सेवक वार्ता

एप्रिल-२०२५

वर्ष -६ अंक- ६

सेवानिवृत्त वन कर्मचारी संघ, महाराष्ट्र परिवाराचे विविध

सेवक संघ महाराष्ट्र ची सन २०२४-२५ ची साधारण वार्षिक सभा पुणे येथे संपन्न

सेवकची वाटचाल ....

निसर्गप्रेमी, वन्यजीव संरक्षक आणि मराठी लेखक

श्री. मारुती चितमपल्ली सेवकसंघातर्फे सन्मानित

महाराष्ट्र राज्य शासनाच्या सेवेत विविध वने व राष्ट्रीय उद्यानांमध्ये त्यांनी कार्य केलेले, कर्नाळा पक्षी अभयारण्य, नवेगाव राष्ट्रीय उद्यान, नागझिरा अभयारण्य आणि मेळघाट व्याघ्र प्रकल्प विकसित करण्यात त्यांनी मोलाची भूमिका बजावलेले. नागझिरा व मेळघाट येथे विस्थापित वन्यजीवांसाठी अनाथालय बांधणारे, व उपवनसंरक्षक या पदावरून ते निवृत्त झालेले मारुती चितमपल्ली यांचा त्यांना पद्मश्री पुरस्कार प्राप्त्यर्थ सेवक संघातर्फे त्यांचा सोलापूर येथे घरी जावून सत्कार करण्यात आला.

मारुती चितमपल्ली यांच्या विविध वानिकी क्षेत्रातील सेवा तसेच मराठी साहित्यातील त्यांचे लक्षणीय योगदान यांचे गौरवाप्रित्यर्थ सेवानिवृत्त वन कर्मचारी संघ (सेवक) महाराष्ट्र ,द्वारे त्यांचा सन्मान करण्याचे ठरविल्यानुसार दिनांक २५.०३.२५ रोजी सोलापूर येथे विठ्ठल पत्की यांच्या हस्ते त्यांना सन्मान चिन्ह, शाल व श्रीफळ देऊन सत्कार करण्यात आला. श्री प्रदीप कुळकर्णी यांच्या हस्ते रोख रक्कम रु ५०००ची धनराशीही प्रदान करण्यात आली. या प्रसंगी वनक्षेत्रपाल सोलापूर (प्रादेशिक) श्री रोहित गांगुर्डे व इतर मान्यवर उपस्थित होते.

त्यांचे वन सेवापुर्व प्रशिक्षण राज्य वन सेवा महाविद्यालय, कोईम्बतूर येथे झाले होते.

साहित्यिक वप्रसिद्ध मराठी लेखक गोपाळ निळकंठ दांडेकर यांच्याकडून त्यांनी लेखनकौशल्य प्राप्त केले होते.

त्यांच्या विविध वांड्मयीन साहित्यिक निर्मितीबद्दल अनेक मौलिक पुरस्कार मिळाले आहेत.त्यात भारत सरकारचा पद्मश्री (२०२५) ,महाराष्ट्र शासनाचा विंदा करंदीकर स्मृती जीवन गौरव पुरस्कार (२०१७) हे मानाचे होत.

२००६ मध्ये सोलापुरात झालेल्या मराठी साहित्य संमेलनाचे त्यांनी अध्यक्षपद भूषविले आहे.

अक्षय तृतियेच्या वाचकांना हार्दिक शुभेच्छा

त्यांच्या प्रमुख व नावाजलेल्या साहित्यकृतीत रातवा, रानवाटा, निळावंती, प्राणीकोश, पक्षीकोश, सुवर्ण गरुड, निसर्गवाचन, शब्दांचे धन,जंगलाचं देणं, मृगपक्षीशास्त्र,केशराचा पाऊस, घरट्या पलिकडे,आनंददायी बगळे, पक्षी जाय दिगंतरा,चकवा-चांदण : एक वनोपनिषद (आत्मचरित्र) यांचा समावेश होतो.

श्री. मारुती चितमपल्ली ही असामी वन्यजीव संवर्धनातील कार्य आणि मराठी साहित्यातील महत्त्वपूर्ण योगदानासाठी सुप्रसिद्ध असून ते महाराष्ट्रातील एक अत्यंत आदरणीय व्यक्तिमत्व आहे.

