





## हार्दिक अभिनंदन!



अखिल देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण  
समाजाची मुखपत्रिका  
**समाचार**

वर्ष ५३वे, अंक ६वा,  
ऑगस्ट २०२२  
(फक्त सभासदांसाठी)



श्री. विलास जोशी  
अध्यक्ष

श्री. प्रभाकर कुलकर्णी  
कार्याध्यक्ष

श्री. प्रसाद ठकार  
कार्यवाह

श्री. विनोद मांडके  
कोषाध्यक्ष

संपादक

श्री. प्रभाकर अ. संत

कार्यकारी संपादक

श्री. मिलिंद सरदेशमुख

मो. : ९८६७९९४३८९

अंकातील मजकूराशी मंडळ  
सहमत असेलच असे नाही

दूरध्वनी : २४३०२२७३, २४३०७५७३

ई-मेल : aadrmb@gmail.com

संकेतस्थळ : www.adrbmmahim.in



श्रीमती द्रौपदी मुर्मू  
राष्ट्रपती



श्री. जगदीप धनखड  
उपराष्ट्रपती



श्री. एकनाथ शिंदे  
मुख्यमंत्री, महाराष्ट्र राज्य



श्री. देवेंद्र फडणवीस  
उपमुख्यमंत्री, महाराष्ट्र राज्य



दिल्ली येथे केंद्रीय  
अर्थमंत्री मा. निर्मला  
सितारामन यांनी  
डॉ. आशुतोष  
रारावीकर यांच्या  
बँकिंग विषयक दोन  
पुस्तकांचे अनावरण  
अर्थमंत्रालयात केले  
सोबत सौ. वीणा  
रारावीकर



देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण शिक्षणोत्तेजक संस्था, सोलापूर.





# World-Class Fire Fighting Products and Suppression Systems

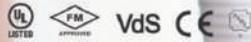
**30+**  
**YEARS**  
OF MANUFACTURING EXCELLENCE

**Serving**  
**75+**  
Countries  
Worldwide



**HD FIRE PROTECT PVT. LTD.**

Corporate Headquarters: D-6/2, Road No. 34, Wagle Estate, Thane 400604, India  
Tel: +(91) 22 21582600 | Fax: +(91) 22 21582602 | Email: info@hdfire.com



[www.hdfire.com](http://www.hdfire.com) | [f @HdFireProtectPvtLtd](https://www.facebook.com/HdFireProtectPvtLtd) | [in @hd-fire-protect](https://www.linkedin.com/company/hd-fire-protect) | [@TheHdfire](https://www.youtube.com/channel/UCTheHdfire)





वरील सत्रांतर्गत विविध विषयांवरील मान्यवर, प्रतिष्ठित उद्योजक, तज्ञ, उपस्थित प्रतिनिधींना मार्गदर्शन करणार आहेत. त्याची माहिती समाचारच्या पुढील अंकात आपणास प्राप्त होईल.

काही महिन्यांपूर्वी आम्ही एक संकल्पना आपल्या समोर मांडली होती. ज्याच्या अंतर्गत आपली संस्था सर्व सभासदांना सामुहीक आरोग्य विमा योजना राबविण्याचा आमचा संकल्प आहे. ही योजना ऐच्छिक असेल व देय इन्शुरन्स प्रिमियम पैकी ३०% भार संस्था उचलेल व राहिलेला ७०% भार सभासदांनी उचलायचा आहे यासाठी आपल्या सर्वांकडून खालील माहिती लवकरात लवकर प्राप्त होवो ही विनंती.

सभासदाचे नाव, सभासद नंबर, जन्मतारीख, आधारकार्ड क्रमांक, भ्रमणध्वनी क्रमांक

वरील प्रकारची माहिती मिळाल्यानंतर आम्ही वेगवेगळ्या आरोग्य विमा कंपन्यांशी संपर्क साधून सगळ्यात जास्तीत जास्त सभासदांच्या फायद्याची योजना राबवू शकतो. ही योजना राबविण्यामागे आमचा एकच उद्देश आहे की, संस्थेला मिळणाऱ्या उत्पन्नाचा जास्तीत जास्त लाभ सर्व सामान्य सभासदांना मिळावा.

या योजनेचं अनावरण बडोदा येथे होणाऱ्या परिषदेमध्ये मान्यवरांच्या हस्ते व्हावे अशी आमची मनिषा आहे. याचा विचार करून आपण सगळ्यांनी आमच्या सर्व सभासदांच्या हिताच्या नावीन्यपूर्ण योजनेला भरभरून प्रतिसाद द्यावा, ही विनंती. या योजनेमुळे सर्व सभासदांना आरोग्य विम्याचा लाभ अल्प दर प्रिमियम भरून मिळेल. तसेच आपल्या कुटुंबातील इतर सदस्यही आमचे सभासद होऊन आपल्या सर्वांचे संघटन अधिक मजबूत होईल.

श्री गणपती बाप्पांचे आगमन ३१ ऑगस्टला होत असून आपल्या सर्वांच्या घरात व कुटुंबात या निमित्ताने आनंद, सुख-समाधान येवो व आपल्या सर्वांना दिर्घ आरोग्य लाभो ही श्री गणेश चरणी प्रार्थना.

**प्रभाकर कुलकर्णी**  
कार्याध्यक्ष

## संलग्न संस्था वृत्त

**पुणे :** देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण मंडळ कर्वे नगर, कोथरुड पुणे शाखेच्या नवनिर्वाचित पदाधिकाऱ्यांचे अभिनंदन व पुढील वाटचालीसाठी सदिच्छा.

देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण मंडळ कर्वे नगर, कोथरुड, पुणे

नवनिर्वाचित कार्यकारिणी - अध्यक्ष: डॉ. श्री. अरुण हुपरीकर, कार्याध्यक्ष : सौ. साधना ओढेकर, सचिव : सौ. केतकी कुलकर्णी, कोषाध्यक्ष : सौ. माधुरी देशपांडे, उपाध्यक्ष : श्री. सतिश कुलकर्णी, सहसचिव : सौ. नेहा तिळगुळकर, सहकोषाध्यक्ष : श्री. दत्तात्रय देशपांडे, कार्यकारी सदस्य : श्री. दिपक देशपांडे, श्री. अप्पा मार्जने, श्री. श्रीराम कुलकर्णी, वधूवर सूचक मंडळ प्रमुख : डॉ. सौ. कांचन खैराटकर, सांस्कृतिक विभाग प्रमुख : श्री. अविनाश सलगलकर, शैक्षणिक विभाग प्रमुख : श्री. माधव तिळगुळकर

**सोलापूर :** दिनांक ३० जुलै रोजी शहर व जिल्ह्यातील देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण सभासदांचा स्नेहमेळावा संपन्न झाला. मेळाव्याचे उद्घाटन अखिल देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण मंडळाचे कार्याध्यक्ष श्री. प्रभाकर कुलकर्णी यांच्या हस्ते दिपप्रज्वलनाने झाले.

यावेळी समाचारचे कार्यकारी संपादक व विश्वस्त श्री. मिलिंद सरदेशमुख परिषदेच्या सचिव सौ. रोहिणी तडवळकर, सदस्य डॉ. अजितकुमार देशपांडे, संजय कुलकर्णी, सतिश पाटील, आनंद कुलकर्णी, बडोदा संस्थेचे अध्यक्ष नितिन शहापूरकर, सोलापूर संस्थेचे अध्यक्ष डॉ. श्रीकांत येळेगावकर, उपाध्यक्ष शंकर





कुलकर्णी, कार्यवाह शाम जोशी, डॉ. नभा काकडे, दत्तात्रय आराध्ये, महिला अध्यक्षा हेमा चिंचोळकर, विजय कुलकर्णी, अॅड. दिपक केसकर आदि उपस्थित होते.

याच कार्यक्रमात बडोदा अधिवेशनासाठी सोलापूर संस्थेतर्फे २५०००/- रुपयांची देणगी बडोदा संस्थेचे अध्यक्ष यांचेकडे डॉ. श्रीकांत येळेगावकर यांनी सुपुर्त केली. या कार्यक्रमास मोहोळ, मंगळवेढा, पंढरपूर आदि सदस्य उपस्थित होते.

संस्थेचे कार्याध्यक्ष श्री. प्रभाकर कुलकर्णी, श्री. आनंद कुलकर्णी तसेच बडोदा संस्थेचे अध्यक्ष नितिन शहापूरकर यांनी पंढरपूर येथील देशस्थ ऋग्वेदी शाखेस भेट दिली. मा. आमदार परिचारक तसेच इतर मान्यवर उपस्थित होते. याप्रसंगी बडोदा येथे होणाऱ्या अखिल भारतीय परिषदेचे संपूर्ण माहिती तसेच मध्यवर्ती संस्था करित असलेल्या कार्याचा सविस्तर वृत्तांत श्री. प्रभाकर कुलकर्णी यांनी दिला.

