

**काबरा एक्सप्रेस**

वेनी A/C बस / अजंठ पार्श्व सविनी • ड्रग टोवर / पॉट टोवर महिमा युग्म

**गुजरांत** अहमदाबाद, सुरत, अकोलेकर, राजकोट, बडोदा, किन्न, आनंद, नवसारी, वसराड, वापी, मरुच, जामनगर

**मध्यप्रदेश** उज्जैन, राज मंडी, तीन झुमतीं उज्जैन

**महाराष्ट्र** मुंबई, (रवई, मंडी, अंबेडी, सिंदी वडी) श्रीमंगल, वासिरे पुणे

**गोवा** जयपुर, अजंठ, जयपुर चिड्डी मोरी जेठ

**सांख्य** बंगलोर, हैदराबाद, गोवा

**अहमदनगर** मेलानर पेटले कार्यालय, कल्याण रोड, पोस्ट रोड  
☎ 7972872412

संस्थापक के. आचार्य गुदिवा

# नवा मराठा

संपादक : सुधाप मुखिया

व्यवस्थापक : अनिल गुदिवा

**खास गणेशोत्सव**

व नवरात्री करिता  
ब्रॅण्डेड साउंड सिस्टीम  
वाजवी किमतीत..

अथरिजेटेड डीलर TCL LED TV

**COMPRO Systems & Services**

अथरिजेटेड, एचडीएमडी स्क्रीन, सेलफोन, अ. नं. १३२११०१०१०

PHILIPS SONY SAMSUNG TCL Hi Electronics

दि. ११/११/२०१८-१६/१३/१८ पाने ८ किमान ३ रुपये अहमदनगर, बुधवार दि. ०९/०९/२०१८ अंक नं. १५८ वर्ष ६३ वे दिनांक २०/११/२०१८ ANR/022/018-2020

**SONI TILES** Since 1965

AND MARBLE INDUSTRIES

**Wholesalers & Manufacturers of - Ceramic Wall & Floor Tiles, Vitrified Tiles, Paving Blocks, Marble & Granite**

**सोनी टाइल्स अँड मार्बल इंडस्ट्रीज**

Opp. Munot Estate, Station Road, Ahmednagar. Tel.: (0241) 2418720  
Mob. 9372497999

# वरिष्ठ अधिकाऱ्यांनी झोपेचे साँग घेतल्याने नगर शहरात वाहतूक व्यवस्थेचा 'बोजवाऱा'

नगर - पोलिस दलास शहर वाहतूक शाखा आणि उपवायव्य विभागात कार्यालयीन वरिष्ठ अधिकारींनी झोपेची सोप्या शक्यतेने आज शहरातच विद्यार्थ्यांक वाहतूक व्यवस्थेची पुरवठा 'बोजवाऱा' उडाला आहे. मारवाडी नगर वाहतूक शाखेला तर 'हमेखोरी'ची किड लागली असून, होरे देणाय्या शिक्षणा कर्मचारी आणि हजे ने देणाय्या शिक्षा, शाळकरी मुलांची वाहतूक कल्पना या 'हजे' नर कारवाईचा बडगा उगारला जात आहे. या हजेखोरीमुळे शिक्षा, हजे घालक त्रस्त झाले आहेत. एकीकडे हजेघालणी कारवाई केली जात असताना दुसरीकडे बेरोपित वाहतूकीला नगर वाहतूक शाखेकडून अपघ्न मिळत आहे. त्यामुळे शहरातील प्रमुख चौगुलास वहादू-वहादू गल्लींजवळील बाजारपेठातील रस्त्यावर वाहतूक कोंडीचा समना सन्नीसमागण जमतेला लागत लागत आहे. या अनियमित, बेरोपित कारभारात जबाबदार कोण? यासंदर्भात ताल्लक कारवाईने न काढल्या शेटे आमच्य उपरोधानात भरण्याच्या हजे आहे. बाजारपेठे अभिकर्त वाहतूक सेवेचे विद्यार्थ्यांसमोर साडे साडे यांनी दिशत आहे.

