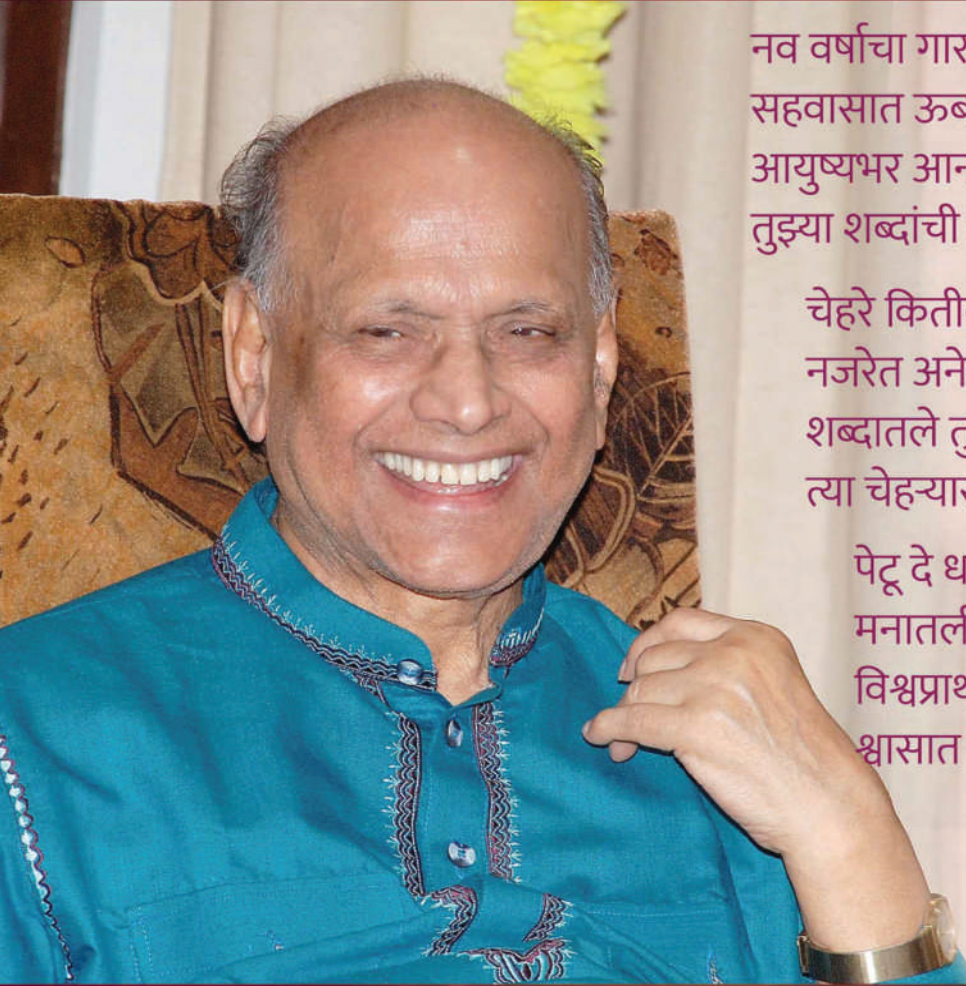


# जीवनविद्येचा दीपस्तंभ



नव वर्षाचा गारवा असा,  
सहवासात ऊब मिळावी..  
आयुष्यभर आनंद लुटावा,  
तुझ्या शब्दांची गोडी लागावी..

चेहरे कितीक भेटती मज,  
नजरेत अनेक प्रश्न मी वाचले..  
शब्दातले तुझ्या भाव अन अर्थ ,  
त्या चेहऱ्यासाठीच मागितले..

पेटू दे धगधग तव ज्ञानाची,  
मनातली किल्मिशे भस्म व्हावी..  
विश्वप्रार्थनेस रोजच विनवितो,  
श्वासात फक्त तूच उरावी..

## नूतन वर्षाभिर्नंदुन



प्रत्येक कृती ही राष्ट्रहिताची, विश्वशांतीची..



## अनुक्रमणिका

१) संपादकीय	३	१२) इस्त्रोच्या मार्गावर	२१
२) सिंचन ज्ञानामृताचे	४	१३) हार्दिक अभिनंदन	२२
३) प्रल्हाद वाणी	७	१४) बालकट्टा - चित्र दर्शन	२३
४) प्रवास IAS अधिकाऱ्यांचा	१२	१५) काव्यांजली	२४
५) अभ्यासासी काही सर्वथा....	१५	१६) प्रश्न तुमचे उत्तर श्री प्रल्हाददादांचे	२५
६) बालकट्टा-संस्कार कथा	१७	१७) My Stunner Exp.	२६
७) विज्ञान आणि मानवी जीवन	१८	१८) मन मंदिरा	२७
८) Real Independence	१८	१९) कोर्स शेड्यूल	२८
९) खरे स्वातंत्र्य	१९	२०) कारागृहातील जीवनविद्येचे कार्य	२९
१०) My Contribution	१९	२१) विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन अभियान	३१
११) माणूस आणि विज्ञान	२०	२२) पर्यावरण हाच नारायण	३२

संपादिका : सौ. शिल्पा ढगे, बी. ए.

सहसंपादक : डॉ. सौ. प्रभा मोदी. M.S.(Mum.), F.R.C.S. (England) / श्री. अरविंद चौधरी. ICWA, M.Com., B.A.

मुद्रक : प्रकाशक : सौ. शिल्पा ढगे यांनी जीवनविद्या मिशन, मुंबई यांच्यासाठी,  
जीवनविद्या मिशन, 'भक्तियोग', २८ ए, दत्ताराम लाड मार्ग, काळाचौकी, मुंबई - ३३. भ्रमणध्वनी : ९१६७७५५२१४ येथून प्रसिद्ध केला.

बोरीवली प्रशासकीय कार्यालय : ए - २, सिद्धार्थ नगर बि. क्र. ५, को.ऑप.हौ.सोसायटी, धीरज उपवन समोर ,  
पश्चिम द्रुतगती मार्गाजवळ, बोरीवली (पूर्व), मुंबई - ६६. दूरध्वनी : ०२२ २८८७९०१५ -०१६, भ्रमणध्वनी : ९९३०४ ९९३०५

www.jeevanvidya.org

Email: ho@jeevanvidya.org / office@jeevanvidya.org

कार्यकारी मंडळ

श्री. ए. जी. बेळवेकर  
सौ. अनिता मोरे

मुखपृष्ठ संकल्पना

श्री. विठ्ठल घाडी

सहकार्य

कांचन पालव, स्वाती संदाशी  
विनया हडकर, हेमांगी पवार



SUBSCRIBE US ON  
@ JEEVANVIDYAMISSION  
www.youtube.com/jeevanvidyaMission



LIKE US ON  
@ JEEVANVIDYAMISSION  
www.facebook.com/jeevanvidya



FOLLOW US ON  
@ JEEVANVIDYA  
www.twitter.com/jeevanvidya



FOLLOW US ON  
@ JEEVANVIDYAOFFICIAL  
www.instagram.com/jeevanvidyaofficial

संपादन...



दीपस्तंभच्या सर्व वाचकांना इंग्रजी नवीन वर्षाच्या मनःपूर्वक शुभेच्छा. २०२२ या वर्षात जीवनविद्या मिशनने सामाजिक आणि शैक्षणिक क्षेत्रात अनेक नवीन उपक्रम हाती घेतले आहेत. गेली सात दशके हे कार्य अविरत सुरुच आहे परंतु आता सद्गुरु श्री वामनराव पै यांच्या जन्मशताब्दी वर्षानिमित्त या कार्याने वेगळे वळण घेतले आहे. त्यामुळे २०२२ हे वर्ष कार्याच्या दृष्टीने खूप महत्वाचे ठरले. आता या नवीन वर्षात या कार्याला अधिक व्यापक स्वरूप प्राप्त होणार याची खात्री आहे.

नवीन वर्षाचे उत्साहाने स्वागत करीत असताना अनेक जण वेगवेगळे संकल्प करतात. कोणी नातेसंबंध सुधारण्यासाठी प्रयत्न करण्याचा संकल्प करतात. घरच्यांना वेळ देणे, जाणूनबुजून भेटवस्तू आणणे, एकत्र फिरायला जाणे या गोष्टी या वर्षी करायच्याच असा निश्चय केला जातो. कोणी आरोग्य सुधारण्यासाठी प्रयत्न करण्याचा संकल्प करतात. त्यासाठी जानेवारी महिन्याच्या थंडीचा पुरेपूर फायदा घेऊन दररोज सकाळच्या वेळी कोवळ्या उन्हात चालायला जाणे, खाण्याच्या सवयी बदलणे, रोज योगासनं, प्राणायाम, ध्यान करणारच हे ठरविणे, असे व्यक्तीपरत्वे विविध संकल्प असतात. परंतु या संकल्पसिद्धीच्या आड येणाऱ्या गोष्टी म्हणजे आळस, धरसोड वृत्ती तत्सम गोष्टी जर बदलल्या नाहीत तर हे संकल्प अल्पकालीन ठरतात. पुन्हा ये रे माझ्या मागल्या. फक्त नवीन वर्षाच्या सुरुवातीलाच नाही तर कधीही एखादा निश्चय केल्यास तो तडीस नेण्यासाठी नेहमीच्या विचारसरणीत आणि कार्यपद्धतीत बदल करावाच लागतो.

हे झाले वैयक्तिक पातळीवर प्रगती करण्यासाठी. पण जीवनविद्या सांगते माणूस हा एकटा सुखी होऊ शकत नाही. संसार आणि परमार्थ या जीवनरथाच्या दोन चाकांचा समतोल साधला तरच माणूस सर्वार्थाने सुखी होऊ शकतो. याचे वर्म ज्यांना उमगले ते समाजासाठी काहीतरी करण्यासाठी घराबाहेर पडतात. सद्गुरुंनी दिलेला जग सुखी करण्याचा दिव्य संकल्प मनात बाळगून हे नामधारक वर्षानुवर्षे जीवनविद्येचे कार्य करतात. त्यांचा हा सत्यसंकल्प फक्त नवीन वर्षाच्या सुरुवातीला केलेल्या संकल्पाप्रमाणे तात्पुरता नाही तर त्यांच्या जीवनाला व्यापणारा, समाजाला सकारात्मक वळण लावणारा दृढ निश्चय आहे. सुरुवातीला 'सुखी जीवन जगण्यासाठी पुण्याई हवी हो गाठी' यासाठी सुरू केलेले कार्य सातत्याने केल्याने आता तो त्यांचा स्वभाव झालाय. केवळ स्वतःसाठी नाही तर जगातील सर्व माणसे सुखी व्हावेत ही सद्गुरुंच्या अंतरीची तळमळ त्यांच्या हृदयापर्यंत पोहोचलेली आहे. म्हणूनच ठाम निर्धार करून समाज सुखी करण्याचे कार्य हे नामधारक करीत आहेत.

नवीन वर्षाचे नवे संकल्प करणारे, गेल्या वर्षी केलेले संकल्प विसरून गेलेले पण या वर्षी पुन्हा नव्या उत्साहाने तोच संकल्प करणारे, संकल्प पूर्ण करण्यासाठी प्रामाणिकपणे प्रयत्न करणारे तसेच कोणताही संकल्प न करणारे या सर्वांनाच हे नवीन वर्ष सुखाचे, समृद्धीचे, आरोग्याचे आणि समाधानाचे जावो ही शुभेच्छा.



**अवयव दान अभियान**

महाराष्ट्र शासन सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र राज्य व  
विभागीय अवयव प्रत्यारोपण समन्वय समिती  
(ZONAL TRANSPLANT CO-ORDINATION CENTRE, MUMBAI)

**चला, अवयव दानाचा संकल्प करूया, ऋण समाजाचे फेडूया**





## सिंचन जुनामृताचे

सुख हा माझा जन्मसिद्ध हक्क आहे. भाग १२

जगातील प्रत्येक माणसाला सुख हवे असते आणि ते सुख मिळविण्यासाठी माणसाची धडपड चाललेली असते. शारिरीक, मानसिक, आत्मिक असे तीन प्रकारचे सुख असते. त्यापैकी शारिरीक सुख म्हणजे काय ते आधी पाहिले आहे. आता आपण मानसिक सुख म्हणजे काय हे पहात आहोत. मानसिक सुख म्हणजे मनस्वास्थ्य! माणसाला मनस्वास्थ्य मिळते तेव्हा त्याला जे बरे वाटते त्याला माणूस सुख म्हणतो. जोपर्यंत बरे वाटते तोपर्यंत त्याला तुम्ही सुख म्हणता. जेव्हा बरे वाटत नाही तेव्हा तुम्ही त्याला सुख म्हणत नाही. काही लोक म्हणतात, 'आम्हाला परमार्थाची गरज नाही, सद्गुरूची आवश्यकता नाही, देवबिब काही नको. आमचे सर्व व्यवस्थित चाललेले आहे.' सर्व व्यवस्थित चाललेले आहे तोपर्यंत ठीक आहे. पण परिस्थिती बिघडली तर काय करणार? जे व्यवस्थित चाललेले आहे ते एक दिवस बिघडणार मग त्यावेळी काय? त्यावेळी तुझी मनस्थिती कशी असणार? तुम्ही जेव्हा म्हणता, आम्ही आनंदात



आहोत, आम्ही सुखात आहोत पण काही कारणाने मनस्थिती बिघडली तेव्हा काय करणार? वडिल वारले, काका वारले, मामा वारले किंवा अन्य काही कारणाने मनस्थिती बिघडली. संसारात सर्वच गोष्टी अनुकूल नसतात व अनुकूल असतात तेव्हा ती परिस्थिती कायम रहात नाही. त्यात काही कारणाने बदल होऊ शकतो. तेव्हा सर्व परिस्थितीत मनस्वास्थ्य मिळणे आवश्यक आहे. मनासारखे झाले की सुख व मनासारखे झाले नाही की दुःख असे होते तेव्हा त्याला मनःस्वास्थ्य म्हणत नाही.

अनुकूल परिस्थिती मिळण्यासाठी आणि मिळवलेली टिकविण्यासाठी पुण्य! आवश्यक असते. पुण्य माणसाला सर्व काही देते. चांगली बायको, चांगला नवरा, चांगला जावई, चांगली सून, चांगले आईवडिल, चांगला बॉस, सर्व चांगले मिळण्यासाठी पुण्य लागते. आपले दोन्ही हात आपल्यासाठी महत्वाचे आहेत. तसेच पैसा व पुण्य हे जीवनशक्तीचे दोन हात आहेत. या दोन्ही गोष्टी जेव्हा Hands in hands असतात तेव्हा माणसाला मनःस्वास्थ्य मिळते. अनुकूल परिस्थिती आपल्याला कुणाच्या तरी पुण्याईने मिळते. वाडवडिलांच्या पुण्याईने मुलांना सर्व चांगली परिस्थिती मिळते पण ती पुण्याई कमी होता कामा नये, ती टिकवली पाहिजे याची काळजी घेवून मुलांनी वाडवडिलांच्या पुण्याईत भर टाकली पाहिजे. पाठी पुण्याई आहे पण स्वतःच्या गाठी पुण्याई नसेल तर ती किती दिवस पुरेल. जेव्हा ते पाठी असलेले पुण्य संपते तेव्हा त्याच्या मागे नाना तऱ्हेची संकटे, आपत्ती विपत्ती लागते. म्हणून पुण्य मिळवत राहिले पाहिजे. पुण्याईची बँक भरत राहिली पाहिजे.

गंमत अशी, तुम्ही ज्यावेळी सुखाचा अनुभव घेता त्यावेळी तुम्ही पुण्य खर्ची टाकत



असता. तुम्ही बाजारात जाऊन पैसे खर्च करता तेव्हा तुम्हाला सर्व जिन्नस मिळतात. पैसे नसतील तर तुम्हाला काय मिळणार? काही मिळणार नाही. तसे तुम्हाला जीवनात ज्या चांगल्या गोष्टी मिळतात त्याचे कारण वाडवडिलांची पुण्याई असते. गाठी पुण्य नसेल तर ते पुण्य सरते व नाना तऱ्हेची संकटे, आपत्तीविपत्ती मागे लागते. म्हणून वाडवडिलांची पुण्याई अशा तऱ्हेने भोगली पाहिजे की त्यात भर पडत राहिली पाहिजे. बऱ्याच वेळा मुलांना श्रीमंती, पैसा आयता मिळतो तेव्हा त्यांच्या ठिकाणी उन्मत्तपणा, उद्धटपणा येतो, याचा अपमान कर, त्याचा अपमान कर, याला लाथ मार, त्याला लाथ मार, याची निंदा कर, त्याची निंदा कर अशा प्रकारच्या कर्मांनी ते पापाची निर्मीती करत असतात.

वाडवडिलांच्या पुण्याईत भर घालण्यासाठी सत्कर्म केले पाहिजे. सत्कर्म हाच धर्म, सत्कर्मचि आचरण हेच धर्माचे आचरण. सत्कर्मनि अगणित पुण्य मिळते पण सत्कर्म कशाला म्हणतात हा एक प्रश्न आहे. लोकांना वाटते यज्ञयाग केले की पुण्य, पूजाअर्चा केल्या की पुण्य. हे करणे ठीक आहे पण खरे सत्कर्म कशाला म्हणतात? तुम्ही इतरांना काहीतरी देता व त्या देण्यातून माणसाला सुख होते त्याला सत्कर्म म्हणतात. अन्नदान, वस्त्रदान, रक्तदान, देहदान, नेत्रदान, ज्ञानदान हे सर्व श्रेष्ठ दान आहेत आणि हे सर्व पुण्य कमविण्याचे मार्ग

आहेत. तुम्ही जेव्हा दुसऱ्याला काहीतरी देता त्या देण्यातून त्यांना सुख होते व त्यातून तुम्हाला पुण्य मिळते.

