कच्च्या आहाराचा अनुभव

—————:०:—————

मनुष्य संवयीचा गुलाम असतो आणि संवयीच्या बाहेरचें कांही करायचें झालें की तें जिवावर येतें. आम्हीं सुमारें एक वर्षांपूर्वी 'आधुनिक आहारशास्त्र' नांवाचें पुस्तक लिहिलें. अर्थात् तें अनेक वर्षांच्या अभ्यासावर आधारलेलें आहे आणि कच्च्या आहाराचें महत्त्व आम्हास तात्विक दृष्ट्या पटल्यामुळेंच त्या पुस्तकांत कच्च्या आहारावर विशेष भर दिलेला आहे. वास्तविक व्हिटॅमीन-संबंधी आधुनिक शोधांनंतर अशा आहाराचें महत्व सर्वांसच पटावें, कारण कच्च्या आहारांत व्हिटॅमीन पूर्णत्वाने सांपडतात आणि शिजवलेल्या अन्नांत त्यांचें प्रमाण बरेंच कमी होतें हें निर्विवाद आहे. ही गोष्ट अनेक प्रकारच्या प्रयोगांनी सिद्धही झालेली आहे. उदाहरणार्थ उंदरांच्या पिल्लांना अंड्यांतील पिंवळा भाग कच्चा खाऊं घातल्यानें त्यांचें वजन ६० दिवसांत शेंकडा १४० नी वाढलें, व त्याच वयाच्या इतर कांही पिल्लांस तोच पिंवळा भाग शिजवून घातला, तेव्हा त्यांचें वजन फक्त शेंकडा ७६ नी वाढलें असें आढळलें. तसेंच शेळीच्या पोरांना शेळीचेंच दूध तापवून जंतुरहित करून घातल्यास त्या नेहमीं-इतक्या जलद वाढत नाहीत असेंही प्रयोगांतीं दिसतें.

तरी देखील मनुष्य संवयीचा गुलाम असल्यामुळे कच्चा आहार ही कोणाच्या तरी डोक्यांतून निघालेली विक्षिप्त क्लृप्ति आहे असेंच पुष्कळांस वाटतें. ही केवळ वाटण्याची गोष्ट झाली, मग कच्च्या आहाराचा प्रत्यक्ष प्रयोग कर-ण्यास फारसे लोक धजत नाहीत यांत नवल नाही. असें असतांही आम्हास असा प्रयोग करण्याचा प्रसंग आला आणि यासंबंधीं आमचा स्वतःचा अनुभव आम्ही वाचकांस सादर करीत आहोंत,

हा प्रयोग करण्याचें कारण असें झालें की आमची प्रकृति बऱ्याच दिवसां-पासून पुष्कळच बिघडली होती. प्रोफेसर असतांना वर्षांतून सहा महिने

रजा आणि बाकीच्या सहा महिन्यांत देखील दररोज फार तर दोन तास काम असायचें, आणि गणितासारखा विषय असल्यामुळें नवीन फारसें वाचण्याचीही जरूरी नाही, अशी स्थिति सरकारी नोकरींत होती, आणि ती सोडल्यावर मधें एक वर्ष जरी सकाळपासून संध्याकाळपर्यंत गांवभर हिंडून शिकवण्या करून पोट भरावें लागलें, तरी नंतर पुनः विल्सन् कॉलेजांत प्रोफेसरीच मिळल्यामुळे आणखी तीन वर्षें तशींच गेलीं. नंतर तीही नोकरी सोडल्यावर, सवा वर्ष बेकार राहिल्यावर एका व्यापारी कचेरींतील साहेबाच्या सेक्रेटरीचें काम मिळालें, पण तेथे वर्षांतून सहासात महिने, म्हणजे साहेब मुंबईत असेल तेव्हा, रविवारीं देखील सुटी नाही, सकाळीं नऊ वाजतां आफिसांत गेलें की संध्याकाळीं साहेबाची लहर लागेल तेथपर्यंत काम करायचें, आणि बाकीचे महिने मात्र इतर कारकुनांप्रमाणे सुट्या असायच्या; कधीं इराणच्या आखातांतील घाणेरड्या हवेंत साहेबाबरोबर जावें लागायचें, अशा तऱ्हेने काम करावें लागल्यामुळे, आणि नंतर सर्वच व्यापार बसल्यामुळे बरेच कारकून कमी होऊन त्यांचेंही काम करावें लागल्यामुळे, कामाला कांही सीमा राहिली नाही आणि कधीकधी रात्रीं नऊ वाजेपर्यंत देखील महत्वाचीं पत्रें यंत्रावर लिहीत बसावें लागलें. अशा रीतीने काम फार दिवस निभणें शक्य नव्हतें आणि त्याचा प्रकृतीवर परिणाम होऊन नंतर दोन तास काम केल्यानेही थकवा येऊं लागला. प्रकृतींत दृश्य फरक कांहीच नव्हता, तेव्हा एका तज्ञ समजलेल्या डाक्टराकडून तपासून घेतलें, व त्याने यंत्राने रक्तदाब पाहतां तो बराच वाढला असल्याचें आढळलें. हेंच एकंदर थकव्याचें कारण ठरलें आणि त्याने काम कमी करण्याचा उपदेश आणि कांही शक्तिवर्धक औषधांची यादी दिली. तेव्हा रात्री काम करणें बंद केलें, आणि साडेनऊ वाजतां निजूं लागलों. यामुळे आणि औषधांमुळे रक्तदाब बराच उतरला, परंतु ही स्थिति फार दिवस टिकली नाही. काम करूं नका, हवेच्या ठिकाणीं जा, मुंबईतून शक्य तितक्या वेळां बाहेर जात जा, वगैरे गोष्टी डाक्टरांना बोलायला सोप्या असतात, पण लठ्ठ पगाराशिवाय आचरणें कठिण असतें. होती तीही नोकरी सोडावी लागली, तेव्हां आतां लेख-

नावर आणि संततिनियमनाचीं साधनें विकून चरितार्थ चालवण्याची वेळ आली. अशा स्थितींत हें जमावें कसें ? संततिनियमनाचीं साधनें विकण्यांत भरपूर फायदा असल्यामुळेंच आम्हीं प्रोफेसरची जागा सोडली असें आमचे शत्रु म्हणतात, परंतु हें त्यांचें अज्ञान आहे किंवा दुष्टपणा आहे. सारांश प्रकृति अधिकाधिक बिघडत चालली. सर्व लक्षणें येथे देत बसण्याचें कारण नाही, परंतु थोडें उन्हां-तून चालल्यानेही त्रास होऊं लागला, आणि एके दिवशीं रस्त्यांत बेशुद्ध झालों. परंतु अगोदरच थोडेंसें चमत्कारिक वाटल्यामुळे कांदेवाडीच्या कोपऱ्यावरील तांबे यांचे दुकानाचे फळीवर चढून बसण्याची बुद्धि झाली व दुकानांतील लोकांच्या तें लक्षांत आल्यामुळे त्यांनी कांदा आणून नाकाला लावला. शुद्धीवर आलों तों प्रेक्षकांचा थवा दुकानापुढे जमलेला दिसला.