महाराष्ट्राच्या विशेषतः विदर्भातील जंगलांतील त्यांच्या व्यापक अनुभवांचा आधार त्यांच्या लेखनातून अनेकदा व्यक्त होतो. निसर्ग आणि वन्यजीवांविषयीची त्यांचे सखोल ज्ञान त्यातून प्रतिबिंबित होते. निसर्गाशी असलेले सखोल नाते आणि आपल्या लिखाणातून व कृतीतून त्याचे संवर्धन करण्याच्या प्रयत्नांमुळे त्यांना "अरण्य ऋषी" म्हणून संबोधले जाते.

चकवा-चांदण ह्या त्यांच्या आत्मचरित्रातून त्यांच्या जीवनाविषयीचा सकारात्मक दृष्टिकोन तसेच त्यांच्या विस्तृत कार्याविषयी सखोल माहिती लक्षात येते.

आज वयाच्या ९४ व्या वर्षी ही त्यांना चश्मा नसून त्यांची दृष्टी तीक्ष्ण आहे, हे उल्लेखनीय आहे. त्यांनी आयुष्यभराच्या जमविलेल्या पुंजीतून जनसेवेसाठी लायब्ररी बांधण्याचा त्यांचा संकल्प आता पूर्णत्वाच्या मार्गावर असून स्वत:च्या संग्रहातील ३०००० पुस्तके त्यांनी त्यासाठी देऊ केली आहेत. या संग्रहात

समर्थ रामदास स्वामींनी सुमारे ३५० वर्षापूर्वीचा स्व:हस्ताक्षरात संस्कृत मध्ये लिहिलेला `उत्तरकांडम' हा दुर्मिळ रामायण ग्रंथ लक्षवेधी ठरला आहे.

त्या सत्कार प्रसंगाची ही काही क्षण चित्रे.

••◈••••◈••••◈••••◈••

सेवक संघाचे सांप्रत सचिव श्री. शिरीष अस्थाना यांना शासनाने प्रमुवसं म्हणून पुर्वलक्षी प्रभावाने पदोन्नती मंजूरीचे आदेश निर्गमित केले आहेत.

सेवक संघ परिवारातर्फे त्यांचे हार्दिक अभिनंदन.

••◈••••◈••••◈••••◈••

चंद्रपूर वन अ615616
मोगर कसा-मंगरली संवर्धन राखीव क्षेत्राचा व्यवस्थापन आराखडा तयार करणेबाबत आढावा

सदर काम दिनांक १० मार्च पासून सुरू करण्यात आले आहे. एकूण १२ प्लॉट निवडण्यात आले असून त्यातील वनस्पती व वन्यप्राणी आढळ व मानव हस्तक्षेप माहिती संकलन करण्याचे काम सुरू करण्यात आले आहे. त्याकरिता प्रती प्लॉट आखणी व चिन्हांकित करने, वेढी मोजणे, soil sample घेणे इत्यादी कामे करण्यात येत आहे.

याकरिता, चुना, दोरी, पेंट, नोंदवही, soil sample करिता बॅग, बायोमास करिता बॅग असे गरजेचे साहित्य लागणार आहे.

••◈••••◈••

सेवकचे नवे सदस्य

श्री. गुरुराज, जीआयएस आणि रिमोट सेन्सिंग तज्ञ म्हणून चंद्रपूरला कार्यरत आहेत. जेव्हा त्यांना सेवक संघ महाराष्ट्राच्या कामाबद्दल माहिती मिळाली आणि वेबसाइटला भेट दिली, तेव्हा त्याला आजीवन सदस्य होण्याची तीव्र इच्छा होती. त्यानी आजीवन सदस्य शुल्क रक्कम भरली आहे. ते आता धुळे शाखेचे सदस्य झाले आहेत. त्यांनी केंद्र सरकारच्या संस्थांमध्येही काम केले आहे. त्याचे संगणक कौशल्य उत्कृष्ट असून आणि इतर बऱ्याच सॉफ्टवेअरशी संबंधित कामे केली आहेत. ते सेवकसाठी एक मनुष्यबळ असेल.