**कल्याण :** १) अखिल भारतीय ब्राह्मण महासंघ कल्याण शाखा आयोजित ऋग्वेदीय संध्या वर्ग श्रावण प्रतिपदेपासून दरोरोज सायंकाळी ०७ ते ०८ या वेळेत वेदमूर्ती आशिष जोशी गुरुजी यांच्या आधिपत्याखाली सुरु आहेत. ५ ते ७ बटू शिक्षण घेत आहेत. २) देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण कल्याण संस्थेच्या वतीने बुधवार दि. ०३ ऑगस्ट २०२२ रोजी श्रावणी या सांस्कृतिक कार्यक्रमाचे आयोजन करण्यात आले होते. बहुसंख्य सभासदांची या कार्यक्रमास उपस्थिती होती.

**ठाणे :** दि. ०४ ऑगस्ट २०२२ रोजी देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण संघ, ठाणे यांनी संस्थेतर्फे २५०००/- रुपयांचा धनादेश मा. अध्यक्ष श्री. विलास जोशी, सचिव श्री. प्रसाद ठकार यांनी परिषदेस देणगीचा धनादेश संस्थेचे कार्याध्यक्ष श्री. प्रभाकर कुलकर्णी यांच्याकडे सुपुर्त केला.

**विलेपार्ले :** देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण विलेपार्ले संस्थेचे सभासद श्री. आनंद कुलकर्णी यांची महाराष्ट्र इकोनॉमिक डेव्हलपमेंट कॉर्पोरेशन (MEDC) या संस्थेवर मुंबई विभाग प्रमुख म्हणून निवड करण्यात आली आहे. या निवडीबद्दल श्री. आनंद कुलकर्णी यांचे अभिनंदन व पुढील वाटचालीस शुभेच्छा.

**डोंबिवली :** देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण संघ डोंबिवली शाखा सन २२-२३ ऋग्वेदीय श्रावणी कार्यक्रम गणेश मंदीर संस्था डोंबिवली (पूर्व) येथे संपन्न झाला.

**मुंबई :** १) दिनांक ०९ जुलै २०२२ रोजी आषाढी एकादशीच्या निमित्ताने संस्थेच्या लक्ष्मीनारायण बाग सभागृहात 'वारी पलीकडची वारी' हा कार्यक्रम दादर सांस्कृतिक मंच आणि अखिल देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण मध्यवर्ती मंडळ यांच्या संयुक्त विद्यमाने वारीवर आधारित यविठ्ठल विठ्ठलल या चित्रपटाचे लेखक, दिग्दर्शक श्री. गजेंद्र अहिरे, वारी या विषयावर पुस्तक लिहिणारे लेखक दिपक फडणीस व श्री. देवीदास पोटे, वारीच्या व्यवस्थापनात महत्त्वाची भूमिका बजावणारे माजी विभागीय आयुक्त डॉ. दिपक म्हैसेकर (भा.प्र.से.) यांनी मार्गदर्शन केले. प्रसिद्ध छायाचित्रकार श्री. शिरीष शेटे यांच्या वारीच्या छायाचित्राचे प्रदर्शन देखील यावेळी भरविण्यात आले होते. २) माध्यमिक व उच्च माध्यमिक परिक्षेत उज्वल यश संपादित केलेल्या विद्यार्थ्यांचा गौरव अध्यक्ष श्री. विलास जोशी, रिझर्व्ह बँकेचे संचालक डॉ. आशुतोष राराविकर, कार्याध्यक्ष श्री. प्रभाकर कुलकर्णी यांच्या हस्ते प्रातिनिधिक स्वरूपात ज्ञातीच्या १० विद्यार्थ्यांचा प्रमाणपत्र व रोख पारितोषीक देऊन सत्कार करण्यात आला. माध्यमिक परिक्षेत चि. ईशांत समीर सरदेशमुख (९८.६०%), संस्थेचे खजिनदार श्री. विनोद मांडके यांचे चिरंजीव साक्षात विनोद मांडके (९७.४०%), संस्थेचे सचिव श्री. प्रसाद ठकार यांची कन्या तनीष्का प्रसाद ठकार (८५%), आर्या प्रसाद रावेरकर (९२.८०%), सोहम निखिल जोशी (९१%), आशिष डाफरे (९०%), वेद अभय धायगुडे (८७%) तसेच उच्च माध्यमिक परिक्षेत कु. पूर्वा प्रसाद रावेरकर (CET-९९.९९%) इ. विद्यार्थी विद्यार्थिनींचा गुणगौरव या कार्यक्रमात करण्यात आला.





## शाश्वत गुरुतत्वाचा शोध

स. भ. श्री. मोहनबुवा रामदासी

गुरू हा शब्द उच्चारला की शिक्षक, मार्गदर्शक किंवा धार्मिक गुरू आपल्या डोळ्यासमोर येतात. शिक्षक हा आपल्याला शालेय व महाविद्यालयीन काळात विविध विषयांचे ज्ञान देणारा असतो. आपल्यापुढे कठीण समस्या उभ्या राहिल्या की आपण मार्गदर्शनासाठी अनेकांकडे धाव घेत असतो, ते मार्गदर्शकही महत्वाचे असतात. धार्मिक प्रवृत्तीचे लोक संसारातील अडीअडचणी घेऊन साधूसंतांना साकडे घालतात, धर्माशी निगडित प्रश्न विचारतात. काहीजण अनुग्रह घेऊन संसाराचा भवसागर पार करण्यासाठी अथवा पुण्यसंग्रहासाठी नामजप करतात. अशा संत प्रवृत्तीच्या लोकांना गुरू संबोधण्याची समाजाची मानसिकता असते. तसेच कीर्तन, प्रवचन व धर्मप्रसार करणाऱ्यांनाही धर्मगुरू असे म्हंटले जाते. हे गुरूच खरे असावेत यापेक्षा वेगळे गुरू ते कोणते? असा प्रश्न पडू शकतो?

श्री समर्थ रामदास स्वामी आपणांस ग्रंथराज दासबोधातील 'गुरूलक्षण' या समासात गुरूंची लक्षणे सविस्तर सांगतात. आपणास संसारातील अनेक प्रश्नांपेक्षाही परब्रह्म जाणून घेण्याची इच्छा असणे व आपण त्या मार्गावर सद्गुरूंच्या शिकवणीनुसार मार्गक्रमण करणे अपेक्षित असते. आपल्या भोवतीचा मायेचा पाश सोडवून आपण भक्तीमार्गाने गेले पाहिजे. भक्तीमार्ग, चित्तशुद्धीसाठी व भावना स्थिर करण्यासाठी एक प्रकारचे साहित्य आहे परंतु याकडे असे न पाहता अनेकजण भक्तीमार्गाच्या वा कर्मकांडाच्या कृतीतच अडकून पडतात. हिंदू धर्मात अनेक पंथ आहेत, तसेच भक्तीमार्गाच्या व कर्मकांडांच्या अनेक पद्धती आहेत. यातील वादविवादात व मतभिन्नतेच्या शंकातच अनेकजण संभ्रमित होतात. तसेच कोणते गुरू करावे, कुठला मंत्रजप करावा, इ. प्रश्नातच भरपूर वेळ व्यर्थ जातो.

वरील सर्व उपाय आणि गुरूंचा शोध हा नेहमी बाहेर घेतला जातो. सुखांचा शोधही बाहेरच घेतला जातो. अनेक धर्मग्रंथ व संत एकच गोष्ट पुन्हा पुन्हा सांगतात ती ही की 'सुखाचा शोध बाहेर घ्यायचा नसतो सुखाचा अखंड स्रोत आतमध्येच असतो.' अनेकदा आपले अंतर्मन आपल्याला योग्य-अयोग्य मार्ग दाखवत असते. आपले मन आपल्याला मार्गदर्शन करत असते. आपले मनही तसे पाहता आपला गुरूच असते. खरेतर आत्मा आणि गुरूतत्व एकच आहे; ज्या व्यक्तीस हे ज्ञान उमगते आणि त्याची प्रचिती येते तोच शाश्वत आनंदाचा अधिकारी होतो. जगात जर काही शाश्वत असेल तर ते म्हणजे हे गुरूतत्व. जर सुक्ष्मरितीने विचार केला तर लक्षात येते की आपल्या अंतःकरणात जाण्याचा मार्ग दाखवणारा सद्गुरूही कुठेतरी बाहेर नसून तो आपल्या आतच असला पाहिजे.

ब्रह्मचैतन्य गोंदवलेकर महाराज नामजपावर भर देतात. नामाव्यतिरिक्त काहीही करू नका, फक्त 'नाम घेत राहा' मग इतर कशाचीही गरज भासणार नाही असे त्यांनी वेळोवेळी सांगितले आहे. जेव्हा आपण बाहेरचे सर्व दरवाजे बंद करून स्वतःच्या आत पाहातो तेव्हा आपल्यातील गुरूतत्व आपणास मार्गदर्शन करते.