अशा स्थितींतच वरील पुस्तक लिहावयास घेतलें. हा प्रकार मेचे १० तारखेला घडला आणि पुस्तकाचें हस्तलिखित मेअखेर दिलें पाहिजे होतें. तेव्हा आमचे मतेंही तें समाधानकारक झालें नाही, आणि तें सर्व पुनः लिहून काढून मग तें छापलें. पुस्तक लिहीत असतांना अर्थातच स्वतःच्या प्रकृतीसंबंधी काय करावें हा विचार डोक्यांत होताच. डाक्तरांना त्यांत फारसें कांही करतां येत नाही हें उघड होतें, तेव्हां आपणच कांहीतरी मूलगामी उपाय शोधून काढला पाहिजे, एरवीं आपण फार दिवस जगत नाही अशी खात्री झाली. अर्थात् आहार हें आरोग्याचें एक मुख्य अंग आहे, तेव्हा त्यांतूनच कांहीतरी उपाय निघाला पाहिजे हें स्पष्ट दिसत होतें, आणि कच्च्या आहारासंबंधी आपण जें लिहिलें तें पडताळून पहावें असें ठरवलें.

एकदां सुरवात केली म्हणजे कठिण गोष्टही सोपी होते, तसेंच येथेही झालें. आमचेच शेजारीं आमचेपेक्षाहि रक्तदाब जास्त असलेले एक डाक्तर राहतात आणि त्यांचें मत असें होतें की उपोषण करून वजन कमी करावें व त्याप्रमाणे त्यांनी केलें होतें. परंतु त्याचा फारसा उपयोग झाला नव्हता, आणि उपोषणासंबंधी आमचा स्वतःचा अनुभव असा होता की कधीं चुकून उपोषण

घडल्यास फार अशक्तता वाटे, तेव्हा हा उपाय आपल्या हातून होणें नाही असें ठरवलें, आणि कच्चा आहार भरपूर खायचा असा बेत केला. असा नैसर्गिक आहार असल्यावर, त्यांत कोणते पदार्थ खायचे हें ठरवतांना आपणास आवडतील असेच पदार्थ खाल्ल्याने अधिक फायदा होईल असें ठरवून, नंतर ते काय प्रमाणांत खाल्ले असतां शरीराला दररोज जरूर तितक्या 'कॅलोरी' मिळतील याचा हिशोब करण्याची सर्व सामग्री जवळ होतीच, तेव्हा तें हिशोब करून ठरवलें.

हा आहार घेऊं लागल्याला आतां सात महिने होऊन गेले. इतक्या अवधींत प्रकृतींत जमीनअस्मानाचा फरक दिसूं लागला. अशक्तता साफ नाहीशी झाली, इतकी की आतां टेनिसचे सिंगलचे तीन सेट खेळतां येतात. पूर्वी पायांनी चालणें शक्य तितकें टाळण्याची प्रवृत्ति होती, तेथे आतां थोडेंबहुत कमीअधिक चालावें लागलें तरी कांही वाटत नाहीं. केवळ व्यायामाकरतां चालण्याचा कंटाळा पूर्वी होता तसाच अजूनही आहे, परंतु जरूर पडल्यास चालतां येतें. वजन आणि विशेषतः पोट, फाजील वाढलें होतें, तें उपोषण केल्याशिवाय ताबडतोब कमी झालें आणि त्याबद्दल पुस्तकांत लिहिल्यासारखाच अनुभव आला. म्हणजे मेद वाढतांना पोटापासून सुरवात होते, त्याचप्रमाणें कमी होतांना पोट सर्वांत शेवटीं कमी होतें. यामुळें इतर शरीर कदाचित् कोणी फाजील कृश म्हणेल इतकें झालें, तरी पोट व्हावें तितकें कमी झालें नाहीं. तथापि आजारीपणाचीं कोणतींही चिन्हें शिल्लक राहिलीं नाहीत, पूर्वी रक्तदाबामुळे झोप नीट येत नसे, आणि रात्रींतून दोनतीन वेळां उठण्याची संवय होती, त्याऐवजी आतां रात्रीं एखाद्याच वेळीं उठावें लागतें, व किंचित् थकलों असलों तर मुळीच उठत नाही. कांही दिवस अंगावर एक्झेमा होता, तोही आतां नाहीसा झाला. आणखी एक आजाराचें चिन्ह म्हणजे दोन्ही बाजूच्या मूत्रवाहक नलिकांमध्यें मुतखडे असल्याचें एकदां 'क्ष' किरणांचे साह्याने दिसलें होतें. त्यांचें काय झालें हें माहीत नाही. तें खर्चाचें काम असल्यामुळे पुनः तपासलें नाही.