सतत पुण्य कमावले पाहिजे व सतत काहीतरी देत राहिले पाहिजे. ज्ञानदान हे सर्वात श्रेष्ठ दान आहे असे जीवनविद्या सांगते. अन्नदान, वस्त्रदान, रक्तदान, देहदान, नेत्रदान ही सर्व श्रेष्ठ दाने आहेत पण ज्ञानदान श्रेष्ठ का तर ज्ञान दिल्याने कमी होत नाही. तर ज्ञान दिल्याने ते वाढतच जाते. ज्याला दिले तो आणखी कुणाला तरी देतो. असे ते वाढत जाते व हे ज्ञान आपल्याला सतत उपयोगी पडते. भिकाऱ्याला अन्नदान केले की तो दुसऱ्या दिवशी पुन्हा उपवाशी. दान हे सत्पात्री असले पाहिजे ते कोण ठरविणार? खरे सांगायचे तर दान हा शब्दच मला मान्य नाही. कारण दान देणारा श्रेष्ठ व दान घेणारा कनिष्ठ अशी भूमिका असते. कन्यादान हा शब्द मला मुळीच मान्य नाही. कन्या ही काय वस्तू आहे का तिचे दान करायला! कन्यादान करायचे नाही. तिचे सासरी प्रतिष्ठान करायचे







असते म्हणून कन्यादान हया शब्दाऐवजी 'कन्याप्रतिष्ठान' म्हटले पाहिजे. कन्येचे प्रतिष्ठान कुणाकडे? नवऱ्याच्या घरी मुलीला प्रतिष्ठा मिळावी, तिला चांगली वागणूक मिळावी म्हणून आपण मुलगी त्यांना देतो. दुसऱ्याची मुलगी आपल्या घरी येते तेव्हा तिचे आईवडिल तेच करतात. तुमच्या घरी त्यांची मुलगी सून म्हणून येते तेव्हा तिचे प्रतिष्ठान झाले पाहिजे, तिला प्रतिष्ठा मिळाली पाहिजे. तिला मानसन्मान मिळाला पाहिजे. ती सुखी झाली पाहिजे असे जीवनविद्या सांगते. खरे सुख पाहिजे असेल तर घरातील माणसांनी एकमेकांकडे बघताना कसे बघावे? ज्ञानेश्वर महाराज सांगतात, “जे जे भेटे भूत ते ते जाणिजे भगवंत” भगवंत म्हणजे किती मोठा! जीवनविद्या सांगते घरातल्या माणसांनी एकमेकांचा मानसन्मान करायला शिकावे. तुम्ही एकमेकांचा आदर करू लागलात की घर सुखी होते की नाही बघा! काही घरात

भरपूर पैसा आहे ते पण कोर्टकचेऱ्या करतात. एकमेकांचा सन्मान करत नाहीत. एकमेकांचा सन्मान करण्यासाठी शहाणपण लागते. ते शहाणपण त्यांना माहित नसते.

आज कुठेही जा कोणी शहाणपण देत नाहीत. कुठल्याही बुबाबाबांकडे जा ते सांगतील, सोळा सोमवार करा, सोळा शुक्रवार करा, यज्ञयाग करा, अभिषेक करा, एकादशमी करा. हया गोष्टी मागे लावून देतात. जीवनविद्या तुमच्या मागे असे काहीही लावून देत नाही. जीवनविद्या सांगते, तुला सुखी व्हायचे तर आधी तू तुझे घर सुखी कर. Charity begins from home. आपल्या घरात जे आहेत त्या सर्वांना मानसन्मान द्यावा. शेजाऱ्यांना मानसन्मान द्यावा. अशातहेने सर्वांना मानसन्मान देऊ लागलात की दुःखी होण्याचे कारणच नाही. म्हणून जीवनविद्या सांगते, सुखी होण्यासाठी तुम्हाला तुमचा संसार युक्तीने करता आला पाहिजे. ही युक्ती स्विकारायची की नाकारायची हे तू ठरव कारण..

“तूच आहेस तुझ्या जीवनाचा शिल्पकार”



**तुमचा उत्कर्ष**  
**तुमच्या हातात**  
(For Workers & Staff)

संपर्क : विष्णू सरोदे : ९८२०२१७०९३

- ◆ मानसिकतेतील बदल ◆ आर्थिक भरभराट
  - ◆ कामाची गुणवत्ता व उत्पादकता वाढवण्यासाठी
  - ◆ कामगारांसह कंपनीचा फायदा
- अनुभव सिद्ध मार्गदर्शन

कोर्स  
कालावधी  
१ दिवस

# प्रल्हादवाणी

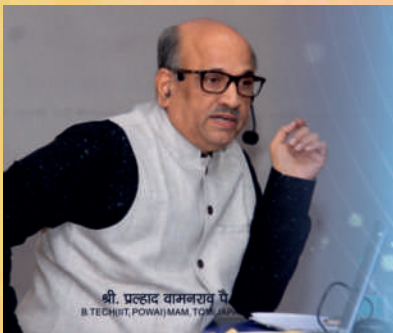
भाग - ११

## सुखी जीवनाचे पंचशील... संतती

श्री सद्गुरू सांगतात की गुरुपौर्णिमा ही फक्त एका दिवसाची न रहाता सतत असली पाहिजे. हयाचे दोन अर्थ आहेत एक म्हणजे गुरुपौर्णिमा म्हणजे सुखाची पौर्णिमा. आपण दररोज क्षणाक्षणाला सुखी आनंदी असले पाहिजे. दुसरा अर्थ असा की सद्गुरूंचे स्मरण हे सतत पाहिजे. मी हे दोन अर्थ वेगळे करून दाखविले परंतु हे दोन्हीही वेगळे नाहीत. जर तुम्हांला सद्गुरूंचे कृतज्ञतेने स्मरण सतत असेल तर तुम्ही सतत सुखी रहाल आनंदी रहाल. सद्गुरूंचे कृतज्ञतेने केलेले स्मरण हा आपला प्रत्येक क्षण सण करतो. हयासाठी आपल्याला आपला दृष्टीकोन बदलला पाहिजे. सद्गुरू आपली दृष्टी आणि दृष्टीकोन बदलतात.



प्रत्येकाच्या डोळ्यात मोतीबिंदू असतोच. सद्गुरू तो बाजूला करून प्रत्येकाची दृष्टी साफ करून देतात. आपला दृष्टीकोन लघुकोन नको तर विशालकोन असायला हवा. नेत्रतज्ञ मोतीबिंदू पाच मिनिटांत काढतात पण हा मोतीबिंदू काढण्यासाठी खूप वर्षे लागतात. आपल्याला आपला दृष्टीकोन सुधारायचा आहे म्हणजेच आपल्याला आपले विचार बदलायचे आहेत. आपला आनंद हा कुठल्यातरी गोष्टीवर अवलंबून असता कामा नये. आपला आनंद हा नेहमी दुसऱ्यांवर अवलंबून असतो. जेव्हा आपण दुसऱ्यांवर अवलंबून रहातो तेव्हा कायम दुःखात असतो म्हणजे दुसरा आपल्याला काही बोलला की त्याने आपण दुःखी होतो. असे आपण करीत राहिलो तर कधीच सुखी होणार नाही. एखादा आपला अपमान करतो आणि निघून जातो. आपण मात्र तेच घेवून बसतो. यासाठी आपला आनंद सुख इतरांवर अवलंबून असता कामा नये. कुणीही आपल्याला मान देवो नाहीतर अपमान करो आपण आनंदीच असले पाहिजे. आपण एखादे घर बघायला गेलो ते आपल्याला मिळो न मिळो आपण आनंदी रहायचे. पिक्वर बघायला गेलो तिकीट मिळो न मिळो आपण आनंदीच रहायचे. असे जर आपल्याला आनंदी रहाता आले तर आपण खरे आनंदी राहू. मुलाने पहिला नंबर काढला तर आपण आनंदी पण जर त्याला थोडे कमी मार्क्स पडले तर दुःखी असे व्हायला लागले तर आपण कधीच सुखी होवू शकत नाही. आपला ताबा हा आपल्यावर असतो इतरांवर नाही पण आपण जर आपला ताबा इतरांकडे दिला की आपले काही खरे नाही. आपल्याला आपला ताबा आपल्यावर ठेवता



## Conference Call

२०१२ पासून दर आठवड्याला चार कॉन्फरन्स कॉल सुरु आहेत.  
प्रत्येक कॉलवर हजारो लॉग इन देश विदेशातून सहभाग.  
२५,००० सहभागी.

संग्रह [www.jeevanvidya.org/audiocall](http://www.jeevanvidya.org/audiocall) वर उपलब्ध | कॉन्फरन्स कॉल संग्रहाचा सर्वांनी लाभ घ्या



आले तर आपण सदैव सुखी राहू. जीवनविद्या मिशनमधल्या कुणीतरी आपला अपमान केला म्हणून जीवनविद्या मिशन सोडून गेले असेही कितीतरी माणसे आहेत. आपण जीवनविद्या मिशनमध्ये कशासाठी आलो. सद्गुरूसाठी ज्ञान मिळविण्यासाठी आलो आहोत. जर कुणी आपला अपमान केला तरी देवा हयाचे भले कर म्हणायचे आणि त्याला सोडून द्यायचे. देवा हयाचे भले कर ही आनंदाची गोळी आहे. हे करून बघा. तुम्ही सदैव आनंदीच रहाल. “दुसऱ्याच्या सुखाने सुखी होतो तो देव” हे वाक्य पाठ असते परंतु तसे वागता आले पाहिजे. सद्गुरूंचा एकेक अमृततुषार आपल्याला जगण्यासाठी आहे हे लक्षांत ठेवायचे. सद्गुरूंचा कुठलाही अमृततुषार जगण्यासाठी घेतला आणि त्याप्रमाणे जगलात तर तुम्ही जीवन खर्या अर्थाने जगलात.



सुखी जीवनाचे पंचशील सांगताना संतती हया विषयावर सद्गुरूंची बरेच प्रबोधन केले आहे. मर्यादित संतती म्हणजे एक किंवा दोन मुले असे म्हणतो पण दोन मुली झाल्या की घरात प्रॉब्लेम सुरू होतात. एकतर घरातील माणसे त्रास देतात नाहीतर ती स्त्री स्वतःच स्वतःला त्रास करून घेते. लोक काय म्हणतील हया विचारानेच दुःखीकष्टी होतात. ज्या लोकांना काही उद्योग नसतात तेच या गोष्टींची चौकशी करतात. दोन मुली झाल्या तरी थांबा. थांबायचे कुठे हे तर समजले पाहिजे पण कुठे थांबायचे नाही हे ही समजले पाहिजे. प्रार्थना म्हणताना 1000 झाल्या की लगेच थांबतो. थोडी जास्त करायची तयारी नसते पण जेवताना मात्र थांबायला तयार नसतो. “आषाढी एकादशी दुप्पट खाशी” असे म्हटलेलेच आहे. सांगायचा मुद्दा संतती एक किंवा दोन पुरे म्हटले तर मुलगी असो नाहीतर मुलगा पुरे. मोठ्या नवसाने मुलगा झाला आणि तो ऐकत नाही म्हणून पुन्हा वसवस चालू असतेच. काही कारणास्तव मुल नाही झाले तरी रडत बसू नका. वस्तुस्थिती स्विकारा आणि पुढे चला. आपला आनंद हा फक्त मुलांवर अवलंबून नसतो. आनंदी रहाण्यासाठी इतरही खूप काही असते. मूल होत नसेल तर त्यासाठी वैद्यकिय उपचार अवश्य करा पण हे वैद्यकिय उपचार खूप खर्चिक असतात हे लक्षांत घ्या. एवढा खर्च करण्याची ऐपत असेल तर ठीक आहे. खर्चिक उपचार करण्याची ऐपत नसेल तरी लोक हा खर्च करतात. इथे एक गोष्ट लक्षांत ठेवायची की मूल झाल्यावरही खूप खर्च असतो. मूल होत नाही तर प्रयत्न जरूर करा पण झाले नाही तरी

संपूर्ण मानवजाति सुखी हो तथा यह राष्ट्र सर्वार्थ से प्रगतिपथ पर अग्रसर रहे और बने

**महासत्ता**

उसके लिए आवश्यक है, वैचारिक क्रांती जो **जीवनविद्या** समाज में ला रही है ।



दुःखी होवू नका. वस्तुस्थितीचा स्विकार करून जीवन आनंदाने जगा. मूले झाली तरी ती आपल्यासोबत दहा पंधरा वर्षेच असतात नंतर आपण एकटेच असतो हे लक्षांत घ्या. पहिली दहापंधरा वर्षे ते आपल्याशी जोडलेले असतात नंतर त्यांचा मित्रपरिवार असतो अभ्यास असतो. त्यानंतर त्यांची नोकरी आणि लग्न झाले की आपल्याला पुन्हा पाहुण्यासारखे रहायचे आहे. मूल झाले की सुखच सुख हया कल्पनेत राहू नका तर शहाणपण असेल तरच सुख आणि आनंद मिळेल. संतती झाली की ती चांगली घडविणे महत्वाचे आहे. संतती ही चांगली निपजली तर ती संपत्ती आहे. घरात स्त्रीला मानसन्मान दिला नाही चांगली वागणूक दिली नाही तर संतती चांगली निपजणार नाही हे ही लक्षांत ठेवा. गर्भधारणेच्या वेळी जर स्त्री सुखी आनंदी असेल तरच मूल चांगले निपजते. दुःखीकष्टी असेल तर गर्भधारणेतच मूलाला प्रॉब्लेम येवू शकतो. गर्भधारणा कधी होईल हे सांगता येत नाही हयासाठी कुटुंबातील लोकांनी घरातील स्त्रीला सतत आनंदी ठेवले पाहिजे. स्त्री हीच लक्ष्मी असते म्हणून घरात ऐश्वर्य यायला हवे असेल तर घरातील स्त्री आनंदी असली पाहिजे.



मूल झाल्यानंतर त्याला संस्कार देणे महत्वाचे असते. संस्कार म्हणजे तरी काय तर आपल्यात एक बाँडिंग निर्माण व्हायला हवे. आईवडिलांचे मुलांशी बाँडिंग चांगले असेल तर ती मूले चांगली निपजतात. Contact आणि connection हयांत फरक आहे. आपल्या ओळखी खूप असतात पण जोडलेली माणसे कमी असतात. आईवडिल असतात पण मुले त्यांच्याशी जुळलेली

नसतात. एकमेकांना मदत करणे, एकमेकांची काळजी घेणे, एकमेकांना स्पर्श करणे हया सर्व बाजूने जुळलेले असावे लागते. अलिकडेच एक घटना घडली. अमेरिकेत गेलेला मुलगा भारतात घरी परत आला तेव्हा त्याला त्याच्या आईचा सांगाडा दिसला हयाचा अर्थ काय त्याने इतके दिवस आईशी संबंध ठेवला नाही. त्यामुळेच आई कधी गेली हे त्याला कळलेही नाही. मी अमेरिकेत एक व्यक्ती अशीही पाहिली की ऑफिसमधून घरी आल्यावर आपल्या मुलांशी दीड तास खेळतो. यातूनच जवळीक घट्ट होत जाते. आपली संतती जर चांगली निपजायची असेल तर आपल्याला त्यांच्याशी जवळीक चांगली साधता आली पाहिजे. मुलांना चांगले संस्कार देण्याची एक युक्ती म्हणजे मुलांशी संवाद साधत रहाणे. हा संवाद आतूनही साधत रहाता यावा हयासाठी सद्गुरूंनी आपल्याला एक साधना सांगितलेली आहे. मुलाला पाहून आणि समोर नसेल तर डोळ्यासमोर आणून म्हणत रहायचे “तू भाग्यवान आहे, तू गुणवान आहेस, तू जिनियस आहेस, तू बुद्धीवान आहेस, तू केअरिंग आहेस, तू शेअरिंग आहेस” असे आपल्याला जे जे वाटते ते म्हणत रहायचे. तो जर झोपलेला असेल तर अधिकच चांगले. जीवनविद्येत येणारी मुले असतील तर त्यांना आपण हे म्हणायलाही लावतो. ही साधना छोटी वाटली तरी दिव्य आहे. मुले लहान असताना तर कराच पण मोठी झाली तरी करा. संस्कार हे बाहेरून आणि आतून दोन्ही बाजूने करायचे असतात. संस्कार म्हणजे नुसत्या चांगल्या सवयी नाहीत. चांगल्या सवयी लावणे शिस्त लावणे हे ठीक आहे पण संस्कार हा जीवनमूल्यांचा असायला हवा आणि तो आत गेला पाहिजे.

दुसरा मुद्दा असा की मुलांचे मालक होवू नका तर पालक व्हा. Parenting म्हणजे पालकत्व. आज आपण मुलांचे मालक झालेले आहोत. मी सांगतो तसेच केले पाहिजे हा आग्रह करतो. मुलांनी मोठे व्हावे असे वाटत असेल तर त्यासाठी त्याला त्याची आवड असावी लागते.