मारवादीनात साडे म्हाणेले की, नगर शहरातील वाहतूक व्यवस्थेचा पुरवठा बोजवाऱा उडाला आहे. वाहतूक नियंत्रण शाखेचे कर्मचारी झोपून दिस्त नाही. शहरातील कायड बाजार, चित्तले रोड, नवीपेट, काळवंड, सेल्लिखेट, राममंद खेट, चिड्डीगेट या म्हाणेत मोठ्या प्रमाणात बंदक असते. हा भाग बाजारपेठेचा असल्याने येथे नेहमीच मारवाऱ्या नाश्या वाजवी होत असतात. अशावेळी रस्त्यावरील वाहतूक नियंत्रणासाठी अशा म्हाणेत वाहतूक पोलीस तैनात असेल आसत आहे. मात्र वाहतूक पोलीस कोठेच दिस्त नाही. त्यामुळे बाजारपेठेच्या या म्हाणेत नेहमी वाहतूक कोंडी होते. सर्वसमागण नगरातून रस्त्यावरून काढणेही कठीण होते. वाहतूकीला अडथळे



विद्यार्थी बसलेले असतानाही शिक्षा लागत्या घेऊन स्वतः बसून ती वाहतूक शाखेच्या कार्यालयीन मेलाना वाहतूक पोलीस पहिल्या छात्राभित्तात तर प्रथिये असतानाही शहरातून विनिकटकापे सुरु करलेली अजण्ड वाहतूक पुरवठा छात्राभित्तात

निमित्त होऊन स्वतः नगरातका मोठा वेळ जातो. अशावेळी वाहतूक पोलीसानी काही जबाबदारी आहे की नाही? असा स्वतःत साडेचे यांनी केला आहे.

## अजण्ड वाहतूकीला शहरात परवानगी कशी?

शहराच्या बाहेरून बाजारपेठे रस्ता कायद्यात आल्यावर अजण्ड वाहनांना शहरातून ये-जा करण्यास प्रथिये कल्पना आलेला आहे. मात्र हा प्रथिये केवळ कायदावरच राहिला आहे. बाजारपेठे रस्त्यावर प्रथिये कोळकत दोन वेळ वाहतूक पोलीस दिस्त न करत वेळेवेळे असतात. या रस्त्यावरून अजण्ड अजण्ड काही शहरात प्रथिये कने कनेल? हाही एक अजण्ड आहे. वेने घेऊन या अजण्ड वाहनांना शहरात प्रथिये दिस्त जात असल्याचे अजण्ड समोर आलेले आहे. मात्र वेने घेऊन या आणि देणाय्यावर अजण्डपर्यंत कारवाई

मा अशी कारवाई का? हा देणाय्या शिक्षा घालकाला म्हाण पाठो हजे लागल्याने हजे असल्याने साडेचे यांनी म्हणले आहे. सध्या शहर वाहतूक शाखेच्या अधिकाऱ्यांकडून वाहतूक व्यवस्थेची मोठ्या रचविली जात आहे. या कारवाईतील गंभीर बाब म्हणजे वाहतूक पोलीस घेत वाहतूक आसताना जाऊन स्वतःतून हजेचे फोटो काढतात. पीयूजी, विना आहे का? अशी विचारणा करतात. यापेकी एक जरी कायदावर ससे तरी बसून नसत, शिक्षात बसून तरी घेत वाहतूक शाखेच्या कार्यालयात आणत त्यावर दंडाची अडवणू म्हाण दाखल करण्याची कारवाई केली जाते. हा हजे प्रकार विद्यार्थ्यांच्या समोरच घालतो. त्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या मीततेच वातावरण आहे. यातूनही गंभीर प्रकार म्हणजे रस्त्याने जात असलेली स्कूट हजे अजण शिक्षा अजण्डा जाते. शाळेच्या वेळेस विद्यार्थ्यांना पोहच करणे म्हाणेचे असते. त्यामुळे पोलीसानी अजण्डे तरी हजे, शिक्षालाक शाबत नाहीत. साडेची वाहतूक पोलीस या हजे, शिक्षा घालक करतात. वाहण पणशुन विद्यार्थ्यांसमोर वाहतूक शाखेच्या कार्यालयात घेऊन जातात. अशावेळी आणि पोलीस अधिकाऱ्यांनीही या गंभीर बाबीकडे लक्ष दिलेले नाही. ही दुर्दैवाची बाब आहे, असे साडेचे म्हणतात.

**'हजे' देणाय्या शिक्षांना १० सीट बसवण्यास परवानगी**

वाहतूक शाखेला जे शिक्षालाक हजे देतात, त्यांना शिक्षा १० सीट नगरवासाही परवानगी मिळते. त्यांनी परवानगीपेक्षा अधिक जवानी शिक्षा कोठेच तरीही कोणत्याही अधिकारी आणि कर्मचारी लाबायवर कारवाई झरत नाही. मात्र 'हजे' न देणाय्या शिक्षा घालकाना परवानगीपेक्षा कमी प्रवासी बसवलेले असले तरी काही तरी त्रुटी काढून त्याच्यावर कारवाई करण्यात येते.