हे सातीं महिने कच्च्या आहाराचा नियम कडक रीतीने पाळला असेंही म्हणतां येणार नाही. दूध कच्चें घेण्यांत धोका आहे, तेव्हा तें तापवणें भाग

असतें. त्याचप्रमाणें इतर अन्न पुरेसें न वाटल्यास बटाटे भाजून किंवा उकडून-नही खाल्ले आहेत, कारण ते कच्चे खाणें बरें नव्हे. पूर्वी मधूनमधून मांसाहाराची संवय होती तीही सोडली नाही, आणि अर्थातच मांस कच्चें खाल्लें नाही, परंतु अंडीं कच्चींच खात होतों, व बाकी सर्व पदार्थ कच्चे खात होतों. येथपर्यंत नियम तरी कडकपणाने असा पहिले तीनच महिने पाळला, व नंतर प्रकृति सुधारल्यावर मधूनमधून कोणी भोजनास बोलावल्यास किंवा क्वचित् घरींही अपवाद करूं लागलों व अजूनही करतों. कच्चे खाण्याचे मुख्य पदार्थ म्हणजे भुइमुगाचे दाणे, पाण्यांत २४ तास भिजवलेले (असें केल्याने त्यांतला तेलकटपणा नाहीसा होतो), केळीं, नारळ, हंगामाप्रमाणे मिळतील तीं इतर ताजीं व वाळलेलीं फळें, अंजीर, द्राक्षें, सफरचंद, बदाम, अक्रोड, काजू, खारीक, खजूर, वगैरे, व गाजर, रताळें वगैरे मुळें, लेट्यूस (सॅलड) वगैरे पानें. दुधाऐवजी पचनाला ताक चांगलें, व ताक आणि केळीं भरपूर खाल्लीं असतां तोच संपूर्ण आहार होतो. लोणी वेगळें काढलें नसेल तर अधिक चरबीचीही जरूर नाही, व तेल खाणें असेल तर तेंही हिरवें. कच्चा आहार सुरू करतांना एक गोष्ट लक्षांत ठेवली पाहिजे की हे पदार्थ उत्तम रीतीने चावावे लागतात, व संवय असल्याशिवाय ते चावून होत नाहीत, व यामुळे प्रथम अतिसार होतो. तसा आम्हासही झाला, परंतु त्यामुळें बिलकूल थकवा न वाटल्यामुळे आहार तसाच चालू ठेवला.

भाज्या वगैरे कच्च्या खाण्यांत एक धोका असतो की त्यांत रोगजंतु असण्याचा संभव असतो. याकरतां कच्चे पदार्थ प्रथम मिठाच्या पाण्यांत कांही वेळ बुडवून ठेवावे व नंतर खावे.

हा आमचा स्वतःचा अनुभव आहे, पुस्तकी विद्या नाहीं. हा अनुभव कोणालाही घेतां येईल, मात्र चांगलें चावण्याइतके दांत शाबूत नसल्यास हे सर्व पदार्थ बारीक करून व भाज्यांचा व फळांचा रस काढून घेतला पाहिजे. नपेक्षा ते पचणार नाहीत.

पुण्याचें प्रदर्शन

(लेखिका : **शकुंतला परांजपे**)

पुण्यांतील लॉर्ड रे औद्योगिक प्रदर्शनांत येथील आरोग्यमंडळातर्फे एक भाग उघडण्यांत आला आहे आणि तेथे पुण्यांत आरोग्यविषयक प्रचार कसा करतात याची सविस्तर माहिती देतात असें समजतें. प्रदर्शनाच्या या आरोग्य-शाखेच्या सेक्रेटरींनी मला या प्रदर्शनांत संततिनियमनविषयक सर्व साधनें दाखवून तीं कशीं वापरावीं याविषयींची माहिती देण्याची विनंति केली होती आणि त्यांच्या आरोग्यमंडळसमितीची त्यांनी मला सभासद (कोऑप्टेड मेंबर) करून घेतली होती. मीं ही त्यांची विनंति मान्य केली व त्याकरतां वेगवेगळीं साधनें विकत आणलीं. कांही दिवसांनी डॉ. व्ही. एल्. साठे माझ्याकडे आले व आपणाकडे असलेला स्त्रीच्या योनि-मार्गाचा नमुना (मॉडेल) आपण आम्हास उसना देऊं शकाल काय म्हणून विचारलें. कारण विचारलें असतां, औद्योगिक प्रदर्शनाच्या आरोग्यशाखेंत संतति-नियमनविषयक माहिती देण्याचें तीन डॉक्टरणींनी कबूल केलें असल्याचें, व त्यांना त्याकरतां माझा नमुना वापरायला हवा असल्याचें, सांगितलें तेव्हां मीं त्यांना स्पष्ट विचारलें की आरोग्यमंडळातर्फे मीं हें काम करायचें ठरलें असतां आतां एकाएकीं त्यांना माझी जरूर नाहीशी झाली की काय ? वैद्यकीय माहिती डॉक्टर लोकांनी दिलेली अधिक चांगली, असें त्यांनी उत्तर दिलें. तेव्हा मी म्हटलें हें शहाणपण आपण आजच शिकलांत काय ? कारण एरवीं प्रथम मला तें काम करण्याची विनंति करण्यांत आपला काय उद्देश होता ? अशीच माहिती देण्यासाठी मला आलेलीं बाहेरगांवचीं दोन आमंत्रणें मीं आपणाकरतां नाका-रलीं, शिवाय प्रदर्शनांत सर्व साधनें दाखवून वाईट कोणतीं व चांगलीं कोणतीं हें समजावून सांगण्याकरतां मी शिफारस करीत नसलेलीं

साधनें सुद्धां मला विकत आणावीं लागलीं. यावर माझा हा खर्च भरून देण्याचें मला डॉक्टरसाहेबांनी आश्वासन दिलें, व त्यांना स्वतःला कळवल्याखेरीज मला ही विनंति करण्यांत आलेली होती असें सांगितलें, आणि डॉक्टरांव्यतिरिक्त इतर व्यक्तींनी या विषयासंबंधी माहिती देणें इष्ट नाही असें डॉक्टरमंडळाचें (डॉक्टर्स असोसिएशन) मत असल्याचेंही सांगितलें. तेव्हा डॉक्टरीच्या अभ्यासांत हा विषय शिकवला जातो की काय, आणि जात असेल तर माझ्याकडे माझा नमुना पाहण्यास आणि टोपीचा आकार बरोबर कसा निवडावा हें माझ्याजवळून शिकण्यास डाक्टरणी व नर्सेस कशाला येतात, असा मीं त्यांना प्रश्न केला. शिवाय डॉक्टर लोकांना या विषयाची जर इतकी माहिती असेल, तर आज एकही वैद्यकीय शाळेंत किंवा दवाखान्यांत त्यांना स्त्रीच्या योनिमार्गाचा एकही नमुना मिळूं नये आणि माझ्याकडे मागण्याचा प्रसंग यावा याबद्दल आश्चर्य प्रदर्शित केलें. तेव्हा माझ्याकडे आहे तसा संपूर्ण नमुना कोठे नाही, जे आहेत ते एका पातळींतील नमुने (क्रॉस सेक्शन्स) आहेत व त्यांवर तितकेंसें चांगलें समजावून सांगतां येत नाही, असें त्यांनी उत्तर दिलें. तेव्हा अर्थात् माझा नमुना मी दुसऱ्याच्या हातीं देत नसतें असें सांगून मीं त्यांची बोळवण केली.