सेवक संघ महाराष्ट्र ज्या उद्यमांमध्ये बाहेर पडत आहे त्यास संगणकीय, डेटा विज्ञान आणि त्याचे विश्लेषणे, जीआयएस, रिमोट सेन्सिंग, एआय, मशीन लर्निंग, इंटरनेट ऑफ थिंग्ज इ.ची गरज आहे. आपण सेवानिवृत्त आणि अत्यंत अनुभवी असलो तरी त्या गोष्टीची जाण नाही. येथे उद्धृत करण्यासारखे उदाहरण असे आहे की आपले झाडां विषयाचे सर्वोत्तम ज्ञान आहे, आमच्याकडे वृक्ष गणना सॉफ्टवेअर नाही,त्यामुळे वृक्ष गणना काम मिळू शकत नाही. पण, आम्हाला येत्या काही वर्षांत या कामाच्या रिंगमध्ये राहण्यासाठी नवीन गोष्टींचे कौशल्य सुसज्ज हावे लागेल. संगणक कौशल्य खरेदी करणे मोठ्या प्रमाणात महाग आहे. आम्ही पूर्वी कामे पूर्ण करण्यासाठी नेहमीच काही कौशल्ये खरेदी केली आहेत.

श्री. गुरुराज यांच्या नावनोंदणीमुळे, काही गोष्टी सहजपणे सुलभ होतील ज्यासाठी आम्ही आता कोणतेही पैसे खर्च करत नाही. ज्या क्षेत्रासाठी आपण प्रयत्न करू त्या क्षेत्रात अद्यावत राहण्यासाठी आम्हाला काही तज्ञांची, त्यांची वनीकरण कामाची पार्श्वभूमी नसली तरी सदस्यत्व नोंदणी करणे आवश्यक आहे.

••◈••••◈••••◈••••◈••

दिनांक: · / ४/२०२५

प्रति,
अध्यक्ष,
सेवानिवृत्त वन कर्मचारी संघ, धुळे शाखा, धुळे
मी
स्वेच्छेने आपले संघाचा सदस्य होऊ इच्छित आहे. सोबत प्रवेश शुल्क रु. १०/- + ~~वार्षिक (रु.२००/-)~~/ आजीवन सदस्यत्व (रु.२०००/-) वर्गणी रु. 2000/- एकूण रु. 2010/- (अक्षरी रु. दोन हजार दहा मात्र) मात्र अदा करीत आहे.
तरी सभासद करून घ्यावे, हि विनन्ती. सोबत माझी वैयक्तिक माहिती देत आहे. ती खरी व बरोबर आहे.

कार्यालयीन उपयोगाकरिता
पावती क्र. दिनांक

आपला नम्र
(गुरुराज सुगुरे)
मोबाइल क्र.

*****

सेवक सभासदांची वैयक्तिक माहितीदर्शक तक्ता

सभासदाचे पुर्ण नाव : गुरुराज सुगुरे
निवासाचा पूर्ण पत्ता :

इमेल आयडी: sugure.official.2023@gmail.com फोन/मोबाईल क्र.- ९१४८०32200
शैक्षणिक प्रमाण: M. Sc. (Applied Geograph & Geo-informatics) Central Uni. Karnataka
वनसेवेतील प्रवेशासाठी घेतलेले प्रशिक्षण : –
वनसेवेत असताना घेतलेले प्रशिक्षण : –
वनसेवेत दाखल झाल्याची तारीख :- वनसेवेतील प्रथम पद –
वनसेवेतून निवृत्त झाल्याची तारीख : – सेवानिवृत्तीचे वेळचे पद : –
वनसेवेत असताना किंवा तद्नंतर मिळविलेली शैक्षणिक प्रमाणपत्रे –

वनसेवेत असताना किंवा तद्नंतर मिळालेली पारितोषके : –

वनसेवेत असताना किंवा तद्नंतर लिहीलेली पुस्तके :

वन विषयक कार्यक्रमात असलेली रुची: (योग्य कामावर बरोबरची √ खुण करा)

1) वन रोपवाटीका तयार करणे व त्याची देखभाल करणे:
2) रोपवने तयार करणे व त्याची देखभाल करणे: –
3) विभागीय चौकशी करणे: –
4) प्रकल्प अहवाल तयार करणे: ✓
5) विषयक लेख लिहणे: –
6) वन विषयांवर व्याख्याने देणे: ✓ (GIS, Remote sensing)
6) कार्यशाळांचे आयोजन करणे: –
7) इतर काही कामे: ① Work on application of GIS in atlas preparation of Indian border district for NCERT, Delhi.
② Python programming, GEE
③ Software expertise in QGIS, ArcGIS, Erdas,

स्थळ- चंद्रपूर दिनांक:१२/४/२०२५

सही
नाव (गुरुराज सुगुरे)

— ❦ ••◆•• ❦ —

वेधक वृत्त

श्री. एन. सी. रामदिन, सेवानिवृत्त विवअ, महाराष्ट्र यांची जागतिक पॉवरलिफ्टिंग कप २०२५ स्पर्धेत भारताचे प्रतिनिधित्व करण्यासाठी निवड झाली आहे.