श्री समर्थही आपणांस दासबोध व आत्मारामाच्या माध्यमातून या गुरूतत्वाचा शोध घेण्याचे सुचवतात. श्री समर्थांचे वेगळेपण दिसते ते इथेच. समर्थ आपल्याला आपल्यातील गुरूतत्वाचा शोध घेण्यास प्रवृत्त करतात व दासबोधातून योग्य मार्गदर्शनही करतात. ते म्हणतात दासबोध व आत्माराम हेच गुरू माना. या ग्रंथांमधून अभ्यास करणारास बोध होतो व त्यातून गुरूतत्वाची प्रचिती येते. ही प्रचिती येणारे गुरूतत्वही प्रत्यक्ष गुरूंच्या तत्वाप्रमाणेच सामर्थ्यशाली व त्याच पातळीवरचे असते. समर्थांनी स्वतः ही प्रचिती घेऊन, आपल्यापुढे अनुभव ठेवला आहे. ते म्हणतात





माझी काया आणि वाणी । गेली म्हणाल अंतःकरणी । परी मी आहे जगज्जीवनी । निरंतर ॥

आत्माराम दासबोध । माझे स्वरूप स्वतःसिद्ध । असता न करावा खेद । भक्तजनी ॥

यावरून हे कळते की ग्रंथातील, आपल्या अंतःकरणातील व सद्गुरूच्या अंतःकरणातील गुरुतत्व हे शेवटी एकच असते संपूर्ण ब्रह्मांड हे एकाच गुरुतत्वाने व्यापलेले आहे. तसेच जे पिंडी ते ब्रह्मांडी याची प्रचिती येते.

स. भ. श्री. मोहनबुवा रामदासी

(कार्यकारी अध्यक्ष)

आनंदी - नारायण कृपा न्यास, खातगाव ता. कर्जत जि. नगर. मोबाईल: ९१४६८५५६९१

## जगी सर्वसुखी असा कोण आहे

डॉ. देवीदास पोटे (मो. : ९८२०३३२१२८)

जगी सर्व सुखी असा कोण आहे?। विचारी मना तूची शोधूनि पाहे॥ - समर्थ रामदास

“मनाचे श्लोक” हे समर्थ रामदासांचे महत्वाचे असे काव्य आहे. या श्लोकांना “मनोबोध” किंवा “मनाची क्षते” या नावांनीही ओळखली जाते. मनोबोधात एकूण दोनशे पाच श्लोक आहेत. भक्तीपंथ, नामस्मरण, सदाचार, संतसंग, सद्गुरू अशा विविध सत्तावीश विषयांवर त्यांनी विवेचन केले आहे. मनोबोधात समर्थ रामदासांनी जे चिंतन केले आहे ते दासबोधातील विचारांना जवळचे आहे.

माणसाचे मन हेच त्याच्या बंधनाचे वा मुक्तीचे कारण असते. मनाला विविध प्रकारे सावध करावे या उद्देशाने समर्थांनी ही “मनाची क्षते” लिहिली आहेत. “मनाची क्षते” हा वैचारिक प्रबंधच आहे.

“मना सज्जना” असे प्रेमाने आळवून समर्थ त्याला मृदू आणि जागृतीच्या वाटेवर आणतात. ‘निंद्य ते सोडावे’, वंद्य ते करावे’ हे सांगताना नीती हे भक्तीचे अधिष्ठान आहे असे त्यांनी स्पष्ट केले आहे. समर्थांचा पिंड एका प्रेमळ समाजशिक्षकाचा आहे. “शहाणे करून सोडावे सकळ जन” हे त्यांचे उद्दिष्ट आहे. ‘सदा संगती सज्जनांची करावी.’ असे त्यांनी सांगितले. पण हा सज्जन कसा असावा? याचे उत्तर देताना ते म्हणतात, “जयाचेनि संगे महादुःख भंगे” असा!

“प्रभाते मनी राम चिंतित जावा” असे आरंभीच सांगून समर्थांनी नामाचा महिमा विशद केला आहे. नाममंत्राची शक्ती ज्याच्याकडे आहे त्याला मुक्तीची द्वारे सहज उघडता येतात हे प्रतिपादन ज्ञानदेवांपासून समर्थांपर्यंत सर्वांनीच केले आहे. राघवाच्या गगनासमान रूपाचे चिंतन केले तर ईश्वरी कृपा होते आणि साक्षात्काराचा स्वर्गीय आनंद प्राप्त होतो.

वरील श्लोकात समर्थ मनाला सांगतात, “हे मना, या जगात संपूर्ण सुखी कुणीच नसतो. म्हणून शोक आणि चिंता यांना दूर ठेवावे. आपल्या देहाच्या अतित्वाची जाणीव विसरून जावी. शरीराची आणि लौकिक आयुष्यात दिसणाऱ्या वस्तूंची जागीच विसरून जावी. शरीराची आणि लौकिक जगातील बाह्य दिसणाऱ्या वस्तूंची आसक्ती मनात प्रत्येकाच्या मागे अपरिहार्यपणे येतच असतो.”

समर्थांनी आपल्या आयुष्यभर केलेल्या मनन आणि चिंतनातून झालेले रोखठोक विचार त्यांच्या मनोबोधातून प्रकट झाले आहेत. म्हणून ‘हे तो प्रचीतीचे बोलेणे’ आहे. या काव्याचे स्वरूप “अंतरीचे धावे बाहेरी स्वभावे” अशा प्रकारचे आहे. समरसतेतील सौंदर्य आणि एकतानतेतील तेज घेऊन हे श्लोक जन्माला आले आहेत. तळतळ तळमळ होतचि आहे.’ हे त्यांच्या कवित्वाचे कारण आहे.





समर्थ रामदासांप्रमाणेच संत नामदेव वा संत तुकाराम यांनीही आपल्या अभंगवाणीतून वर्णन केले आहे. संत नामदेवांनी आपल्या १५ अभंगांतून मनाबाबत प्रकट चिंतन केले आहे. “कल्पना सांडोनि संतांसंगे राही।। सर्व त्याचे पायी सुरू आहे।।” असे त्यांनी मनाला सांगितले आहे.

संत तुकारामही “तुका म्हणे” मना पाहिजे अंकुश। नित्य नवा दिस जागृतीचा।।” हे शाश्वत तत्त्व मनाला सांगत आहेत.

आद्य शंकराचार्यांनी म्हटलंय, “ हे जग कोण जिंकू शकेल? ज्याने आपल्या मनाला जिंकले आहे तो!”

मनोबोध हे मनावर विजय मिळविण्याचे प्रभावी साधन आहे. आचार्य विनोबा भावे यांनी मनाच्या श्लोकांबाबत म्हटलंय, “समर्थांचे मनाचे श्लोक’ ही एक सोन्याची तिजोरी आहे.

## आयुष्याकडे बघण्याचा एक दृष्टीकोण

डॉ. लक्ष्मीकांत दाणी

(मोबाईल क्र. ९८२०४३७०७३)

कोणतीही गोष्ट न चिडता न रागवता समोरच्याला सांगणे हे ज्याला जमलं त्याला आयुष्य जगायचं जमलं. कारण समोरच्या वर चिडणं खूप सोपं आहे पण त्याला न दुखवता त्याला ती गोष्ट सांगणं खूप अवघड आहे. निसर्गाचा नियमच आहे की एका जागी दुसरी गोष्ट आली की पहिली निघून जाते. जसे पाणी आले की धूळ किंवा घाण निघून जाते, हवा आली की उष्णता निघून जाते, प्रकाश आला की अंधार निघून जातो तसे आपल्याला चांगले विचार आले की वाईट विचार आपोआप निघून जातात. जीवनात जर शांतता हवी असेल तर दुसऱ्यांशी वाद घालण्यापेक्षा स्वतःला बदलून घ्या, कारण पुर्ण जगात कार्पेट टाकण्यापेक्षा स्वतःच्या पायात चप्पल टाकणं जास्त सोपं आहे. आयुष्याच्या रस्त्यावर चालताना पडलंच पाहिजे तेंव्हाच तर कळतं कोण हसतंय, कोण दुर्लक्ष करतंय, आणि कोण सावरायला येतंय. कधी कधी शांतच राहणे खूप गरजेचं असते. आयुष्याकडे सगळ्याच प्रनाची उत्तरे मागायची नसतात कारण ओंजळीत पाणी तर पकडू शकतो पण टिकवून नाही ठेवू शकत.

आवश्यकतेपेक्षा जास्त मिळतं त्याला म्हणतात नशीब, सर्व काही असूनही रडवतं त्याला म्हणतात दुदैव आणि थोडे कमी सापडूनही आनंद देतं त्याला म्हणतात आयुष्य.

माणूस घर बदलतो, माणूस मित्र बदलतो, माणूस कपडे बदलतो तरी तो दुःखीच असतो, कारण तो आपला स्वभाव बदलत नाही.

झाकलेल्या मुठीतून वाळूचा कण निसटावा तसं हळू हळू आयुष्य निघून चाललंय...

आणि,

आपण उगीच भ्रमात आहोत कि आपण वर्षा वर्षाने मोठे होत चाललोय,

प्रेम ‘माणसावर’ करा त्याच्या ‘सवयींवर’ नाही,

‘नाराज’ व्हा त्याच्या बोलण्यावर पण ‘त्याच्यावर’ नाही,

‘विसरा’ त्याच्या ‘चुका’ पण त्याला नाही,

कारण ‘माणुसकी’ पेक्षा मोठं काहीच नाही ...