असो. या सर्व प्रकरणाचा परिणाम असा झाला की आज आरोग्यमंडळातर्फे संततिनियमनविषयक साधनांची माहिती मुंळीच दिली जात नाही. आहे की नाही आरोग्याची खरी कळकळ !

एका खटल्याची हकीकत—२

(मार्चचे अंकावरून समाप्त)

बलात्काराचा खटला शेजारच्या नांसी नांवाच्या शहरांत चालणार होता. ज्या गांवांत मागील हकीगत घडली, तेथील जवळजवळ सगळे लोक उपस्थित

झाले होते, आणि कांही खटल्याच्या आदल्या दिवशींच तेथे आलेले होते. कोर्टाच्या वेळेच्या अगोदरच लोकांकरतां ठेवलेल्या सर्व जागा भरून गेल्या होत्या. जोजेफीनच्या दर्शनाला उत्सुक झालेले पॅरिसचे उल्लू गृहस्थही आले होते. तिच्या नवऱ्याने नुकसानभरपाईची फिर्याद केली होती. जोजेफीनचे आईबाप साक्षीदारांत होते. आरोपी द्युन्वाला पोलिसाने तेथे आणला, व एकदां आपल्या गांवकऱ्यांकडे दृष्टि फेकून, तो मान खाली करून नाकासमोर पाहूं लागला. नंतर जज्ज, वकील व जूरीचे लोक येऊन बसले.

प्रथम कोर्टाने आरोपीला प्रश्न विचारले व त्याने घडलेली सर्व हकीकत सांगितली, ती वाचकांस माहीतच आहे. ती ऐकून बोद्यू बराच अस्वस्थ झालेला दिसला. सर्व साक्षीदारांना बाहेर घालवलें होतें. त्यांपैकी प्रथम जोजेफीनची साक्ष झाली. ती आज फारच सुंदर दिसत होती, आणि कोर्टाला बिलकुल घाबरलेली दिसली नाही. तिचा पूर्वीचा भित्रा स्वभाव नाहीसा होऊन ती आतां बरीच धीट दिसत होती. हा परिणाम बलात्काराने झाला असावा काय? पुढील उत्तरें तिने धिटाईने व स्पष्टपणें दिलीं.

कोर्ट—तुम्हाला त्यावेळीं द्युन्वा ओळखला नाही काय?

जोजे०—मुळीच नाही. माझ्या नवऱ्याची मी वाट पहात होतें. तेव्हा दुसराच कोणी तेथे येईल ही कल्पनाच मला कशी यावी? शिवाय मी अर्धवट झोपेंत होतें. मी डोळे सुद्धां उघडले नाहीत.

कोर्ट—पण तो कपडे न काढतांच अंथरुणांत शिरला याचें तुम्हाला आश्चर्य नाही वाटलें? तुमचे यजमान असेंच करतात का?

जोजे.—नाही, पण तें प्रथम माझ्या लक्षांतच आलें नाही.

कोर्ट मग हा आपला नवरा नाहीं असें तुम्हाला केव्हा कळलें? जोजेफीनने फक्त खाली मान घातली आणि उत्तर दिलें नाही.

कोर्ट—म्हणजे सर्व होऊन जाईपर्यंत तें तुमच्या लक्षांत आलें नाही, नाहीतर तुम्ही त्याचा प्रतिकार केला असतात, असेंच की नाही?

जोजे.—अर्थातच. सर्व होऊन गेल्यावर तो जेव्हा समाधानाचे सुस्कारे सोडूं लागला तेव्हा मला आश्चर्य वाटलें, आणि मी डोळे उघडून पाहिलें तों हा भलताच कोणीतरी आहे हें मला समजलें.

इतरांच्या साक्षीवरून असें सिद्ध झालें की तिची व बुन्वाची सामान्य शेजाऱ्यांची असते त्यापलीकडे ओळख नव्हती. त्यानंतर सरकारी वकिलाचे ठराविक पद्धतीचें भाषण झालें व नंतर आरोपीचा वकील लेस्तां बोलायला उठला. तो कोर्टाला व जूरीला उद्देशून म्हणाला:—

" सद्गृहस्थ हो, प्रथमच मला आपणास एक गोष्ट सांगितली पाहिजे की एकंदर कायद्याच्या आणि कोर्टाच्या अवडंबराचा तुम्ही आपल्या मनावर परिणाम होऊं देऊं नका. कित्येक न्यायाधिशांना व आपल्यासारख्या बारा सद्गृहस्थांना त्रास देवून येथे बोलावून आणलें आहे, आणि कशाकरतां ? तर दोन तरुण माणसें चुकून एका बिछान्यांत पांच मिनिटें एकत्र आलीं एवढ्याकरतां. याकरतां एवढें अवडंबर रचायची जरूर होती काय ? माझ्या मतें मुळीच नव्हती. एकंदर काय हकीकत घडली ? घाबरूं नका, अश्लील तपशिलांत शिरण्याची मला जरूर नाही. मी इतकेंच म्हणतों की कायद्याच्या कक्षेंत येण्यासारखें त्यांत कांही झालेंच नाही. बळजबरी कशाला म्हणतात ? या शब्दावरूनच तुम्हाला सहज समजेल की बळजबरी होण्याकरतां बळाचा, जबरीचा, उपयोग केलेला असला पाहिजे. घडलेल्या हकीकतींत बळही नाही आणि जबरीही नाही हें तुम्ही ऐकलेंच आहे. बौद्युच्या बायकोने कोणत्याही प्रकारचा अडथळाच केला नाही. तेथे बळ कसलें आणि जबरी कसली ? ही यांतली मुख्य गोष्ट आहे. बाकीच्या सगळ्या अवांतर गोष्टी आपण विसरून जा. यांत त्यांचा कांही संबंध येत नाही. सर्व होऊन जाईपर्यंत या बाईना जर कांही उमगलेंच नाही, तर बळजबरीचा प्रश्नच कोठें येतो ? नंतर त्या आश्चर्याने ओरडल्या, पण त्यांना कांहीं दुखापत झाल्याचा पुरावा नाही.असें जर आहे तर त्याला बळजबरी कशी म्हणतां येईल? त्याला कदाचित् अपराध म्हणतां येईल, पण त्याला बळजबरीचा कायदा लावणें म्हणजे