या स्पर्धा १० ते १ मे २०२५ या कालावधीत पट्ट्या, थायलंड येथे आयोजित केले जातील.

त्यांचे सेवक संघ परिवारातर्फे हार्दिक अभिनंदन

ꙮꙮꙮꙮꙮ❀ꙮꙮꙮꙮꙮ

हृदयस्पर्शी....

जातांनाचे शब्द

"मी असा काय गुन्हा केला ?" हे शब्द प्रमोद महाजन यांनी, गोपीनाथ मुंडे यांच्याजवळ, अंतसमयी उच्चारले होते. आपल्या सख्या भावानेच गोळ्या घातल्यावर विचारांच्या कल्लोळातून त्यांना असे व्यक्त व्हावेसे वाटले होते. "अरे, हे काय करताय ?" असे इंदिराजींनी अतिशय अविश्वासाने आपल्या मारेक-यांना विचारले होते. महात्मा गांधीजींचे जातानाचे शब्द होते, "हे राम" तर चाफेकर बंधू ,भगतसिंग, राजगुरू आणि सुखदेव यांनी "वंदे मातरम" म्हणत मृत्यूचे स्वागत केले होते. तर मी या स्वार्थी जगात आता राहू शकत नाही असे म्हणून साने गुरुजींनी जीवनयात्रा संपवली.

एखाद्याचे जातानाचे शब्द नेमके काय असतात याची आपल्याला अतिशय उत्सुकता असते. एखादे वयोवृद्ध गेल्यावर जेव्हा नातेवाईक भेटायला येतात तेव्हा "काय म्हणाले हो ते जाताना ?" असे हमखास विचारले जाते. अगदी बोलायला यायला लागल्यापासून आपण अगणित वाक्ये बोलतो.पण आयुष्याच्या अंतकाळी जे बोलतो ते खरेखुरे असते त्यात खोटेपणाचा, दांभिकपणाचा, मीपणाचा लवलेश सुद्धा नसतो. ब-याचवेळा आयुष्यातल्या चुकांची किंवा पापांची कबुलीही असू शकते.

शेवटच्या आजारपणात माझ्या पत्नीला अ‍ॅटॅक आला तेव्हा कार पळवित मी हॉस्पिटलला गेलो. तिला उचलून स्ट्रेचरवर ठेवताना ती एवढेच म्हणाली की,"उशीर झाला". तेचं तिचे शेवटचे शब्द ठरले.

जगणे आणि मरणे यात फार मोठा वैचारिक खंदक असतो. तो पार करण्याची इच्छा फार कमी जणांची असते. आपल्यापैकी जवळजवळ प्रत्येकाला त्या खंदकापर्यंत जाऊच नये असे वाटत असते. कारण जगण्याची आसक्ती प्रत्येकालाच, तिथे मृत्यूचे स्वागत कोण आणि कसे करणार ?

सगळी कल्पना असते आयुष्यात मी आणि माझे करत इतकी संपत्ती आणि इतक्या वस्तू गोळा केल्यात. पण यातली एकही वस्तू मृत्यूबरोबर घेऊन जाता येणार नाही. वेगवेगळ्या फॅशनचे कितीही महागडे कपडे घातले तरी जन्माला येताना नागवे आलोय आणि मरतांनाही तसेच जायचंय. येताना दोघांमुळे आलोय आणि मेल्यावर चौघांच्या खांद्यांवरून जायचंय. आपण एकटे काहीच करू शकत नाही पण तरीही प्रत्येक हाव काही सुटत नाही. हे माझे, ते माझे, माझेही माझे आणि त्याचेही माझेच अशी आपली नेहमी भावना असते. मृत्यू समोर दिसायला लागतो तेव्हा ही भावना बोथट होते.

प्रत्येक चर्चमध्ये जशी कन्फेशन बॉक्स असते तशी काल्पनिक बॉक्स मृत्यूच्या जाणिवेने तयार होते. आयुष्यात जे बेफामपणे वागलो, बोललो ते आठवू लागते. आयुष्यावर चढलेली खोटेपणाची आणि दांभिकतेची पुटे ढासळू लागतात. लहान बाळाची निरागसता मनात येऊ लागते. रागलोभाच्या आहारी जाऊन विस्कटून टाकलेली नाती पुन्हा गोळा करून आणाविशी वाटतात. खरे तर

तोपर्यंत फार उशीर झालेला असतो. जेव्हा जगायचे असते तेव्हा आपण जगलेलोच नसतो आणि जगावेसे वाटू लागते तेव्हा मृत्यू समोर येऊन उभा ठाकलेला असतो.

