोरवी येथे आलेला प्रचंड पूर आणि महाराष्ट्रातील लातूर गावातील भयंकर भूकंपाच्या संकटात, ह्या हॅम्स मंडळींनी फार

मोठे कार्य केले आहे.

४ फ्रेब्रुवारी १९७८ रोजी केरळमध्ये घडलेली ही घटना. ६ वर्षांचे एक बालक ल्युकेमियाने (रक्ताचा कॅन्सर) आजारी होते. त्याला हवे असलेले औषध कोचीनमध्ये उपलब्ध नव्हते. म्हणून कोचीनमधील हॅमने हाँगकाँगमधील हॅमशी संपर्क साधून प्रयत्न केला. दिल्लीतील एका हॅमने लंडनमधील हॅमला कळविले. स्टॉकहोम येथे हे औषध असल्याचे समजले व लगेच ते मनिला येथे आणून, विमानाने मुंबई मार्गे कोचीनला रवाना झाले. ह्या सर्व गोष्टी केवळ २४ तासात घडून, वेळेवर औषध मिळाल्यामुळे त्या बालकाचे प्राण वाचले.

वरील घटनेवरून एक गोष्ट लक्षात आली असेल की एखादा संदेश रेडिओलहरींद्वारा एकाच वेळी कितीही ठिकाणी पसरू शकतो आणि कुठूनतरी मदत मिळते. मात्र जिथे संपर्क साधायचा तेथे हॅम रेडिओ केंद्र असायला हवे. त्यामुळे पूर किंवा भूकंपाच्या ठिकाणी आपापले रेडिओ घेऊन हॅम हेलिकॉप्टरच्या मदतीने उतरतात आणि मोठ्या शहरांतील हॅमशी

माझा संवाद मनाशी विसंगत घडे जगी, माझ्या अबोलपणाची आज बहरली सुगी.

२७

गाणं म्हणत जगण्यासाठी अन् फुलासारखं फुलण्यासाठी... हवं छात्र प्रबोधन हाती ।

संपर्क साधतात.

अशाच पद्धतीने समुद्रातील वादळात सापडलेले बोटीवरील खलाशी, गिर्यारोहक, हिमायलयातील कार रॅलीतील स्पर्धक, यांच्याशी संकटकाळात किंवा येणाऱ्या संकटाची सूचना देऊनही, हॅम मदत करू शकतात.

हॅम रेडिओ हा जरी हौशी छंद असला तरी त्याच्याद्वारे इतर देशात संपर्क साधता येत असल्यामुळे कुठल्याही प्रकारचा गैरवापर होऊ नये म्हणून सरकारने काही बंधने घातली आहेत. सर्वप्रथम म्हणजे या छंदाचा उपयोग पैसा कमवण्यासाठी करता येत नाही. तसेच कुठल्याही प्रकारचा राजकीय संपर्क यावरून साधता येत नाही. जाहिरात किंवा व्यापारासाठी ह्या रेडिओचा वापर करता येत नाही. ह्या नियमांचे पालन करण्यासाठी सर्व ठिकाणांच्या संभाषणांवर सरकारी नियंत्रण असते. कोणी गैरवापर केला तर त्याला शिक्षा मिळते म्हणजे त्याचा परवाना रद्द होतो.

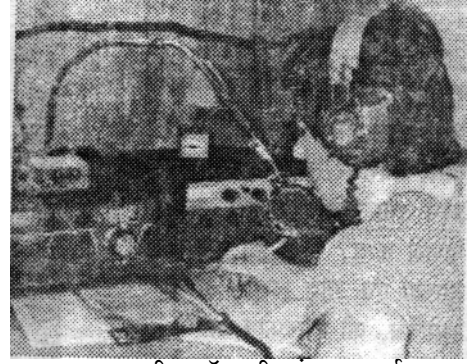
ज्याप्रमाणे गाडी चालविण्यासाठी ड्रायव्हिंगचा परवाना लागतो त्याप्रमाणे ह्या हौशी रेडिओचा वापर करण्यासाठी सरकारी परवाना लागतो. विद्यार्थी, गृहिणी, डॉक्टर, वकील, कोणाही भारतीय नागरिकाला हॅम बनता येतं. मात्र यासाठी इंग्रजी भाषेचं ज्ञान आणि थोडंसं इलेक्ट्रॉनिक्सचं जुजबी ज्ञान आवश्यक असतं. कारण परवाना मिळविण्यासाठी परीक्षा द्यावी लागते. त्यासाठी 'मोर्स कोड' नावाची भाषा शिकावी लागते. ही

सांकेतिक भाषा असून त्यामुळे संभाषण थोडक्यात करता येते. हॅम रेडिओ बनविण्यासाठी प्रशिक्षण घ्यावे लागते. मुंबईत वरळी येथील नेहरू विज्ञान केंद्र व गोरई येथील दळणवळण मंत्रालयाचे कार्यालय, येथे हा अभ्यासक्रम शिकविण्याची सोय आहे.

प्रत्येक देशात मोठ्या शहरांमधून हॅम क्लब असतात. तेथील मंडळी हॅमबनू इच्छिणाऱ्याला सर्व प्रकारची मदत करतात.

आजकाल टी.व्ही.च्या आकर्षणामुळे रेडिओ विशेष वापरला जात नाही. पण गंमत म्हणून रात्रीच्या शांतवेळी रेडिओ चालू करून लघूलहरी स्टेशन फिरवत राहिलात तर मध्येच कुठेतरी हॅमने मोर्स भाषतील संकेत ऐकू येतील. अर्थात ते समजायला तुम्हाला हॅम बनायला हवं. टी.व्ही., रेडिओप्रमाणे हॅम रेडिओसाठी संदेश ग्रहण करायला अधिक शक्तिशाली अँटेना लागते. आजकाल आपण टी.व्ही. वर हाँगकाँगहून प्रक्षेपित केलेले कार्यक्रम पाहतो किंवा कोणत्याही देशात खेळल्या जाणाऱ्या खेळांचे थेट प्रक्षेपण उपग्रहाद्वारे पाहू शकतो. असाच एक 'ऑस्कर' नावाचा उपग्रह अमेरिकेने खास हौशी हॅम्ससाठी अंतराळात सोडला आहे. त्यामुळे दूरवरून येणारे संदेश अधिक स्पष्ट येऊ शकतात.