अभ्यास करावा लागतो. ज्ञान घ्यावे लागते. आवड असेल अभ्यास आणि ज्ञान असेल तर तो कुठल्याही क्षेत्रात मोठाच होणार. मुलांची आवड लक्षांत न घेतला जर त्याला आपण कुठल्याही क्षेत्रात घातले तर नंतर पश्याताप करावा लागतो. मूल पालकांच्या आधाराने सहज उमलले पाहिजे. ठोके घालून कधी उमलता येत नाही. इतर मुलांशी स्पर्धा किंवा तुलना करू नका. माणूस तुलना आणि स्पर्धा ह्यांत इतका धावतो की एक दिवस थकून पडतो आणि हया जगाचा निरोप घेतो. आपण आपल्याशीच स्पर्धा करायला हवी. तुलना करायला लागलो तर त्याला कधीच शेवट नसतो. प्रत्येक माणूस हा युनिक आहे हे लक्षांत ठेवायचे. प्रत्येकाच्या जीवनाचा एक हेतू आहे. माणसाचा जन्म हा आनंद वाटण्यासाठी आहे आणि आनंद वाटण्यासाठी प्रत्येकाला काही ना काही गुण मिळालेला आहे. प्रत्येकाकडे वेगवेगळे कौशल्य असते आणि त्या कौशल्यातून तो आनंद वाटत असतो. कुठल्याही कौशल्यातून आनंद वाटता येतो आणि आनंद वाटणे हाच जीवनाचा हेतू आहे. काहीना काही कौशल्य प्रत्येकाकडे असते ते त्याने शोधले पाहिजे आणि जोपासले पाहिजे. ते जोपासले तरच मोठे होणार आहे. अमेरिकेतील एक ओपरा नावाची बाई प्रसिध्द लोकांच्या मुलाखती घेते. तिचे हे कौशल्य इतके विशेष आहे की तिने एखाद्याची मुलाखत घेणे हे त्याच्यासाठी सन्मानाची गोष्ट असते. तिला लहानपणापासून लोकांशी जोडले रहाणे त्यांच्याशी बोलणे खूप आवडायचे. तिने तिचे हे कौशल्य विकसित केले आणि करता करता तिने घेतलेल्या मुलाखती खूप प्रभावी झाल्या. हयाने ती

स्वतः जगप्रसिध्द झाली आणि आज ती जगातील सर्वात श्रीमंत बाई आहे. आपल्या मुलामध्ये काय कौशल्य आहे हे ओळखायचे आणि ते जोपासायचे हे पालकांचे काम आहे. आपल्याच दोन मुलांमध्येही तुलना करू नका कारण ती दोघेही वेगळेच असतात. मुलांमधील कौशल्य ओळखून ते जोपासण्यासाठी त्याला सहकार्य केले की मुलांनाही पालकांचा आधार वाटतो. पालकांबद्दल विश्वास वाटला नाही तर मुले बाहेर आधार शोधतात. मुलींना बाहेर अशाप्रकारचा आधार लगेच मिळतो परंतु तो धोकादायक असतो.

आताच्या काळात आणखी एक संकल्पना आली आहे ती म्हणजे Double income no kids. पतीपत्नीचे दोघांचेही उत्पन्न हवे पण मूल नको. काही मूल नाही म्हणून रडत बसतात तर काही मूलच नको म्हणतात. दोन्ही गोष्टी योग्य नाहीत. घरात किचनच नको म्हणणाऱ्या स्त्रिया सुध्दा आहेत. एक फोन केला की डबा घरी मग किचन कशाला हवे. आताच्या पिढीने चूल आणि मूल हा विषयच बाद केला आहे. मौजमजा हेच जीवन झालेले आहे. मुलीसुध्दा सिगारेट ओढताना दिसतात. त्याचे दुष्परिणाम त्यांना आज कळत नाहीत पण ते झाल्याशिवाय रहात नाहीत. हया मुलींना उद्या मूल होणार नाहीत किंवा झालीच तर ती निरोगी असणार नाहीत हे त्यांच्या आज लक्षांत ही येत नाही. आम्ही युवा कोर्समध्ये हे सर्व धोके मुलींना समजावून सांगतो. कुठल्याही कारणाने डायव्होर्स घेतला तरी मुलांची जबाबदारी आईकडेच येते म्हणजे पुरुष मोकळाच रहातो. मूल तू सांभाळ

सद्गुरु श्री. वामनराव पै यांची

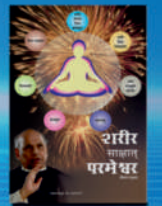
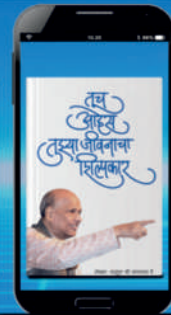
विक्रमी विक्री झालेली ग्रंथसंपदा

आता ई-बुक माध्यमातून उपलब्ध.

ई-बुक विकत घ्या आणि शुभ विचारांच्या सान्निध्यात रहा

BOOXGanga

Available on  
amazonkindle







म्हणून सांगायला हवे परंतू मातृत्व म्हणून ती जबाबदारी सुद्धा स्त्रीलाच घ्यावी लागते. लिहू इन् रिलेशनशीपमध्येही मुलीच अडकतात. दोन वर्षे एकत्र राहूनही मुलगी नाही आवडली तर पुरुष मोकळा होतो पण हया दोन वर्षात जर गर्भधारणा राहिली तर मुलगी अडकते. हया सर्वच गोष्टींचे दुष्परिणाम स्त्रियांनाच भोगावे लागतात.

जीवनातल्या हया सर्व गोष्टी समजून घेतल्या पाहिजेत. आपल्याला जी गोष्ट आवडते ती शिकायलाही आवडते. गणित विषय कठीण का वाटतो. त्या विषयाची आवड नसल्यामुळे तो कठीण वाटतो. आपल्याकडे लोकांना जाणीवनेणीव सच्चिदानंद स्वरूप हे शब्दसुद्धा कानावर पडायला नको असे वाटते कारण ते विषय कठीण वाटतात. त्या विषयाची आवड नसल्यामुळे ते विषय कठीण वाटतात. सच्चिदानंद स्वरूपाची गरज नाही असे वाटणेच मुळात चुकीचे आहे कारण सच्चिदानंद स्वरूप हाच मुळात आनंदी जीवनाचा पाया आहे. जो पाया आहे

त्याचेच ज्ञान नाही आणि आपण आयुष्यभर आनंदाच्या सुखाच्या मागे लागत आहोत. हे केवळ साक्षात्कारासाठी मोक्षासाठी आहे असे लोकांना वाटते. हे समजले नाहीतर कपाळमोक्ष होणार आहे. हे शिकायचे कशासाठी तर हया ज्ञानातून खूप फायदा होणार आहे. आत्मज्ञान होईल तेव्हा होईल पण हया नुसत्या ज्ञानाने आपले आयुष्य बदलेल कारण ज्ञान हाच आनंद आहे. ज्ञान हाच देव आहे. आपल्या प्रत्येक शाखांमधून अभ्यासवर्ग सुरू व्हायला पाहिजे आणि हे ज्ञान मिळाले पाहिजे. आपण उपासना यज्ञ प्रार्थना हया सर्व गोष्टी जोरदार करतो आणि त्याचे फायदेही आपल्याला मिळत आहेत पण जीवनविद्या एवढ्यापुरती मर्यादित नाही आहे. सच्चिदानंद स्वरूप हया विषयाचेही ज्ञान झाले पाहिजे. घरोघरी पुस्तके जाणे म्हणजे जीवनविद्या जाणे नव्हे. पुस्तकांच्याद्वारे त्या घरात जीवनविद्येचा प्रवेश होतो. त्यानंतर कोर्सेस झाले पाहिजेत. त्यांनी सद्गुरूंची प्रवचने ऐकली पाहिजेत असे करत करत जीवनविद्येचा अभ्यास होणार आहे. असा अभ्यास करत करत आपण आपले घर सुखी करायचे आहे. लोकांना आनंद देत देत आपण आनंद व्हायचे आहे म्हणून सद्गुरू म्हणतात आनंद वाटा आनंद लुटा. इतरांना सु ख देत रहायचे आणि स्वतः आनंदी रहायचे हेच खरे सुखी जीवन आहे. हयासाठी पुरेशी संपत्ती मर्यादित संतती चांगली संगती उत्तम शरीरप्रकृती आणि ईश्वरभक्ती हया पाच गोष्टी कराव्या लागतात. ग्रंथाचे वाचन प्रार्थना हया सर्व गोष्टी करा आणि जीवनात परिवर्तन अनुभवा. कृती

23 जुलै 2018 गुरुपौर्णिमा दुसरा दिवस प्रवचनावरून संकलित

## स्त्री सन्मान अभियान

स्त्रीचा आत्मसन्मान जागृत करून सर्वांनी स्त्रीचा सन्मान करावा यासाठी जनजागृती करत आहोत. या उपक्रमांतर्गत महिलांना मुख्य प्रवाहात आणले जात आहे.

१) बेटी बचाव, २) बेटी पढाव, ३) विधवांना वेगळी वागणूक न देणे

२०१६ पासून. महाराष्ट्र. दोन कार्यशाळा.



## प्रवास IAS अधिकाऱ्यांचा...

माझा जो प्रवास आहे त्यामध्ये जीवनविद्येचा फार मोठा भाग आहे. साधारण १९९९ मध्ये मी माझे ग्रॅज्युएशन पूर्ण केले. २००१-०२ च्या दरम्यान जीवनविद्येशी संपर्क आला. आमच्या घरातील परिस्थिती तशी हलाखीची म्हणता येईल अशीच होती. सद्गुरूंचे प्रवचन ऐकताना अतिशय सोप्या शब्दात जीवनाचे सार मला कळलं. मी आणि वैभव निंबाळकर दोघेही अशा कार्यक्रमात कार्यकर्त्यांसारखे कार्य करायचो. आणि हळूहळू मग कार्याची गोडी लागली. माझे ग्रॅज्युएशन झाल्यानंतर मी एका पेट्रोकेमीकल प्लॅन्ट मध्ये काम केलं. पण तेथे मन रमले नाही. त्यानंतर मी सॉफ्टवेअरचा डिप्लोमा केला व सॉफ्टवेअर कंपनीतही काम केलं. पण तेथेही मन रमले नाही. जीवनविद्येत आल्यानंतर कळलं की तुम्ही ज्या गोष्टीवर प्रेम करता ती करता आली तर तुम्ही जीवनात यशस्वीही व्हाल व आनंदीही रहाल. तेव्हा यूपीएससीच्या स्पर्धा परिक्षेची तयारी सुरू केली. साधारण चार वर्षे तयारी केली व २००७ ला सिलेक्शन झाले.



यूपीएससी स्पर्धा परिक्षा पास झाल्यानंतर स्वतःचेच राज्य मिळणे कठीण असते. यामागे जे तत्व आहे ती जीवनविद्येचीही फिलॉसॉफी आहे, ते म्हणजे राष्ट्रहीत हे मोठे. देशाच्या विविध

भागातील लोक वेगवेगळ्या भागात जावेत. त्यामुळे नॅशनल इंटिग्रेशन होते म्हणजे तामिळनाडूमधील एखादा अधिकारी महाराष्ट्रात येतो व महाराष्ट्रातला अधिकारी तामिळनाडूमध्ये जातो. हरियाणाचा आसाममध्ये जातो, तिथल्या भाषा शिकतो. आणि तो ज्या पद्धतीने काम करतो त्यामध्ये एक प्रकारे सेवाभाव, प्रामाणिकपणा आणि corruption जो फार मोठा मुद्दा असतो त्यावर अंकुश राहतो. त्यामुळे जी सिस्टम बनवली आहे ती अतिशय चांगली आहे. मला जवळजवळ १५ वर्षे झाली मी महाराष्ट्रीयन कमी आणि हरयाणवी जास्त आहे.

रतिया म्हणून एक गाव आहे तिथे माझी पोस्टिंग झाली. तिथे मी आयुष्यातला पहिला पूर बघितला. पुरामध्ये आम्ही लोकांना वाचविण्यासाठी गेलो. तेव्हा समजलं की लोकांच्या आयुष्यामध्ये तळागाळतले जे अधिकारी असतात त्यांचे खूप महत्त्व असतं. जीवनविद्येचे जे तत्व आहे की काम केले की तुम्हाला यश येतं. त्यानंतर मी साधारण सहा जिल्ह्यांमध्ये जिल्हाधिकारी म्हणून काम केले. यमुनानगर तेथे पाचच महिने जिल्हाधिकारी म्हणून होतो. २०१३-१४ वर्षे उत्तराखंडमध्ये मोठा पूर आला होता. बऱ्याचशा लोकांनी उत्तराखंडमध्ये प्राण गमावले होते. यमुना नदीचे जे पाणी येतं ते सर्वात आधी मैदानात पसरत, ते यमुनानगर मध्ये पसरतं. पूर आला की तीन ते साडेतीन लाख क्युसेक्स पाणी येत असतं त्या नदीमध्ये आणि साधारण बहात्तर तासात ते दिल्ली पर्यंत पोहोचतं. त्यावेळेस साडेनऊ लाख क्युसेक्स इतकं पाणी आलं होतं. सकाळी एका गावात गेलो होतो. तर संध्याकाळपर्यंत पाच गावात पाणी आलं होतं. १६ जून २०१३चा रविवार होता. सकाळीच मला कोणीतरी सांगितलं की नदीच्या पात्रात ५२ लोकं अडकली आहेत. जिल्हाधिकारी म्हणून माझा पहिलाच जिल्हा होता. काय करायचं हे मला काहीही माहीत



नव्हतं. त्यांना बाहेर कसं काढायचं. मी माझ्या जुनियर अधिकाऱ्यांना म्हटलं तुम्ही बरीच वर्ष इथे आहात सांगा काय करायचं ते. आर्मीला बोलवायचं का? ते नको म्हणाले. आपोआप पूर ओसरेल व येतील बाहेर. कुठेतरी मला सद्गुरूंचे आशीर्वाद आहेत त्यामुळे मी स्वतःच्या मनाने विचार केला की यांचे मी ऐकणार नाही. तिथे मी पहिलाच होतो ज्याने आर्मी आणि एन.डी.आर.एफ.लाही बोलवले होते. दुपारी बोलावले तर ते रात्री १२ वाजता पोहोचले. तोपर्यंत पुराच्या पाण्याने रौद्र रूप धारण केले होते. त्यामध्ये बोट कुणी टाकायची आणि कशी टाकायची असा प्रश्न निर्माण झाला. तेथे आम्ही एसपी, आर्मीचे ऑफिसर्स व एनडीआरएफचे ऑफिसर्स होतो. मला कोणीच सहकार्य करत नव्हते. म्हणून मी डायरेक्ट मुख्यमंत्र्यांनाच फोन लावला. मुख्यमंत्र्यांनी माझा फोन उचलला. त्यांनी सर्व गोष्ट ऐकली व आणि त्यांनी एवढंच सांगितलं “डीसी साब आपको जो मदत चाहिये वो आपको मिलेगी”. त्यानंतर सर्व सिनिअर अधिकाऱ्यांचे फोन यायला लागले. नंतर सद्गुरू कृपेने ५२ च्या ५२ लोक सुखरूप परत आले. मी पहिल्याच पोस्टिंगमध्ये चार महिन्यांचा अनुभव असताना, कोणी मार्गदर्शक नसताना माझी पहिली पोस्टिंग यशस्वी झाली. सद्गुरूंचे माझ्यामागे पाठबळ आहे.

इंग्लिश अधिकारी होते. सहा महिन्यांनंतर पलवल म्हणून एक जिल्हा आहे फरीदाबादच्या शेजारी तेथे माझी बदली झाली. तेथे पहिल्यांदा मी हिंदू-मुस्लिम दंगल हँडल केली. एका रात्री माझी कारही जळाली त्या दंगलीत. पुन्हा जीवनविद्येची शिकवण उपयोगाला आली. कोणावरही गोळीबार न करता, कोणतीही हिंसा न करता त्या दोन्ही समाजांना बसवून समजावून निवडणूका अतिशय शांततेने पार पडल्या. तिथून मग २०१४ ला नवीन सरकार आलं व माझी पोस्टिंग झाली कैथलला. तिथे मी एक वर्ष राहिलो. तिथे परत चांगलं काम केलं. नेहमीच जीवनविद्येच्या ज्ञानाचे पाठबळ असतं ते कामाला आलं. प्रयत्न करत रहा. कुठे ना कुठे तरी त्या प्रयत्नांच यश मिळेलच. राष्ट्रहीत हेच सगळ्यात पुढे आहे. आणि ज्या कामासाठी ही नोकरी मिळाली आहे ते काम केलंच पाहिजे. त्याच्यासाठीच आपल्याला सॅलरी मिळते हे कायम लक्षात ठेवून काम केले.

मी नॅशनल लेवल पर्यंत रायफल शूटिंग खेळलेलो आहे. त्यामुळे प्रत्येक जिल्ह्यामध्ये मी लोकांकडून डोनेशन घेऊन मुलांसाठी छोटेसे क्लब तयार केले. त्यासाठी माझी तक्रारही केली गेली. माझी पुन्हा ट्रान्सफर मेवात जिल्ह्यामध्ये झाली. हरियाणामध्ये पहिल्यांदा फार मोठे दंगे झाले. पूर्ण हरियाणाध्ये दंगलीचं भयानक वातावरण होत. एकटा माझा जिल्हा असा होता व वरचा नॉर्थचा यमुनानगर असेल जिथे काहीच नाही झालं.