सामाजिक कार्यकर्ते ग प्र प्रधान यांनी मृत्यू हसत हसत स्वीकारला. आपला काळ जवळ आला आहे हे कळल्यावर त्यांनी आपला पुण्यातील राहता वाडा साधना ट्रस्ट या संस्थेला फुकट देऊन टाकला. आपल्या एका डॉक्टर विद्यार्थ्याच्या हॉस्पिटलच्या सर्वात वरच्या मजल्यावरच्या खोली भाड्याने घेतली आणि स्वतः डाळभात बनवून मृत्यू येईपर्यंत जगत राहिले. खरे तर तो वाडा विकला असता तर त्यांना करोडो रुपये मिळाले असते. पण आयुष्यभर एक तत्वज्ञान उराशी बाळगून जगलेल्या प्रधान मास्तरांनी निस्वार्थीपणे त्यावर पाणी सोडले.

पुलं नी तर आयुष्यात मिळालेल्या सर्व संपत्तीचा ट्रस्ट केला आणि समाजाकडून मिळालेली सर्व संपत्ती समाजाला परत देऊन टाकली. एक आदर्श जगणे यापेक्षा वेगळे काय असते ?

सोळाव्या वर्षी ज्ञानेश्वरी लिहून एकविसाव्या वर्षी जिवंत समाधी घेणारे ज्ञानेश्वर माऊली म्हणजे विरक्तीचे टोक ! त्यांच्या जीवनाचाही सोहळा होता आणि अजीवन समाधीचाही ! जीवनमृत्यूची व्याख्या त्यापलीकडे ती काय करायची ?

सुप्रसिद्ध अभिनेते बलराज सहानी यांना स्ट्रेचरवरुन ऑपरेशन थिएटरमध्ये नेत असताना त्यांनी नर्सकडून एक कागद मागून घेतला आणि त्यावर लिहिले,"आयुष्यात सगळं मिळालं, कोणतीही इच्छा शिल्लक नाही". तोच त्यांचा शेवटचा संदेश होता.

"आनंद"चित्रपटात राजेश खन्नाला कॅन्सर दाखवला आहे. प्रत्यक्ष जीवनात तो कॅन्सरनेच गेला. त्याचे मरतानाचे शब्द होते,"पॅक अप".

शेवटच्या आजारपणात मी वडिलांना भेटायला गावी गेलो. मी परत निघताना फक्त एवढंच म्हणाले, "लवकरच माझ्यासाठी तुला दीर्घ रजा घ्यावी लागेल". पुढे पंधरा दिवसांनी ते गेले.मी त्यांचे ऐकलेले तेच दोन शब्द!

माझा मुलगा अभिजित अलिकडेच पणजी येथे विषारी जेली फिशचा दंश होऊन गेला. मेडिकल हॉस्पिटलमध्ये त्याला ऑपरेशनसाठी नेताना मी त्याच्यासोबत होतो. तो मला म्हणाला,"सगळं संपलय"! तेचं त्यांचे शेवटचे शब्द ठरले. तो पुन्हा शुद्धीवर आला नाही.

अर्थात काही सामान्य माणसेसुद्धा असामान्य पद्धतीने जगतात आणि मृत्यूने आदर्श निर्माण करतात. मुंबईत राहणा-या वसंत त्र्यंबक निकुंभ यांनी पंधरा वर्षांपूर्वी दोन्ही हात पसरून मृत्यूचे स्वागत केले होते. आयुर्वेदाचा गाढा अभ्यास असलेले निकुंभ एखाद्या योग्यासारखे ८३ वर्षे जगले. आयुर्वेदात सांगितल्याप्रमाणे त्यांची रोजची दिनचर्या होती. त्यामुळे त्यांच्या नखात रोग नव्हता. पण एके दिवशी त्यांनी विचार केला की आयुष्यातल्या सर्व जबाबदा-या पूर्ण झाल्या आहेत, लेकी, सुना नातवंडे सारे सुखी आहेत. मग आता जगून काय करायचे ? त्यांनी इच्छामरण घ्यायचे ठरवले. पत्नी जिवंत असताना हा असा निर्णय घेणे म्हणजे आक्रीतच !