अशाप्रकारे कार्य करणारे दोन दशलक्ष हॅम्स सध्या पृथ्वीच्या पाठीवर आहेत. जपानमधील हॅम्सची संख्या सगळ्यात जास्त असून



भारतातील हॅम्सची संख्या सर्वात कमी आहे. कारण ह्या छंदाबाबत होणारा प्रचार फारच कमी असून, हॅमचे रेडिओ बनविण्यासाठी येणारा खर्च बराच मोठा आहे. त्यासाठी शाळा, महाविद्यालये, तंत्रज्ञान संस्था, बँका ह्या सर्वांनी पुढाकार घेऊन हॅम रेडिओसाठी लागणारी छोटी स्टेशन्स तयार करण्यासाठी मदत केली, तर तुमच्यासारखे कितीतरी विद्यार्थी प्रशिक्षण घ्यायला तयार होतील आणि देशासाठी, समजासाठी कार्य करू शकतील.

२४ मार्च हा जागतिक हॅम दिन म्हणून साजरा केला जातो. तसेच, 'जंबोरी ऑन दि एअर' म्हणजेच दरवर्षी ऑक्टोबरमध्ये एका ठराविक दिवशी संपूर्ण जगातील लहान मुले हॅम रेडिओद्वारे परवान्याशिवाय एकमेकांशी बोलू शकतात. मग तुम्हीही भारतातल्या हॅमविषयी आणखी माहिती मिळवून ऑक्टोबरमधील त्या दिवशी हॅमशी संवाद साधणार ना !

\*\*\*

सौ. ज्योतिका चितळे

आर- ३२ शुभंकर, सुदर्शननगर,  
एमआयडीसी, डॉंबिवली (पूर्व)

## “ छात्र प्रबोधन दीपावली विशेषांक ” वितरण व्यवस्था

महाराष्ट्र-बेळगाव व्हीन ६० हून अधिक यावर्षी दीपावली विशेषांकाची वितरण व्यवस्था केली आहे. या वितरण केंद्रांचे पत्ते खाली दिलेले आहेत. सभासदांनी १ नोव्हेंबर नंतर आपला दिवाळी अंक आपल्या गावातील वितरण केंद्रावरून, हा किंवा या वर्षातील कोणताही अंक दाखवून घेऊन जावा.

ज्या गावांमध्ये वितरण केंद्रे नाहीत. त्या गावांमधील कोणी सभासद जर जवळपासच्या वितरण केंद्रांवरून अंक घेऊन जाणार असतील तर त्यांनी २० ऑक्टोबरपूर्वी ते कोणत्या वितरण केंद्रांवरून अंक घेऊन जाणार आहेत. ते कळवावे म्हणजे त्याप्रमाणे त्यांचा दिवाळी अंक तेथे पाठविला जाईल.

ज्या सभासदांनी रजिस्टर पोस्टाने दिवाळी अंक पाठविण्यासाठी रू.२५/- जादा भरले आहेत(भरले नसल्यास व दिवाळी अंक रजिस्टर पोस्टाने घरपोच हवा असल्यास २० ऑक्टोबरपूर्वी रू. ३०/- मुख्य कार्यालयात समक्ष अथवा मनिऑर्डरने अथवा डी.डी.ने भरावेत.) त्यांना दिवाळी अंक तसे पाठविले जातील.

याव्यतिरिक्त वितरण केंद्रे नसलेल्या गावांमध्ये अंक पोस्टाने पाठविले जातील. अंक पोस्टात गहाळ झाल्यास, न मिळाल्यास दुसरा अंक पाठविला जाणार नाही.

बहुतांशी केंद्रांवर ज्ञान प्रबोधिनीची विविध प्रकाशने, जुने दिवाळी अंक, ध्वनिफिती, छात्र प्रबोधनचा इंग्रजी अंक, इ. विक्रीसाठी उपलब्ध आहेत. त्याची यादी व किंमत शेवटच्या पानावर दिली आहे. तुमच्यापैकी ज्यांना जी पुस्तके-जुनी मासिके-ध्वनिफिती हव्या असतील त्यांनी २० ऑक्टोबरपूर्वी मुख्य कार्यालयात पत्राद्वारे मागणी नोंदवली तर ते साहित्य संबंधित वितरण केंद्रांवर पाठविण्याची निश्चित व्यवस्था केली जाईल. दिवाळी अंक घेऊन जाताना, पैसे देऊन तुम्ही ही पुस्तके-मासिके-ध्वनिफिती घेऊन जाऊ शकाल.

दीपावली विशेषांक अधिकाधिक जणांना वेळेत व खात्रीशीर मिळावा, यासाठी केलेली ही व्यवस्था यशस्वी होण्यासाठी, सर्व सभासद सहकार्य करतील असा विश्वास वाटतो. वितरण केंद्र सांभाळणाऱ्या व्यक्ती त्यांच्या नित्य व्यापातून वेळ काढून स्वयंसेवी वृत्तीने हे कार्य करीत आहेत. याचे भान सभासदांनी ठेवावे व कार्यक्रत्यांना सहकार्य करावे ही विनंती.

### छात्र प्रबोधन दीपावली विशेषांक १९९९-वितरण केंद्रे

- वितरण केंद्र - दिवाळी अंक वितरण.
- नोंदणी व पुस्तक विक्री केंद्र-दिवाळी अंक वितरण/वर्गणी स्वीकारणे/पुस्तक विक्री/शिबिर नोंदणी
- उपक्रम केंद्र - वरील सर्व व्यवस्था व साप्ताहिक उपक्रम राबविले जातात.