सोनीपतला असताना पंतप्रधानांच्या हस्ते ‘बेटी बचाव, बेटी पढाव’ साठी एक अवॉर्ड मिळालं. ते खरतरं सोनीपत जिल्ह्याला मिळालेले अवॉर्ड आहे. माझं एकट्याच नाही. ते टीमवर्क होतं. त्यावेळेस नोटबंदी आली होती. तेव्हा आम्ही ओळखलं होतं की याचा फार मोठा प्रॉब्लेम होणार आहे. आम्ही ठरवलं की डिजिटल पेमेंटची लोकांना सवय लावूया. आम्ही भाजीवाल्यांमध्ये



तिथून माझी पोस्टिंग झाली सहा महिन्यातच अंबाला येथेझाली. जर या जिल्ह्यामध्ये आधी कोण कोण कलेक्टर होते याचा चार्ट बघितला तर असे दिसेल पहिले सर्व

कॉम्पिटिशन ठेवली होती. जो जास्त online transaction करेल त्याला मोबाइल भेट मिळणार. असे करत करत जितक्या भाजी मंडई होत्या तितक्या सगळ्या डिजिटल झाल्या. प्रत्येक भाजीवाल्याकडे पेटीएम किंवा कुठलातरी एक डिजिटल प्लॅटफॉर्म असायचा. लकिली त्यानंतर एक कॅटेगरी घोषित झाली पंतप्रधान अवॉर्डची, 'प्रमोशन ऑफ डिजिटल ट्रान्जॅक्शन' त्या जिल्ह्यात पूर्ण चेकिंग वगैरे झाल्यानंतर मला ते अवॉर्ड मिळालं.



त्यानंतर एक दिवस मला मुख्यमंत्र्यांनी बोलावलं आणि म्हणाले की “आम्हाला चंदीगडला तुमची गरज आहे. तुम्ही या.” “आम्हाला रिक्रूटमेंट करायची आहे.” मी म्हटलं “ठीक आहे, कलेक्टर म्हणून काम करण्याची माझी इच्छा होती ती पूर्ण झाली. जेवढं झालं त्यात मी समाधानी आहे. आता तुम्ही जे म्हणाल, जसं म्हणाल ते काम मी करायला तयार आहे.” त्यानंतर मी 'टाऊन अँड कंट्री प्लॅनिंग', नगर योजना, असा विभाग आहे. अतिशय महत्वाचा विभाग. मुख्यमंत्र्यांचाच असतो तो विभाग. तिथे मागील साडेचार वर्षे काम केलं. सरकार बदललं. इलेक्शन झाली, दुसरं सरकार आलं. वेगवेगळ्या ठिकाणचे सगळे अधिकारी बदलले. पण मी तिथेचं होतो. मुख्यमंत्र्यांना अजिबात इच्छा नव्हती की मला इथून काढावे पण शेवटी साडेचार वर्षांनंतर मीच म्हटलं “याचा इतरांना त्रास होऊ शकतो. बरेच दुश्मन तयार होतात.” ते म्हणाले “ठीक आहे, तुम्ही माझ्या

ऑफिसमध्ये या.” मी त्यांच्या ऑफिसमध्ये सध्या १४ विभाग सांभाळतो आहे. त्यामुळे छान वाटतं. जीवनविद्येची शिकवण घेऊन मी काम करतो. त्यामुळेच मला हा मानसन्मान मिळतो. अतिशय बरं वाटतं आणि जनरली असं होत नाही की दुसऱ्या राज्यातील अधिकारी जरी किती चांगला असला तरी मुख्यमंत्री कार्यालयामध्ये काम करेल.



सद्गुरूंची खूप आठवण येते. माझं जेव्हा सिलेक्शन झालं तेव्हा माझा सत्कार झाला होता. अजून तो फोटो आहे माझ्याकडे. इथे बरेच विद्यार्थी असतील त्यांना जीवनात काय करावं असा प्रश्न पडला असेल. असे नाही की स्पर्धा परिक्षा हेच काहीतरी मोठं आहे. स्पर्धा परिक्षा हे एक करिअर आहे. पण जीवनविद्येचा आपल्याला सांगते कुठलही करिअर, कुठलही क्षेत्र ज्यामध्ये तुम्हाला आवड आहे, त्यामध्ये तुम्ही जा. तिथे टॉपला जा. सद्गुरूंनी सांगितले आहे की, 'टॉप इज नेवर क्राऊडेड'. जो विषय आपल्याला आवडतो, ज्याच्या मध्ये आपल्याला आनंद मिळतो करून ते काम नेहमी चांगलं आणि तेच काम करावं. मी सांगतो किंवा कोणी सांगतो म्हणून नाही. प्रत्येकाचे अनुभव वेगळे आहेत. मी कित्येक जॉब केले. पण ध्येय एकच ठेवलं की मला यूपीएससीच करायचं आहे. कारण माझा स्वतःचा पिंड तशाच प्रकारचा आहे. ही सगळी सद्गुरूंची कृपा आहे. जीवनविद्येची कृपा आहे.

(IAS अधिकारी मकरंद खेतमाळीस यांचे आनंद मेळाव्यातील व्याख्यान)



## अभ्यासासी काही सर्वथा दुष्कर नाही

माझा अभ्यासा विषयीचा अनुभव तुमच्याशी share करीत आहे. माझा Academic Record पहिल्या पासूनच छान होता. इयत्ता ५वी ते १०वी मी नेहमी प्रथम क्रमांकाने उत्तीर्ण झाले. मी कधीच Tuitions ला गेले नव्हते. नंतर मी V.J.T.I. College मधून Electrical Engineering केले. इथपर्यंतच्या प्रवासात मला कधीही कोणत्याही विषयात अपयश आले नव्हते. त्या वेळी ज्या वयात अभ्यास करायचा तसा तो सुरु असल्याने मला काहीच अडचणी आल्या नव्हत्या. नंतर मी IGNOU ( Indira Gandhi National Open University ) मधून BCA (Bachelor Of Computer Applications) ही पदवी प्राप्त केली. ऑगस्ट 2016 मध्ये मी MCA ( Master of Computer Applications ) या विषयासाठी admission घेतले. मी शेवटच्या semester मध्ये पोहोचले, तेव्हा AI (Artificial Intelligence) हा theory subject clear करायचा राहिला होता. याच semester मध्येच मला project करायचे होते. जानेवारी २०१९ ते जून २०१९ असे आमचे semester सुरु होते आणि परीक्षा जुलै २०१९ मध्ये होती. या काळात फेब्रुवारी २०१९ मध्ये माझी तब्येत बिघडली आणि breast cancer चे निदान झाले. यावेळी माझे वय ४८ होते . surgery झाली. मे २०१९ पर्यंत Radiation Therapy Tata Hospital Kharghar येथे सुरु होती. याच semester मध्ये project report submit

करायचा होता पण माझ्या treatment मुळे ते शक्य झाले नाही.

नंतर आम्ही ,मी आणि माझे पती, IGNOU चे Regional Director यांना Special Request केली. त्यांनी special case म्हणून जून २०१९ पर्यंत project report submit करण्याची permission दिली. माझे मन थोडे कच खात होते की कसे काय झेपणार मला हे सगळे. अर्थात तब्येतीमुळे. पण माझे पती खूप ठाम होते की तू हे करू शकणारच. माझे पती सतत हरीपाठ करायचे. मी प्रत्येक परीक्षेच्या वेळी, परीक्षा सुरु व्हायच्या आधी, प्रश्नपत्रिका व उत्तरपत्रिका हातात आली की आधी प्रार्थना म्हणूनच लिहायला सुरुवात करीत असे. माझ्या अंतर्मनाचे पक्का निर्धार केला की कोणत्याही परिस्थितीत हे project successfully complete करून मी जुलैमध्ये viva आणि demonstration देणारच. आपण एकदा ठरविलं की अंतर्मनरुपी सद्गुरू व्यवस्था करतातच. माझा पाचव्या semester चा project partener वैभव याने या individual project साठी खूप मोलाची मदत केली. दिवसभर तो कामात बिझी असायचा. रात्री एक ते तीन यादरम्यान तो मला online राहून guide करायचा. मी नोकरी करत नसल्याने त्या कामात माझा practical कामाशी तसा कमी संबंध होता. सध्याची मुले त्यांच्याच वयाच्या circle मध्ये वावरत असतात. माझ्यापेक्षा निम्या वयाच्या मुलाने वेळात वेळ काढून मला मदत केली. जणू ही व्यवस्था



— अभियान —

विकासाला विवेकाची जोड

संपर्क: आनंद राणे ९९६७०५५५४०

### अभियानाची उद्दिष्टे:

- ✓ संपूर्ण व्यसनमुक्त गाव
- ✓ संपूर्ण अंधश्रद्धामुक्त गाव
- ✓ पर्यावरण स्नेही, स्वच्छ गाव
- ✓ बचतीचे महत्त्व
- ✓ स्त्रीसन्मान व बेटी बचाव-बेटी पढाओ
- ✓ बालसंस्कार, युवासंस्कार व नियमित सत्संग केंद्र स्थापना
- ✓ घर तेथे जीवनविद्या



माझ्यासाठी सदगुरूंनीच केली होती. जुलै २०१९ मध्ये माझी project viva आणि demonstration अतिशय चांगल्या पद्धतीने पार पडले.

या सगळ्या गडबडीत माझा जो एक theory subject राहिला होता त्यात मी second attempt मध्येही पास होऊ शकले नाही. औषधांच्या side effect मुळेही थोडा स्मरणशक्तीचा प्रॉब्लेम झाला होता. कोणत्याही परिस्थितीत मला हा theory paper डिसेंबर २०१९ मध्ये clear करायचा होता. तरच मी MCA ची डिग्री मिळवू शकले असते. मग मी ठरविले की अभ्यासाची पद्धत बदलायची. मी Read करत होते, समजून understand करीत होते, त्या वेळी Remember ही करत होते, पण परीक्षेच्या वेळी ते Reproduce करताना मात्र गडबड व्हायची. आम्हाला प्रत्येक विषयाची १००-१०० पानांची ३-४ पुस्तके असायची. मी Ready Made Solution कधीही वापरले नाहीत. स्वतः वाचून उत्तरे शोधायची. पूर्वीचे question papers शोधून त्यातले question-answers दोन वेळा बघून लिहून काढले व नंतर एक वेळ ते न बघता लिहून काढले. या पद्धतीने अभ्यास केल्यामुळे परीक्षेच्या वेळी मला खूप फायदा झाला. अट्टाहासाने Reproduce केल्यामुळे मला खूप छान यश मिळाले आणि मी MCA ची डिग्री मिळवू शकले. 3-R Formula ही पद्धत कोणत्याही वयात खूप उपयुक्त आहे.

नोव्हेंबर २०१९ मध्ये घणसोली येथे दिव्यस्मरण महोत्सवात मी प्रल्हाद दादांकडून अनुग्रह घेतला. माझी परीक्षा डिसेंबर २०१९ मध्ये होती. फेब्रुवारी २०२० मध्ये माझा रिझल्ट लागला. नंतरची दोन वर्षे COVID मध्येच गेली. या काळात IGNOU चे परीक्षांचे Time-Table च बिघडले होते. पण सदगुरू कृपेने मला COVID ची आपत्ती सुरू होण्याआधीच परीक्षा द्यायला मिळाली आणि MCA ची डिग्री प्राप्त झाली. All Credit Goes To Jeevan Vidya knowledge

समृद्धी राजेंद्र पारकर, नवी मुंबई,  
८१०८८ ४३१३१



**आदरणीय आ. लक्ष्मणभाऊ जगताप**

सदगुरूंचा एक निस्सीम भक्त हरवला.

आपल्या परिसरातील प्रत्येक माणूस सुखी व्हावा या उद्देशाने सदगुरू श्री वामनराव पै यांचे जीवनविद्येचे क्रांतिकारक विचार समाजापर्यंत पोहोचाविण्यासाठी जीवनविद्या मिशनला सर्वतोपरी व सातत्याने तन-मन-धनाने आमदार श्री. लक्ष्मणभाऊंनी सहकार्य केले

त्यांच्या नेतृत्वाखालीच सदगुरू श्री वामनराव पै यांचा भव्य आणि दिव्य समाज प्रबोधन महोत्सव आपल्या सांगवी भागामध्ये संपन्न झाला विश्वाच्या कल्याणासाठी जीवनविद्या मिशनने उभारलेल्या जीवनविद्या ज्ञानपीठासाठी त्यांचे योगदान व मार्गदर्शन हे अनमोल होते.

आमदार श्री. लक्ष्मणभाऊंना सदगुरूंचे विशेष प्रेम लाभले होते. सदगुरू श्री वामनराव पै म्हणत की, लक्ष्मण रामाच्या प्रेमात होता पण मी या लक्ष्मणाच्या प्रेमात पडलो.

सतत हसतमुख असणारे सदगुरूनिष्ठ भाऊ हा जीवनविद्या मिशनचा एक मजबूत खांब होता. सदगुरूंवर निस्सीम प्रेम करणारा आमचा एक गुरुबंधू हरपला, याचे अत्यंत तीव्र दुःख आम्हां सर्व नामधारकांना होत आहे.

तमाम जीवनविद्या परिवाराच्यावतीने  
भावपूर्ण श्रद्धांजली...



## संस्कार कथा...

हरबा जंगलाच्या बाजूला एका गावात रहात होता. तो दररोज जंगलात जाऊन काही औषधी वनस्पती गोळा करायचा आणि बाजारात नेऊन विकायचा. त्याला त्या औषधी वनस्पतींबद्दल बरंच ज्ञान होतं. त्यांचा तो पिढीजात व्यवसाय असल्याने त्याच्या आजोबा आणि वडिलांकडून ते ज्ञान त्याला मिळाले होते. पण कधी कोणी वैद्यबुवा बाजारात आले तरच त्याच्या सगळ्या औषधी विकल्या जायच्या. नाही तर फारसं कुणी ग्राहक येत नसे. त्यामुळे तशी घरची परिस्थिती बेताचीच होती.

एकदा हरबा नेहमीप्रमाणे जंगलात गेला होता. तेव्हा त्याला एक व्यक्ती बेशुद्ध अवस्थेत आढळून आली. ती व्यक्ती घोड्यावरून खाली पडून जखमी झाली होती. हरबा त्यांना आपल्या घरी नेतो आणि त्यांची सेवा-शुश्रूषा करतो तसेच त्याच्याजवळील काही औषधे देतो. त्यामुळे त्या व्यक्तीला लगेच बरे वाटते आणि तो निघून जातो.

दुसऱ्या दिवशी राजाचे शिपाई हरबाच्या घरी येतात. हरबा घाबरतो. त्याला वाटते जंगलातून औषधी वनस्पती नेऊन विकतो म्हणून चौकशी करण्यासाठी राजाने शिपाई पाठवलेत. पण ते शिपाई म्हणतात, "घाबरू नका, काल तुम्ही महाराजांचा जीव वाचवला. आम्ही त्यांचा निरोप घेऊन आलोय. दोन दिवसांनी तुम्हाला राजदरबारात बोलवलयं."

हरबाला खूप आनंद होतो. महाराजांनी बोलवलयं म्हणजे ते नक्कीच काही तरी बक्षिस देणार. काय हवे ते माग. असे त्यांनी विचारले तर काय सांगावे बरे! तो विचारात पडला. त्याची बायको म्हणाली, "माझ्यासाठी एक सोन्याचा दागिना मागा." मुलगा म्हणाला, "औषधांचा व्यवसाय मोठा करण्यासाठी हे जंगलच बक्षिस म्हणून मागा."

राजाच्या भेटीचा दिवस येतो. बायकोने सांगितले ते राजाकडे मागावे की मुलाने सांगितलेले मागावे असा विचार करत करत हरबा राजाच्या दरबाराच्या दिशेने जात असतो. वाटेत त्याला गावातील एक जाणकार व्यक्ती भेटते. त्यांनी कुठे चालला असे विचारल्यावर हरबा सर्व हकीकत त्यांना सांगितो. ते म्हणतात, "तू काहीही मागू नकोस. फक्त इतकेच म्हण की मी माणुसकीच्या नात्याने तुमचा जीव वाचवला. काही तरी माग असा आग्रह राजा करणारच. तेव्हा सांग की मी तुमच्याकडे कसं मागणार कारण तुम्ही आमचे राजे आहात. पण तुम्ही आग्रह करतच आहात तर मी केलेल्या कामाला अनुसरून तुम्हाला योग्य वाटेल ते द्या." हरबा दरबारात गेल्यावर राजाला तसेच सांगतो. राजाचा जीव वाचवला म्हणजे त्याने खूप मोठे काम केले होते. देणाराही राजा होता. त्यामुळे राजा त्याला भरपूर संपत्ती देतो. त्याशिवाय हरबाला औषधी वनस्पतींची माहिती असते म्हणून राजा त्याला जंगलातील औषधी वनस्पतींचे संवर्धन आणि जतन करण्याचे काम देतो. त्यासाठी काही माणसं त्याच्या हाताखाली नेमली जातात. या कामाचा हरबाला चांगला मोबदला मिळू लागतो.