## रक्तक्षय प्रतिबंधासाठी परसबाग लागवड

डॉ. साधना उमरीकर (मो. ९४२०५३००६७), डॉ. सचिन सोमवंशी

कृषि विज्ञान केंद्र, बदनापूर वसंतराव नाईक मराठवाडा कृषि विद्यापीठ, परभणी

ग्रामीण भागात अनेक प्रकारची फळे, भाजीपाला व इतर धनधान्य मुबलक प्रमाणात असूनही ग्रामीण भागातील जनतेमध्ये आहारासंबंधी जागरूकता दिसून येत नाही. याचे मुख्य कारण म्हणजे अज्ञान, दारिद्र्य, आहाराबाबतीतील उदासीनता व योग्य नियोजनाचा अभाव ही असून स्वतःच्या आरोग्या संबंधी ग्रामीण लोक काळजी घेत नाहीत. बहुतेक लोक त्यांच्या दैनंदिन गरजे पेक्षाही कमी अन्न ग्रहण करतात. यामुळेच आहारातील कमतरतेमुळे पोषक तत्वांच्या कमतरतेचे व कुपोषण असे आजार दिसून येतात. कुपोषण हे प्रामुख्याने लहान बालके, किशोरवयीन मुले, मुली, गरोदर स्त्रिया व स्तनदा माता यांच्यामध्ये जास्त प्रमाणात दिसून येते.

रोजच्या आहारातून लोहाची योग्य प्रमाणात उपलब्धता न झाल्यास या प्रकारचे कुपोषण निर्माण होते. किशोरवयीन मुली, गर्भवती स्त्रिया, स्तनदा माता यांच्या आहारात लोहाचे प्रमाण जास्त असणे गरजेचे असते. किशोरवयीन मुलींमध्ये मासिक पाळी सुरु होत असल्यामुळे अतिरिक्त रक्तस्त्राव सुरु होतो. तर गर्भवती व स्तनदा मातांना गर्भाला व बाळाला पोषण करावयाचे असल्यामुळे लोहाची जास्त गरज असते.

महाराष्ट्रात सुमारे ५८ ते ६४% किशोरवयीन मुली कुपोषित आहेत, तर हेच प्रमाण गरोदर महिलांसाठी ७५% व स्तनदा मातांचे ७७% एवढे आहे. गरोदरपणात होणाऱ्या कुपोषणामुळे बाळाची वाढ चांगली होत नाही व कमी वजनाचे मूल जन्माला येते. रक्तक्षयामुळे मानसिक व शारीरिक विकास चांगला होत नाही व एकूणच व्यक्तीच्या कार्यक्षमतेवरही विपरीत परिणाम दिसून येतो. भावी पिढीला सक्षम व आरोग्यपूर्ण बनविण्यासाठी रक्तक्षय टाळणे अत्यंत आवश्यक आहे.

### रक्तक्षय किंवा अॅनिमिया म्हणजे काय ?

भारतातील अंदाजे ७० टक्के स्त्रिया आणि मुले या रक्तक्षय पीडित आहेत. मानवाच्या शारीरिक, बौद्धिक विकासासाठी लोह हे अत्यंत महत्वाचे अन्नद्रव्य आहे. याच्या कमतरतेमुळे अशक्तपणा व अनेक समस्या निर्माण होतात. रक्तक्षय म्हणजेच अॅनिमिया ही भारतीय महिला आणि मुलांमध्ये सर्वाधिक आढळणाऱ्या समस्यांपैकी एक गंभीर समस्या होय.

अॅनिमिया म्हणजे रक्तातल्या लाल पेशी किंवा हिमोग्लोबिन कमी झाल्यामुळे रक्ताची प्राणवायू वाहून शरीरातील विविध अवयवांना पुरविण्याची क्षमता कमी होते. यामुळे शरीरातील पेशींना मिळणारा प्राणवायू/ऑक्सिजन कमी होतो आणि अवयवांच्या कार्यक्षमतेवर विपरीत परिणाम होतो.

### लोहाचे कार्य

लोह हे एक महत्वाचे खनिज असून याची शरीराला अत्यंत आवश्यकता असते. रक्तातील लाल पेशींमध्ये हिमोग्लोबिन तयार करण्याचे काम हे खनिज द्रव्य करते. शरीरातील प्रत्येक पेशीपर्यंत ऑक्सिजनचा पुरवठा करण्याचे महत्वाचे कार्य देखील लोह करते. लोहाच्या कमतरतेमुळे रक्तपेशींचा आकार लहान होतो व त्याचे रक्तातील प्रमाण घटते. त्यांना आवश्यकतेपेक्षा ऑक्सिजनचा पुरवठा देखील कमी प्रमाणात होतो. ही स्थिती बराच काळ राहिल्यास लोहाच्या कमतरतेमुळे अॅनिमिया म्हणजेच रक्तक्षय होतो.

### रक्तक्षय का होतो ?

\* दैनंदिन आहारात लोहाचे प्रमाण कमी असणे या बरोबरच इतर महत्वाची जीवनसत्वे जसे की



जीवनसत्त्व 'ब', फोलिक एसिड ई ची नियमितपणे कमतरता असणे. \* शरीरातील रक्तसंस्थेचे कार्य बिघडल्यास रक्त निर्मितीचे प्रमाण घटते. \* आहारात वनस्पतीजन्य पदार्थांचे प्रमाण जास्त असल्यास रक्तक्षय होतो. (लोहाचे व्यवस्थित शोषण होण्यासाठी प्राणीजन्य पदार्थांची आवश्यकता असते). \* मुलांच्या वाढीच्या काळात, स्त्रियांच्या गरोदरपणात व दुग्ध सर्जन काळात लोहाची जास्त गरज असते. अशा काळात लोहाची गरज पूर्ण न झाल्यास या अवस्थेत प्रामुख्याने रक्तक्षय जास्त प्रमाणात आढळतो. \* किशोरवयीन मुली व स्त्रिया यांच्यामध्ये मासिक पाळी दरम्यान होणाऱ्या रक्तस्त्रावामुळे लोहाची शरीराला जास्त गरज असते. ही गरज पूर्ण न झाल्यास रक्तक्षय होतो. \* अनेक वेळा आहारातील लोहाचे प्रमाण जरी योग्य असले तरी इतर रासायनिक पदार्थांचा आहारात समावेश जास्त असल्यास लोहाचे योग्य प्रकारे शोषण होत नाही. उदा. आहारातील तंतुमय पदार्थ, कॅफेन टॅनिन, भाज्या व दालीमधील फायटेट यांचे प्रमाण जास्त असल्यास लोहाच्या शोषणास अडथळा निर्माण होतो. \* पोटातील कृमिमुळे अथवा ईतर आजारांमुळे देखील रक्ताचे शोषण योग्य प्रकारे होत नाही. \* आहाराविषयी गैरसमजुती व चुकीच्या आहार पद्धतीमुळे देखील रक्तक्षय निर्माण होतो. \* क्षय, अल्सर, कर्करोग, कॅन्सर इ. आजारांमध्ये पचन संस्थेमध्ये बिघाड निर्माण होऊन रक्तक्षय होतो.

### रक्तक्षयाचे आरोग्यावर होणारे परिणाम

शरीरातील बहुतांशी लोह हे हिमोग्लोबीन स्वरूपातील लाल रक्तपेशीमध्ये तसेच मांसपेशी मध्ये असते. रक्तातील हिमोग्लोबीन फुफ्फुसापासून शरीराच्या प्रत्येक पेशीपर्यंत ऑक्सिजन पुरविण्याचे काम करते. तर मांसपेशीतील हिमोग्लोबीन म्हणजेच मायोग्लोबीन मांसपेशीत ऑक्सिजन साठवण्याचे काम करते व जेव्हा शरीराला गरज निर्माण होते तेव्हा ते पुरविले जाते. रक्तक्षय झालेल्या व्यक्तींमध्ये लाल रक्तपेशी फिकट गुलाबी दिसू लागतात व शरीरातील प्रत्येक पेशींना ऑक्सिजन पुरविण्याचे काम योग्य प्रकारे करू शकत नाहीत. त्यामुळे शरीरातील पेशींमध्ये पुरेशी उर्जा तयार होत नाही व परिणामी व्यक्तीला थकवा जाणवू लागतो. उर्जेच्या अभावामुळे अशक्तपणा, डोकेदुखी, निरुत्साह जाणवतो व चीडचीडेपणा वाढतो.