व्यवस्थित नियोजन करून एप्रिल महिन्यापासून हळूहळू एकेक खाद्यपदार्थाचा त्याग करत करत चार महिन्यांनी मृत्यूला त्यांनी बोलावून घेतले. या त्यांच्या निर्णयापासून परावृत्त करण्याचा सर्व नातेवाईकांनी खूप प्रयत्न केला पण ते आपल्या विचारांपासून ढळले नाहीत. तोंडी सांगून ऐकत नाहीत हे लक्षात आल्यावर सर्वांनी त्यांना पत्रे लिहिली आणि तुम्ही आम्हाला हवे अहात असे सांगितले तर त्या प्रत्येकाला स्वहस्ताक्षरात त्यांनी लिहिलेली उत्तरे तत्वज्ञानाने भरलेली होती. ती आजही वाचायला मिळतात.

ज्याने आयुष्य आणि मृत्यू यांच्यातली सीमारेषाच पूर्णपणे पुसून टाकली आहे त्या माणसाचे तत्वज्ञान वाचत राहावेसे वाटते. जग हे मिथ्या आहे हे संतांनीच सांगितले पाहिजे असे नव्हे तर आपले आपल्यालाही ते कळू शकते हे वसंत त्र्यंबक निकुंभ यांच्या पत्रावरून आपल्याला कळते.

माझ्या आवडत्या शिक्षकांना व त्यांच्या पत्नीला दोघांनाही कर्करोगाचे निदान झाले आणि त्या दिवसापासून दोघांनीही औषधोपचार थांबवला. दीक्षित सर सेवानिवृत्त शिक्षक होते. त्यांनी आपल्या मुलांना सांगितले की कर्करोगावर औषध नाही हे मी मुलांना शिकवायचो. मग मीच औषधोपचारावर तुम्हाला खर्च करायला का लावू ? ते पैसे तुमच्या मुलांच्या शिक्षणासाठी वापरा. आम्ही तृप्त आहोत, आम्हाला जाऊ द्या ! आणि खरोखरच त्या दाम्पत्याने कर्करोगाच्या वेदना शांतपणे सहन करत धीरोदात्तपणे जगाचा निरोप घेतला.

ज्याला जन्म आहे त्याला मृत्यूसुद्धा आहेच ! जेवढ्या आनंदाने आपण जगण्याचा आनंद घेतो तेवढ्याच आनंदात मृत्यूचेसुद्धा स्वागत करायला हवे आणि आयुष्यभर असे जगायला हवे की मृत्यूसमयी अपराधीपणाची भावना फिरकता कामा नये.

-जीवन आनंदगावकर, सेवानिवृत्त न्यायाधीश

~~~~~~~~~~~~~~

आरोग्यसंपदा

~~~~~~~~~~~~~~

" चूना अमृत है "

~~~~~~~~~~~~~~

चूना जो आप पानमें खाते है, वो सत्तर बीमारी ठीक करते है ।

जैसे किसी को पीलिया हो जाये माने जॉन्डिस

उसकी सबसे अच्छी दवा है चूना ;

गेहूँ के दाने के बराबर चूना गन्ने के रस में मिलाकर पिलाने से बहुत जल्दी पीलिया ठीक कर देता है ।

और ये ही चूना नपुंसकता की सबसे अच्छी दवा है -

■ अगर किसी के शुक्राणु नही बनता उसको अगर गन्ने के रस के साथ चूना पिलाया जाये तो साल डेढ़ साल में भरपूर
~~~~~~~~~~~~~~

शुक्राणु बनने लगेंगे; और जिन माताओं के शरीर में अन्डे नही बनते उनकी बहुत अच्छी दवा है ये चूना ।

■ बिद्यार्थीओ के लिए चूना बहुत अच्छा है जो लम्बाई बढाता है –

■ गेहूँ के दाने के बराबर चूना रोज दही में मिला के खाना चाहिए, दही नही है तो दाल में मिला के खाओ, दाल नही है तो पानी में मिला के पियो - इससे लम्बाई बढने के साथ स्मरण शक्ति भी बहुत अच्छा होता है ।

■ जिन बच्चों की बुद्धि कम काम करती है मतिमंद बच्चे उनकी सबसे अच्छी दवा है चूना

■ जो बच्चे बुद्धि से कम है, दिमाग देर में काम करते है, देर में सोचते है हर चीज उनकी स्लो है उन सभी बच्चे को चूना खिलाने से अच्छे हो जायेंगे ।