**पाहिजेत**

अहमदनगर जिल्हाघाती नागरिकांना सुवायपेठी शिंदूकवाळ ज्वेलर्सच्या अहमदनगर शाखेसाठी हजे आहेत

**मॅनेजर** जमाना-1 (M)

**कॅशियर** जमाना-1 (M)

**सेल्समन** जमाना-3 (M/F)

**चंदुका ज्वेलर्स**

बसंत टॉपिंग रोड, अहमदनगर ☎ 0241-2321512

शाळा/कॉलेजमध्ये आपल्या पाल्यांच्या सुरक्षेबाबत निश्चित व्हा...

ISO 9001:2015 Certified

**Mandar Mulay**

98222 94622  
94220 87757

Swami Vivekanand Chowk, Guljar Goli, Ahmednagar

"अपने किचन को मंदिर बनाये, भोजन नहीं प्रसाद बनाये !"

**OSTWAL KITCHENS**

Har Ghar Ke Liye...

सल... सल... सल... सल... सल... सल...

**मेजल**

**महासेल**

**महामेळावा**

हजे से सरला कही नहीं...

शातु । कॅन्सी डिझायनर साडी कॅन्सल सिके साडी । कॅन्सलिंग साडी पुअर येवला पैठणी

महिलासाडी येजणार योजना पर सरत्या साकाच्या व्यवसाय करुन कमाव ५ ते १० हजार महिना तेही रिलेटेड येवत ५ घातक

**SNB MILL**

कॅन्सी साडी । कुडी । टॉप । लेथिंग  
☎ 8162818220

नगर अर्धन गेट रोड, बोस ज्वेलर रोडानी, कायड बाजार, अहमदनगर - ४११००१

HAFFLE Hettich GRASS NABYTEK blum Livsmart hardware

1, सिटी सेंटर कॉम्प्लेक्स, मिस्कीन मळा, तारकूर ग - गंगा उद्यान रोड, सावेडी, अहमदनगर  
A/C : 98220 67895, 9146 707070  
www.ostwalkitchens.com (रविचार बंद)

**Green Library**

Indoor Plants For your Home!

Get a Plant Today!

Indoor Plants | Potted Planters | Premium Planters  
Garden Accessories | Garden Furniture | Garden Lightings

Amit Sanklecha ☎ 99231 43334  
Website: greenslibrary.in

Opp. Ramdevi Temple, Next to Kamada Machine Tools, Zopadi Carreers, Savadi, AHMEDNAGAR - 414 003

**REVOLUTION in animation world**

**graphic designing**

**web designing**

**2d & 3d animation**

**18 MONTH PROGRAM**

**CERTIFICATE COURSE IN SOFTWARE PROGRAMMING**

C++ Programming  
Data Structure, PHP  
Python, Java  
.Net

Duration : 6 Months

ISO 9001:2015 Certified

**DISHA COMPUTER INSTITUTE**

9371051769 9371151769 7447761769



: संकलन : अ.ड. सौ. पूजा मुदेवार

### आरोग्य

#### तंदुरुस्तीसाठी भुजंगासन

जमिनीवर सरळरी घालून पोटावर झोपा. दोन्ही हात मुखभूत छातीच्या रेषेत ठेवा. आता हळूहळू मानेपासून कमरेपर्यंत माग उचला. दोन्ही पाय जोडलेल्या स्थितीत

**मृद्दिणी**

**आरोग्य**

**तंदुरुस्तीसाठी भुजंगासन**

जमिनीवर सरळरी घालून पोटावर झोपा. दोन्ही हात मुखभूत छातीच्या रेषेत ठेवा. आता हळूहळू मानेपासून कमरेपर्यंत माग उचला. दोन्ही पाय जोडलेल्या स्थितीत

**पाककला**

**पनीरची खीर**

साहित्य : पनीर, साखर, बेदाणे, पिस्ते, बदाय, केसर अगर केसरी रंग, मैदा

कृती : पनीरमध्ये थोडा मैदा मिसळून पनीर चांगले दाबून ठेवावे. अर्ध्या तासामुळे पनीर काढून त्याचे लहान लहान तुकडे कापवावेत. एका पातल्यात दूध व साखर घालून

अरु. घा. काही श्वासानंतर हळूहळू खाली या, पुन्हा हीच क्रिया ५ ते ५ वेळेस करा. याला 'भुजंगासन' म्हणतात. याने मानेपासून कमरेपर्यंतच्या मज्जाकेशी व्यायाम होते. मान, पाठ व कंबर यांचे दुखणेही कमी होते.

अटवाक्यास ठेवावे.

दूध आटवत आल्यावर त्यात बेदाणे, पिस्ते आणि बेदाय यांचे काप व केसर अगर केसरी रंग घालावा. दूध जरा घट्ट होताच त्यात पनीरचे कापलेले तुकडे घालावेत व दूध पुन्हा चांगले उकळू घ्यावे. बासुंदीरसारखे घट्ट होताच खाली उतरवून घ्यावे व वेळोवेळाची पूड घालावी.