### रक्तक्षय प्रतिबंधासाठी व सुदृढ आरोग्यासाठी परसबाग लागवड

मातेची गर्भधारणा ते बालकाच्या वयाचे दोन वर्षे हा काळ एकूण १००० दिवसांचा असतो. डॉक्टर देखील बालकांच्या जीवनातील हा काळ आरोग्यासाठी अतिशय महत्वाचा मानतात. परंतु नेमका हाच काळ ग्रामीण भागातील महिलांकडून दुर्लक्षित राहतो. अज्ञान, दारिद्र्य, कामाचा व्याप अशा अनेक कारणांमुळे या महत्वाच्या काळात दुर्लक्ष झाले तर बालक कुपोषित होते. गरोदर स्त्रिया, लहान बालके व किशोरवयीन मुली यांना ग्रामीण भागात पुरेसा पोषक आहार मिळत नाही. आहारा मधील भाजीपाल्याच्या कमतरतेमुळे महिला आणि किशोरवयीन मुलींमध्ये रक्तक्षयाचे प्रमाण वाढत आहे. त्याच बरोबर रासायनिक खते आणि कीटकनाशकांच्या वापरामुळे धान्य तसेच भाजीपाल्याची प्रत खालावत आहे. याचा सरळ परिणाम आरोग्यावर होतो. आरोग्यावरील रक्तक्षय आणि कुपोषण अश्या दुष्परिणामांना टाळण्यासाठी व त्यावर मात करण्यासाठी सेंद्रिय भाजीपाला आहारात घेणे अत्यावश्यक आहे. म्हणूनच घराच्या अंगणात प्रत्येक स्त्रीने पोषणबाग तयार करणे गरजेचे आहे. यामुळे सकस व सेंद्रिय भाजीपाला मुबलक प्रमाणात रोजच्या आहारात उपलब्ध होईलच तसेच रक्तक्षयासारखा गंभीर प्रश्न सुटेल. ग्रामीण भागातील महिलांना आपल्या उपलब्ध जागेत परसबाग फुलविण्यासाठी प्रोत्साहित करणे गरजेचे आहे.

### परसबागेतील भाजीपाला लागवड

परसबागेत भाजीपाला लागवड करण्यासाठी आजूबाजूचा परिसर स्वच्छ करून घ्यावी. शक्य असल्यास त्याला चांगले कुंपण करावे. नाहीतर काटेरी कुंपण करावे. जमीन चांगली कोळपून घ्यावी. त्यानंतर वाफे तयार





करावेत. सुरवातीला उत्तम प्रकारचे बियाणे मागवून पेरणी करावी. नंतर मात्र हेच बियाणे राखून ठेवता येतात.

**पालेभाज्या :** सर्व प्रकारच्या पालेभाज्या वाफे पद्धतीने घेता येतात. २५ ते ३० दिवसात पालेभाज्या काढणीस येतात. गरजे प्रमाणे काढणी करावी. पुन्हा पेरणीसाठी बियाणे तयार करावे. पालक, शेंपू, चुका, चाकवत, चिवळ, कोथिंबीर, मेथी, तांदुळसा इ सर्व पालेभाज्या परसबागेत चांगल्या प्रकारे वाढवता येतात.

**फळभाज्या :** फळभाज्यांची लागवड शक्यतो रोपे तयार करून योग्य त्या ठिकाणी लावणी करावी. रोप लावणी सकाळी किंवा सायंकाळी करावी. मिरची, टोमॅटो, वांगी, गवार, पत्ता कोबी, फुलकोबी, भेंडी, दिलपसंद इ भाज्या परस बागेत चांगल्या बहरतात.

**वेलवर्गीय भाज्या :** काकडी, दोडका, कारले, पडवळ, तोंडली, वाल, घोसावळे भोपळा इ.प्रकारच्या वेलवर्गीय भाज्या बागेच्या कडेला परंतु अंतर ठेवून लावाव्यात म्हणजे वेलीची मुळे लांबवर पसरण्यास वाव मिळतो. वेलवर्गीय भाज्या महिनाभरात मांडवावर येतात. म्हणून आधार द्यावा.

**कंद वर्गीय भाज्या :** कांदा, लसूण, गाजर, बटाटा, मुळा, अळू अशा कांडवर्गीय भाज्या देखील परस बागेत लावता येतात.

**निरंतर फळे व भाज्यांची लागवड :** परसबागेत काही भाज्यांची व फळांची लागवड केल्यास ते वर्षानुवर्षे उत्पादन देतात. यामध्ये शेवगा, कढीपाला, पेरु, लिंबोनी, पपई, चिकू ईच समावेश होतो. अशा झाडांचे संगोपन हे पोषण मूल्यांच्या दृष्टीने देखील अत्यंत फायदेशीर असते. त्यामुळे जागेच्या उपलब्धते नुसार ही झाडे जरूर लाऊन घ्यावीत.

**औषधी वनस्पती :** तुळस, कोरफड, गवती चहा, अडुळसा, अकलकारा इ. औषधी वनस्पती परसबागेमध्ये लाऊ शकतो.

**फळझाडे :** पेरु, पपई, लिंबोनी, चिकू, सीताफळ , आवळा, आंबा या प्रकारची फळझाडे परसबागेमध्ये लावता येतात.

आपल्या घराभोवती, अंगणात, परसात, बाल्कनीमध्ये, टेरेसवर, जिथे जागा उपलब्ध असेल तिथे भाजीपाला, औषधी वनस्पती, फुलांची झाडे इत्यादींची लागवड करून आपले आरोग्य चांगले ठेवण्याबरोबरच पर्यावरण संवर्धनामध्ये आपले योगदान देऊ शकतो. ताजे सकस अन्न घेणे, आहारात ऋतुनुसार फळे व भाज्यांचा समावेश करणे, नियमित लोह पुरवठा होण्यासाठी स्वतःच्या परस बागेतील ताज्या भाज्या व फळांचा आहारात समावेश करणे अशा सोप्या उपायांमुळे रक्तक्षयाला आळा घालता येतो अथवा तो पुर्णपणे बरा करू शकते.

## नाही ज्ञानेन सदृश्यं पवित्रमिह विद्यते

**शब्दांकन : सौ शुभदा कुलकर्णी, नीलिमा चिंचणकर**

ज्ञानासारखं पवित्र आणि श्रेष्ठ या जगात दुसरे काहीही नाही. ज्ञानाची, विद्येची अखंड उपासना करणाऱ्या अशा एका ज्ञानार्थीची, मुलाखत घेण्याचा योग मला नुकताच आला.

ही विद्यार्थिनी आहे देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण संघ डॉंबिवलीचे सदस्य श्री. व सौ. पूजा रावेरकर यांची सुकन्या कुमारी पूर्वा रावेरकर!

पूर्वने सीईटी परीक्षेमध्ये ९९.९९% मार्क्स मिळवलेले आहेत. इतकं घवघवीत यश मिळवणाऱ्या, शांत





आणि हसतमुख पूर्वाचं मी प्रथम अभिनंदन केलं आणि विचारलं, पूर्वा तुझं शिक्षण कुठे झालं आणि दहावी बारावीला किती मार्क पडले? कोणाचं मार्गदर्शन मिळालं?

पूर्वा सांगू लागली, 'तिचं दहावीपर्यंत शिक्षण विद्यानिकेतन हायस्कूल डॉंबिवलीला आणि त्यानंतर रॉयल कॉलेजमध्ये झालं. तिला दहावी आणि बारावीला दोन्ही वेळेला ९१ टक्के मार्क पडलेले आहेत. मार्गदर्शनासाठी तिने दळवी क्लासेस लावलेले होते. बारावीनंतर सीईटी साठी जोरदार मेहनत केली.'

पूर्वा थोडी अबोल आहे. तिला थोडं बोलतं करण्यासाठी मी विचारलं की तिला कोणत्या क्षेत्रात क्षेत्रात स्वारस्य आहे?

त्यावर मात्र ती भरभरून बोलली. ती म्हणाली मला बायोटेक मध्ये रिसर्च करायचं आहे आणि झुओलॉजी म्हणजे प्राणीशास्त्र हा विषय माझा अत्यंत आवडता आहे. प्रथम मेडिकलला जाऊन पुढे ती रिसर्च करणार आहे आणि त्याची तयारी तिची आत्तापासून सुरू आहे.

'किती वेळ अभ्यास करतेस?' असे विचारल्यानंतर पूर्वाच्या आईनेच उत्तर दिलं. त्या म्हणाल्या, अहो पूर्वा तेरा-चौदा तास अभ्यास करते. तिला खूप मित्र-मैत्रिणी नाहीयेत. अतिशय अभ्यासू आणि शांत असलेल्या पूर्वाला आपल्या भावंडात रमणे आवडतंच पण सर्वात जास्त ती रमते ती अभ्यासात! तिच्या पाठची बहिण सुद्धा हुशार आहे. तिलाही आता दहावीला ९३ टक्के मार्क पडलेले आहेत आणि पुढे इंजिनिअरिंगला जायचा तिचा विचार आहे. सर्वात धाकटा भाऊ ही बहिणीच्या पावलावर पाऊल टाकून अभ्यास करत आहे. ताई म्हणून सर्वांना सांभाळून घेण्याचा तिचा स्वभाव आहे आणि तिच्यामुळे घरात कायम अभ्यासाचे वातावरण असतं.

क्षणशः कणश्चैव विद्यामर्थं च साधयेत्। क्षणे नष्टे कुतो विद्या कणे नष्टो कुतो धनम्॥

या सुभाषिताप्रमाणे प्रत्येक क्षणाचा उपयोग विद्यार्जनासाठीच केला पाहिजे म्हणजेच विद्या मिळवताना क्षण सुद्धा वाया घालून चालत नाही असं म्हटलेलं आहे आणि हे तत्व पूर्वाने लक्षात ठेवलेले आहे.