■ बहनों को अपने मासिक धर्म के समय अगर कुछ भी तकलीफ होती हो तो उसका सबसे अच्छी दवा है चूना । हमारे घर में जो माताएं है जिनकी उम्र पचास वर्ष हो गयी और उनका मासिक धर्म बंध हुआ उनकी सबसे अच्छी दवा है चूना; गेहूँ के दाने के बराबर चूना हर दिन खाना दाल में, लस्सी में, नही तो पानी में घोल के पीना । जब कोई माँ गर्भावस्था में है तो चूना रोज खाना चाहिए क्योंकि गर्भवती माँ को सबसे ज्यादा केल्शियम की जरुरत होती है और चूना केल्शियम का सबसे बड़ा भंडार है ।

■ गर्भवती माँ को चूना खिलाना चाहिए अनार के रस में - अनार का रस एक कप और चूना गेहूँ के दाने के बराबर ये मिलाके रोज पिलाइए नौ महीने तक लगातार दीजिये तो चार फायदे होंगे -

■ पहला फायदा :-

माँ को बच्चे के जनम के समय कोई तकलीफ नही होगी और नॉर्मल डीलिवरी होगा,

■ दूसरा :-

बच्चा जो पैदा होगा वो बहुत हृष्ट पुष्ट और तंदुरुस्त होगा

■ तीसरा फ़ायदा :-

बच्चा जिन्दगी में जल्दी बीमार नही पड़ता जिसकी माँ ने चूना खाया ,

■ चौथा सबसे बड़ा लाभ :-

बच्चा बहुत होशियार होता है बहुत Intelligent और Brilliant होता है उसका IQ बहुत अच्छा होता है ।

चूना घुटने का दर्द ठीक करता है ,

■ कमर का दर्द ठीक करता है ,

■ कंधे का दर्द ठीक करता है,

■ एक खतरनाक बीमारी है Spondylitis वो चुने से ठीक होता है । कई बार हमारे रीढ़की हड्डी में जो मनके होते है उसमे दुरी बढ़ जाती है Gap आ जाता है - ये चूना ही ठीक करता है उसको; रीढ़ की हड्डी की सब बीमारिया चूने से ठीक होता है । अगर आपकी हड्डी टूट जाये तो टूटी हुई हड्डी को जोड़ने की ताकत सबसे ज्यादा चूने में है ।

चूना खाइए सुबह को खाली पेट ।

■ मुंह में ठंडा गरम पानी लगता है तो चूना खाओ बिलकुल ठीक हो जाता है ,

■ मुंह में अगर छाले हो गए है तो चूने का पानी पियो तुरन्त ठीक हो जाता है ।

■ शरीर में जब खून कम हो जाये तो चूना जरुर लेना चाहिए ,

■ एनीमिया है खून की कमी है उसकी सबसे अच्छी दवा है ये चूना ,

चूना पीते रहो गन्ने के रस में , या संतरे के रस में नही तो सबसे अच्छा है अनार के रस में - अनार के रस में चूना पिए खून बहुत बढता है , बहुत जल्दी खून बनता है - एक कप अनार का रस गेहूँ के दाने के बराबर चूना सुबह खाली पेट ।भारत के जो लोग चूने से पान खाते है, बहुत होशियार लोग है पर तम्बाकू नही खाना, तम्बाकू ज़हर है और चूना अमृत है ..तो चूना खाइए तम्बाकू मत खाइए और पान खाइए चूने का उसमे कत्था मत लगाइए, कत्था केन्सर करता है,

• पान में सुपारी मत डालिए, • सोंट डालिए उसमे ,

• इलाइची डालिए, • लौंग डालिए,• केशर डालिए ;

ये सब डालिए पान में चूना लगा के पर तम्बाकू नही , सुपारी नही और कत्था नही ।

■ घुटने में घिसाव आ गया और डॉक्टर कहे के घुटना बदल दो तो भी जरुरत नही चूना खाते रहिये

ꕥꕥꕥꕥꕥ֍□ꕥꕥꕥꕥꕥ

वाचक प्रतिक्रिया

सेवक वार्ता, मार्च-२०२५

उत्तम व वाचनीय -पी.के. कुलकर्णी

उत्तम संकलन -व्ही. बी. सावरकर

धुळे शाखेचा स्तुत्य उपक्रम. नेहमीप्रमाणे उत्कृष्ट संकलन. - संजय जगताप

*** समर्थ रामदास स्वामींची अतिशय सुंदर रचना. ही २० कडवी म्हणजे २० रत्ने आहेत.**

अतीकोपता कार्य जाते लयाला,
अती नम्रता पात्र होते भयाला ।
अती काम ते कोणतेही नसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १ ।।
अती लोभ आणी जना नित्य लाज,
अती त्याग तो रोकडा मृत्य आज ।
सदा तृप्त नेमस्त सर्वां दिसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। २ ।।