### मुलांचे विश्व

**सुविचार** : मुले ही घरातील कल्याण आहेत.

#### मुलांसाठी मेडिकल जनरल नॉलेज

##### शिलाजीत म्हणजे काय ?

शिलाजित भारतीय उमहामुद्गीण्याच्या हिमायत व हिंदुत्ववादीयते नैसर्गिकरीत्या आढळणारे खनिज पदार्थ आहे. पण अजि सायेंप पदार्थात हजाराचे बंध विद्यमान झाल्याने बनलेले एक दुर्लभ रेशिम आहे. हे अडकलेले रोप पायां खडकांच्या बाहेर येऊन तक्रिरीसदृश ते काळे चिकट ठिकांसारखे पदार्थ बनतात. भारतीय जांपरिक औषध प्रणाली म्हणजेच आयुर्वेदात हजाराचे बंध त्याच्या अरोप्य निर्माण प्रणुमर्मांसाठी शिलाजिचे वापर होत असे आहे.

**शिलाजिच्या आयुर्वेदिक उपयोग :**

शिलाजिच्या अनेक उपचाराक लाभ असले, तरी सर्वांत महत्त्वाचे म्हणजे ते अरोप्य टॉनिक म्हणजे ओळखले जाते. चांगल्या आरोग्यास वाव देण्यात शिलाजिचे काही फायदे आणून पाहू या.

**वजन कमी करण्याचा मदत करते :** वैद्यकीय

अन्यास संश्रवात काही शिलाजितमय्ये काही सक्रिय यौगिके असतात, जे शरीर मार सुचकक वाढवून वजन आणि कंशरेपे यास कमी करण्यास मदत करतात.

**बद्धकोष्ठता कमी होते :** शिलाजिचे शरिरावर काही टॉनिक प्रभाव असतात, जे आतड्यांच्या स्नायूंना बळकट करतात आणि बद्धकोष्ठता आराम देऊन तुमच्या शरिरातून पचन आणि अन्न बाहेर पडण्यास शरिरातून पाचन आणि अन्न बाहेर पडण्यास मदत करतात.

**शुक्रप्राप्ती संख्या वाढवते :** शिलाजित जळवासय्ये दीर्घ हिदिया निवृत्त्या घेतल्यास, फॉसिल्ल संप्रेरक हार्मोन वाढवून शुक्रप्राप्ती यौगिके सुधारण्यात प्रभावी असल्याचे वादळून घ्यावे.

शिलाजित उच्च जागेच्या समरस्यांसाठी एकमुद्री सम्राण आहे. ते न केवळ ताण आणि धिक्तेमधून आराम देते, तर शिलाजित

अन्यास संश्रवात काही शिलाजितमय्ये काही सक्रिय यौगिके असतात, जे शरीर मार सुचकक वाढवून वजन आणि कंशरेपे यास कमी करण्यास मदत करतात.

**बद्धकोष्ठता कमी होते :** शिलाजिचे शरिरावर काही टॉनिक प्रभाव असतात, जे आतड्यांच्या स्नायूंना बळकट करतात आणि बद्धकोष्ठता आराम देऊन तुमच्या शरिरातून पचन आणि अन्न बाहेर पडण्यास मदत करतात.

**शुक्रप्राप्ती संख्या वाढवते :** शिलाजित जळवासय्ये दीर्घ हिदिया निवृत्त्या घेतल्यास, फॉसिल्ल संप्रेरक हार्मोन वाढवून शुक्रप्राप्ती यौगिके सुधारण्यात प्रभावी असल्याचे वादळून घ्यावे.

शिलाजित उच्च जागेच्या समरस्यांसाठी एकमुद्री सम्राण आहे. ते न केवळ ताण आणि धिक्तेमधून आराम देते, तर शिलाजित

#### वास्तू

##### भावांनी वेगळे राहायचे असल्यास

आज घरात दोन भावांनी वेगळे राहायचे असल्यास लहान भावाने पूर्वे भागात तर मोठ्या भावाने पश्चिम भागात राहणे योग्य असेल.

प्रत्येक घरातील पूर्वे भाग श्रेष्ठ म्हणून पूर्वे भागात राहाणे चांगल्या स्थितीत असतात.

**सल्ला**

मात शिवाजि असताना दोन-तीन चमचे लुण घालायला भात मोकळ्या होतो.

**सौंदर्य**

काही जणांचा चेहरा गौर किंवा उजळ दिसतो. हात, पाय माग मरे दिसत नाहीत. अशावेळेस हात व पाय याना कळींमण लोहांने पुणे वस्त्रच करायला.