तरवारीने लिंबू कापण्याचा प्रयत्न आहे. माझा अशील अगदीच निर्दोष आहे असें मी म्हणत नाही. द्युन्वा तरुण आहे, या बाईच्या सौंदर्याचा त्याच्या मनावर परिणाम होऊन तो थोडासा आडमार्गाने गेला यांत शंका नाही. पण त्यांत हेंही सिद्ध होतें की या बाईच्या शीलाबद्दल त्याला खात्री होती, म्हणूनच त्याने असा वांकडा प्रयत्न केला. यांत त्यांची थोडीशी स्तुतिच नाही का? जी गोष्ट त्यांच्याकडून खुषीने मिळवायचा प्रयत्न करायचा, ती त्याने फसवून मिळवली, हाच काय तो त्याचा गुन्हा आहे. याला बळजबरी हें भयंकर नांव देतां येणार नाही. माझ्या म्हणण्याला आधार म्हणून मी पूर्वीचे कांही कोर्टाचे निकाल तुम्हाला वाचून दाखवतों. फॅलार नांवाचा मनुष्य पहाटे दाराला कुलूप लावल्याशिवाय बाहेर गेला, असें पाहून गोम नांवाचा मनुष्य त्याच्या घरांत गेला आणि द्युन्वाप्रमाणेंच तो अंथरुणांत शिरला आणि जोजेफीनप्रमाणेच सर्व उरकीपर्यंत तिला तें ओळखलें नाही. नंतर तिला ओळखल्यावर तिने आरडाओरडा केला, आणि तो पळून गेला. खालच्या कोर्टाने ती बळजबरी झाली असें धरलें, परंतु वरच्या कोर्टाने हा निकाल फिरवला. आणि त्याची कारणें पुढीलप्रमाणे सांगितलीं. 'बळजबरी होण्याकरतां बळाचा उपयोग केलेला असला पाहिजे, आणि येथे तर बळाचा उपयोग केलेला नाही. फॅलार बाईनी जी हकीकत सांगितली ती खरी धरल्यास त्यांनी त्या कृत्याला संमति दिली असेंच शाबीत होतें. अर्थात् ती संमति गैरसमजाने दिलेली असेल, पण गैरसमजाने संमति दिलेली असली किंवा मुळीच दिलेली नसली, तरी जोंपर्यंत बळाचा उपयोग केलेला नाही तोंपर्यंत ती बळजबरी होत नाही. त्याला पाहिजे तर अनीति म्हणतां येईल, पण कायद्याला यांत कांही करतां येत नाही.'

"एवढेंच सांगून मला माझा अशील निर्दोष आहे असें म्हणतां आलें असतें. परंतु खुद्द माझ्या अशिलाचीच तसें म्हणण्याची इच्छा नाही. माझ्या हातून अपराध झाला आहे, आणि त्याबद्दल मला शिक्षा झालीच पाहिजे, असें तो म्हणत आहे. शिक्षा देतांना कोर्ट या पश्चात्तापाचा विचार करील अशी मला आशा आहे. इतकें कबूल केल्यावर मला असेंही विचारायला हरकत दिसत

नाही की या कृत्याला जोजेफीनची जरी पूर्ण संमति नसली, तरी त्यांनी बिलकुल अडथळा केला नाही हें तर खोटें नाही ? हा एक लहानसा मुद्दा आहे, पण महत्वाचा आहे. याचा नीट विचार केल्यास या बाबतींत बळजबरी झालेली नाही असाच निकाल तुम्ही द्याल अशी माझी खात्री आहे.

जूरीवर याचा परिणाम होऊन बळजबरी झाली नाही असाच त्यांनी निकाल दिला. तथापि द्युन्वा पोलिसाचे तावडींतून सुटला नाही. तो जरी बळजबरीच्या आरोपांतून निर्दोष सुटला, तरी विनयभंगाचा आरोप त्याच्यावर होताच, आणि शिवाय बळजबरीसंबंधी देखील सरकारतर्फे वरिष्ठ कोर्टाकडे अपील झालें. त्या कोर्टाने पूर्वीचा निकाल रद्द केला आणि तो खटला पुनः एका सेशन कोर्टाकडे पाठवला.

त्या कोर्टातील सुनावणीच्या दिवशीं जज्ज आणि जूरी मात्र वेगळे, परंतु आरोपी, साक्षीदार आणि प्रेक्षक देखील पूर्वीचेच होते. कारण याचें शेवटीं काय होतें हें पाहण्यांस सगळेच उत्सुक होते. जोजेफीन मात्र तेथे गेली नाही आणि ती आजारी असल्याचा डाक्तराचा दाखला तिच्या नवऱ्याने कोर्टाला सादर केला. प्रेक्षकांनी यावर बरीच टीका केली, आणि पूर्वोक्त पॅरिसचे उल्लू गृहस्थही गैरहजर राहिल्याने टीकेला आणखी जोर आला. या वेळीं नवऱ्यानें आपल्या तर्फेने एक वकील दिला होता, कारण त्याला नुकसानभरपाई मिळण्याची आशा होती आणि वकील दिल्यानें कदाचित् जास्त मिळण्याचा संभव होता. आरोपी निर्दोष ठरेल अशी कल्पनाच नसल्यामुळे त्याने पूर्वी वकील दिला नव्हता, पण पहिल्या अनुभवाने तो सावध झाला होता. तरीपण आपला वकील काय बोलेल याची त्याला भीतिच वाटत होती, कारण वकिलांच्या लढाईत जोजेफीनच्या अब्रूचे धिंडवडे निघत होते. त्याच्या वकिलाने पुढीलप्रमाणें भाषण केलें:—