आपल्या या गुणी मुलांच्या शैक्षणिक कारकीर्दीसाठी त्यांच्या आईने म्हणजे सौ. पूजा रावेकरांनी त्यांची नोकरी सोडली आणि त्या पूर्णवेळ गृहिणी झाल्या तरीही त्यांचं संस्कृत श्लोक शिकण आणि शिकवणे चालू आहे. अतिशय उत्साही असलेल्या पूजाताई अलिकडेच एका ग्रुपबरोबर रामेश्वरला जाऊन, रामसेतूवर पहाटे तीन वाजता राम तांडव म्हणून आल्या.

पूर्वाचे वडिल सिमेन्स कंपनीत नोकरी करतात आणि त्यांचे ही मुलांच्या अभ्यासाकडे अत्यंत बारकाईने लक्ष असते.

अतिशय सुसंस्कृत आई वडिल लाभलेल्या या गुणी मुलीकडे, पूर्वाकडे पाहिले तर लगेचच जाणवते की आपण मिळवलेल्या यशाचा कणभरही गर्व तिला नाही. उलट Miles to go अर्थात् बरंच काही करायचे आहे त्यामुळं जास्तीत जास्त अभ्यास कसा होईल व आपले ध्येय कसे गाठता येईल हाच विचार तिच्या मनात सतत असतो.

'विद्या ददाति विनयम्' हे जिच्याकडे पाहून जाणवते त्या

पूर्वाला तिच्या पुढील शैक्षणिक कारकीर्दीसाठी आमच्या अखिल देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण संघातर्फे मनःपूर्वक शुभेच्छा!

**७७व्या स्वातंत्र्य दिनाच्या आणि गणेश उत्सवाच्या  
सर्व सभासदांना हार्दिक शुभेच्छा...**





## कारगिलनंतरचे बदलाचे वारे

लेफ्ट. जनरल सतीश दुवा

दरवर्षी २६ जुलै हा दिवस भारताचा १९९९ मध्ये कारगिल युद्धात झालेला विजय दिवस म्हणून साजरा केला जातो. या युद्धात भारतीय सैन्याने भारतीय हद्दीतील डोंगर शिखरांवर लपून बसलेल्या पाकिस्तानी सैन्याला हुसकावून लावले आणि तो भूभाग पुन्हा ताब्यात घेतला. सर्व अडथळे पार करून, मोठी किंमत चुकवून विजय मिळविणाऱ्या भारतीय सैनिकांच्या शौर्याचा हा महोत्सव आहे. या युद्धात कारगिलमध्ये आपला भूभाग वाचविण्यासाठी ५२७ अधिकारी आणि सैनिकांनी आपले प्राण दिले. त्यांचा देशाला अभिमान आहे. आम्ही त्यांना वंदन करतो.

कारगिलची लढाई ही तांत्रिकदृष्ट्या युद्ध नव्हती; मात्र ती अनेक बाबींत युद्धापेक्षा कमी नव्हती, किमान आपल्या सैनिकांनी आणि तरुण अधिकाऱ्यांनी दाखविलेल्या शौर्याच्या बाबतीत तर नव्हतीच. कारगिल हा लडाख प्रांतातला एक जिल्हा आहे, जिथे अप्रतिम निसर्ग सौंदर्य आहे. भारत आणि पाकिस्तान यांच्यातील नियंत्रणरेषा कारगिलच्या डोंगराळ आणि कठीण भूभागातून जाते. या बर्फाच्छादित पर्वतरांगांची उंची ११००० ते १८००० फूट आहे.

कारगिलमधल्या या दुर्गम बर्फाच्छादित पर्वतांवर ताबा मिळविण्याचा पाकिस्तानने प्रयत्न का केला? हे समजून घेताना प्रथमतः कारगिलच्या पश्चिमेला, सियाचीन ग्लेशियरमध्ये, जवळपास एक दशकापूर्वी जे घडले, ते आपण समजून घेतले पाहिजे. ८०च्या दशकात भारत आणि पाकिस्तानच्या सैन्याचा सियाचीन ग्लेशियर येथे आमना-सामना झाला होता. तेव्हा आमच्या तुकडीने जगातील सर्वात उंच पर्वतावर चढाई केली आणि २१,१५३ फूट उंचीवर असलेल्या पाकिस्तानने बळकावलेले 'कैद' हे ठाणे ताब्यात घेतले. ज्याचे नंतर ऑनररी कॅप्टन बना सिंह पीव्हीसी, यांच्या सन्मानार्थ बना 'टॉप' असे नामकरण करण्यात आले. त्यांच्या तुकडीनेच या ठाण्यावर निर्णायक हल्ला केला होता.

या पराभवामुळे चिडलेल्या पाकिस्तानच्या विशेष सेवा गटाने तीन महिन्यांनंतर प्रतिहल्ला केला, जो यशस्वीपणे परतवून लावण्यात आला. पाकिस्तानचे कमांडर, ब्रिगेडियर परवेझ मुशर्रफ यांनी त्या हल्ल्याचे नेतृत्व केले होते. त्या पराभवाचे शल्य त्यांना बोचत होते आणि त्याचा बदला घेण्यासाठी, लष्करप्रमुख झाल्यावर कारगिल हल्ल्याची योजना आखली, ज्याला सुरुवातीला पाकिस्तान सरकारची सहमती नव्हती. या पर्वतांवर ताबा मिळवून श्रीनगर ते लेह आणि सियाचीनला जोडणारा रस्ता बंद करण्याची त्यांची योजना होती.

पाकिस्तानने १९९९मध्ये कारगिलमध्ये नियंत्रणरेषा ओलांडून सैनिक पाठवले, या भागात हिवाळ्यात दोन्ही देशांचे तुरळक सैन्य असते. ही घटना घडली, तेव्हा पंतप्रधान अटल बिहारी वाजपेयी शांतता प्रक्रिया पुढे नेण्यासाठी दिल्लीहून लाहोरला बसने गेले होते. भारताचा पाकिस्तानने विश्वासघात केला होता. आपल्या पाठीत खंजीर खुपसला होता.

जरी एकमेवाद्वितीय नसली, तरी युद्ध म्हणून ही लढाई अतिशय दुर्मीळ मानली जाते, भारताच्या जबाबदार वर्तणुकीमुळे आणि आपल्या सैनिकांनी दाखविलेल्या अपार शौर्यामुळे त्या घटनेचे रूपांतर मोठ्या युद्धात झाले नाही. हे युद्ध केवळ नियंत्रणरेषेपुरतेच मर्यादित ठेवण्यात आले नाही, तर कारगिल पुरतेच ठेवण्यात आले होते. हे कसे काय शक्य झाले?

खरे तर, नियंत्रणरेषा ओलांडून पाकिस्तानी सैन्याची मदत करणारी, त्यांना रसद पुरविणारी ठिकाणे उद्ध्वस्त





करणे योग्य ठरले असते, तरीही भारतीय सैन्याने आणि भारतीय वायुसेनेने नियंत्रणरेषा ओलांडली नाही. नियंत्रणरेषेपलीकडे जाऊन आपली लढाऊ विमाने त्यांच्या ठिकाणांचे खूप मोठा नुकसान करू शकली असती.

पाकिस्तानने भारतासोबतच्या कराराचा भंग केला असला तरी नियंत्रणरेषेचे पावित्र्य जपणे महत्त्वाचे का होते? ही कदाचित पहिलीच घटना होती, जेव्हा दोन अण्वस्त्रसज्ज देशांमध्ये युद्ध झाले आणि याकडे संपूर्ण जग श्वास रोखून बघत होते. हे युद्ध प्रचंड मोठ्या प्रमाणात वाढू नये, यासाठी भारताने कमालीचा संयम दाखवला; मात्र यासाठी आपल्याला मोठी किंमत चुकवावी लागली होती.

या पर्वत शिखरांवरून शत्रूला हुसकावून लावायला सैनिकांना समोरासमोर हल्ला करावा लागला आणि सगळे हल्ले पर्वतावर चढून करावे लागले होते, ज्यामुळे ते अतिशय कठीण आणि धोकादायक झाले होते. दूरदर्शनवरून प्रसारित होणारे ते भारताचे पहिलेच युद्ध होते. एकीकडे, देशाने क्षणाक्षणाला होणारी युद्धाची प्रगती बघितली, तर दुसरीकडे युद्धाची मानवी बाजूदेखील बघितली. अधिकारी आणि सैनिकांनी दिलेले बलिदान, त्यांच्या कुटुंबांचे हृदय पिळवटून टाकणारे दुःख, अंतिम संस्काराच्या वेळी ओसंडून वाहणारी देशभक्ती, हे सगळेदेखील बघितले. जेव्हा कॅप्टन विक्रम बत्रा एक पर्वत शिखर जिंकून परत आले, त्यानंतर त्याचं वाक्य खूप प्रसिद्ध झालं, ते होतं, ये दिल मांगे मोर... त्यांनी तरुणांमध्ये देशभक्तीची आग पेटवली, खरं म्हणजे सर्व देशातच आणि त्यानंतरच्या पुढच्या हल्ल्यात, त्यांनी प्राणांचे बलिदान दिले. या हल्ल्याचे नेतृत्व त्यांनीच केले होते. तेव्हा ते केवळ २४ वर्षांचे होते. त्यांच्याच वयाचे इतरही अनेक होते - ते सर्व विशीतले तरुण होते; मात्र ते सरावलेल्या, अनुभवी सैनिकांचे नेतृत्व करत होते, जे त्यांच्यापेक्षा १० आणि काही तर २० वर्षांनी मोठे होते.