#### १. मुंबई विभाग

(मुंबई विभागातील सभासदांनी खालीलप्रमाणे संबंधित केंद्रावरून अंक घेऊन जावेत. उर्वरित ठिकाणी पोस्टाने अंक पाठविले जातील.

नालासोपारा व विरार-वसई केंद्र, दहिसर ते गोरेगाव-बोरीवली केंद्र, अंधेरी ते सांताक्रुझ विलेपार्ले केंद्र)

- वसई - सौ. मेधा हरपनकर, सुयोग ७अ, सोनार आळी, पापडी, वसई, जि. ठाणे ४०१२०७ ☎ ३२३११०
- बोरीवली - १) सौ.अंजली केशव जोशी, ४०१२मीणक टेरेस, सुवर्णा हॉस्पिटलजवळ, कस्तूर पार्क बोरीवली(प.), मुंबई ९२☎ ८९८६२५९  
- २) सौ.अर्चना अशोक साठे, 'साठे हाऊस', दत्तपाडा, क्रॉस रोड नं. २, बोरीवली(पू.) ☎ ८०६०२४१
- विलेपार्ले - सौ. वसुंधरा भोसले, त्रिमुर्ती प्लॉट नं. ३९, तेजपाल स्कीम, रोड नं. ३, विलेपार्ले(पू.), मुंबई ४०००५७ ☎ ८२०४०७६
- मुलुंड - श्री. त्रिंबक जोशी, एफ/१७, शिवदर्शन सोसा., सेंट पायस हायस्कूलसमोर, पं.मालवीय रस्ता, मुलुंड(प.) मुंबई ☎ ५६९२२६०
- ठाणे - डॉ. अजित दातार, बी २०, अहिल्या सोसायटी, घंटाळी रस्ता, घंटाळी मंदिराजवळ, ठाणे (प.) ☎ ५४२१०८७
- डोंबिवली - १) सौ. सविता सुनिल ढोणसळे, बी, १३, कॉमेटकुंज हौ. सो., टिळकनगर शाळेजवळ, डोंबिवली(पू.) ☎ ४५४६८८  
२) सौ. अश्विनी मयेकर, प्लॉट नं.आर/३२, सुदर्शननगर, गल्ली क्र. २, एम.आय.डी.सी.निवासी विभाग, डोंबिवली(प.)  
३) श्रीमती उमा नि. सालपेकर, बी ११, 'निलकंठ प्लाझा', म.फुले रोड, विष्णूनगर, डोंबिवली(प.)
- कल्याण - श्री. डी.एस. दातार, सितप बिल्डींग, अतुल बाग गल्ली, पहिला मजला, मुरबाड रोड, कल्याण (प.) जि.ठाणे.
- बदलापूर - जोशी स्पोर्ट्स, आर्य-कृष्ण सोसायटी, तलाठी ऑफिसजवळ, कुळगाव, बदलापूर(पू.) जि. ठाणे ☎ ६९४६१७.

सुखद, शीतल, पाऊस गारवा, घेउनी आला सुगंधी शिरकावा ।

२९

देशप्रेम आणि मातृभाषेचा करू आम्ही प्रचार, छात्र प्रबोधन देई आम्हा हा प्रेरक विचार.

## २. कोकण-गोवा-बेळगाव विभाग

- कर्जत - सौ. उमा डोंगरे, मुख्याध्यापिका अभिनव ज्ञान मंदिरचे शिशुमंदिर, कर्जत, जि. रायगड ४१०२०१
- ❖ रसायनी - सौ. शुभदा कोकीळ, ५अ, वरद विनायक सो., राम मंदिरासमोर, पो.मोहपाडा,ता.खालापूर, जि.रायगड ४१०२०२ ☎ ५१२९६
- पनवेल - श्री. सुधीर रामचंद्र काणे, गोदरेज प्लाझा समोर, कॉडे बिल्डिंग, टिळक रोड, पनवेल. जि. रायगड ☎ ७४६१७१६,
- ❖ नागोठाणे - सौ. अंजली विनोद सावंत, बी २४७, पेट्रोकेमिकल्स टारुनशिप, ता. पेण. जि. रायगड ४०२१२५ ☎ ७०५२.
- रोहा - सौ. मनीषा राजन आठवले, बाजारपेठ, रोहा, जि. रायगड ४०२१०९ ☎ ४२२३९.
- पेण - श्री. मिलिंद मधुकर फाटक, २०७, सिद्धीविनायक सोसायटी, चिंचपाडा रोड, पेण, जि. रायगड, ☎ ५३६५२.
- ❖ अलिबाग - १) श्री. राम जोशी, १ कृष्णविहार, समर्थनगर, पिंपळभाट, अलिबाग ४०२२०१ ☎ २५३०९.  
- २) डॉ. अरविंद केळकर, केळकर वाडा, जोगळेकर नाका, अलिबाग ४०२२०१ ☎ २२७१६,२२७७९.
- किहीम - सौ. मानसी विश्वास लोंढे, 'राजस'चोंडी-किहीम मार्ग,पोस्ट किहीम, ता.अलिबाग, जि. रायगड ४०२२०६ ☎ ३८२४४.
- महाड - श्री.ग.गो.गाडगीळ, १७५७ काकरतळे, महाड, जि. रायगड ४०२३०१.
- चपळूण - श्री.अनिल दामले, १०, नीलकमल, मार्कंडी, चिपळूण, जि. रत्नागिरी ४१५६०५ ☎ ५२७६२.
- दापोली - श्री. विष्णू सोमण, द्वारा महाजन ब्रेव्हरेज, स्टेट बँक गल्ली,पेट्रोल पंपाजवळ,दापोली, जि.रत्नागिरी ४१५७१२ ☎ ८२१९१.
- देवरूख - सौ. स्नेहा सदानंद बोद्रे, सप्तलिंगीनगर,मु.पो. साडवली, ता. संगमेश्वर (देवरूख)जि. रत्नागिरी.
- ❖ रत्नागिरी - सौ. सुजाता नलावडे, ७९८ब, माजगाव रोड, मारूती मंदिर, रत्नागिरी - ४१५६१२ ☎ २२००४.
- कणकवली- अशोक एजन्सीज, न्यूजपेपर एजन्सी, बाजारपेठ, कणकवली, जि. सिंधुदुर्ग ४१६६०२ ☎ ३२३८३/३२०८३
- सावंतवाडी- श्री.वैद्य योगेश करमरकर, माई बंगला, भटवाडी, गोविंद चित्रमंदिराजवळ, सावंतवाडी, जि. सिंधुदुर्ग ४१६५१० ☎ ७२६८५.
- बेळगाव - श्रीमती नीला दि. आपटे, मनोरमा सदन, वाडा आवार, अनगोळ, बेळगाव, कर्नाटक ५९०००७, ☎ ४८०५३०