ती जाणकार व्यक्ती भेटली नसती हरबा काय मागणार होता एखादा दागिना नाही तर ते छोटंसं जंगल! म्हणजे आहे त्या आयुष्यात काही फरक पडला नसता. पण योग्य व्यक्तीच्या मार्गदर्शनामुळे त्याला इतकं मोठं बक्षिस मिळालं. त्याशिवाय त्याला मानमरातबही मिळाला.

गोष्टीचे तात्पर्य : आपल्या जीवनात प्रगती साधण्यासाठी नेमके काय करायला हवे ते ठरविण्यासाठी ज्ञान आणि मार्गदर्शन यांची नितांत आवश्यकता असते.

कथा लेखन -

अनिता सुनील मोरे, सी.बी.डी. बेलापूर

९९६७९६६१५०

## विज्ञान आणि मानवी जीवन

आजचे युग हे 'विज्ञान युग' आहे. आज दैनंदिन जीवन जगत असताना आपण विज्ञानाचा वापर करत असतो. लाईट, पंखा, वाहन इ. या सर्व गोष्टींची निर्मिती विज्ञानामुळेच झाली आहे. आपण पूर्णपणे विज्ञानावर अवलंबून राहतो. त्यामुळे विज्ञान आपल्या जीवनाचा अविभाज्य घटक झाला आहे. विज्ञान ही मानवाची निर्मिती आहे. मानवाने विज्ञानाच्या साहाय्याने स्वतःची आणि देशाची प्रगती केली आहे. विज्ञानाच्या साहाय्याने मानवाने चंद्रावर सुद्धा पाऊल ठेवले आहे. आज असे एकही क्षेत्र नाही की जेथे विज्ञानाने प्रवेश केला नाही. मानवी जीवन आरामदायक आणि सुखरूप करण्यात विज्ञानाचा महत्वाचा वाटा आहे. विज्ञानामुळे मोबाईल, टीव्ही, कॉम्प्युटर, इंटरनेट या उपकरणांचा शोध लागला. ज्यामुळे संपूर्ण जग एकत्र जोडले गेले. विज्ञानामुळे रोगनिदान करण्यासाठी औषध बनवणे शक्य झाले. रोगावर उपचार करणे तसेच शस्त्रक्रिया करणेसुद्धा सोपे झाले.

विज्ञानाच्या वापरामुळे देश अधिकाधिक समृद्ध होत चालला आहे. मानवाच्या व्यक्तिगत जीवनाप्रमाणेच इतर क्षेत्रातही विज्ञानाने मोलाची कामगिरी केली आहे. मग ते कृषी क्षेत्र असो अथवा औद्योगिक क्षेत्र. विज्ञानाच्या जोरावर सर्वसामान्यांचे जीवन गतिमान झाले आहे. विज्ञानाच्या दैनंदिन वापरामुळे मानवाचा वेळ आणि श्रम दोन्ही गोष्टी वाचतात. मानवी जीवन आणि विज्ञान ह्या एकाच नाण्याच्या दोन बाजू आहेत. मानवाच्या दैनंदिन जीवनापासून विज्ञानाला दूर करता येऊ शकत नाही.

स्पर्धकाचे - दिपीका परमार,  
गट - ब, बालसंस्कार केंद्र - नालासोपारा

## Real Independence

Our great freedom fighters have fought the Britishers to free us from their unrightful rule. As Rabin-dranath Tagore wrote in his poem "Where the mind is without fear", he wishes for a heaven of freedom, where there is not only political & economic freedom, but also freedom of mind, where everyone are free from superstitions and social evils. Although we have our constitutional rights, social evils still lurks our minds. Superstitions are one of the major problems because of which our country lacks behind.

India will not be truly independent until we think about our country's success and a way to take our country and ourselves to the top. Every citizen of India should come together and remove the negative thinking from their minds. We should study and work harder so that our country will become number one. I'm proud of my country and I will make it proud too by working hard in my studies.

Name - Yatish Kiran Chipkar  
Group - B  
Bal Sanskar kendra - Vile Parle



## घन कचरा निर्मूलन

२०१८ पासून महाराष्ट्र एकूण पाच कार्यशाळा कंपोस्ट खत गांडूळ खत तयार करण्यास उद्युक्त करणे ओला सुका कचरा विलगीकरण ओला कचरा वेगळा करून त्यातून सेंद्रिय खत निर्मिती करण्याचे मार्गदर्शन केले जाते ई-कचरा विलगीकरण प्लास्टिक विलगीकरण प्लास्टिकला पर्याय सुचविणे व पर्यावरण हानीसंबंधी जागरूकता निर्माण करणे पर्यावरण पूरक वस्तू वापरण्याबद्दल मार्गदर्शन व प्रदर्शन भरविणे २०२१ सांगली महाराष्ट्र एकूण महा कार्यशाळा



## खरे स्वातंत्र्य

स्वातंत्र्य ह्या शब्दाचा अर्थ खूप मोठा आहे . स्वतंत्र राहणे म्हणजेच स्वातंत्र्य नव्हे, तर आपले विचार मोकळेपणाने सर्वासमोर मांडणे , दुसऱ्यांच्या विचाराचा आदर करणे, दुसऱ्यांच्या भावना समजून घेणे या सर्वांचा अर्थ स्वातंत्र्य असा होतो. देशाला स्वातंत्र्य मिळवून देण्यासाठी कितीतरी क्रांतीकारक शहीद झाले. आपल्याला त्या सर्व क्रांतीकारकांशी कृतज्ञ राहायला हवे. त्यांनी आपल्याला खरे स्वातंत्र्य मिळवून दिले. जीवाची पर्वा न करता देशासाठी ते नेहमी लढत राहिले. त्यांच्यामुळेच आपण आज स्वतंत्र राहत आहोत, मोकळेपणाने वागत आहोत. अशा या सर्व क्रांतीकारकांना माझा कोटी कोटी नमस्कार!

हे वर्ष आपल्या देशासाठी खूप खास आहे. ह्या वर्षाच्या १५ ऑगस्टला, आपल्याला स्वातंत्र्य मिळून ७५ पूर्ण झाली आहेत. म्हणूनच आपले माननीय पंतप्रधान यांनी हे वर्ष साजरा करायचे ठरवले, त्या निमित्ताने 'हर घर तिरंगा' ही मोहीम राबवली आहे. आमच्या शाळेतही ह्या शुभ प्रसंगी ३ ऑगस्ट ते १३ ऑगस्ट २०२२ पर्यंत देशभक्ती गीते गायली गेली. हे वर्ष स्वातंत्र्याचा अमृतमहोत्सव म्हणून सर्वांनी साजरे केले.

ह्या स्वतंत्र भारतात प्रत्येक जण स्वतंत्र राहूनही एकमेकांना कळत नकळत मदत करत आहे हे खरंच सत्य आहे. आपण स्वतंत्र राहत आहोत ही आनंदाची गोष्ट आहे, पण अजूनही काही गावात, काही प्रदेशात लोक कुप्रथा, अंधश्रद्धा आणि अशा अनेक गोष्टींच्या बंधनात लोक अडकलेले आहेत. माझी अशी ईश्वरचरणी प्रार्थना आहे की हे सर्व लोक अशा बंधानातून सुटून एक स्वातंत्र्य जीवन जगायला शिकू देत.

स्वतंत्र राहूनही जो नागरिक कायद्यांचे पालन करतो, ज्यांच्यामुळे कोणालाही त्रास होत नाही, तोच खरा या देशाचा नागरिक आहे. आणि सर्वांनी असेच रहावे असे मला वाटते. आपली प्रत्येक कृती ही राष्ट्रहिताची असावी. हे राष्ट्र आपल्या सर्वांचे आहे, एक नागरिक म्हणून आपल्या देशाच्या प्रगतीसाठी आपले योगदान असायला हवे. राष्ट्रहिताचे कार्य करताना आपल्याला हया ओळी हमखास आठवणाऱ्या आहेत.,

सारे जहाँ से अच्छा हिंदुस्तान हमारा ।।

नाव: प्रतिक्षा पुंडलिक खोत

गट - ब बालसंस्कार केंद्र - अप्पापाडा  
मालाड पू.

## My Contribution towards National Progress My Vision For India 2047

My vision for India in 2047 is an environment friendly clean and healthy India . My vision is to see India as an perfect nation for all other countries. In the next 25 years, urban India will be having vertical gardens built everywhere. Aero-planes will be made up of plastic and reusable metals. There will be no chemical fertilizers used in soil. Cycles will be made up of bamboo. People will be willing to make honey combs at there terrace as honey bees are very important for pollution and for the same training will be filled with greenary, everywhere fresh air with less pollution in the air. Animal and their forest won't be harmed. There will be more forests for animals. Everything will be recycled, reused and reduced. Common people will be allowed to visit other planets and use those in less quantity. Metals found over there will be used for making various things. People will be careful about using water. As more forests will be there more rain will be there and rain harvesting will start. People will be more conscious for saving water.

People will get aware about this. We and whole world will observe a nation so strong yet so joined together.

Name - **Aarushi Wadghane.**

Group - B

JVM character building classes  
(English)

## माणूस आणि विज्ञान

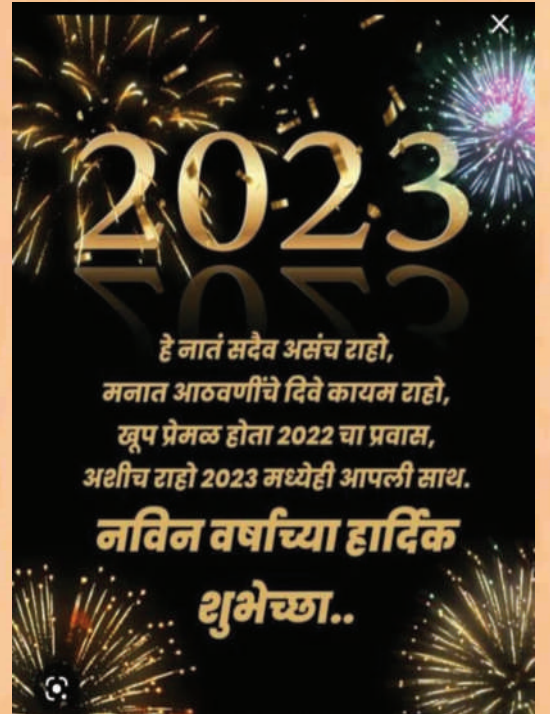
मानवाचा इतिहास हा त्याच्या भौतिक प्रगतीचाही इतिहास आहे. निसर्गातील कोणताही सजीव अधिक सुखदायक परिस्थिती प्राप्त करण्याचा सतत प्रयत्न करीत असतो. माणूस हा निसर्गातील सर्वात बुद्धिमान सजीव आहे. त्यामुळे तो तर हा प्रयत्न सजगपणे, विचारपूर्वक करतो. वर्षानुवर्ष आणि पिढ्यान्पिढ्या मानवाने अनुभवांच्या आणि निरीक्षणांच्या आधारे सुखाचा शोध घेतला. गरज ही संशोधनाची जननी असते. मानवाला विज्ञानाचे पंख लाभले आणि त्याने गगनभरारी घेतली. सुरवातीला माणसाला अग्नी निर्माण करता येऊ लागली. त्यांचे खाद्यजीवन सुधारले. चाकाचा शोध लागला. आणि मानवाला गती मिळाली. धातूंचा शोध लागला. नव्यानव्या वैज्ञानिक शोधाचा उपयोग वेगवेगळ्या मानवसमूहाला होऊ लागला. धान्य निर्मितीचे प्रयोग सुरू झाले. वस्त्र प्रारवणे वापरणे आवश्यक झाले. माणसाची घरे आधुनिक झाली. माणूस समूहप्रिय असल्यामुळे विचारांची देवाणघेवाण करू लागला.

एकोणिसाव्या शतकात कारखानदारी वाढली. विसाव्या शतकात मानवी जीवन अधिकच यंत्रवत झाले. विसाव्या शतकात उत्तरार्धात तर विज्ञानाची प्रगती आश्चर्यकारक वेगाने होत गेली. आज सगळे जग जणू एक झाले आहे. मानवी संपर्क व्यवस्थेत क्रांती झाली आहे. त्रसंगणकाचे अधिराज्य प्रस्थापित झाले आहे. इंटरनेटमुळे कोणताही माहिती क्षणार्धात मिळू लागली आहे. वाहनांचा वेग वाढला आहे. अर्थव्यवहार झपाट्याने करता येत आहेत. नवनवीन औषधांमुळे विविध रोगांवर नियंत्रण आहे आहे. बालमृत्यूचे प्रमाण घटले आहे.

मानवाचे सरासरी आयुष्यमानही वाढलेले आहे.

पण विज्ञानाने मानव सुखी झाला काय? या प्रश्नाचे ठामपणे होकारार्थी उत्तर देता येत नाही. विज्ञानमुळे भौतिक सुखे जरूर मिळाली, पण अंतिम सुख मानवजातीला मिळालेले नाही. शांततामय सह अस्तित्व आणि पर्यावरण - रक्षण यातून मानवाला अंतिम सुख लाभणार आहे. त्यासाठी विज्ञानाला ख्रिस्त- बुद्धांच्या करुणेची जोड द्यायला हवी. 'मज लोभास हा इहलोक हवा' या कवितेत बा.भ.बोरकरांनी एक सुंदर विचार नोंदवला आहे. सुखी होण्यासाठी मानवाला विज्ञानाची मदत घ्यायलाच हवी, पण करुणा आणि कर्तव्य यांना विसरून चालणार नाही. विज्ञान थोर आहे, पण करुणा आणि कर्तव्य ही मूल्ये त्याहून थोर आहेत.

स्पर्धकाचे नाव - शर्वरी मंगेश वडये  
गट - ब बालसंस्कार केंद्र -  
सुभाषनगर, चेंबूर





## इस्त्रोच्या मार्गावर....

माहिम अभ्यास वर्गातील अभ्यासू व जेष्ठ नामधारक सौ.अपर्णा ताई मोरे यांची नात कु. किमया अनुप मोरे. ही इंडियन स्पेस सायन्स ऑलंपियाड (ISSO) या परीक्षेत महाराष्ट्रातून पहिली व भारतातून दहावी आली आहे तिचे खूप खूप कौतुक. ही परीक्षा (Indian space science organisation) ISRO ने आयोजित केली होती.

जीवनविद्या मिशन परिवाराच्यावतीने किमया व तिच्या परिवाराचे ही अभिनंदन व पुढील वाटचालीस खूप खूप शुभेच्छा.



## स्नेहप्रकाश

कला कृष्ण कवठूर

जीवनविद्या मिशनच्या नावधारकांच्या कन्येची अनोखी 'किमया' आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

मुंबई (प्रतिनिधी) : जीवनविद्या मिशनचे परब पंचोले नामधारक अनुप मोरे यांची कन्या किमया ही सातवीत शिक्षणरीत्या विद्यार्थिनी अनुप, तिने आयएसओ इंडियन स्पेस ऑलंपियाड-२०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक



शब्दांना सत्याची धार  
**प्रहार**

मुंबई, बुधवार, दि. ४ जानेवारी २०२३

## जीवनविद्या मिशनच्या नामधारकांच्या कन्येची अनोखी 'किमया'

मुंबई (प्रतिनिधी) : जीवनविद्या मिशनचे परब पंचोले नामधारक अनुप मोरे यांची कन्या किमया ही सातवीत शिक्षणरीत्या विद्यार्थिनी अनुप, तिने आयएसओ इंडियन स्पेस ऑलंपियाड-२०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक



## वृत्तमानस

मुंबई वार्ता २२ जानेवारी २०२३

## आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक



## आपले साम्राज्य

मुंबई ४ जानेवारी २०२३

## जीवनविद्या मिशनच्या नामधारकांच्या कन्येची अनोखी 'किमया' ; आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक



मुंबई (प्रतिनिधी) : जीवनविद्या मिशनचे परब पंचोले नामधारक अनुप मोरे यांची कन्या किमया ही सातवीत शिक्षणरीत्या विद्यार्थिनी अनुप, तिने आयएसओ इंडियन स्पेस ऑलंपियाड-२०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

आय एस ओ इंडिया स्पेस ऑलंपियाड २०२२ स्पर्धेत किमया अनुप मोरेने पदकावले प्रथम पारितोषिक

माझी नात व नामधारक यती अनुप मोरे यांची सुकन्या किमया अनुप मोरे इयत्ता ७ वी हीचे ISRO परीक्षेत टॉप महाराष्ट्रात प्रथम आली त्यासाठी आपण सर्वांनी खूप खूप मनापासून शुभेच्छा दिल्या तिचे खूप खूप कौतुक केले शुभाशीर्वाद दिले त्यासाठी मी आपणा सर्वांची खूप खूप मनापासून कृतज्ञता व्यक्त करते.

सद्गुरू चरणी प्रार्थना करते की सर्वांची मुलं नातवंडं टॉपला जाऊ दे, सर्वांना खूप खूप यश दे, उत्तम आरोग्य, शिक्षण, जीवन विद्येचे संस्कार लाभू दे हीच सद्गुरू चरणी नतमस्तक होऊन प्रार्थना करते आणि पुन्हा एकदा आपल्या सर्वांची कृतज्ञता व्यक्त करते.