'गेल्या उन्हाळ्यांत एका रात्रीं घरांत दोन म्हातारीं माणसें आणि एक तरुण स्त्री स्वस्थ निजलीं असतां एक ओळखीचा चोर घरांत शिरला, आणि

त्याने त्या तरुण स्त्रीवर बळजबरी केली. या अत्याचाराविरुद्ध आमची फिर्याद आहे. जे स्वतः विवाहित नाहीत असेच लोक याची चेष्टा करूं शकतील. ज्यांना बायको नाही, मुलगी नाही, त्यांना स्त्रियांच्या अब्रूची किंमत काय कळणार? परंतु अशा गुन्हेगाराला सोडून देणें म्हणजे गुन्ह्याला उत्तेजन देणें आहे. आरोपीच्या तर्फेने एक जुना निर्णय पुढें केलेला होता, पण त्यासंबंधी मला इतकेंच सांगायचें आहे की त्या निर्णयाला आतां कोणी विचारीत नाही, आणि आतां स्त्रीने पूर्ण विचारांतीं आणि समजून उमजून जेव्हा समागमाला संमति दिलेली नसेल, अशा वेळीं बळजबरीच होते हें सर्वसंमत झालेलें आहे, आणि येथे घडलेली गोष्ट अशाच प्रकारची आहे. तेव्हा बळाचा उपयोग केलेला नाही म्हणून बळजबरी झालीच नाही, या शब्दच्छलावर तुम्ही जाऊं नका. बळजबरीची अशी व्याख्या जर आपण कबूल केली, तर त्याचा परिणाम काय होईल माहीत आहे? या व्याख्येच्या आश्रयाखाली एखादा मनुष्य प्रथम एखाद्या स्त्रीला गुंगी आणणारें औषध देईल, आणि मग स्वस्थपणें आपलें काम उरकून घेईल. आणि चुकून गैरसमजाने दिलेल्या संमतीची गोष्ट तर याहीपेक्षा भयंकर आहे, कारण अशा वेळीं आरोपीला सोडून देण्यांत स्त्रीच्या शीलाबद्दल संशय घेतल्या सारखें होतें. '

या भाषणाचा सर्वांवर इतका परिणाम झालेला दिसला की द्युन्वा आतां सुटत नाही अशी सर्वांची खात्री झाली पण त्याचा वकील कांही कच्चा नव्हता. त्याने पूर्वीचा मुद्दा पुनः सांगितलाच आणि शिवाय तो म्हणाला की एखाद्या वेडसर स्त्रीच्या अर्धवटपणाचा फायदा घेऊन तिच्याशीं समागम करणें ही जशी बळजबरी होत नाहीं, तशीच अर्धवट झोपेंत असलेल्या स्त्रीची गोष्ट आहे. काय चाललें आहे हें तिला समजलें नाही, आणि तिने मौनाने संमति दर्शविली नाही याला कांहीच पुरावा नाही. आणि तो नसल्यामुळे बळजबरीचा आरोप शाबीत होत नाही. स्त्रीला नकळत समागम होऊं शकेल की काय. या मुद्यावर देखील त्याने पांडित्य केलें. तो म्हणाला, ' आपण हें लक्षांत घ्या की द्युन्वा

हा त्या सर्व कुटुंबाच्या ओळखीचा होता. बोद्रू हा वयाने जास्त व कुरूप आहे, आणि द्युन्वा तरुण आणि देखणा आहे, हें आपण पाहतांच आहां. जोजेफीनचें शील तेथपर्यंत चांगलें होतें असें धरून चालायला मी तयार आहें. परंतु तिच्या गूढ मनांत तिला नकळत द्युन्वाविषयी कामुकता उत्पन्न झालेली असणें शक्य आहे, आणि कदाचित् तिला तें स्वप्नच आहे असें वाटून तिने संमति दिली असली पाहिजे. हें एक सोडून दिलें तरी देखील आपल्याला हा विचार केला पाहिजे की स्त्रीला अगदी गाढ झोप लागलेली असली तरी देखील तिला नकळत समागम होणें कितपत शक्य आहे ? कोणीही शरीरशास्त्रज्ञ आपणांस असें सांगेल की दुष्कळशीं मुलें झालेल्या स्त्रीच्या बाबतींत हें कदाचित् शक्य होईल, पण चारच महिन्यांपूर्वी लग्न झालेल्या तरुणीच्या बाबतींत हें अशक्य आहे. शिवाय डोळे मिटलेले असले म्हणजे झोप लागलेली असते असें म्हणतां येणार नाही. '

परंतु जूरींतील लोकांवर या वकिलीचा फारसा परिणाम झाला नाही आणि स्त्रीची पूर्ण संमति नसेल तेव्हा बळजबरीच समजली पाहिजे असें त्यांचें मत पडल्यामुळे त्यांनी द्युन्वाला दोषी ठरवला, आणि त्याला दोन वर्षें तुरुंगवासाची शिक्षा झाली. त्याचप्रमाणे बोद्र्यूला नुकसानभरपाईचे ५०० फ्रँक मिळाले. हे निकाल ऐकून त्याच्या गांवच्या लोकांनी आपला रस्ता सुधारला. जातांजातां त्यांचें संभाषण ऐकण्यासारखें होतें.

—पांच मिनिटांच्या सुखाकरतां दोन वर्षें तुरुंगांत जावें लागलें. यांत काय मिळालें त्याला ?

—इतकेंच नाही, पण त्याच सुखाकरतां पांचशें फ्रँक द्यावे लागले. मला त्याने विचारलें असतें तर तेंच सुख पांच फ्रँकमधें मिळेल असा पत्ता मीं त्याला सांगितला असता. काय मूर्ख मनुष्य आहे पहा !

हें ऐकून सर्वजण हंसूं लागले. लोकांना वाटलें कीं आतां हें प्रकरण संपलें, पण तें संपलें नव्हतें. हे लोक परत आपल्या गांवीं पोंचले तेव्हा त्यांना आणखी

एक धक्का बसला. बोद्र्यूची बायको घरीं नव्हती. त्यानें आपल्या सासूला विचारलें 'जोजेफीन कोठे आहे?'

'ती तर खटला चालला होता तिकडे निघून गेली!'