## ३. पश्चिम व दक्षिण महाराष्ट्र

- कोल्हापूर - डॉ. सौ. शुभांगी कुलकर्णी, आशीर्वाद हॉस्पिटल, बिनखांबी गणेश मंदिराजवळ, कोल्हापूर ४१६००२, ☎ ५२१५३४.
- ❖ इजलकरंजी- श्री. विनायक गद्रे, वॉर्ड नं. ५, घर नं. ६८ अ, झोंडा चौक, इजलकरंजी, जि. कोल्हापूर ४१६११५, ☎ ४२४००८.
- ❖ सांगली - १) श्री. शैलेंद्र केळकर, ६९२, गावभाग, खाडिलकर गल्ली, सांगली ४१६४१६, ☎ ३३१३८२.  
२) चि. शंतनु गोरक्षनाथ इनामदार,व्ही ११,वंदन अपार्टमेंट,चिनार हॉटेलजवळ,नेमिनाथनगर,विश्रामबाग,सांगली☎३०१२०४.
- मिरज - श्री.प्रभाकर पोंक्षे,अक्षय प्रोव्हीजन स्टोअर्स, लोकमान्य सोसायटी, मिरज मेडिकल कॉलेजजवळ, मिरज ४१६४१०☎२२३६७२.
- विटा - सौ. सुनिता देशचौगुले, आशीर्वाद हॉस्पिटल, विटा,जि. सांगली ४१५३११ ☎ ७२००८.
- कराड - श्री. दत्तात्रय ना. कुलकर्णी,(नावडीकर) ४५६ डी, सोमवार पेठ, पंताचा कोट, नावडीकर वाडा, कराड ४१५११०☎२२५०५.
- सातारा - १) श्री. सतीश कुलकर्णी, प्लॉट नं. ५१, सव्हे नं. ३२०/अ, अंजली कॉलनी,करंजे तर्फे, सातारा ☎ ५०५०४.  
२) 'रिलेशन्स'द्वारा श्री. प्रकाश देवकुळे, दुर्गा पेठ, आनंदवाडी, दत्ताजवळ, सातारा.
- फलटण - डॉ. ए.एच. कुलकर्णी,'सुमन', संजीवराजेनगर, गिरवी रोड, फलटण, जि.सातारा ४१५५२३ ☎ २१९६०.
- अहमदनगर- सौ. स्मिता देशमुख, ४४७, चितळे रोड, चौपाटी कारंजा, अहमदनगर ☎ ३४५३६५.
- श्रीरामपूर - कु. नेहा खांबेते, द्वारा-डॉ. उदय खांबेते हॉस्पिटल, वॉर्ड नं. १, श्रीरामपूर, जि. अहमदनगर ☎ २३०२२.
- कोपरगाव - डॉ. अंजली फडके, फडके हॉस्पिटल, धरणगाव रोड, कोपरगाव, जि. अहमदनगर ४२३६०१ ☎ २२४२८/२२०४९.
- सोलापूर - ज्ञानप्रबोधिनी बाल विकास मंदिर, डफरीन चौक,होम ग्राऊंडजवळ, सोलापूर ४१३००१ ☎ ६२५७८२.
- बार्शी - श्री. रा.भ.गौरकर, अध्यापक कॉलनी, बार्शी,जि. सोलापूर ४१३४०१ ☎ २२५०१.
- पंढरपूर - श्रीमती डिंपल राजकुमार घाडगे, आशिष फ्रूड प्रॉडक्ट्स, ४५८८ गाताडे प्लॉट, जुना कऱ्हाड नाका, पंढरपूर, ☎ २३३५०.

## ४. उत्तर महाराष्ट्र

- ❖ नाशिक - १) सौ. साधना गाडगीळ, रामकृष्णधाम, श्रीरामवाडी, म.गांधी रस्ता, नाशिक ४२२००१ ☎ ५७४८३०.  
- २) कु.कविता रमण सागोरे, ७ कृष्णपिंगाक्ष सोसा. रचना विद्यालय रोड, शरणपूर रोड, नाशिक ४२२००२ ☎ ५८१९५१.
- नाशिक रोड-सौ. पुष्पा गवांदे, ३ ड्युप्लेक्स, एक्सकुलुझिव्ह सोसा. शिखरेवाडी, नाशिक रोड, नाशिक ४२२१०१ ☎ ५६५९००.
- धुळे - १) सौ. उषा पाठक, धुळे अर्बन बँक, गरुड बाग, धुळे ☎ ४२४००१.
- नंदूरबार - श्री. विलास पांडुरंग जोशी, जनक आभूषणसमोर ,श्रीकृष्ण बिल्डींग, ३ रा मजला, नंदूरबार ☎ ४२५४१२.
- शहादा - प्रा. सी. एम. चौधरी, कमलताई हौ. सो., माहिदातर्फे हवेली, शहादा, जि. नंदूरबार. ☎ ४२५४०९.