अपर्णा मोरे, परेल  
९६१९३८०५५५



कोरेगांवच्या चॅलेंज अॅकॅडमीची विद्यार्थिनी

‘श्रद्धा धनंजय नलावडे’

हिने १२९ देशांचा समावेश असलेल्या  
पिकासो क्रिएटिव्ह या आंतरराष्ट्रीय संस्थेच्या  
चित्रकला स्पर्धेत घवघवीत यश मिळवून तिची  
‘आंतरराष्ट्रीय स्टार आर्टिस्ट अवॉर्डसाठी’  
निवड झाल्याबद्दल हार्दिक अभिनंदन !

हार्दिक  
अभिनंदन

जेष्ठ नामधारक श्री. भाऊसाहेब नलावडे आणि सौ. विमलताई नलावडे यांची नात कु. श्रद्धा हिने काढलेल्या चित्राची आंतरराष्ट्रीय स्टार आर्टिस्ट अवॉर्डसाठी निवड झाली आहे. महाराष्ट्रातून केवळ दोनच जणांची निवड झाली त्यात श्रद्धाच्या चित्राची निवड करण्यात आली आहे. सातारा-कोरेगाव येथील धनसंतोष वृत्तपत्राचे संपादक श्री. नलावडे यांच्या परिवारासाठी ही फार गौरवास्पद गोष्ट आहे. कु. श्रद्धा ही जीवनविद्या मिशन संचालित 'स्वानंद बालसंस्कार केंद्र, कोरेगांव' या संस्कार वर्गातील विद्यार्थिनी आहे. बालसंस्कार केंद्रात शिकवली जाणारी 'सर्वांचे भले कर' ही साधना आणि विश्वप्रार्थना तसेच सर्वांची मुले टॉपला जाऊ दे म्हणतो त्याचाच परिणाम म्हणून श्रद्धाला हे यश मिळालेले आहे असा नलावडे यांना वाटते.

जीवनविद्येचा हिरा सदगुरूंचा सत् साधक आई वडिलांचे नाव रोशन करणारे आपली प्रत्येक कृती राष्ट्र हिताची, विश्व शांतीची जीवनविद्येचे ब्रीद वाक्य स्मरणात ठेऊन जीवनविद्येचे नामधारक मनिष गार्डी, यांस Doctor Of philosophy (ph.d) पदवी प्राप्त केली. खुप खुप अभिनंदन..



जीवनविद्येचे नामधारक मनिष  
गार्डी यांस Doctor Of philosophy  
( Ph.d) पदवी प्राप्त.  
Subject ... Computer Science and  
Engineering



पत्रकारितेतील विशेष योगदानाबद्दल श्री. भाऊसाहेब नलावडे व सौ विमलताई नलावडे यांना 'राजधानी सातारा गौरव पुरस्कार २०२३' प्रदान करण्यात आला. जीवनविद्येच्या ज्ञानाचा प्रचार प्रसार करण्याच्यात सदैव तत्पर असणाऱ्या नलावडे कुटुंबियांचे जीवनविद्या मिशन परिवारातर्फे मनःपूर्वक अभिनंदन.







सानवी कुंभार , बोरीवली



गौरवी पवार, सर्वोदय नगर



ईश्वरी निलेश अतेकर, चारकोप



पार्थ चिंतामणी तर्फे , वाघोली,पुणे



रितिका संतोषराव वाघमारे , अचलपूर

## स्वागत नववर्षाचे...

नववर्ष येत आहे, जन्मशताब्दी सदगुरूंची..  
आठवण राहू द्या, वचन दिल्या शब्दांची..

सोने केले जीवन, माझे आणि सर्वांचे..  
ऐसे सदगुरू महान, स्मरण करूया त्यांचे..

स्मरण त्या ज्ञानाचा, स्मरण शहाणपणाचा..  
स्मरण आनंद वाटण्याचा, त्यातून गुरुदक्षिणा देण्याचा..

नववर्ष पै वर्ष म्हणोनि, आपण साजरा करूया..  
एकमेकास सुख देत, सुखद जीवन जगूया..

क्षणो क्षणी नित्य, हरिपाठ नामस्मरण करूया..  
काम करता प्रामाणिक राहून, विश्वप्रार्थना मनात धरूया..

**सत्यनारायण, साकीनाका**  
९३२६९६५०८९

## उखाणे....

□ जग सुखी तर मी सुखी, पै देवाने शिकवले  
\* संगे संसारात, नंदनवन फुलले

□ सुखी संसार परमार्थ खरा, शुभविचार शुभकर्म करा  
\* आणि \* संसाराला जीवनविद्येचा आधार खरा

□ शुभचिंतन शुभविचार, सुखी जीवनाचे सुत्र  
पै सदगुरूंच्या कृपेने, रंगले आमचे सुखी संसारचित्र

□ \*घातले मंगळसुत्र, सौभाग्याचा आहेर  
सदगुरूमाईच्या छायेत, विसावले माझे माहेर

□ तूच तुझ्या जीवनाचा शिल्पकार  
सांगतात पै सदगुरू विश्वप्रार्थना मुखी धरून  
झाला आमचा संसार सुरू

**तृप्ती दळवी, सांगली,**  
८०८७०१०९३५

## जीवना आधार...

सुख शोधायला, उगाच हिंडलो,  
होतो वेडावलो, .... सुखासाठी (१)

हिंडता हिंडता, सदगुरू भेटले,  
मन स्थिर झाले, .... पै चरणी (२)

जीवनाची विद्या, मनात भिनली,  
सुखाची सावली, .... सर्वक्षणी (३)

चंचल मनात, दुखाचे आगर,  
सुखाचा सागर, .... स्थिर मनी. (४)

पै सदगुरूंचे, अमृततुषार,  
जीवना आधार, .... अनमोल. (५)

**अरविंद**  
९४२२७७९१५९

## जीवन हे गोड ....

मन करू रिते सदगुरूंच्या पायी  
विरोनिया जायी सुखासुखी ॥१॥

फिरू द्यावे मना सदगुरू भोवती  
मंदावेल गती आपोआप ॥२॥

मनासी लावावी सदगुरूंची प्रीती  
अनुभव येती सहजची ॥३॥

मनासी ह्या द्वाड लावा पैगुरू वेड  
जीवन हे गोड आपसुक ॥४॥

जगदीश बोद्रे, वसई  
८६०५६७२२७७



# प्रश्न तुमचा

## उत्तर प्रल्हाददादांचे

प्रश्न : परमेश्वराचे सगुण स्वरूप स्पष्ट कराल का ?  
 उत्तर: परमेश्वराचे स्वरूप हे निर्गुण स्वरूप, सगुण स्वरूप आणि सगुण-साकार स्वरूप अशा तीन प्रकारे असते. सच्चिदानंद स्वरूप हे सगुण स्वरूप आहे आणि ते जेव्हा उपाधी धारण करते तेव्हा ते सगुण-साकार स्वरूप होते. आपले स्वरूप हे सगुण-साकार आहे. निर्गुण स्वरूप हे आपल्या कक्षेच्या बाहेर आहे. ते कुणालाच आकळता येत नाही. निर्गुण-निराकार परमेश्वरच स्फुरतो आणि आकार घेतो म्हणजेच साकार होतो. निर्गुण स्वरूप संतांनाही समजलेले नाही. सगुण-साकार स्वरूप मात्र आपल्याला अनुभवता येते. या सगुण स्वरूपात सत्, चित आणि आनंद हे तीनही भाग आहेत. चित किंवा जाणीव हे त्याचे रूप आहे. शुद्ध जाणीव आणि शुद्ध नेणीव या स्वरूपात जाणीव नांदते. अखंड विश्वाच्या निर्मितीचे कार्य शुद्ध जाणीवेच्या अधिष्ठानावर शुद्ध नेणीवेच्याद्वारे नेणीवपूर्वक सातत्याने होत असते. विश्वनिर्मिती नेणीवपूर्वक होत असते. शुद्ध जाणीवेचा पाया निसर्गनियमांवर आधारीत आहे. शुद्ध जाणीव आहे म्हणून विश्वनिर्मिती होत असली तरी ती स्वतः करीत नाही. जे होत आहे ते नेणीवपूर्वक, स्वयंचलित पद्धतीने होत आहे. विश्वनिर्मिती हे नेणीवेचे काम आहे हा सद्गुरूंचा सर्वात मोठा आणि महान शोध आहे. परमेश्वर विश्वनिर्मिती करत नाही तर त्याच्याकडून ती स्वयंचलित रीतीने होत असते. जाणीव हे त्याचे अधिष्ठान आहे व शक्ती हा त्याचा गाभा आहे. परिस्थितीनुसार ही निर्मिती automatically होत असते. सद्गुरू यासाठी अंगावरच्या केसांचे उदाहरण देतात. अंगावर असंख्य केस येतात काही गळून पडतात आणि पुन्हा नवीन केस

येतात. तसेच विश्वनिर्मितीचे आहे. ही प्रक्रिया स्वयंचलित, आपोआप चालूच असते. या प्रक्रियेची आपल्याला जाणीवही होत नाही.

लोकांचा असा गैरसमज आहे की सोळा सोमवार केले कर्मकांडे केली की आपली इच्छा पूर्ण होईल. पण तसे काहीच घडू शकत नाही कारण परमेश्वर जाणीवपूर्वक काहीच करत नाही. परमेश्वर कृपा किंवा कोप करत नाही. जे काही होते ते निसर्गनियमांप्रमाणे automatically नेणीवपूर्वक होते. निसर्गनियम असंख्य आहेत. सर्वच निसर्गनियमांची आपल्याला कल्पनाही नाही. एक पाश्यात्य फिलॉसॉफर म्हणतो की जीवनात काहीच निश्चित नाही. जे काही चाललेले आहे ते सर्व अनिश्चित आहे. सद्गुरूंनी त्याचे हे विधान खोडून काढले आहे. सद्गुरू सांगतात की प्रत्येक ठिकाणी व्यवस्था आहे आणि ही व्यवस्था निसर्गनियमांप्रमाणेच चालते, तसेच ही व्यवस्था पद्धतशीर आहे. बाळ जन्माला येणार ते मुलगा की मुलगी हे सांगता येत नाही पण पद्धतशीर व्यवस्था काय तर जगातील लोकसंख्या पाहिली की कळते की जितके मुलगे जन्माला येतात तितक्याच मुलीही जन्माला आलेल्या आहेत. परमेश्वराच्या या विश्वनिर्मितीत पद्धतशीर व्यवस्था आहे हे दाखविणारे श्री सद्गुरू हे पहिले विश्वसंत आहेत.

शुद्ध नेणीवेला divine intuition किंवा दिव्य प्रतिभाज्ञान असे म्हटलेले आहे. इथे जाणीवेचा संबंध नाही. माणसाच्या ठिकाणी जे intuition असते ते सामान्य असते. सामान्य असली तरीसुद्धा ती दिव्य intuition आहे. जिच्यामुळे लोकांना सिध्दी प्राप्त होतात. काही गणितज्ञ नुसते गणित पाहून उत्तर सांगतात. त्यांना ते सोडविण्याची गरजच पडत नसते. पण अशा प्रकारच्या सिध्दींना मर्यादा असतात. जशा त्या येतात तशा त्या

जातात सुध्दा. दिव्य intuition चे मात्र तसे नाही तिची क्षमता अमर्याद आहे. विश्वनिर्मितीचे कार्य दिव्य intuition कडून आपोआप होत असते. आपल्या ठिकाणी जे आहे तेच परमेश्वराच्या ठिकाणीसुध्दा आहे. आपल्या ठिकाणी जसे जाणीव-नेणीव किंवा बहिर्मान-अंतर्मन आहे तसेच परमेश्वराच्या ठिकाणी शुध्द जाणीव आणि शुध्द नेणीव आहे. जगातील सर्व शोध intuition नेच लागतात. जाणीवेने भान घेता घेता एक दिवस अचानक आपल्याला क्लिक होते आणि शोध लागतात. प्रतिभाज्ञान हे खूप महत्वाचे ज्ञान आहे आणि त्यावर विश्वनिर्मितीचे कार्य चालू आहे. परमेश्वराने जाणीवपूर्वक काहीही न केल्यामुळे कृपा किंवा कोप करण्याचा प्रश्नच उद्भवत नाही.

स्वप्नसृष्टी ही सुध्दा नेणीवपूर्वक होत असते. स्वप्ने आपोआप पडत असतात. स्वप्ने जशी आपण जाणीवपूर्वक निर्माण करत नाही तसेच परमेश्वराकडून विश्वनिर्मितीचे कार्य आपोआप होत असते.

### प्रश्न: मोक्षाची संकल्पना योग्य आहे का ?

उत्तर: जन्म मरणातून सुटका म्हणजे मोक्ष असा लोकांचा गैरसमज आहे. आत्मज्ञान होणे म्हणजे मोक्ष. आत्मज्ञान झाले की साक्षात्कार होतो. आत्मज्ञान झाले की 'आपण कोण?' हे समजते आणि आपल्या जीवनाचे गणित सुटते. आपल्या जीवनाचे गणित सुटले म्हणजे मोक्ष मिळाला. तरीही इतरांना ज्ञान देण्यासाठी, त्यांना मोक्ष मिळवून देण्यासाठी पुन्हा पुन्हा जन्म घेतो. सद् गुरू असेच जन्माला आले ते म्हणजे आपल्याला ज्ञान देण्यासाठी आणि गैरसमजातून, अज्ञानातून आपली सुटका करण्यासाठी. आपण कोण हेच आपण विसरलेलो आहेत याचे ज्ञान देण्यासाठी.

### My stunner experience during Saudi, Jeddah ICIS Conference.

I am sharing my stunner experience during the conference. How positive, harmonious thoughts and good wishes can resolve any challenge.

It all started when I was not able to get Saudi Arabian Visa due to limited time on hand. I got information that the person with UK visa and who has travelled can get visa on arrival in Saudi. So, I planned to opt for visa on arrival during this time. I want to thank with gratitude to my management which booked the business flight ticket which helped to get my visa on arrival with ease. That too in a few minutes with just a minor check. All because of the harmonious thoughts and good wishes which I was chanting continuously during my travel.



Further when I reached the hotel and waited in the queue to check in, my chanting never stopped. After the check in procedure is done I well-wished the manager by saying, "God bless you with good health, wealth and prosperity" After listening those words the manager was so delighted and he said to me, "Inshallah, I am really delighted. This is the first time someone has said those words. I want to upgrade your hotel booking" and so he upgraded it.

Once I reached my room it was a ten rooms suit in which the prince & royals used to stay during the pandemic. so I was shocked and thought that it could be a mistake. Hence I went back to the manager to confirm it and he said "No I have upgrade your plan don't worry it will not cost you any charges, enjoy sir".

The room was very lavish and royal. The attendants were also very polite and very helpful. The suit was well maintained every day by five sweepers & one attendant.

My CMD and my conference visitors were also very much surprised and happy to see that suit. I also got an extended stay for a few hours when requested by their staff and I wished their Hotel Manager a big thank you for giving me the opportunity to stay in this at par amazing place. It was a really a great experience for me.

After rethinking the whole incident, because of my Satguru's teaching to give blessings and well wishes to all around me, I got this great wonderful experience. Thank you all for reading this! May God bless you all!

Kishor Sankhe, Thane

-



# मनमंदिर

लेख : १५

मनमंदीरा लेखमालेत नवीन वर्षाची सुरुवात उत्साहाने आणि उमेदीने भारलेल्या युवावस्थेच्या मनोविक्षेपणाने करुया.

नवी क्षितिजे, नव्या वाटा खुणावती आम्हाला ।

मनात काहूर अनामिक थांबवू कसे तयाला ।।

ही अवस्था असते नव्याने तरुणाईत प्रवेश केलेल्या प्रत्येकाचीच. किशोरावस्था ओलांडून पुढे आलेल्या प्रत्येक युवक-युवतीची मनोवस्था याहून वेगळी नसते. ज्यांना लहानपणापासून स्वतंत्र विचार करण्याची सवय आहे, जे स्वतःचे निर्णय स्वतः निर्भीडपणे घेऊ शकतात अशा तरुणांना कदाचित कमी त्रास होतो. (यापुढे प्रत्येक वेळी तरुणांना असे लिहिलेले असेल तेव्हा त्यात तरुणतरुणी दोघेही अभिप्रेत असतील याची वाचकांनी नोंद घ्यावी) पण सामान्यपणे या वयात नवीनच आलेल्या जबाबदाऱ्या, काहीतरी करून दाखविण्याची धडपड, अनपेक्षितपणे बदललेली परिस्थिती किंवा आलेले अपयश यामुळे काहीवेळा तरुणांच्या मनात सतत एक प्रकारचा ताण असतो. यश मिळाले तरी ते टिकविण्याचा ताण असतो. त्यासोबतच त्यांना पालकांच्या आणि समाजाच्या अपेक्षा यांचाही विचार करावा लागतो. त्यामुळे तारुण्यावस्था ही अनेक मानसिक आंदोलने निर्माण करणारी असते.