कमांडिंग ऑफिसर म्हणून, मला माझ्या तुकडीतल्या एका अधिकाऱ्याची तार आली, जो वैद्यकीय कारणांमुळे सैन्य सोडून गेला होता. त्याला पुन्हा बटालियनमध्ये सामील होऊन युद्धात शत्रूशी लढायचे होते. जरी अशा प्रकारे युद्धात सहभाग घेण्याची कुठलीच तरतूद नसली, तरी यातून त्याची देशभक्ती, शौर्य आणि जीव धोक्यात टाकून युद्धात भाग घेण्याचा उत्साह दिसून आला. देशात अशी अनेक उदाहरणे आहेत आणि यामुळे आपण भारतीय असल्याचा आपल्याला अभिमान वाटतो.

कारगिल युद्धानंतर सैन्यदलांत सुधारणांची सुरुवातदेखील झाली. के. सुब्रमण्यम यांच्या अध्यक्षतेखालील कारगिल मूल्यांकन समितीने आराखड्यात आणि प्रक्रियांत अनेक बदल सुचविले. लालकृष्ण अडवाणी यांच्या नेतृत्वातील मंत्रिगट आणि अरुण सिंग कृती दलाने सखोल विचार करून तिन्ही सेवांचा, मुख्यालयाशी एकत्रित संरक्षण कर्मचारी, अंदाज आणि निकोबार कमांड आणि रणनीतिक दल उभारण्यात आले. सरकारने २०२०मध्ये संरक्षण दलप्रमुखांचीही नियुक्ती केली.

आपण आताच बघितले की, कारगिल युद्ध अनेक बाबींत एकमेवाद्वितीय होते; पण एक गोष्ट प्रकर्षाने पुढे आली, ती म्हणजे आपल्या सैनिकांचे शौर्य आणि समोरून नेतृत्व करणारे तरुण नायक. ते सर्व ग्रामीण आणि शहरी भागातील तरुण आहेत.

ज्या तरुणांना सैन्यदलांत कारकीर्द करायची नाही; पण देशभक्तीने ओतप्रोत आहेत, ते शॉर्ट सर्व्हिस कमिशनच्या माध्यमातून किंवा अग्निपथच्या माध्यमातून कमी काळ सैन्यात सेवा देऊ शकतात. देशाची सेवा करण्यासाठी सैन्यात पूर्णवेळ नोकरी केलीच पाहिजे, असे नाही. तुम्ही जे करत आहात त्यात प्रावीण्य मिळवून, ते काम आपल्या क्षमतेनुसार सर्वोत्तम करूनदेखील तुम्ही देशाची सेवा करू शकता आणि जर सैनिकांबद्दल आदर दाखवायचा असेल, तर एक चांगले नागरिक बना, एक असा नागरिक ज्याच्यासाठी आयुष्याचे बलिदान द्यावेसे वाटावे. जय हिंद

(लेखक काश्मीरमधील माजी कॉर्प्स कमांडर आहेत, ते एकत्रित संरक्षण दलाचे प्रमुख म्हणून निवृत्त झाले आहेत.)



## जोडीदार निवडा

वर पाहिजे.....

● नाव - डॉ. सिद्धी अनिल आराध्ये, जन्मतारीख - १३.१२.१९९५, ब्राह्मण पोट शाखा, देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण, जन्मवेळ - सकाळी ७.३५, राशी - सिंह, गण - राक्षस, नाडी - अत्यं, चरण - पहिले, शिक्षण - बी.डी.एस., नक्षत्र - मघा, योनी - उंदीर, गोत्र - भारद्वाज, उंची - ५ फूट ५ इंच. अपेक्षा - अनुरूप, वैद्यकीय किंवा अभियांत्रिकी शाखेतील असावा. पत्ता - अनिल गोपाळराव आराध्ये : घर नं. ४६१४, १-अ गाताडे प्लॉट जुना कराड नाका मागे, ता. पंढरपूर, जि. सोलापूर, संपर्क - ७३५०२९४७८९/८७६६५४१७१२

● नाव - कु. स्नेहा धनंजय लोहोगावकर, ब्राह्मण पोटशाखा - देशस्थ ऋग्वेदी, शाकाहारी, जन्मतारीख - १७.०३.१९८९, वय ३३ वर्ष - गोरा सडपातळ, रास - कर्क, नक्षत्र - पुष्यचरण १ नाडी - मध्य, उंची - ५.१, शिक्षण - सी. एस. एल. एल. बी. (C. S. LLB), नोकरी - खाजगी कंपनीत C. S. मुंबई मध्ये. आई वडील सेवानिवृत्त आहेत. १ भाऊ B.Sc/MBA असून मुंबईत नोकरी करीत आहे. अपेक्षा - उच्चशिक्षित, सुसंस्कृत, शाकाहारी, निर्व्यसनी, अनुरूप. अधिक माहितीसाठी संपर्क - आई सौ. मधुरा ध. लोहोगावकर, मोबाईल नं. ९८६९०३९४६६

● नाव - कु. गायत्री श्रीपाद थिटे, पत्ता : ४७ए, बझार रोड, बांद्रा (प.), मुंबई-५०. दूरध्वनी : ९१४६९८३९१६. ब्राह्मण पोटशाखा : देशस्थ. जन्म दिनांक : ०४ मे १९९४. गोत्र : भारद्वाज, वय : २८, उंची : ५ फूट ३ इंच, वर्ण : गोरा, शिक्षण : १२वी पास (इंग्रजी माध्यम), भाऊ/बहीण : नाही. अपेक्षा : स्वतःचे घर, आईवडिल असलेला परिवार मुंबईस्थित, कायम स्वरूपी नोकरी.

वधू पाहिजे.....

● नाव - संकेत माधव जोशी, ब्राह्मण पोटशाखा - देशस्थ ऋग्वेदी, जन्मतारीख - १७.०६.१९९४, गोत्र - वशिष्ठ, उंची - ५.१०, शिक्षण - बी कॉम, एम.बी.ए., जन्म वेळ - सकाळी ०७.४५, जन्म स्थळ - डोंबिवली, नाडी-आध्य, गण - मनुष्य, रक्तगट - बी पॉझिटीव्ह, अपेक्षा - पदवीधर, नोकरी करणारी, अनुरूप. संपर्क - श्री. माधव सदाशिव जोशी, मो. नं. - ८८७९१०३६८/९९२०५६५७७७, पत्ता - ०३, सनमून सोसायटी, शिववल्लभ रोड, युनिव्हर्सल शाळेजवळ, अशोकवन, बोरीवली (पूर्व), मुंबई ४०००६६.

(टीप : स्थळांची माहिती पडताळून घेण्याची जबाबदारी मंडळ घेणार नाही, ती तुमची स्वतःची राहिल.)

### अखिल देशस्थ ऋग्वेदी ब्राह्मण मध्यवर्ती मंडळ

लक्ष्मी नारायण बाग, बाळ गोविंदासमार्ग, माहीम, मुंबई-४०००१६. दूरध्वनी : ०२२-२४३०२२७३/

२४३०७५७६ ई-मेल : aadrbm@gmail.com संकेतस्थळ : www.adrbmmahim.in

### मध्यवर्ती वधु-वर सूचक केंद्र

\* ब्राह्मण उपवर वधु-वरांची तसेच घटस्फोटीत/पुनर्विवाह नावनोंदणी \* वधू/वर नोंदणी माफक दरात (वार्षिक रु. ५००/-) \* समाचार मासिकात विनामूल्य प्रसिद्धी \* सर्वसोयींनी उपलब्ध वातानुकूलित मंगल कार्यालय \* तज्ज्ञांचे मार्गदर्शन \*

(संस्थेचा सामाजिक उपक्रम आजच संपर्क करा)



चि. ईशान समीर सरदेशमुख  
(९८.६०% माध्यमिक परीक्षा)

अ  
भि  
नं  
द  
न



कुमारी पूर्वा रावेकर  
(९९.९९% उच्च माध्यमिक सीईटी परीक्षा)



