



फास्टफुडमुळे वाढतोय कर्करोग

सध्या मुलांमध्ये स्टोन आणि केंसर सारख्या जीवदेण्या प्रमाण वाढले आहे. केंसर सारख्या जीवदेण्या आणि असाध्य आजाराचे प्रमाण मुलांमध्ये वाढण्याचे कारण शोधण्यासाठी सशोधकांनी संशोधन केले. या संशोधनाचा अहवाल बमेडमध्ये प्रकाशित करण्यात आला. या अहवालात मुलांमध्ये स्टोन आणि केंसरचे प्रमाण वाढण्यास फास्टफुडला जबाबदार घरण्यात आले आहे. संशोधकांनी असा दावा केला आहे की फास्टफुडमुळे चैव शुक्ल पक्षाच्या नवमी तिथीला साजी होणारी रामनवमी केवळ धार्मिक दृष्टिकोनातूनच महत्वाची नाही तर सांस्कृतिक दृष्टिकोनातूनही महत्वाची आहे. प्रभू श्रीराम आपल्याला नेहमीच सत्य, न्याय आणि धर्माच्या मार्गावर चालण्याची प्रेणा देतो.

मर्यादा पुरुषोत्तम प्रभू रामचंद्र हे आपल्या भारतीय संस्कृती आधारसंभ आहेत. प्रत्यक्षाचा हृदयात ते विराजमन आहेत. त्यांचे जीवन म्हणजे संपूर्ण राश्वला त्यांनी जगण्याचा मार्ग दाखवलेला आहे. संसारात राहून सामाजिक, नैतिक, कौटुंबिक, आणि राजकीय मर्यादा पाळवून पुरुष सदाचारी राहू शकतो उत्तम उदाहरण म्हणजे प्रभू श्री रामचंद्र.

हिंदू पंचांगानुसार चैव शुद्ध नवमीस प्रभू रामाचा जन्म झाला. त्या दिवशी सर्व ठिकाणी रामनवमीचा सोहळा उत्साहात साजरा केला जातो. मंदीरांना रंगरंगेटी केली जाते. समोर, सभा मंडप उभारले जातात. गंगेवरीं पराकाला लावल्या जातात. विश्व रोषणाई केली जाते. संपूर्ण देशभरात रामनवमी उत्साहात साजी केली जाते. अथेधे पासून ते रामेश्वर पर्यंत हा सोहोळा साजरा होतो. आपल्या संस्कृती हा दिवस अतिशय महत्वाचा मानला जातो.

माध्यांन काढी सुर्ख डोक्यावर येतो तेहा ठीक बारा वाजता राम जन्माचा सोहळा साजरा करतात. त्याआधी रामन्नावर आधारित कीर्तन, प्रवचन होते. ते बरोबर बारा वाजता संपत्ताच, गुलाल उठवून, जयजयकार केला जातो, वाजंती वाजते. फटाके फोडले जातात. बत्ताशांची उथलण होते. हा प्रसाद मिळवण्यासाठी हजारी भाविक गर्दी करतात. पाळणा हलवला जातो. काही ठिकाणी जन्माचा पाळणाही म्हणतात. रामाची आरती करून, बत्तासा, सुंठ धोणे गुढाचा प्रसाद सुंठ बडा, (त्याला पंजीरी, म्हणतात) वाटला जातो. रामनवमीचा उत्सवाची सुखवात काही मंदिरात गुढीपाडव्या पासून होते, तर काही मंदिरात रामनवमी पासून पुढे आठ दिवस कार्यक्रम होतात. या काळात नैमित्तिक भजन, कीर्तन, प्रवचनाचे कार्यक्रम असतात. काही विशेष कीर्तनकारांची, प्रवचनकारांचे, कार्यक्रमांची खास आयोजन केले जाते. गीत राम याणकार ग. दी. माडाळूकर, आणी गायक सुधीर फडके (बाबूजी) यांनी गीतरामायण हा कार्यक्रम अजरामर केला. गीत रूपाने रामायणातील प्रसंग त्यांनी आपल्या गीतातून डोळ्या समोर उभे केलेत. अनेक ठिकाणी गीतरामायणाचे कार्यक्रमाच आयोजन आठवडाभर केल जात. श्रोते मंडळींना ह्या काळात ही खास मेजवानीच असते.

श्रीरामास भगवान श्री विष्णूचा सातवा अवतार समजला जातो. देवता आणि अवतार यांच्या जन्मदिवशी त्यांचे तत्त्व भूतलावर अधिक प्रमाणात कार्यरत असते. श्री रामही अवतारी देवता असल्यामुळे श्रीराम नवमीला श्रीराम तत्त्व हे हजार पटीने कार्यरत असल्याचे मानले जाते. म्हणून ह्यादिवशी श्रीरामरक्षा पाठ, श्रीराम जय राम जय राम. ह्या मंत्राचा जप, केल्याने अधिक पटीने लाभ मिळत असतो. म्हणून अनेक मंदिरात राम नाम जपाची बारी लावून अखंड जप केला जात असल्याचे दिसते. गुढीपाडवा ते रामनवमी ह्या काळात दरोज १३ वेळा राम

गमराया..
अमर्याद बाहुबल
मर्यादा पुरुषोत्तम
मनुष्य अन् देवत्व
अलौकिक संगम

सर्वज्ञ न् स्थितप्रज्ञ
अतुल्य कार्यक्षम
विरळा असे राजा
प्रभुराम तुइयासम

युद्धनिती प्रावीण्य
गाजवी ते विक्रम
कैक कलागुणांचा
तू मिलाप विहंगम्

प्रजेन्याकल्यानार्थ
सदोदित अग्र क्रम
कर्तव्या परायणता
पाळे समस्त धरम

माहित भविष्य परि
करत राहिला करम
रामम्हणत निर्वतला
रवण राक्षस अधम

अश्वमेध फल प्राप्ती
कुणा मनी ना संप्रम
परीटाच्या संशयाचा
रे दूर केलास विभ्रम

- हेमंत मुसरीफ पुणे

१७३०३०६११६

॥ सत्यसंगाचा सुगंध राम ॥



रक्षा स्तोत्र श्रद्धापूर्वक
महत्वावर ते सिद्ध
होते. रामरक्षेत प्रत्येक
अवयवांचे साठी स्वतंत्र

स्लोक आहे. त्यामुळे त्या त्या अवयवांचे विकार बरे होतात..