**संकलन : अ.ड. सौ. पूजा मुदेवार, नमर.**

#### दैनिक पंचांग

गुरुवार, दि. १५ सप्टेंबर २०१४

--- शके १९४६ क्रोधीनामसंवत्सर. मद्रावप शुक्लपक्ष. हस्त अहोरात्र. सूर्योदय ०६ वा. २८ मि. सूर्यास्त ०६ वा. ३२ मि.

मेघ : प्रिय व्यक्ती त्याच्या राशिभविष्ये तूळ : आरोग्य आर्थिक मानसिक इच्छा पूर्ण करण्यासाठी बाबाविल एखाद्या विषय करेल. गुरुवार : आर्थिक क्षेत्रात वाढ होईल. शुभम : मानसंगमाण्या क्षेत्रात वाढ होईल.

मिथुन : जुने मित्र भेटतील. दिवस आनंदात जाईल.

कर्क : आजचा दिवस आपल्या कार्य-योजनांसाठी विघ्नकारक ठरेल.

सिंह : बेवार्श्यां, बेशिरत, योजनेच्या कार्यवाहीत खोळ्हा निमजण करू शकतो. राशिभविष्ये तूळ : आरोग्य आर्थिक मानसिक इच्छा पूर्ण करण्यासाठी बाबाविल एखाद्या विषय करेल. गुरुवार : आर्थिक क्षेत्रात वाढ होईल. शुभम : मानसंगमाण्या क्षेत्रात वाढ होईल.

मिथुन : जुने मित्र भेटतील. दिवस आनंदात जाईल.

कर्क : आजचा दिवस आपल्या कार्य-योजनांसाठी विघ्नकारक ठरेल.

सिंह : बेवार्श्यां, बेशिरत, योजनेच्या कार्यवाहीत खोळ्हा निमजण करू शकतो.

राशिभविष्ये तूळ : आरोग्य आर्थिक मानसिक इच्छा पूर्ण करण्यासाठी बाबाविल एखाद्या विषय करेल. गुरुवार : आर्थिक क्षेत्रात वाढ होईल. शुभम : मानसंगमाण्या क्षेत्रात वाढ होईल.

मिथुन : जुने मित्र भेटतील. दिवस आनंदात जाईल.

कर्क : आजचा दिवस आपल्या कार्य-योजनांसाठी विघ्नकारक ठरेल.

सिंह : बेवार्श्यां, बेशिरत, योजनेच्या कार्यवाहीत खोळ्हा निमजण करू शकतो.

#### अंतर्ज्ञान

माराता तो जन्मासुर्यात आंधळा आहे. गोविंदाच्या लबात आहे. पण तो पंडित आहे आहे यावर त्या विश्वास बसत नाही. म्हणून गोविंदाचे कलाय विचारला, 'या देवळाच्या गंगावातात आणजे जो कुठाय विचन करतो? आपल्या अन्यासाचा नवी विषय कोठला आहे? यावर तो आंधळा म्हणाला, 'मी झोलाशाखाचा अन्यासक

दोहे मित्र एक नगपतीच्या देवळात दर्शनसाठी आले. देवळाच्या सामनाच्या एक आंझळा बसला. ते पाहून सूर्य गोविंदाला म्हणाला, 'तू आंधळा बसलेल्या व्याखिला पहिलेस का? 'या बाबांना वेद हाताने लिहून पणाले आहे.

संशये म्हणणे गोविंदाला पडे. शेवटी गोविंदा त्या आंधळ्याजवळ गेला. त्याला आपली ओळख सांगून गोविंदा त्याच्याशी गप्पा मारू लागला. मग माराता

**सोमवारी**, दिह्शी मला सांगिलेले गेले आहे की मी म हाताजोबाबद्ध काही विहावे, पण मद्रासत ती वा नाही की मी एकाव्या हवीन यकींनकाद काही लिहू शकतो.

याच्या कर्णव्या काही आठवणी या माझ्या जीवनाचा एक भाग आहेत. त्या दमाल पुरुष संता दर्शनसिंहा महापुरुषांच्या दर्शने माझ्या जिवंत घडल्या ज्यांनी माझ्या कर्णव्या परिसिध्तीना सुवादा पुरिवलन होत, त्या दयेचे यकीन त्याच्या देवळात कुणेने मी करित आहे. माझ्या मुलांना त्या हे. मी महापुरुषांच्या प्रकाने प्रकाने की त्यांनी दर्शन घ्यावे. तिचे त्याच्या दिवशी सकळी माझ्या इष्टी वीज नव्हती. कसावसा दिवस संपला. संघकाळी वनाडी योण्याची वैक्य जेवजुन ठेपली होती पण विजोच नाही होत पलाच नव्हता. चारी बाजूनी अंधकार होता, घरीमा गणपते विहतातू होती कांण बारात येण्याची वैक्य