'आश्चर्य आहे, मला तर भेटली नाही.' इतक्यांत त्याला टेबलावर एक पत्र दिसलें आणि तें वाचून पाहिल्यावर त्याच्या संतापाला सीमा उरली नाही. तो तिला शिव्याच देऊं लागला. 'बाजारबसवी! रांड!' तिने पत्रांत लिहिलें होतें की मला या गांवचा कंटाळा आल्यामुळे मी निघून जात आहें, आणि पुनः परत येणार नाहीं.

'पण ती कोणाबरोबर गेली असावी?' बोद्र्यू म्हणाला.

तिची आई म्हणाली, 'हां, आलें माझ्या लक्षांत. तो पॅरिसचा उल्लू आला होता. त्यानेच तिला पळवून नेली असली पाहिजे.'

'हरामखोर!'

ग्रंथपरीक्षण

नाद-निनाद. लेखक, दत्त रघुनाथ कवठेकर. प्रकाशक, गो. रा. पाटणकर, कॉन्टिनेन्टल् बुक् सर्व्हिस, टिळक रोड, पुणें-२. पृ. १७२. किं. दीड रु.

पुस्तक वाचतांना कोणत्या गोष्टीविषयी समाधान वाटलें असेल तर तें भाषेविषयी. साध्या घरगुती भाषेंत, इंग्रजी शब्द न वापरतां, मन रंगवून टाकणाऱ्या गोष्टी कशा लिहितां येतात, हें आजकालच्या मी मी म्हणवणाऱ्या मराठी लेखकांनी शिकण्यासारखें आहे. कवठेकरांना शोकरस फार आवडतो यांत शंका नाही. आणि ज्या लोकांना आपलीं जुनीं दुःखें आठवून तीं उगाळून, उजळून मनसोक्त रडण्यांत समाधान वाटतें त्यांना, व ज्यांना आपल्या हातून घडलेले कांही जुने अन्याय आठवून पश्चात्तापाच्या भरांत त्यांचें स्वरूप अमर्याद वाढवून स्वतःला

दोष देण्यांत एक प्रकारची मुक्तता वाटते त्यांना, ह्या गोष्टी फारच आवडतील. कारण लेखकाने बहुतेक गोष्टींतील पात्रें रंगवतांना व: प्रसंग वर्णितांना बरीच अतिशयोक्ति केली आहे. 'आई असती तर' या गोष्टींत गोऱ्या आईबापांना आपल्या काळ्या मुलाची लाज वाटते असें दाखवलें आहे, व अखेरीस त्या मुलाची सख्खी आई तो आपल्या सवतीचा मुलगा असल्याचें लोकांना सांगते. पंगू आणि कुरूप मूल बापाचें नसलें तरी आईचें लाडकें असतें. शिवाय आईबाप गोरे असले तरी मुलें काळीं होणें म्हणजे कांही चमत्कार नव्हे. एखादा आजा, पणजा, खापरपणजा, काळा असला तरी पुरतें. तेव्हा काळा मुलगा सवतीचा आहे असें सांगण्यापेक्षा तो आजोबासारखा किंवा मामासारखा झाला, असें सांगणें अधिक स्वाभाविक झालें असतें. परंतु मग ही गोष्ट मात्र लिहितां आली नसती! 'महार' या गोष्टींतील नायक, व म्हणून ती गोष्टही अशक्य वाटतात. कोणींही पैसे मागितले असतां ज्याच्याने कधी नाही म्हणवलें नाही, त्या माणसाच्या तोंडून पोस्टमनने दिवाळीचें पोस्त मागितलें असतां 'चालता हो! कांही नाही मिळत तुला! तुझं काय मी देणें लागतों?' इत्यादि अनुदार उद्गार निघणें शक्य आहे का? त्याचप्रमाणें 'निसर्गाच्या फेऱ्यांत' व 'गळ्यांत पडलेली धोंड' याही गोष्टी असंभाव्य वाटतात. या तिन्ही गोष्टी विलक्षण चमत्कारांवर रचलेल्या आहेत. पहिलींतील चमत्कार म्हणजे विवाहित स्त्रीचें पारोसें लुगडें कुमारिकेने नेसल्यामुळे तिला गर्भ राहतो, हा होय. या चमत्काराला लेखकाने एका वैद्यकीय ग्रंथाचा आधार दिला आहे. परंतु दहा हजार वर्षांत असें एखाद्या वेळीं होतें असें धरून चाललें तरी सर्वस्वी असल्या चमत्कारावर रचलेली गोष्ट कोणाला रुचेल? शिवाय आपल्या भावी वधूला गर्भ राहिलेला समजल्यावर संशयाने संतप्त झालेल्या डाक्तराचें वरील वैद्यकीय आधार वाचून समाधान होईल का? लेखक स्वतः तरी आपल्या बायकोचे बाबतींत अशा प्रकारचें स्पष्टीकरण ऐकून घेतील का? 'गळ्यांत पडलेली धोंड' या गोष्टींत गोपीनाथ भांगेच्या निशेंत आपली खोली चुकून एका कुमारिकेच्या खोलींत नुसता निजल्यामुळे त्याला तिच्याशीं लग्न करावें लागतें. परंतु हें लग्न तो लपवून कशाला

ठेवतो ? त्याशिवाय गोष्टच खुंटली असती म्हणून ? 'तुम्ही तरी काय ?' आणि 'लेखकाची कैफियत' याही गोष्टी अतिशयोक्तीमुळें असंभाव्य वाटतात. 'पदराखालची पोर' 'मी लावते अं निरांजन' 'गालावरचा मुका' आणि 'अन् लोक म्हणतात मी भिकारी आहें म्हणून' या गोष्टी चांगल्या आहेत. सुखपर्यवसायी गोष्टींत देखील विनोदाचा अभाव आहे. कांही ठिकाणीं अतिशयोक्ति असली तरी वाचकांचें मन तल्लीन करण्याची कला मात्र लेखकाला चांगली अवगत आहे.

शकुंतला परांजपे.

२. ज्ञानेश्वरीचें शास्त्रीय मंथन, लेखक प्रो. ग. स. दीक्षित एम्, ए ; प्रकाशक, एन्. टी. भिडे, बी. ए. मॉडर्न् बुक डेपो, पुणें २. पृष्ठसंख्या ८६, किं. १२ आणे.