३०

हिरवे डोंगर, हिरवी राने, हिरव्या दरिची हिरवी स्वप्ने ।

आळसास देऊ फाटा, महत्त्व जाणू कष्टाचे, छात्र प्रबोधन घेऊन हाती, भविष्य घडवू देशाचे.

- नवापूर - डॉ. कैलास सार्वेकर, ५६ ब, मंगळवार पार्क, नवापूर, जि. नंदूरबार ४२५४१८ ☎ ५०९१४.
- चोपडा - श्री. सुधाकर केंगे, विवेकानंदनगर, यावल रोड, चोपडा, जि. जळगाव ☎ २०७९३.
- चाळीसगाव- डॉ. रेखा शाम महाजन, दिलीप गॅस एजन्सीजवळ, स्टेशनरोड, चाळीसगाव, जि. जळगाव ☎ २२६११/२२४६२.
- जळगाव - सौ. वीणा जोशी, विवेकानंद प्रतिष्ठान, ६६ सुयोग कॉलनी, जिल्हा पेठ, जळगाव ☎ २३९०१२.

#### ५ मराठवाडा

- औरंगाबाद - सौ. नीला अष्टपुत्रे, द्वारा श्री विद्या बाल मंदिर, १५६ सुखशांती, उल्कानगरी, औरंगाबाद ☎ ३३४७९६.
- औरंगाबाद सिडको-सौ. अश्विनी प्र. देशमुख, प्लॉट नं. १४४ सुशील एन्-५ साऊथ सिडको, सावरकर नगर, औरंगाबाद ☎ ४८४६३२.
- जालना - श्री. संजय लकडे, जी२/१ सूरज अपार्टमेंट, दत्तनगर, मस्तगड, जालना ☎ ३६०८२.
- ❖ लातूर - डॉ. अरूणा देवधर, विद्यानगर, विवेकानंद रूग्णालय, लातूर ४१३५१२ ☎ ४३६१४.
- परभणी - १) श्री. दिलीप राके, 'पारस' वाघनगर, परभणी ४३१४०१ ☎ २५८५६.  
२) श्री. एस. डी. धर्माधिकारी, 'ऋषिकेश' सी ३९, जागृती कॉलनी, बसमत रोड, परभणी.
- सेलू - सौ. सुनंदा भोसकर, ३३५ विद्यानगर, सेलू, जि. परभणी ४४२१०४ ☎ २२५१९.
- नांदेड - सौ. वीणा राके, परवानानगर, बँक कॉलनी, पूर्णा रोड, नांदेड ४३१६०५ ☎ ३४८४३.
- धाराशिव - श्री. शेषाद्रि डांगे, स्नेहसंपदा, २७/५५८ समतानगर, धाराशिव ४१३५०१ ☎ २४०५९
- ❖ अंबेजोगाई - श्री. प्रसाद चिक्षे, मधुस्मृती, केशवनगर, अंबेजोगाई, जि. बीड ☎ ४३१५१७.

#### ६. विदर्भ

- अकोला - श्री. भूषण श्रीधर बापट, द्वारा मिहीर उद्योग केंद्र, 'केशव अर्चना' गांधी चौक, अकोला ४४४००१ ☎ ४४२१३८.
- अमरावती - श्री. अविनाश देशपांडे, 'श्रीरामकृपा', जोशींचे घर, मालटेकडीच्या मागे, श्यामनगर, अमरावती ४४४६०१ ☎ ६७२९६९.
- मंगरूळपीर - श्री. किशोर आंबेकर, हॉटेल पापा, एस.टी. स्टॅडसमोर, मंगरूळपीर, जि. वाशीम.
- कारंजा लाड- सौ. गायत्री शेखर काण्णव, काण्णव भुवन, कारंजा लाड. जि. वाशिम ४४४१०५ ☎ २२२०३/२२२३०.
- हवरा मुरादे - श्री. अशोक मुरादे, मु. हिवरा(मुरादे) पो. पिंप्री (निपाणी). ता. नांदगाव, जि. अमरावती.
- नागपूर - सौ. निलिमा कुलकर्णी. वृंदावन २९१, वेस्ट हायकोर्ट रोड, लक्ष्मीनगर, नागपूर ४४००२२ ☎ २३७६४५.

#### ७) पुणे विभाग

- पुणे शहर - चौकशी कक्ष, ज्ञान प्रबोधिनी, ५१० सदाशिव पेठ, पुणे ४११०३० ☎ ४४७७६९१/४४७८०९५.
- हडपसर - कु. नीलीमा चौधरी, बंटर स्कूल टीचर्स क्वार्टर्स, गाडीतळ, पुणे ४११०२८.
- निगडी - ज्ञान प्रबोधिनी नवनगर विद्यालय, पेठ क्र. २५, निगडी, पुणे ४११०४४ ☎ ७८४३८०.
- बारामती - श्री. निलेश महाजन, २, सिल्व्हर अपार्टमेंट, विजयनगर, भिगवण रस्ता, बारामती, जि. पुणे ☎ २३४६०.
- लोणावळा - चि. राहुल मोरेश्वर विद्वांस, ४९/अ, यशोस्मृती, भांगरवाडी, लोणावळा, जि. पुणे ☎ ७१७३०.

(या व्यतिरिक्त दादर, नवी मुंबई, कुडाळ येथे वितरण केंद्रे सुरू करावयाची आहेत. इच्छुकानी १५ ऑक्टोबरपूर्वी तातडीने पत्रव्यवहार करावा. कोणी व्यक्ती स्वयंसेवी वृत्तीने व जबाबदारीने वरील काम करण्यास तयार न झाल्यास तेथील सभासदांना साध्या पोस्टाने अंक पाठविले जातील. कोणी जबाबदारी घेतल्यास संबंधित सर्व सभासदांना पोस्टाने पत्ता कळविला जाईल.)