**अंतर्ज्ञान**

माराता तो जन्मासुर्यात आंधळा आहे. गोविंदाच्या लबात आहे. पण तो पंडित आहे आहे यावर त्या विश्वास बसत नाही. म्हणून गोविंदाचे कलाय विचारला, 'या देवळाच्या गंगावातात आणजे जो कुठाय विचन करतो? आपल्या अन्यासाचा नवी विषय कोठला आहे? यावर तो आंधळा म्हणाला, 'मी झोलाशाखाचा अन्यासक

#### जीवन चक्र - मृत्यू रहस्य (जीवन की रोशनी)



जवळ आली होती पण काही व्यवस्था होत नव्हती. बारात पोचण्याच्या आठवणे एकू येऊ लागला. नवेंवयाच्याचा एक आवाज वाढला पण सारळीकडे घोर अंधार आणि समकडे पिविते होते. दया कर्णव्या परमेश्वराला दया आली आणि आपल्या मुलांचे हाल बघायला ते जवळ आले. त्यांच्या तब्यती स्वरुपाचे आम्हाला दर्शन झाले आणि एकदम विजेचे आमग्न झाले. चारी बाजूला प्रकाशयय वातावरण झाले. पहेल्यावर संप्रकता इच्छाळी. पण आमच्या बुद्धीला काय म्हणायें, कोणता बद्दल पडला होता माहित नाही. आम्ही व्यक्थित्त रितनेने नेहम खुदकेचे आडारिती पण कशे शकतो नव्हा. सर्व लोक बारातीच्या स्मग्त समारंभाने कार्य होत. त्यांनी चक्र आमच्यावर दाख केले. आमचे कार्य सारळीकडे. बिडळलेले काम सुखेलीते केले आणि आम्ही धेडे..... असो, ही तर त्यांच्या दयेची एक झलक होती. या जगत आनेच्या प्रत्येक जीवनाच्या आसू-दुःखाच्या कसोटीवर पारखले जाते आणि आम्ही जीव जे खोटे नग्यासारखे आहेत त्या कसोटीत नापास होते. माझा मुलगा

एन तारुण्यात २४ वर्षाच्या वयातच अमाहला रगत ठेऊन या जन्मासुरी मृत्यू गेला. आपली तक्रार पण शिक परमात्म्याने अस्कार करी आणि नेमाची शोक मरणाच्या भागात लिहिला. सवे बाव्हारांनी अमाहला प्रेम आणि दिवले. पण संसारी जीवाना कुठून मिळायला आम्हाला? माझ्या पतिचा मन घेतले नव्हते. याकडे त्याला त्यांनी खूप प्रेम केले. माझ्या मुलांचा जोडी उरता टांगला जोसे कर्णव्याची दर्शन करू नये.

संमरुपेचे सेवा करित असताना एका महिलेचा एक मग लावतच पडू झाले वगळतूही तिचा वापर वाढत गेला. इतके जाले की जळक्याचे तिला संकथ

तला संक्रमण (सेटीक) झाले. तिला इष्टिप्राकट भरती केले पण काहीच आराम आला नाही. महापुरुष जग गोठीची माहिती दिली गेली. म हाताजि दर्शनसिंहा म्हणाले, आज प्रायश्चिद नर्तण होममध्ये झाल्यास, सर्व खर्च आम्हास देईल.

(कृपाल आश्रम, अहमदनगर)

#### हसा आणि शतायुषी व्हा!

##### नावासाठी

देवळात भजन चालू ठेवा. उन्हाळ्याचे दिवस होत, पंखा चालू होत. इतक्यात एक माणूस आला व त्याने पंखा बंद केला. लोकांनी त्याला विचारले, 'पंखा बंद का केलास ?' 'मी तो देवळाचा देणगी म्हणून दिलाय. माझ नावही पंखावर लिहिलंय. हा पंखा आस चालू राहिला तर माझ नाव कुणाला तरी दिसले का? म्हणून बंद केला.'