बालपणानंतरच्या व प्रौढत्वाच्या आधीच्या कालखंडाला सर्वसाधारणपणे तारुण्य असे म्हणतात. वयाच्या अठराव्या वर्षापासून चाळीसाव्या वर्षापर्यंतचा हा कालखंड असतो. यात अठरा ते पंचवीस वयातील नवतरुण आणि त्यापुढील वयोगटातील तरुण असे साधारणपणे दोन भाग करता येतील. दोन्ही गटांतील

तरुणांच्या मानसिक आणि सामाजिक पातळीवरील अवस्था वेगळ्या असतात. गेल्या काही दशकात शिक्षणक्षेत्रात झालेल्या आमुलाग्र बदलांमुळे बहुतेक नवतरुण मुलामुलींना त्यांचे भविष्यातील जीवन कसे असेल, कोणत्या क्षेत्रात ते नोकरी-व्यवसाय करतील याची स्पष्टता नसते.

आपल्याकडे डॉक्टर, वकील, चार्टर्ड अकाउंटंट, शिक्षक, असे काही ठराविक व्यावसायिक शिक्षणक्षेत्र सोडल्यास बाकीच्या क्षेत्रातील शिक्षणाचा प्रत्यक्ष नोकरी-व्यवसाय करण्यासाठी फारसा उपयोग होताना दिसत नाही. त्यामुळे पदवी प्राप्त झाली की कौशल्याधिष्ठीत शिक्षण घेणे गरजेचे असते. पुन्हा त्यासाठी दोन-चार वर्षे द्यावी लागतात. अशा अनेक गोष्टींचा नवतरुणांना सामना करावा लागतो. वय वाढत जाते आणि घरच्यांच्या अपेक्षा वाढत जातात. याचा देखील एक प्रकारचा मानसिक ताण तरुणांना असतो. त्यामुळे दहावी उत्तीर्ण झाल्यानंतर लगेचच योग्य मार्गदर्शन घेऊन आपले शिक्षणक्षेत्र निवडले तर या गोष्टी टाळता येतात. आपली आवड, आपला कल कुठे आहे यासाठी शांतपणे विचार करून, वेळ देऊन ठरवले की पुढील मार्ग सोपा होतो.

करिअर, लग्न, त्यानंतर येणाऱ्या जबाबदाऱ्या, स्पर्धेत टिकून राहण्यासाठी अपडेटेड रहाणे अशा अनेक गोष्टी तरुणवयात सामोऱ्या येतात. हे सर्व साधत असताना मित्रपरिवार जपणे, स्वतःसाठी वेळ देणे, आनंदी जीवनासाठी मनस्वास्थ्य राखणे हा सर्व समतोल राखण्यासाठी आधीपासूनच चांगल्या सवयी असतील तर फार कठिण वाटत नाही. हे सर्व एकाच वेळी उत्तम रितीने साध्य करण्यासाठी असणारी उर्जा नैसर्गिकरित्याच या वयात असते. पण सर्व काही माझ्या मनाप्रमाणेच झाले पाहिजे हा अट्टहास नको. आधीची पिढी आणि तरुण पिढी यांच्यात

अनेक पातळ्यांवर फरक असतो. तो फरक का आणि कसा असतो तसेच दोन्ही पिढ्यांना सांधणारा सुवर्णमध्य कसा साधायचा हे पुढे पहाणारच आहोत.

या लेखमालेच्या निमित्ताने तरुणांना एकच सांगणे आहे, बदल घडवून आणण्यासाठी जुन्या गोष्टींना विरोध करित बसण्यापेक्षा नवीन निर्माण करण्याकडे संपूर्ण लक्ष केंद्रित करा. मनात आणले तर तुम्ही काहिही करू शकता. मोठी स्वप्ने पहाणे आणि ती सत्यात उतरण्यासाठी प्रयत्न करणे, त्यासाठी आपली क्षमता वाढवणे या तरुण वयात करण्याच्या गोष्टी आहेत.

उत्कर्ष (material development) आणि उन्नती (Psycho-Spiritual development) या दोन्हींचा समन्वय साधला तर यश तुमचेच आहे. यश त्यांनाच मिळते जे स्वप्न पहातात आणि ती साकार करण्यासाठी योग्य दिशेने प्रयत्न करतात. आणि सर्वात महत्वाचे म्हणजे आत्मविश्वास!

दोस्तो, सिर्फ पंखो से कुछ नहीं होता,  
हौसलों से ही उंची उड़ान होती है।

अनिता सुनील मोरे, सी.बी.डी. बेलापूर  
९९६७९६६९५०

## कोर्सेसचा आनंद....कोर्सेस शेड्यूल..

Sat - Sun	07 - 08 January	Spiritual Wisdom	JVD
Sun	8 Jan	Yuva (22 to 30)	Borivali
Tue - Wed	10 -11 January	Level 6	JVD
Sun	15 Jan	YC (15 to 21)	Jogeshwari
Tue - Wed	17 -18 January	Level 2	JVD
Sat - Sun	21 - 22 January	Level 2	JVD
Sun	22 Jan	Yuva (15 to 21)	Jalgaon
Sun	22 Jan	FC	Amravati
Sun	22 Jan	FC	Thane - Mulund
Sat - Sun	28 - 29 January	Level 3	JVD
Sun	29 Jan	FC	Jogeshwari
Sun	29 Jan	FC	Aurangabad

## अवयवदान अभियान

महाराष्ट्र शासन सार्वजनिक आरोग्य विभाग, महाराष्ट्र राज्य व  
विभागीय अवयव प्रत्यारोपण समन्वय समिती  
(ZONAL TRANSPLANT CO-ORDINATION CENTRE, MUMBAI)

चला, अवयवदानाचा संकल्प करूया, ऋण समाजाचे फेडूया  
आतापर्यंत १२००० + लोकांनी अवयवदानाची नोंदणी केली आहे



donateorgan@jeevanvidya.org

संपर्क: प्रमोद रासम  
९३२३५५२८९८



## कारागृहातील जीवनविद्येचे कार्य...



समाजातील सर्व स्तरातील लोक सुखी व्हावेत म्हणून जीवनविद्या मिशन गेली अनेक वर्षे ज्ञान प्रबोधनाच्या माध्यमातून वैचारिक परिवर्तन घडवून आणण्याचे कार्य यशस्वीपणे करीत आहे. याचेच पुढचे पाऊल म्हणजे जीवनविद्या मिशनने शासन समन्वयाने समाज परिवर्तनाचे कार्य हाती घेतले आहे. अनेक क्षेत्रात हे कार्य सुरु आहे. त्यातील एक विशेष उपक्रम म्हणजे कारागृहातील कैद्यांचे मानसिक परिवर्तन करणे आणि दुसरा विशेष उपक्रम पोलीस विभागात कार्य करणाऱ्या बंधुभगिनींना मानसिक स्थैर्य मिळवून देणे, यासाठी मिशनने प्रबोधनात्मक कार्यक्रम सुरु केले आहेत. या कार्याचा एक भाग म्हणजे दिनांक २४ डिसेंबर २०२२ रोजी एकाच वेळी सहा कारागृहे व एका पोलीस विभागात आयोजित केलेले कार्यक्रम!

या कार्याचा थोडक्यात वृत्तांत असा आहे :

### १. आर्थर रोड कारागृहात पुरुष कैद्यांसाठी मार्गदर्शन

व्याख्याते श्री. दशरथ शिरसाठ आणि समन्वयक श्री. प्रमोद रासम व आशुतोष देशपांडे. या ठिकाणी खूप छान प्रतिसाद आणि प्रतिक्रिया मिळाल्या.

२. ठाणे कारागृहातील पुरुष कैद्यांना मार्गदर्शन - व्याख्याते श्री. सत्यनारायण आणि समन्वयक डॉ. किशोर संख्येव पांडुरंग मोरे. येथेही सर्वांनी उत्स्फूर्त प्रतिसाद दिला. सर्व कैद्यांनी सांगितले की यापुढे आम्ही विश्वप्रार्थना आणि भलं करं ची साधना नेहमी करू.

### ३. ठाणे कारागृहात महिला बंदींसाठी मार्गदर्शन -

व्याख्यात्या सौ. ज्योती परब त्यांच्यासोबत सौ. सुचिता कनगुटकर या सुद्धा उपस्थित होत्या. आणि समन्वयक म्हणून डॉ. किशोर संख्ये व पांडुरंग मोरे यांनी कार्य केले. या कारागृहात काही मराठी भाषिक महिलांनी सांगितले की, 'आम्ही प्रार्थना म्हणायला सुरुवात केली आहे आणि प्रार्थनेचा खूप लगेच चांगला अनुभव येतो' एका मराठी भाषिक महिलेने सांगितले की त्या दिवसभर आधीपासून करत असलेलं नामस्मरण तर करतातच, पण रात्री झोपताना त्यांच्या मुलांसाठी न चुकता रोज १०८ वेळा विश्वप्रार्थना करीत आहेत आणि याचा त्यांना खूप छान अनुभव देखील आला. त्यांना हवा असलेला बदल त्यांच्या मुलांमध्ये त्यांना दिसू लागला आहे. जानेवारी महिन्यात कामोठे येथे होणाऱ्या युवा कोर्सला त्यांचा मुलगा जाणार आहे असेही त्यांनी सांगितले.

एका बंदी महिलेने सांगितले की त्यांची आता सजा संपण्याची शक्यता आहे. त्या २२ जानेवारी २०२३ रोजी ठाणे येथे होणारा फाउंडेशन कोर्स करतील. तेथील ग्रंथालयास जीवनविद्या मिशनने दिलेले थोर समाजप्रबोधक श्री वामनराव पै यांचे ग्रंथ बंदी महिलांनी वाचायला सुरुवात केली.



थोर समाजप्रबोधक, तनख  
रत्नसुर श्री. वामनराव पै

उजळती ज्ञानाच्या ज्योती, वेचिता जीवनविद्येचे संस्कारमोती

श्री प्रल्हाद वामनराव पै लिखित आगामी पुस्तक

# “जीवनविद्येचे १०८ संस्कारमोती”



श्री. प्रल्हाद वामनराव पै  
B.TECHNIT.POWAJI/MAM.TQM/JAPAN

**४. भायखळा कारागृह महिला कैदींसाठी मार्गदर्शन**  
व्याख्याते- वंदनाताई पटाडे यांच्यासोबत शामली दिवटे उपस्थित होत्या.

पूर्वी या भायखळा जेलमध्ये स्वातंत्र्यसैनिकांना बंदी म्हणून ठेवत असत. स्वातंत्र्यप्राप्तीसाठी ज्यांनी आपल्या प्राणांची आहुती दिली त्यांचे स्मारक म्हणून तिथे एक स्तंभ बांधण्यात आला आहे. स्वातंत्र्यसैनिकांची कृतज्ञता म्हणून तेथे विश्वप्रार्थना म्हटली. तेथील एका अधिकाऱ्यांनी सांगितले की ते रेडिओवर दररोज 'चिंतन हाच चिंतामणी' ऐकत असत आणि ते नेहमी विश्वप्रार्थना म्हणत असतात.

तेथील अजून एका अधिकाऱ्यांनी प्रतिक्रिया दिली, "सद्गुरुंचे कार्य खूप महान आहे. आजपर्यंत हे कोणी केले नाही. विचार बदलणे हे खूप महत्वाचे काम आहे. सद्गुरु जिथे जिथे गेले त्या विभागाचा कायापालटच झाला. समाजाने रूढी-परंपरा बुवा, बाबा, भगत यांच्या जोखडातून बाहेर पडले पाहिजे. समाजाला यातून बाहेर काढण्याचे काम सद्गुरु श्री वामनराव पै करत आहेत." अशाप्रकारे त्यांनी जीवनविद्येच्या कार्याची भरभरून स्तुती केली. सद्गुरुंनी केलेल्या समाजप्रबोधनाने झालेले वैचारिक बदल अशा प्रकारे समाजात दिसून येतात.

**५. अलिबाग कारागृहात पुरुष व महिला कैदींसाठी मार्गदर्शन -**

व्याख्यात्या रुपाली पाटील यांच्यासोबत श्री. अभिजीत गिरासे होते. तसेच समन्वयक म्हणून धिरज सारंग व अमित शिंदे यांनी कार्य केले.

कारागृहात असल्याने काही बंदींना नैराश्य आले होते. त्यातील एक दोन-जणांनी प्रतिक्रिया देताना सांगितले की, "ते depression मध्ये होते आणि या मार्गदर्शनामुळे त्यांना आता जगण्याची नवीन उमेद मिळाली आहे. तसेच यापूर्वी ते शत्रूचा खूप रागराग करत होते पण जीवनविद्येच्या ज्ञानामुळे त्यांना हे समजले की शत्रूसाठी सुद्धा 'देवा यांचे भले कर' असे म्हणणे तितकेच महत्वाचे आहे. तेथील अधिकाऱ्यांनी असे सांगितले की ते रोज सकाळी बंदिजनांकडून विश्वप्रार्थना म्हणून घेतात. उर्दू भाषीक बंदिजनांसाठी उर्दू भाषेत प्रार्थना घेतल्यामुळे त्यांच्याही चेहऱ्यावर

आनंद दिसत होता. मार्गदर्शन सुरु झाल्यापासून ते शेवटपर्यंत सर्व बंदिजन लक्ष देऊन ऐकत होते. हे सर्व जण विश्वप्रार्थना व भले कर साधना उत्साहाने करतात.

महिला बंदिसुद्धा म्हणाल्या की त्या दररोज सकाळी व रात्री त्या विश्वप्रार्थना आणि भले कर साधना करतात. त्यामुळे त्यांना खूप स्फूर्तीदायक वाटत आहे.

**६. येरवडा जेल, पुणे येथे पुरुष कैद्यांसाठी मार्गदर्शन -**

श्री. रमेश वाळूज यांचे व्याख्यान होते. समन्वयक गणेश ठाकरे व संदीप पवार सोबत श्री. शैलेश जोशी हे उपस्थित होते.

या कारागृहातील अधीक्षक, उपअधीक्षक, पोलीस निरीक्षकांनी पुन्हा पुन्हा असे लेक्चर आयोजित करण्याची आवश्यकता असल्याचे नमूद केले व एकूणच हा कार्यक्रम बंदी बांधवांना अतिशय उपयुक्त असल्याचा अभिप्राय त्यांनी दिला.

७. सहायक पोलीस विभाग, ठाणे, या ठिकाणी व्याख्याते श्री. सत्यनारायण यांनी पंचाहत्तर पोलिस उपनिरीक्षक (PSI) आणि हवालदार (Constable) यांना मार्गदर्शन केले. समन्वयक म्हणून डॉ. किशोर संख्ये व पांडुरंग मोरे यांनी कार्य केले. सर्वांनी खूप छान प्रतिक्रिया दिली. या ठिकाणी काही जणांनी जीवनविद्येचे ग्रंथ सुद्धा घेतले. ग्रंथ स्टॉल श्री. दिलीप शिंदे व श्री. सचिन शिंदे यांनी सांभाळले.

सर्व कारागृहातील अधिकारी, कर्मचारी यांना जीवनविद्या मिशनच्यावतीने खूप धन्यवाद ! जीवनविद्या मिशनचे सर्व वक्ते, समन्वयक, यांचेही विशेष आभार ! या सर्व उपक्रमांचे नियोजन करण्यासाठी शासन दरबारी संबंधित अधिकारी व्यक्तींना जीवनविद्या मिशनच्या कार्याची माहिती देणे आणि समन्वय करण्यासाठी आवश्यक असणारे परवानगी पत्र मिळवणे हे महत्वाचे कार्य आहे. हे कार्य अत्यंत तत्परतेने आणि आंतरिक तळमळीने करणाऱ्या नामधारीका स्वाती संदाशी यांना जीवनविद्या मिशन परिवारातर्फे मनःपूर्वक धन्यवाद.



सद्गुरू श्री वामनराव पै प्रणित विद्यार्थी मार्गदर्शन अभियाना मार्फत पाडगांव खंडाळा-वाई दौरा क्र. ५२

सद्गुरू श्री वामनराव पै प्रणित विद्यार्थी मार्गदर्शन अभियाना अंतर्गत २०२२-२३ मधील चौथा दौरा (संयोजक - माजी ट्रस्टी श्री प्रकाश वीरकर ) हा जि. सातारा ता. खंडाळा आणि वाई या ठिकाणी दि. २,३, ४ जानेवारी २०२३ आयोजित करण्यात आला. या दौऱ्याचे आयोजन हे जीवन विद्या मिशनचे माजी ट्रस्टी, उत्तम व्यवस्थापन कौशल्य आणि सद्गुरू कार्याची तळमळ असणाऱ्या श्री. प्रकाश वीरकर यांनी केले. महाराष्ट्रातील विविध शाखांमधून उच्च शिक्षित, उच्च पदांवर काम करणाऱ्या जवळपास ३० (१६ वक्ते, १४ सहकारी तसेच वाई व खंडाळा येथील १४) जण स्वखर्चाने या दौऱ्यात सहभागी झाले. या सर्व कार्यकर्त्यांची राहण्याची व्यवस्था ही श्री संजय सुयश पवार, साई मंदिर समोर, मु.पो.बावडा, ता.खंडाळा, जि. सातारा या ठिकाणी करण्यात आली. आणि सियाचिन येथे सेवा देणारे फौजी आबा धापटे यांच्याकडेही काही नामधारकांची रहाण्याची सोय करण्यात आली त्यांचा मुलगा योगेश धापटे यांनी गाद्या ब्लंकेट पासून सर्व व्यवस्था केली. विशेष म्हणजे संबंधितांनी ही संपूर्ण व्यवस्था विनामूल्य उपलब्ध करून दिली. त्याचप्रमाणे श्री. प्रकाश पवार व त्यांच्या महिला सहकाऱ्यांनी जेवणाची उत्तम व्यवस्था केली व त्याचा संपूर्ण खर्च सौ. चंदा संजय यांच्या कुटुंबाने केला. श्री. सुयश पवार

यांनी दुचाकी आणि टेम्पोची सेवा तर श्री. पवार यांनी शाळा-कॉलेज मध्ये जाण्यासाठी लागणाऱ्या वाहनांचे प्रतिनिधीत्व केले. तसेच आपले माजी ट्रस्टी श्री प्रकाश वीरकर आणि त्यांचे मित्र खंडांगळे यांचेही मोलाचे सहकार्य लाभले. प्रत्येक दौऱ्याप्रमाणे याही दौऱ्याला श्री. तपस्वी शेडगे यांनी सर्व कार्यकर्त्यांसाठी रसद(खाऊ) ची व्यवस्था केली, वाई शाखेचे श्री दिनकर चव्हाण यांनी देखील दौऱ्यात दोन दिवसीय सहभाग घेऊन मोलाचे सहकार्य केले. या सर्वांनी अभियानाला केलेल्या सहकार्याबद्दल आम्ही त्यांची खूप मनापासून कृतज्ञता व्यक्त करतो.