#### हे तुम्हाला माहित आहे का?

१) काटेवाला मासा - आपल्याला ठाऊक आहे की, प्रत्येक प्राण्याला स्वसंरक्षणार्थ निसर्गाने दिलेली शस्त्रे आहेत. उदा. हरणाची शिंगे, माणसाचे हात, त्याचप्रमाणे असा एक जलचर प्राणी आहे की ज्याचे स्व-संरक्षणाचे हत्यार आपल्याला माहित नाही, कारण तो पाण्यात असतो. तो प्राणी आहे, काटेवाला मासा. हा मासा सामान्य माशाप्रमाणे असतो, पण त्याला जेव्हा आपल्याला दुसरा प्राणी खायला येत आहे हे समजते तेव्हा तो प्राणी पाणी पितो. ते सुद्धा एवढं की त्यामुळे त्याचं शरीर एखाद्या चेंडूप्रमाणे फुगते व त्यामुळे त्याच्या अंगावरचे काटे उभे राहतात व समोरचा शत्रू पळून जातो.

संकलक - चि. आनंद चिंचाळकर, पुणे.

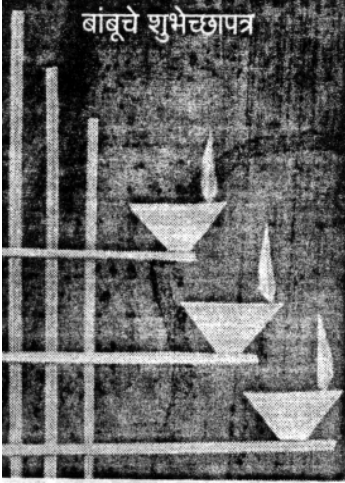
होऊन पाते हरित तृणाचे श्रद्धेला सजवीन । सृजनाचे नव गात तराणे विजयध्वज मिरवीन ३१

जिथे जायचे ठरले तेथे आम्ही जाऊच जाऊ, छात्र प्रबोधनच्या साथीने उज्वल यश मिळवू.

**ऑक्टोबर महिन्यातील कार्यक्रम : विविध बौद्धिक क्षमतांवर आधारित स्पर्धांचे आयोजन करा !**

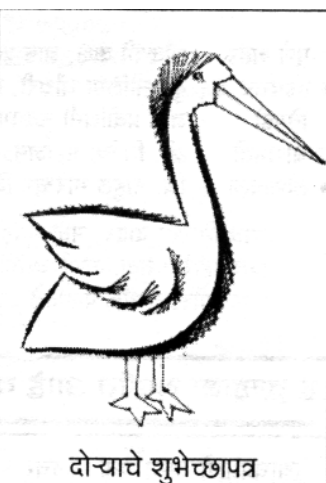
सरस्वती ही विद्येची देवता; बुद्धीची देवता ! विजयादशमीच्या दिवशी, आपण सरस्वतीची पूजा करतो. आपली वह्या-पुस्तके नीट मांडून, पाटीवर सरस्वतीचे प्रतीकरूप चित्र काढून पूजा करतो. अशाप्रकारे देवदेवतांचे पूजन करणे हा केवळ बाह्य उपचार झाला. पूजा करणे म्हणजे खरंतर त्यांच्या गुणांचे स्मरण करणे, ते आपल्यामध्ये येवोत यासाठी प्रार्थना करणे, या गुणांचा आविष्कार करणे अन् स्वतःमधील ते गुण वाढविण्याचा प्रयत्न करणे, सरस्वती पूजनाच्या निमित्ताने बुद्धीचे विविध पैलू वापरावे लागतील या दृष्टीने विविध स्पर्धा आपण आयोजित कराव्यात. निरीक्षण, आकलन, स्मरण, प्रश्न सोडविण्याची क्षमता, प्रश्न पडण्याची क्षमता, कल्पनाशक्ती, निर्णयक्षमता, सामाजिक बुद्धिमत्ता, इ. विविध प्रकारच्या बुद्धिच्या क्षमतांवर आधारित काही कामे काढा. उदा. दोन मिनिटात एखाद्या वस्तूचे निरीक्षण करून अधिकाधिक निरीक्षणे लिहून काढा. चार विस्कळीत कल्पनांची संगती लावून त्यातून ध्वनित होणारा अर्थ ओळखा, मनात धरलेली एखादी वस्तू कमीत कमी प्रश्नांमध्ये ओळखून दाखवा, एखाद्या वस्तूबाबत अधिकाधिक प्रश्न विचारा, गोंधळ चालू असतानाही दिलेल्या दहा-पंधरा ओळी पाच मिनिटात पाठ करून दाखवा, दिलेल्या कवितांना चाली लावा, प्रसंगनाट्य सादर करा. इ. सारख्या अनेक कल्पना तुम्हालाही सुचतील. तीन-चार जण मिळून एकत्र बसा. भरपूर कल्पना काढा. त्यातून स्थानिक परिस्थिती, तयारीला मिळणारा वेळ व उपलब्ध साधनसामुग्री, मनुष्यशक्ती, जागा इ.चा विचार करून प्रत्येक बुद्धिच्या क्षमतेसाठी एक-दोन जणांना प्रायोगिक स्तरावर खेळण्यास सांगा. काय-काय अडचणी येतात ते पाहून त्याप्रमाणे दुरुस्त्या करा व अंतिम आराखडा तयार करा. सरस्वतीपूजनाच्या दिवशी अशा स्पर्धा योजून, त्यातील बक्षिसपात्र विद्यार्थ्यांना बक्षिसे देऊन सरस्वतीच्या बुद्धिगुणांचे स्मरण करावे. अशा प्रकारच्या स्पर्धांचे आयोजन ज्ञान प्रबोधिनी प्रशालेमध्ये गेली तीन वर्षे चालू आहेत. तेव्हा त्याबाबत अधिक तपशील हवे असल्यास अवश्य प्राचार्यांशी संपर्क साधावा.