अती मोह हा दुःख शोकास मूळ,
अती काळजी टाकणे हेही खूळ ।
सदा चित्त हे सद्विचारे कसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ३ ।।
अती ज्ञान अभ्यासल्या क्षीण काया,
अती खेळणे हा भिकेचाच पाया ।
न कष्टाविणे त्वा रिकामे बसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही
असावे ।। ४ ।।
अती दान तेही प्रपंचात छिद्र,
अती हीन कार्पण्य मोठे दरिद्र ।
बरे कोणते ते मनाला पुसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ५ ।।
अती भोजने रोग येतो घराला,
उपासे अती कष्ट होती नराला ।
फुका सांग देवावरी का रुसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ६ ।।
अती स्नेह तेथे अवज्ञा उदंड,
अती द्वेष भूलोकीचे पंककुंड ।
अती मत्सरे त्वां कशाला कुसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ७ ।।
अती आळशी वाचुनी प्रेतरूप,
अती झोप घे तोही त्याचाच भूप ।
सदा सत्कृतीमाजी आत्मा विसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ८ ।।
अती द्रव्यही जोडते पापरास,
अती घोर दारिद्र्य तो पंकवास ।
धने वैभवे त्वां न केंव्हा फसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ९ ।।
अती भाषणे वीटती बुद्धिवंत,
अती मौन मूर्खत्व ते मूर्तिमंत ।
खरे तत्त्व ते अल्पशब्दे ठसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १० ।।
अती वाद घेता दुरावेल सत्य,
अती `होस हो' बोलणे नीचकृत्य ।
विचारे तुवा ज्ञानमार्गी घुसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। ११ ।।
अती औषधे वाढवितात रोग,
उपेक्षा अती आणते सर्व भोग ।
हिताच्या उपायास कां आळसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १२ ।।
अती दाट वस्तीत नाना उपाधी,
अती शून्य रानात औदास्य बाधी ।
लघुग्राम पाहून तेथे वसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १३ ।।
अती शोक तो देतसे दुःखवृद्धी,
अती मानतो हर्ष तो क्षूद्रबुद्धी ।
ललाटाक्षरां सांग कोणी पुसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १४ ।।
अती भूषणे मार्ग तो संकटाचा,
अती थाट तो वेष होतो नटाचा ।
रहावे असे की न कोणी हसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १५ ।।
स्तुतीला अती बोलती श्वानवृत्ती,
अती लोकनिंदा करी दुष्ट चित्ती ।
न कोणा उगे शब्द स्पर्शे डसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १६ ।।
अती भांडणे नाश तो यादवांचा,
हठाने अती वंश ना कौरवांचा ।
कराया अती हे न कोणी वसावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १७ ।।
अती गोड खाणे नसे रोज इष्ट,
कदन्ने अती सेवणे हे कनिष्ठ ।
असोनी गहू व्यर्थ खावे न सावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १८ ।।
जुन्याचे अती भक्त ते हट्टवादी,
नव्याचे अती लाडके शुद्ध नादी ।
खरे सार शोधोनिया नित्य घ्यावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। १९ ।।
*सदा पद्य घोकोनियां शीण येतो,
*सदा गद्य वाचोनियां त्रास होतो ।
*कधी ते कधी हेही वाचीत जावे,
प्रमाणामधे सर्व काही असावे ।। २० ।।

निधन वार्ता

दत्तात्रय बाबू पाटील (माळी) सेवा निवृत्त विवअ अधिकारी यांचे अल्पशा आजाराने दि. १०-४-२५ रोजी ठाणे येथे दुःखद निधन झाले.

सेवक संघ परिवारातर्फे त्यांना भावपुर्ण श्रध्दांजली.

केवळ खाजगी वितरणासाठी
प्रकाशक - सेवक संघ, महाराष्ट्र, पुणे
संपादन - एस. के. गवळी
कार्यालय - वन ग्रंथालय, दुसरा मजला, वनभवन, भांबुर्डा वन विहार, गोखले नगर, पुणे - १६