खंडाळा आणि वाई दौऱ्याचे प्रमुख म्हणून श्री. संजय घाग, उपदौराप्रमुख म्हणून श्री निळकंठ कोळी, प्लानिंग टीम चे प्रमुख श्री स्वप्निल सावंत, खजिनदार - श्री सिद्धेश निर्मल व उपखजिनदार श्री अभिजीत पाटील, ग्रंथ incharge श्री शशिकांत तानवडे व टीम, ग्रंथ खजिनदार - श्री उमेश गाड, सर्वांसाठी जीवनविद्या पुस्तिका - श्री. मिलिंद खेडेकर, प्रार्थना बॅनर - श्री देवेश नाईक, batch व गाडीचे बॅनर - श्री हार्दिक बनसोडे, school daily report - श्री उदय पाटणकर, दौरा रिपोर्ट शारी प्रशांत पाटणकर या व अशा अनेक जबाबदाऱ्या कार्यकर्त्यांना दिलेल्या होत्या व त्या सर्वांनी उत्तम प्रकारे पार पडल्या. अर्थात वेळोवेळी ज्येष्ठ नामधारक श्री. दिलीप निर्मळ, श्री. पांडुरंग गोरें, श्री, ज्ञानदेव राणे, श्री सुभाष पाटील,



## विद्यार्थी मार्गदर्शन अभियान

या संवादांमधून आपणास काय मिळेल.

- ▶ अभ्यासाच्या पद्धती व अभ्यासाचे महत्त्व ▶ राष्ट्रभक्ती व राष्ट्रप्रेम
- ▶ शरीराचे महत्त्व ▶ चांगली संगती व व्यसनपासून अलिप्त
- ▶ निसर्गनियमांचे जीवनातील महत्त्व

आपल्या शाळेचा फक्त एक तास आम्हाला द्या.

संपर्क : श्री. दिलीप निर्मळ ९८७०३९०१३७

श्री डी. बी. सावंत, श्री जनार्दन शेडगे, श्री दीपक कोरगावकर यांचे अमूल्य मार्गदर्शन लाभले. दौऱ्यात सहभागी झालेल्या प्रत्येकानेच आपला खारिचा वाटा उचलला, अगदी एकत्वाने, एकपणाने, एकमताने, एक दिलाने केलेल्या कार्याची प्रचिती म्हणूनच सदगुरूंनी दि. २, ३, ४ जानेवारी २०२३ रोजी शाळा-कॉलेज मधून एकूण १९३ उत्सव सदगुरू भावात करून घेतले. यात एकूण १२,३९३ विद्यार्थी व १,४५६ शिक्षकांना जीवनविद्येचे अमूल्य मार्गदर्शन विनामूल्य करण्यात आले. त्याचबरोबर सर्वांसाठी जीवनविद्या हि पुस्तिका, विश्वप्रार्थनेचा बॅनर व सदगुरू श्री वामनराव पै लिखित काही निवडक ग्रंथांचा सेट विनामूल्य देण्यात आला. या तीन दिवसात रुपये १६,८५६ इतके ज्ञानदान सुद्धा झाले.

जानेवारी २०२३ रोजी दुपारी स्टेशनवरच जेवण करून सर्व मंडळी ४.०० वाजता कोरगावात दाखल झाल्यापासूनच कार्यकर्त्यांनी नियोजन व ग्रंथ, बॅनर इ. दौऱ्याची पूर्वतयारी करण्यास सुरुवात केली. पूर्वतयारीचाच महत्वाचा भाग म्हणजे वक्त्यांची rehearsal. सर्व वक्त्यांनी रविवारी रात्री १२.३० पर्यंत rehearsals सुद्धा दिल्या याचे कारण आसे की आपल्या कडुन एखादा मुद्दा चुकीचा जाई नये हा एकच भाव. श्री जनार्दन शेडगे, श्री निर्मल यांनी सुद्धा नविन वक्त्यांची शाळा कॉलेज मध्ये बोलल्या जाणाऱ्या मुद्द्यांची rehearsal करून घेतली,

२ जानेवारी २०२३ रोजी उपासना यज्ञाची सांगता झाल्यानंतर रात्री पुढील ३ दिवसांच्या नियोजनासाठी जेष्ठांच्या मार्गदर्शनाखाही बैठक घेण्यात आली. बैठकीच्या सुरुवातीलाच

सामर्थ्य आहे चळवळीचे । जो जो करील तयाचे।

परंतु तेथे भगवंताचे । अधिष्ठान पाहिजे ।।

ज्ञान, भक्ती आणि कर्म ह्यांची सांगड घालावी असे श्रीसमर्थ म्हणतात. ह्यांच्या सामर्थ्याचा आविष्कार म्हणजेच भगवंताचे अधिष्ठान. त्याकरता भगवंताची आराधना आवश्यक आहे. म्हणूनच सदगुरू श्री वामनराव पै प्रणित उपासना यज्ञाची महती श्री प्रशांत पाटणकर यांनी सांगून उपस्थितांना उपासना यज्ञ करण्यास प्रेरित केले. उपासना यज्ञामुळे अगणित पुण्य, वातावरण शुद्धी व हाती घेतलेले कार्य संपन्न करण्याची प्रेरणा मिळाली. श्री. उदय पाटणकर यांनी दौऱ्यात उपस्थित सर्व कार्यकर्त्यांची ओळख करून दिली. दौऱ्यात प्रथमच सहभागी झालेले श्री प्रकाश वीरकर, सौ. चंदा पवार, सौ सुनिता पवार, रत्नाकर चोरमुले आणि सुयश पवार कुटुंबे स्वागत करण्यात आले. सर्व कार्यकर्त्यांचे स्वागत करून पुढील कार्यासाठी एकमेकांना सर्वांनी नववर्षाच्या शुभेच्छा दिल्या. तदनंतर श्री जनार्दन शेडगे, श्री दिलिप निर्मल, श्री दीपक कोरगावकर यांनी कार्यकर्त्यांना सूचना देऊन बैठकीची सांगता केली.

सदगुरूंनी दि. २, ३, ४ जानेवारी २०२३ रोजी शाळा-कॉलेज मधून अनुक्रमे ७४, ५२ आणि ६७ असे एकूण १९३ उत्सव सदगुरू भावात करून घेतले. यात एकूण १२,३९३ विद्यार्थी व १,४५६ शिक्षकांना जीवनविद्येचे अमूल्य मार्गदर्शन विनामूल्य करण्यात आले. त्याचबरोबर सर्वांसाठी जीवनविद्या हि पुस्तिका, विश्वप्रार्थनेचा बॅनर व सदगुरू श्री वामनराव पै लिखित काही निवडक ग्रंथांचा सेट विनामूल्य देण्यात आला. या तीन दिवसात रुपये १६,८५६ इतके ज्ञानदान सुद्धा झाले. दररोज रात्री सर्व कार्यकर्त्यांची meeting घेऊन नियोजनाचा आढावा घेण्यात आला, त्याचबरोबर काही सूचना किंवा नियोजनातील आवश्यक बदल सुचवण्यासाठी कार्यकर्त्यांना आवाहन करण्यात



# पर्यावरण हाच नारायण

देणान्याने देत जावे, घेणान्याने घेत जावे।  
घेता घेता एक दिवस देणान्याचे हात घ्यावेत।।



कवी विंदा करंदीकर यांच्या कवितेतील या ओळी आहेत. संपूर्ण जीवसृष्टीला जीवन देणारा निसर्ग सतत देत असतो. माणूस मात्र नेहमी घेण्यासाठी तत्पर असतो. निसर्ग आपल्याला अन्न, पाणी, हवा, पाऊस, ऊन, वारा, माती, जमीन, झाडं, सावली, इंद्रधनुष्य, पक्ष्यांची किलबिल अशा हजारो गोष्टी सतत देत घेतो. आपणही त्याचे देणे लागतो याचा विसर माणसाला पडलेला असतो. 'घेता घेता एक दिवस, देणान्याचे हात घ्यावे' असे विंदा सांगतात, म्हणजेच निसर्गाची देण्याची वृत्ती घ्यावी. नैसर्गिक साधनसंपत्ती जपून वापरून त्यात भर कशी घालता येईल याचे प्रशिक्षण प्रत्येक

माणसाला त्याच्या शालेय शिक्षणासोबतच बंधनकारक करायला हवे. निसर्ग आपल्याला काय काय देत असतो आणि आपण त्याचे काय देणे लागतो याचे भान राखले तसेच ते कृतीत आणले तरच भविष्यात मानवजातीचा निभाव लागणार आहे.

निसर्गातील जीवनचक्र नीट अभ्यासले तर लक्षात येईल की सर्वच सजीव जगण्यासाठी एकमेकांवर अवलंबून असतात. सूर्यापासून उर्जा घेऊन प्रकाश संश्लेषणाने स्वतःचे अन्न स्वतः तयार करणाऱ्या वनस्पती या सर्व जीवसृष्टीचे पालनपोषण करतात. निसर्गाच्या अन्न साखळीतील ही सर्वात महत्वाची कडी आहे. त्यानंतर तृणभक्षी प्राणी, त्याच्यावर उपजीविका करणारे इतर प्राणी अशी साखळी तयार होते. या प्रक्रियेत एका सजीवाकडून दुसऱ्या सजीवाकडे उर्जा जात असते. अन्नसाखळीतील सर्व सजीव अन्न आणि पर्यायाने ऊर्जा मिळविण्यासाठी



फक्त खाण्यासाठीच नाही तर जीवरक्षणासाठी सुद्धा काही प्राणी आणि पक्षी एकमेकांना पूरक असतात. कोतवाल पक्षी हे



## स्वच्छता अभियान

स्वच्छतेची जोपासना हीच ईश्वराची उपासना

॥ ओला-सुका ई-कचरा वर्गीकरण ॥ घरगुती व उद्योग क्षेत्रातील ॥ सेंट्रीय खत निर्मितीचे व विल्हेवाट प्रशिक्षण शुन्य कचरा उद्दिष्ट्य प्रशिक्षण व जनजागृती

संपर्क : सुदर्शन कामुनी : ९८६९०४७९९९



छोट्या पक्षांच्या आणि स्वतःच्या संरक्षणासाठी गरुड, कावळे, ससाणे यासारख्या मोठ्या, हिंस्र पक्षांच्या मागे लागून त्यांना पळवून लावतात. पण ते लहान निरुपद्रवी पक्षांना अजिबात त्रास देत नाही. म्हणूनच यांच्या आश्रयाने इतर लहान-मोठे पक्षी आपली घरटी बांधतात. त्यांच्या या वैशिष्ट्यांमुळे यांचे नाव कोतवाल पडले असावे. गवतात चरणाच्या गुरांच्या पाठीवर बसलेले कीटक हा पक्षी टिपतो आणि त्या गुरांचे किटकांपासून रक्षण करतो. पिकांचा नाश करणारे कीटकही कोतवाल खात असल्याने तो शेतकऱ्यांचा मित्र असतो. निसर्गाच्या व्यवस्थेतील अशी कितीतरी उदाहरणे दाखवता येतील.

Ecosystem अर्थात जैविक परिसंस्थेत सजीव म्हणजेच वनस्पती, प्राणी आणि सूक्ष्मजीव हे त्यांच्या परिसरातील नैसर्गिक घटक म्हणजेच हवा, पाणी, माती वगैरे सोबत राहतात आणि ते सर्व एकमेकांवर अवलंबून असतात. त्यातील एक घटक जरी कमी झाला तरी ती परिसंस्था धोक्यात येऊ शकते. मुंबईत असलेली मिठागरे आणि स्थलांतरित पक्षी हे याचे उत्तम उदाहरण आहे. पूर्वी मुंबईच्या समुद्र किनाऱ्यावर मोठ्या प्रमाणावर मिठागरे होती तेव्हा तिथे लाखोंच्या संख्येने पक्षी असायचे. आता इमारती बांधण्यासाठी समुद्रात भराव घातल्याने मिठागरांची संख्या कमी झाली. त्यामुळे पक्षांची संख्या सुद्धा कमी झाली आहे.



प्रत्येक परिसंस्था आणि सजीव यांच्या सहनशक्तीची एक मर्यादा असते. पर्यावरणाचे

संतुलन बिघडल्यास त्याचे दुष्परिणाम परिसंस्थेवर दिसून येतात. माणूस आपल्या गरजेनुसार कळत नकळत निसर्गाच्या समतोलात बाधा आणत असतो. विशिष्ट मर्यादितपलीकडे पर्यावरणावर ताण पडल्यास परिसंस्थांचे नव्हे तर संपूर्ण जीवावरण आणि पर्यायाने मानवाच्या अस्तित्वाला धोका पोहोचू शकतो. याचे भान ठेवून माणसाने प्रत्यक्षात नारायण म्हणजे सृष्टीचा पालनकर्ता असलेल्या पर्यावरणाचं रक्षण आणि संवर्धन करण्यासाठी योग्य ती पावले उचलण्याची वेळ आली आहे.

नववर्षाच्या आरंभी आपण सर्वांनीच एक संकल्प करूया. या वर्षी मी किमान एक तरी झाड लावून त्याची जोपासना करेन.

अनिता सुनील मोरे, सी.बी.डी. बेलापूर  
९९६७९६६१५०



शिबिरावेळी रक्तदान करताना रक्तदाते.

## जीवनविद्या मिशनतर्फे रक्तदान शिबिर

जानेवारी  
२०२३

प्रतिनिधी  
बेळगाव

जीवनविद्या मिशनच्यावतीने रिवारी मध्ये रक्तदान शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. समादेवी गल्ली येथील समादेवी मंदिराच्या समानुद्भात हा कार्यक्रम पार पडला. नागरिकांमधील रक्तदानाविषयीच्या समजुती दूर करण्याच्यादृष्टीने रक्तदान शिबिराचे आयोजन करण्यात आले होते. एकूण ६०

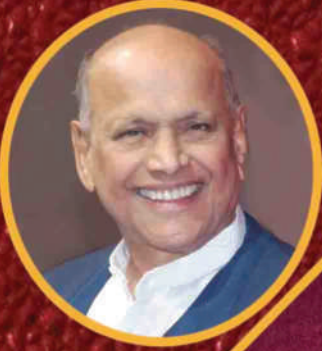
रक्तदात्यांनी रक्तदान केले.

या कार्यक्रमाला प्रमुख अतिथी म्हणून डॉ. माधव प्रभू उपस्थित होते. कार्यक्रमाची सुरुवात विश्व प्रार्थनेने झाली. केएलई रक्तपेडीचे प्रमुख डॉ. श्रीकांत विरगी यांनी रक्तदानाविषयी माहिती दिली. यावेळी जीवनविद्या मिशनचे अरविंद अष्टेकर, प्रशांत बिर्जे, राजेश सावंत, गोकुळ अकगोजी, प्रबोधनकार शंकर बांदकर यासह केएलई रक्तपेडीचे सदस्य उपस्थित होते.

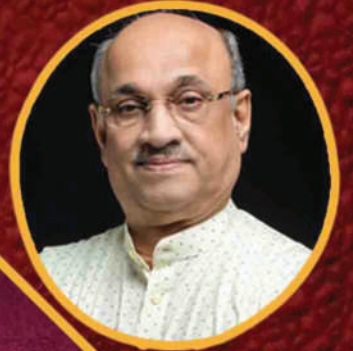








सद्गुरु श्री वामनराव पै



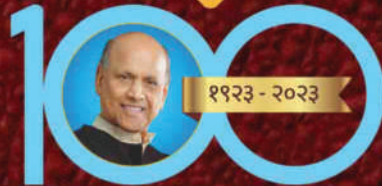
श्री. प्रल्हाद वामनराव पै

॥ विश्वप्रार्थना ॥

“हे ईश्वरा,

सर्वांना चांगली बुद्धी दे, अरोग्य दे,  
सर्वांना सुखात, आनंदात, ऐश्वर्यात ठेव,  
सर्वांचे भरण कर, कल्याण कर, रक्षण कर,  
आणि तुझे गोड नाम मुखात  
अखंड राहू दे”

सद्गुरु श्री. वामनराव पै.



सद्गुरु श्री वामनराव पै

प्रत्येक कृती ही  
राष्ट्रहिताची, विश्वशांतीची