### शुभेच्छा पत्रांची निर्मिती व विक्री



बांबूची व दोऱ्यांची आकर्षक शुभेच्छापत्रे स्वतः तयार करा आणि विका. चार शुभेच्छापत्रे तयार होऊ शकतील अशी कच्च्या मालाची पाकिटे उपलब्ध आहेत, त्यामध्ये सर्व आवश्यक साहित्य, शुभेच्छापत्र कसे तयार करावे त्याची कृती, नक्षीकामाचे नमुने, शुभेच्छापत्र आकर्षक ओळी, पाकिटे इ. गोष्टी असतील. किंमत रू.१०/- (पोस्टाने रू१५/-) १०ऑक्टोबरनंतर स्थानिक कार्यालयांमध्ये उपलब्ध !

पोस्टाने मागवताना कोणत्या प्रकारची शुभेच्छापत्रे हवी आहेत (दोऱ्यांची की बांबूची ) ते स्पष्टपणे लिहावे.



**दिवाळीच्या सुट्टीत नवनिर्मितीचा आनंद लुटा ! विक्रीचा अनुभव मिळवा !**

हे मासिक, ज्ञान प्रबोधिनी या संस्थेच्या मालकीचे असून मुद्रक, प्रकाशन व संपादक प्रा.महेन्द्र सेठिया यांनी राष्ट्रीय सौर ९ आश्विन, शके १९२१, १ ऑक्टोबर १९९९ या दिवशी बालोद्यान प्रेस, नातुबाग, पुणे येथे छापून ज्ञान प्रबोधिनी, पुणे येथून प्रसिद्ध केले.

**स्वराज्य आले, सुराज्य होईल, आम्ही आमुचे धनी। रोज चांगली कृती करोनी, जनता सुखवू झणी।**

प्रेम, बंधुता, एकात्मतेचा झेंडा घेऊ हाती, भ्रष्टाचार अन् कुप्रवृत्तींना देऊ आम्ही माती.

# ज्ञान प्रबोधिनीची संब्राह्य प्रकाशने

दिवाळी अंक घेऊन जाताना खालील पुस्तकांची, मासिकांची, ध्वनिफितींची अवश्य खरेदी करा!  
मुख्य कार्यालयात १५ ऑक्टोबरपूर्वी पोस्टकार्डद्वारे मागणी नोंदविल्यास ती पुस्तके, मासिके, ध्वनिफिती  
खात्रीशीरपणे आपल्या वितरणकेंद्रांवर पाठविण्याची व्यवस्था केली जाईल.