## ऋग्वेद भूषण - सौ. ऋता रुक्मिणीकांत कळमणकर



या अंकातील ऋग्वेद भूषण ठरल्या आहेत जागतिक कीर्तीच्या ऋता कळमणकर. त्यांच्या आगळ्या वेगळ्या छंदामुळे आज त्यांचे नाव वाइल्डलाइफ फोटोग्राफी क्षेत्रामध्ये आदराने घेतले जाते. जाणून घेवूया त्यांचा जीवनप्रवास. महाराष्ट्रातील औसा लातूर शहरात जन्मलेल्या सौ ऋता रुक्मिणीकांत कळमणकर सरदेशमुख यांचे शालेय, माध्यमिक, उच्च माध्यमिक शिक्षण (BSC-Micro) बीडमध्येच. लहानपणापासूनच निसर्गाची, प्रवासाची, वाचनाची आवड. वयाच्या १९ व्या वर्षी लग्न. लग्नानंतर दोन मुलांचे संगोपन करत असतानाच वाईन आणि मद्य व्यवसायातील यशस्वी उद्योजक होण्याची संधी प्राप्त झाली. वयाच्या ४० व्या वर्षापर्यंत वाचन हा एकमेव छंद. त्यानंतर फोटोग्राफी शिकण्याची आवड निर्माण झाली आणि निकॉन कंपनीचा पहिला कॅमेरा विकत घेऊन कुटुंबासोबतचे छान छान फोटो काढण्यासाठी वापरला होता. वयाच्या ४२व्या वर्षी जंगल सफारीसाठी पहिल्यांदा महाराष्ट्रातील ताडोबा व्याघ्र प्रकल्पास दिलेली भेट आजही आठवते. या व्याघ्र प्रकल्पात रॉयल बेंगॉल टायगर या प्राण्याने भुरळ घातली आणि वाईल्ड लाईफ फोटोग्राफी मध्ये संशोधन करण्याची सुरुवात इथेच झाली. जिथे स्त्रियांची संख्या अजूनही कमी आहे अशा क्षेत्रातील एक क्षेत्र म्हणजे वन्यजीव छायाचित्रण. पुरुषाची मत्केदारी असलेल्या या अनोख्या क्षेत्रात स्वतःची ओळख निर्माण करणे हे आव्हान होते. याविषयीचे ज्ञान मिळवण्यासाठी वन्यजीवांच्या आहाराच्या सवयी, जीवन चक्र आणि त्यांच्या होणाऱ्या शिकारी या वैशिष्ट्यावर संशोधन करण्यास सुरुवात केली. त्यामुळेच प्राण्यांबद्दल पक्षांबद्दल अधिकाधिक समजण्यास मदत झाली. कोस्टारीका उष्णकटिबंधीय जंगलांना भेट देण्याची संधी. छायाचित्रणाचा सराव करताना अनेक प्रकारचे शाकाहारी, मांसाहारी, प्राणी, पक्षी आणि सरपटणारे प्राणी यापासून वन्यजीवांचे दुर्मिळ चित्रण करता आले. आंबेसोली, नकारू, कोस्टारीका, मादागास्कर, बोटस्वाना, श्रीलंका, मसाईमरा, ताडोबा, पेंच आदी देश-विदेशी ठिकाणी भेटी देऊन फोटोग्राफी केली.

महाराष्ट्र टाइम्स या वृत्तपत्रांमध्ये दोन वर्षे जंगल पीक हे अनोखे सदर चालू आहे. यामध्ये एखाद्या प्राण्यांची किंवा पक्षांची सविस्तर ओळख, सवयी, रंजक माहिती व फोटोग्राफी करताना आलेले अनुभव एक स्त्री म्हणून जंगलातील आई आणि पिलं यांच्या नात्याच्या विषयातील खास टिपणी, जंगलाचे प्रकार, पक्षांची घट्टी, त्यांचे आपापसातील संबंध, सुंदर सूर्योदय/सूर्यास्त अशा सर्व बाजूंचा विचार करणारे लेख दर रविवारी जगभरातील लोकांच्या पसंतीस उतरलेले आहेत. 'लोकराज्य' महाराष्ट्र शासनातर्फे प्रकाशित केले जाणारे एक मासिक. मार्च २०१९ या महिला दिनाचे औचित्य साधून दहा कर्तृत्ववान महिलांचा शासनातर्फे गौरव करण्यात आला यामध्ये ऋता कळमणकर यांचाही समावेश होता. वन्यजीव छायाचित्रणातील प्रवासवर्णन विस्तृतपणे इंग्लिश, मराठी, हिंदी, उर्दू, गुजराती भाषेमध्ये प्रकाशित करण्यात आला. 'Excellence in Nature Wildlife' हा सकाळ समूहातर्फे दिला जाणारा मानाचा पुरस्कार ५ जून २०१९ रोजी पद्मश्री डॉक्टर तात्याराव लहाने यांच्या हस्ते प्रदान करण्यात आला. १९ जुलै हा जागतिक छायाचित्रकार दिवस म्हणून साजरा केला जातो. डी डी सह्याद्री वाहिनीवर ऋता कळमणकर यांनी काढलेली विविध छायाचित्रे तसेच त्यांची मुलाखतही दाखवण्यात आली. २९ जुलै हा व्याघ्र दिन साजरा केला जातो. या निमित्ताने आकाशवाणी मुंबई अस्मिता वाहिनीवर वाघांची संख्या का घटली तसेच दुर्मिळ प्राण्यांचे संवर्धन यां विषयावर सविस्तर मुलाखत झाली. जागतिक वन्यदिन निमित्ताने नामशेष होत जाणारे प्राणी, जंगलाचे प्रकार, इत्यादींचे महत्त्व याविषयी ऑल इंडिया रेडिओवर मुलाखतही प्रसिद्ध करण्यात आली. ए बी पी माझावर खास मुलाखत व द्वारकानाथ संझगिरी, वर्षा उसगावकर यांच्या समवेत दिवाळी गप्पा तसेच नवरात्रोत्सव निमित्त नवतेजस्विनी हा कार्यक्रम आणि डी डी सह्याद्री वाहिनीवर हॅलो सखी आणि विचारांच्या पलीकडे (बिअॅन्ड थॉट्स) या कार्यक्रमात देखील सौ ऋता यांचा सहभाग होता. सन २०१८ च्या सामनाच्या दिवाळी अंकाचे मुखपृष्ठ सौ ऋता यांनी काढलेल्या उस्ताद या रणथंबोर मधील प्रसिद्ध वाघांच्या फोटोने सजले होते. दृष्टी आणि सृष्टी हा खास फोटोग्राफीवरचा अंक दै. सामनाने प्रकाशित केला आहे. देशातील विविध छायाचित्रकारांनी काढलेले फोटो आणि त्यांच्या प्रवासाची माहिती यातही भारतभरातील प्रसिद्ध छायाचित्रकारांसोबत सौ ऋता कळमणकर यांचा समावेश झालेला आहे. देशभरातील विविध ठिकाणी सौ. ऋता यांनी काढलेल्या छायाचित्रांचे स्लाईडस शो, दुर्मिळ व वन्यजीव पर्यावरणाचे महत्त्व, प्राण्यांची आणि पक्षांची जीवन पद्धती व त्यांचे महत्त्व देणारे स्लाईडस शो भरवले जातात. विविध वर्तमानपत्रात वन्यजीवांची माहिती करून लेख व नवोदिकांना मार्गदर्शन ऋता यांचेमार्फत केले जाते. जागतिक कीर्तीच्या या वन्यजीव छायाचित्रकर्ती ऋता कळमणकर यांना पुढील यशस्वी कारकीर्दीसाठी शुभेच्छा.

शब्दांकन : मिलिंद सरदेशमुख



*With  
Best  
Compliments  
From*



# SANGRAM ENTERPRISES

**PHARMACEUTICAL DISTRIBUTORS**

**VILAS JOSHI | SANGRAM JOSHI | SOUMITRA JOSHI**

**: Office :**

Apollo, A-3, Basement,  
Bajiprabhu Deshpande Marg,  
Vishnu Nagar, Naupada,  
Thane (West) 400602  
Tel. : 25408561 / 25408565



Generations Technology **Changes BUT** HULYALKAR **SAME**

**Mukund R. Hulyalkar**

Visits:  
By Appointment Only  
 Available on Phone  
 9.00 a.m. to 6.00 p.m. (For local)  
 10.30 p.m. to 11.30 p.m. (For outstation)

**Acrylic Distemper**

**2**

**Zinc Silicate**

**Complete Paint World**  
**“Choice of Bright People”**

**NATIONALIST CONGRESS PARTY**

**Mukund R. Hulyalkar — Paint Technologist**

**Vice-President: South Central Mumbai Dist**

**Hon. Editor** : Paint India  
**Secretary** : Karnataka Progressive Education Society, Mahim, Mumbai  
**President** : Deshastha Rughvedi Brahman Sangha, Dadar

**I P President** : Colour Society U.D.C.T. Mumbai  
**Patron Member** : Winner's Academy - Thane

**Member** : BIS Committee CHD 20, New Delhi  
**Award** : ISSPA Mitra Award (2012)  
 Udyogshree By Maharashtra State Government

Govindashram, (Near Hari Niwas), 224, L. J. Road, Dadar, Mumbai 400 028.

Mobile: 9821099494 • Tel.: 022-24456214 • Fax.: 022-24314865

E-mail: [painttech\\_con@yahoo.com](mailto:painttech_con@yahoo.com) • Website: [www.painttechconsultants.com](http://www.painttechconsultants.com)