#### ...चला करू रफार्त पुरीक्षांची तयारी

विद्युत युवांज प्रमाणे मोजण्याचे परिणाम - अंमंभीर

सॅलडरॉस द्रंज अंधिकाच्या खून करणारा भारतीय - मदनलाल धिंग्रा

कर्कणा पक्षी अभयारण्य असलेला जिल्हा - रायगड

अजणा हजारे २०१४ मध्ये उपोषासास बसले होते ते मैदान - रामलिला मैदान

मदरॉस - कॉम्पिटिशन सक्सेस (जनरल नॉलेज) इंग्लीश मासिक सारठी अनुवाद - अरविंद ब्राम्हणे, भिंगार मो. ९४३०७३४२८१

#### शब्दगंध क्री. १७०४

सौ.वीरजा पुनकर्वी

शब्दगंध क्र. ७००३ चे उत्तर

1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36

उभे शब्द :- १) वृत्त, वर्ता; खबर; समाचार २) आरुप्य; उमर; पाणी; जल ३) झाडांच्या साठीचे वस्त्र ४) सारण्या अंतरावचा ५) कद; नसा; मद ६) अगदी जखळट म्हणारा ११) जाणे; प्रस्थान करणे १२) जपानी कुस्तीचा प्रकार १३) प्रश्न १४) मात; हिस्सा १५) अशा प्रकारचा; असला १६) तोंडात; हानी १७) परसलेला सुगंध १८) नाणी पाडण्याचा कारखाना २०) साड्या वगैरेचा कडवटविला रस; बुद्ध; विजयलंजे अन्न २३) इटलीची राजधानी २४) अगवारीत बारीक केस; लव

आडवे शब्द :- १) पुरुषाचे एक नाव ४) एक प्रसिद्ध उद्योगगरी माणसांचा समुदाय; (आडव्या) २०) पण; सोसायटी २) क्विजिंत तुडे ६) काश्मिरी उतारे २१) अणु केंद्रक २२) बांधला तापुसला पूत २२) चणची पाणी; मांजर; चणची पाणी १) एक क्रामी; मारा; बारा शशीपैकी एक १०) लानून; जवळ ११) एक सुगंधी वनस्पती

१) पुरुषाचे एक नाव ४) एक प्रसिद्ध उद्योगगरी माणसांचा समुदाय; (आडव्या) २०) पण; सोसायटी २) क्विजिंत तुडे ६) काश्मिरी उतारे २१) अणु केंद्रक २२) बांधला तापुसला पूत २२) चणची पाणी; मांजर; चणची पाणी १) एक क्रामी; मारा; बारा शशीपैकी एक १०) लानून; जवळ ११) एक सुगंधी वनस्पती

#### शुद्ध जीवन जीने के मंत्र (शांति)

संरक्षण मिला हुआ है। कुछ लोग सच में यज्ञ-रक्षक हैं लेकिन उन को विश्वास नहीं रखा जा रहा है या उनको साधारण स्थान या सेवा दी गयी है। सच यज्ञ या कि अच्छे लोगों को बचाने की कोशिश होना है और बुरे लोगों के साथ अच्छा क्यों होता है ? भावाने जानी-जानमान है। ऐसा क्यों ?

यह उन कुमारों का प्रश्न था। यह प्रश्न पढ़कर भाई साहब मुझे सन्तुष्ट और हम सबके तयारी कि 'अच्छा और बुरा' की परिभाषा आप किन्ना रूप से दे रहे हैं ? किसी ने उत्तर नहीं दिया। फिर उन्होंने पूछा कि समाधान में मंत्रा एक कैरेक्टर है, आप जानते हो ? कहे गए, जी हाँ, उन्होंने पूछा, उसका कैरेक्टर कैसा था ? सन्ने क, नेटिवि यह फिर उन्होंने पूछा, क्यों नेटिवि था ? सन्ने क, उसने कैरेक्टरी के अन्न भर, राम को बतवासे भाई। उसके कारण राम दरस्थ में प्राणयाम किये। भाई साहब ने सही, ओ क, यह एक पदरु है। अमी दूसरे पदरु से कोटी। अगर यह बतवासे नहीं जाता तो असुरों का यह कैरेक्टर ही।

अहिंसा, ऋतु, दायण और ऋषि-मुनिओं का उदार कैसे होता ? सुणे का संहर, शिर्षा का उदार जो हुआ, किस के कारण ? सब भाई मुझे हो गये। उन्होंने पूछा, असरी का संहर और ऋषि-मुनिों के उदार से लिए कारण कौन बना ? उत्तर मिला, मंत्रा। अब बताओ, मंत्रा

मोटिव है या पोजिटिव ? सबने बोला, पोजिटिव। भाई साहब ने 'वह, ड्राम में कुछ ऐसी चीजें हैं, आंखों अमी सन्ने में नहीं आती। ड्राम एक बहुत लंबी चीज है, हमारी सृष्टि बहुत ही है। आप तो ब्रह्म और बेहद के सोचवारी हो। आप दिख्शी में सेवा करते हैं और मधुवन में भी ।