१. व्यक्तिविकासासाठी विद्याव्रत (सर्वांगीण व्यक्तिमत्त्व विकासासाठी समग्र मांडणी)	रु. ६०/-	१४. एक अदम्य उत्कट चैतन्य (ज्ञान प्रबोधिनीचे संस्थापक कै. अप्पा पेंडसे यांचे प्रेरक चरित्र)	रु. ५०/-
२. नावीन्यपूर्ण प्रकल्प कसे करावेत? (प्रकल्पासंबंधी अनुभवातून लिहिलेले पुस्तक)	रु. ५०/-	१५. राष्ट्रदेवो भव (कै. अप्पा पेंडसे यांची प्रेरक वैचारिके)	रु. ५०/-
३. प्रतिभेच्या प्रांतातील प्रवास (ललित लेखन कसे करावे? याचा मूलमंत्र देणारे पुस्तक)	रु. ४०/-	१६. विविध संस्कार / उपासना पोथ्या (भारतीय परंपरेला आधुनिकतेची सार्थ जोड दिलेल्या संस्कारक्षम १३ पोथ्यांचा संच)	
४. कल्पक बनू या (कल्पनाशक्ती वाढविण्याची गुरुकिल्ली सांगणारे पुस्तक)	रु. ६०/-	वर्षारंभ : रु. ५/- वर्षान्त : रु. ४/-	
५. असे घटते सुंदर अक्षर (हस्ताक्षर सुधारण्यासाठी कृतिपुस्तिका)	रु. १०/-	दैनंदिन उपासना : रु. ८/- विद्याव्रत : रु. १०/-	
६. वेध यशाचा (स्वतःचा अभ्यास स्वतः करण्यासाठी उपयुक्त तंत्रे)	रु. ७०/-	विवाह : रु. १५/- नामकरण : रु. ३/-	
७. प्रज्ञाबोध मालिका-५ पुस्तकांचा संच (राष्ट्रीय प्रज्ञाशोध परीक्षेसाठी उपयुक्त.)	रु. २००/-	षष्ठ्यब्दपूर्ति : रु. ८/- वास्तुशांति : रु. ७/-	
शालेय प्रवणता कसोटी दोन्ही माध्यमांसाठी		गणेश स्थापना : रु. ४/- अंत्येष्टि : रु. १६/-	
१. प्रज्ञाबोध-१ (भौतिक, रसायन, जीवनशास्त्र, गणित. प्रत्येकी २०० प्रश्न)	रु. ४०/-	देहदान : रु. ६/- सांत्वत्सरिक श्राद्ध : रु. ५/-	
२. प्रज्ञाबोध-२ (इतिहास, भूगोल, नागरिकशास्त्र. प्रत्येकी २०० प्रश्न)	रु. ३०/-	हरतालिका : रु. ८/- (काही पोथ्या इंग्रजी-हिंदीतही उपलब्ध)	
३. प्रज्ञाबोध-३ (सर्व विषयांच्या एकत्रित ६ प्रश्नपत्रिका)	रु. ५०/-	१७. छात्र प्रबोधन जुने अंक	
मानसिक क्षमता कसोट्यांसाठी		१. छात्र प्रबोधन वार्षिक संच - ५ (पाचव्या वर्षातील (९६-९७) सर्व अंकांचा संच)	रु. १२५/-
१. प्रज्ञाबोध-४ (१००० प्रश्न व ३ प्रश्नपत्रिका)	रु. ५०/-	२. छात्र प्रबोधन वार्षिक संच - ६ (सहाव्या वर्षातील (९७-९८) सर्व अंकांचा संच)	रु. १५०/-
२. प्रज्ञाबोध-५ (१००० प्रश्न व ३ प्रश्नपत्रिका)	रु. ७०/-	३. छात्र प्रबोधन वार्षिक संच - ७ (सातव्या वर्षातील (९८-९९) सर्व अंकांचा संच)	रु. १५०/-
८. बुद्धिवैभव (बुद्धीचे १२० पैलू उलगडून सांगणारे पुस्तक)	रु. २०/-	४. दीपावली विशेषांक वर्ष २ : रु. ५/- वर्ष ३ : रु. १०/- वर्ष ४ : रु. २०/- वर्ष ५ : रु. २५/- वर्ष ६ : रु. ३०/- वर्ष ७ : रु. ३५/-	
९. हसत खेळत बुद्धिविकास (बुद्धिच्या विविध पैलूसाठी विविध खेळ)	रु. १००/-	५. वासंतिक विशेषांक वर्ष २ : रु. ५/- वर्ष ५ : रु. १०/- वर्ष ६ : रु. १५/- वर्ष ७ : रु. १५/-	
१०. छंद आकाशदर्शनाचा (आकाशातील नक्षत्रे-ताऱ्यांचा परिचय)	रु. ६०/-	६. नेहमीचे अंक (उपलब्ध असतील ते) वर्ष २ प्रत्येकी रु. २/- वर्ष ३ प्रत्येकी रु. ३/- वर्ष ४ प्रत्येकी रु. ४/- वर्ष ५ प्रत्येकी रु. ५/- वर्ष ६ प्रत्येकी रु. ८/- वर्ष ७ प्रत्येकी रु. १०/-	
११. गिर्यारोहणगाथा (गिर्यारोहणाची प्राथमिक माहिती व प्रेरणा देणारे पुस्तक.)	रु. ४०/-	७. इंग्रजी अंक १९९७ रु. १५/-	
१२. राष्ट्रद्रष्टे विवेकानंद (स्वामी विवेकानंदांचे प्रेरणादायी चरित्र)	रु. ७५/-	८. इंग्रजी अंक १९९८ रु. २०/-	
१३. विवेकानंदांचा राष्ट्रधर्म (स्वामी विवेकानंदांच्या वाङ्मयातील निवडक उताऱ्यांचा संग्रह व भाष्य)	रु. ३०/-	१८. ध्वनिफिती १. प्रबोधन गीते- भाग- २ रु. ४०/- (प्रबोधिनीतील ११ स्फूर्तिगीतांची ध्वनिफिती) २. पंख सुरांचे रु. ४५/- (९० मिनिटांची धम्माल ध्वनिफिती)	

(●ह्या पुस्तकांची चालू आवृत्ती संपली असून, पुढची आवृत्ती दिवाळी अंकापर्यंत प्रकाशित होईल. सभासदांना सर्व पुस्तकांवर १०% सवलत मिळेल.)

## नौजवान आओ रे...

नौजवान आओ रे नौजवान गाओ रे ।  
लो कदम मिलाओ रे लो कदम बढ़ाओ रे ॥१॥

ऐ वतन के नौजवान इस चमन के बागवान ।  
एक साथ बढ़ चलो मुश्किलों से लड़ चलो ।  
इस महान् देश को नया बनाओ रे ॥१॥

धर्म की दुहाइयाँ प्रांत की जुदाइयाँ ।  
भाषा की लडाइयाँ पाट दो ये खाइयाँ ।  
एक माँ के लाल एक निशां उठाओ रे ॥२॥

एक बनो नेक बनो खुद की भाग्य रेख बनो ।  
सद्गुणों के तुम हो लाल तुमसे यह जगत् निहाल ।  
शांति के लिए जहाँ को तुम जगाओ रे ॥३॥

माँ निहारती तुम्हें माँ पुकारती तुम्हें ।  
श्रम के गीत गाते जाओ हँसते मुस्कुराते जाओ ।  
कोटि कंठ एकता के गीत गाओ रे ॥४॥

संपर्क पत्ता :  
संपादक, छात्र प्रबोधन  
ज्ञान प्रबोधिनी, ५१० सदाशिव पेठ, पुणे ३०.  
☎(०२०) ४४७७६९१/४४७८०९५  
कार्यालयाची वेळ : स. १० ते संध्या. ७  
अंकाची किंमत : रु. १०/-  
वार्षिक वर्गणी : रुपये १२५/-  
प्रकाशन दिनांक : सौर ९ आश्विन, शके १९२१  
१ ऑक्टोबर १९९९

प्रि  
य  
पो  
स्ट  
म  
न

हा अंक तुम्ही आमच्या लाडक्या मुलामुलीपर्यंत पोहोचवून फार मोठं काम करता. मुलंमुली या मासिकाची आतुरतेने वाट पाहात असतात. मासिक मिळाले नाही तर ती नाराज होतात, त्यांचा तुमच्यावरचा अन् आमच्या-वरचाही विश्वास कमी होतो. असं झालेलं तुम्हालाही निश्चितच आवडणार नाही, हो ना! तेव्हा हे मासिक खात्रीशीरपणे, विनाविलंब शेजारच्या पत्यावर द्यावे ही आपुलकीच्या नात्याने विनंती,

तुमचा—संपादक, छात्र प्रबोधन