राम रक्षा पठेत प्राज्ञ: पापर्णी सर्वकामदाम् ।

शिरो मे राघवः पातु भालं दशरथित्यजः ॥

कौसल्येयो दृशौपातु विद्यमित्रप्रियः श्रुती ।

घ्राणं पातु मखत्राता मुखं सौमित्रिवत्सः ।

जिह्वा विद्यानिधिः पातु कण्ठं भरतवन्दितनः ।

स्कन्धो दिव्यायुधः पातु भुजौ भग्नेशकार्तुः ॥

करौ सीतापतिः पातु हृदयं जामदग्नयजितः ।

मथं पातु खरधंवंसी नाभि जाम्बवदाशः ॥

सुगीवेशः कटी पातु सवित्यनी हनुमत्रभुः ।

उरु रघुतः पातु रक्षः कुलविनाशकृत् ॥

जानुनी सेतुकृत्पातु जंधे दशमुखान्तकः ।

पादी विभीषणीदः पातु रामीखिल वपुः ॥

असे कवच या रामरक्षा स्तोत्रात आलेले आहे. कवच म्हणजे आपल्या प्रत्येक अवयवांचे रक्षण करण्यासाठी मंत्र धारण करणे.

पातालभूतलयोम वारिणश्छद्वाचारिणः ।

न द्रष्टुपि शक्तास्ते रक्षितं रामनामाभिः ॥

पाताळ भूमी आणि आकाश या तिन्ही लोकांत संचार करणारे

छद्याचारिणः म्हणजे राक्षस राम नावाने रक्षलेल्या लोकांकडे नजर वर

उचलून पाहू शक्त नाही.

म्हणूनच रामरक्षा । रामस्तुतीचे पठण,. हनुमानाचे हनुमान चालीसा

पठण, राम नामाचा जप, रामचरितमानसाचे पठण,. केल्याने संकट

निवारण होते दुःखापासून मुक्ती मिळते मनोकामना पूर्ण होतात सुख-

समृद्धी होते.

रामरामेति रामेति

रमे रामे मनोरमे ।

सहस्रनाम तत्त्वल्यं

रामनाम वरानने ॥

उत्सव काळात मंदिरातील मूर्तीला, विविध प्रकारचे पोषाख, फ

लांचे राह चढवले जातात. तसेच ह्याच काळात काही शहरात एक

दिवस रथ्यात्रेच आयोजन असते. रथातून श्रीरामाची नगर प्रदक्षिणा

असते. स्काळी साडेसात - आठ वाजता रथ्यात्रेच प्रारंभ होते. रथातून दोर लाउन रथ ओढला जातो. प्रदक्षिणेच्या मार्गावर घराघरांनु आरती, (त्याला कानगी म्हणतात. त्यात बत्ताशे, पाच खारका, आणि संस्थानला देणी रुपात काही रक्म असते.) दिली जात असते. आपल्याला त्यांच्याकूदून बत्तासे आणि पंजीरीचा प्रसाद मिळतो. उन्हाची पर्वा न करता ढोल-ताशा, लेझीम पथक उत्साहान लेझीम खेळत असतात. काही ठिकाणी बाहेर गावाहून लेझीम पथक बोलावली असतात. गोफ पथक असतात. संध्याकाळी साडेपाच -सहा वाजता रथ्यात्रा स्थानी पोहवते. उत्सवाचे काळात पालखीतूनही श्रीरामाची नगर प्रदक्षिणा होते.

अनेक ठिकाणांच्या उत्सवातून दशावतार(अनेकदा यांना देवता आणि अवतार यांच्या त्यांचे तत्त्व भूतलावर अधिक प्रमाणात कार्यरत असते. श्री रामही अवतारी देवता असल्याचे मानले जाते. म्हणून ह्यादिवशी श्रीरामरक्षा पाठ, श्रीराम जय राम जय राम. ह्या मंत्राचा जप, केल्याने अधिक पटीने लाभ मिळत असतो. म्हणून अनेक मंदिरात राम नाम जपाची बारी लावून अखंड जप केला जात असल्याचे दिसते. गुढीपाडवा ते रामनवमी ह्या काळात दरोज १३ वेळा राम



अतिशहाणपणा काय कामाया?

आजकाल स्वतःला मीच लय शहाणा समजणांच्या लोकांचा सुखमुळात खूप वाढला आहे. अशा लोकांना दुसऱ्यांचा शहाणपणा जराही बघवत नाही. दुसऱ्यांने केलेली एकी शहाणपणाची गोष्ट त्याना ऐकू वाटत नाही. ते दुसऱ्यांच्या बुद्धीला सलाम करण्याएवजी ते त्यांचा अपमान करण्याचे बघवतात. ते लोकांच्या मैदाला सारखे पाण्यात पाहतात. आणि मीच किती ज्ञानी व बुद्धिवान आहे, असे लोकांना दाखवून देतात. ते आपला शहाणपणा सिद्ध करण्यासाठी वाढेल त्या मार्गाचा वापर करतात. चारचौधात चर्चेला बसल्यावर आपलेच रान ह