वीआईपी की सेवा कैसे करती होती है - उन्होंने यह भी सिलखाना ही के बद्दल - से वीडियोज हमारे समक्य में होनी के वरते थे, आज इन्की सेवा करनी है, आज इन्की सेवा करनी है।

नर्सिटी के प्रोफेसर, वक्त्र वाचनसरल, उनी आदि कुछ बेहद समक्य में कह रहे वलामरुके (सहायती) की थे और कुछ बेहद मरिज थे। भाई साहब ने अपनी दिखने में हमारे से उन सबकी सेवा करवायी। उनका ज्ञान समने का तरीका बुरे गनव का होता है। य जे अब वीडियोज को ज्ञान सुनते थे, हमें भी बहुत कुछ सीखने को मिला था। भाई साहब की सेवा करना देखे ही तैयार वरते थे, उसके अउदार ही वे सेवा करते हैं। सुने भी व्यर्थ और अनाथक्ये बानी उन्होंने नहीं सुनते थे। जी नी आते थे उनके सन्दरे से चाय-नास्ता खिलाते वरि नहीं भेजते थे।

(प्रजावित ब्राम्हाकुमारी ईश्वरीय विवेक विद्यालय)

#### स्त्री स्वास्थ्यचे कानमंत्र आरोग्य सखी

##### शीतपेये

तसेच बेन्झोअक ऑईड किंवा बेन्झोअड हा द्रव्य परिरक्षक (डिफेंसिव्ह) रक्कमात असतात. काही संश्रैस्त्रीली लोकांना या परिरक्षकांना सार होऊन उलटी, मळमळ, तीख कोरपेटी, सतयव वाढणे, तसेचवर खाऊ येऊन फोडे येणे असा कडकचा त्रास होऊ शकतो.

अनेकोग्या फॅरसजन अस्वतो. तो या शीतपेयेमध्ये नैसर्गिक मॅन्गॅनिस व से वा उत्तरो. परंतु नैसर्गिक फळाचा वापर आरक्षी कमी प्रमाणात घ्यावा १०% फळाचा वापर वास्तुतः सातव्या ते नव्या ते वृद्धिात सारत, कुमिष स, सदा सदांच वापर करायला येतो. शीतपेयेमध्ये उत्तम घटक साखर आणि शीतंदिया वापर करायला येतो. त्याच्या अति प्रमाणात वजन वाढणे स्त्रीय विकार जवतो.

सध्या लहान मुलांमध्येही या शीतपेयामुळे स्त्रीय विकार दिसून येतो या पेरामुळे मुक भावी जाऊन आहारातील पोषक घटक घेतले जात नाहीत. एकीकडे शीतपेय वजन वाढते; परंतु हे वजन फक्त विकृत परकीयचे असल्यामुळे इतर घट्ट पोषक तत्व नाही व पर्यायाने कुपोषण होते.

शीतपेयामध्ये असण्याचा साखर व कॅल्शियमुळे स्त्रीतील फॅमिडीज हा अवयव पोषित होऊन इन्डुलिनस निर्मित करतो. हे बदलेले इन्डुलिन शरीरामध्ये परकी साढवण्याची आस देते. शरीरात इन्डुलिनसची मात्रा वाढल्यामुळे पुढले पुढले शुक्र लागावण्याची भावना निर्माण होते व अश पद्धतीने कुडीच्या आहारातून सुचता वाढते. म्हणून पराचारा संस्कृतीचे अनुकरण धांबून कुडीचे शीतपेयाचा वापर आपल्या जीवनशैलीत अंगी घ्यायला परजेनुसार करावा.

पर्यायी पेये : नैसर्गिक फळापासून बनविलेली पेये, सरबत यांचा वापर लहान मातय्यांसाठी व शरीराला ऊर्जा मिळवण्यासाठी करावा.

उदा. संत्रा, मोसंबी, ज्यूस, कोकम सरबत, आवळा, लिंबू सरबत इत्यादी.

दूध, दही, ताक, लोणी, साखरूप, मध या सर्व द्रव्यांमुळे मधुच्छाया सशरीण विकार होतो. ही सर्व द्रव्ये शरीरावर अतुंगप्रमाणे काळ करून मधुच्छाया शारीरिक व मानसिक विकार करतात. शरीराची रोसफिकार करायची वाढवून अनेक रोसाणुसुरो अनेक विकार. शक्तीमूळचे वचतून रोस सकळी अघोषय साक्षिंत आहेत. परंतुमात नियमित घेतल्याने रोसाय वाढणे राबले जाते.

--- श. सावता निरंजक-माहुडूदुलकर विद्यालयात शिवाय व गमंसेकरा संदर अहमदनगर मोहाईल नं - ७१९३४०८०००