३. आयुर्वेद व पाश्चात्य वैद्यक विषयांवरील तुलनात्मक निबंध, लेखक व प्रकाशक प्रो. ग. स. दीक्षित, एम्. ए., पृष्ठसंख्या १६४. किंमत दीड रुपया.

या दोन्ही पुस्तकांत ग्रंथकर्त्याच्या नांवाखालीं 'डेक्कन कॉलेजांतील शास्त्रीय विषयांचे सेवानिवृत्त प्रोफेसर' असें लिहिलेलें आहे. हे शास्त्रीय विषय कोणते याचें स्पष्टीकरण केलें असतें तर बरें झालें असतें, कारण आजकाल सर्व शास्त्रीय विषयांत कोणीही पारंगत असणें अशक्य आहे. हीं दोन्ही पुस्तकें आयुर्वेदाची प्रौढी सांगण्यकरितां लिहिलेलीं आहेत. तथापि लेखकाला शास्त्रीय ज्ञानाचा थोडासा गंध लागल्यामुळें त्यांनी केवळ आयुर्वेदविशारदांइतका आडमुठेपणा केलेला नाही, पण तो अगदीच नाही असें मात्र नाही. आयुर्वेदाची हल्लीच्या ज्ञानाशीं तुलना केल्यास आयुर्वेदाची फटफजीति होईल हें सिद्ध करणें अत्यंत सोपें आहे. उदाहरणार्थ 'किर्लोस्कर' च्या मार्चच्या अंकांतील यासंबंधी लेख पहावा. जीं विधानें वाचून हल्ली सामान्य माणसाला देखील हंसूं येईल अशीं विधानें आयुर्वेदांत विपुल आहेत. ही त्या वेळच्या लेखकांची चूक नाही, त्यांचीं

विधानें खरीं धरून चालणाऱ्या हल्लीच्या आयुर्वेदपुरस्कर्त्यांचा आहे. प्रो. दीक्षितांची विचारसरणीही बिलकूल शास्त्रीय नाही. उदा. पान १५, "ज्या आयुर्वेदपद्धतीला रुधिराभिसरणाची पूर्ण कल्पना होती (जी कल्पना हार्वेला काय ती तीनशें वर्षांपूर्वी सुचली) व जिला अन्नाचा प्रथम रस होऊन, तो यकृत् व प्लीहामध्यें गेल्यावर त्यास तांबडा रंग येऊन रक्त बनतें, असें माहीत होतें, तिची हेटाळणी करणें हें बरें नाहीं. (पाश्चात्यांना ही रक्त बनण्याची पद्धत नुकतीच पटली आहे. परंतु हें रक्त बनण्याचें महत्वाचें कार्य यकृत् व प्लीहामध्यें होतें की हाडांतील मज्जेमध्यें होतें याबद्दल त्यांच्यांत मतभेद आहे.)" यावरून लेखकाची भूमिका अशी की जेथे आधुनिक ज्ञानाला आयुर्वेदांतील विधानें कबूल असतील तेथे तीं खरी असलींच पाहिजेत, कारण तीं आधुनिक ज्ञानाशीं जुळतात, आणि जेथे आधुनिक ज्ञानाशीं तीं जुळत नाहीत, तेथेही तीं खरीं असलींच पाहिजेत, आणि तीं अजून आधुनिक लोकांना पटलेलीं नसलीं तर ते अजून तितके मागें आहेत, तीं पुढेमागें पटणारच! लेखकाला पूर्वापर संगतीची बिलकूल परवा नाही. पान ३६–३८ वर, निरनिराळ्या रोगांवर निरनिराळी लस लागते हें या पद्धतींतील एक वैगुण्य आहे असें सांगून पुढे ४२ पानावर ते प्रोटीन टोंचण्याच्या पद्धतीविषयी सांगतात की या पद्धतीच्या मुळाशीं तत्व आहे तें असें कीं कोणतेंही प्रोटीन शरीरांत टोंचल्यास सर्व तऱ्हेच्या जंतूंना तें मारक होतें. याच्या उलट पूर्वीचें तत्व असें होतें की विविक्षित जंतूंना मारक विवक्षितच लस उपयोगी पडते. हीं दोन तत्वें एकमेकांशीं विसंगत आहेत व या नवीन तत्वामुळे पूर्वीच्या तत्वाचा सर्व डोलारा कोलमडून पडला आहे.' परंतु लेखकाने स्वतःच कबूल केलें आहे की या लशी उपयोगी पडतात! पण विसंगति दिसली, तेव्हा आधुनिक ज्ञानाची फजीति झाली, एवढ्यांत समाधान मानून त्यावरून पान ४३ वर 'जंतु हें रोगाचें खरें कारण नाही' असा मथळा लेखकाने ठोकून दिला आहे. त्याच पानावर असें लिहिलें आहे की 'जंतु हें रोगाचें एक कारण आहे.' तरमग या मथळ्याचा अर्थ काय? याला शास्त्रीय

लिखाण खात्रीने म्हणतां येणार नाही. 'आयुर्वेदाचीच सरशी झाली' म्हणून ज्यांना टिच्या बडवायच्या असतील त्यांच्याकरतां हें लिखाण आहे, ज्यांना शास्त्रीय माहिती पाहिजे असेल त्यांना हे ग्रंथ उपयोगी नाहीत.

ज्ञानेश्वरींत 'कुंडलिनी' 'समाधिप्रक्रिया' वगैरे बरेच न समजाणारे शब्द आहेत आणि लेखकाच्या खुलाशानंतरही ते समजत नाहीतच. अर्थात् गूढता-प्रिय लोकांना हें लिखाण अत्यंत उच्च दर्जाचें वाटेल. परंपरागत शब्द आणि कल्पना धड अर्थ न कळतांच लोकांना उराशीं बाळगाव्याशा वाटतात, आणि यामुळे त्यांवर आधारलेलें लिखाण पुष्कळदां हास्यास्पद होतें. एकंदरींत हीं पुस्तकें समंजस लोकांना वाचण्यालायक नाहीत. **र. धों. क.**

४. दृष्टीआडच्या सृष्टींत. लेखिका 'श्यामा.' प्रकाशक, पां. ना. बन-हट्टी, नारायण मुद्रणालय, नागपूर. पृ. १४६, किंमत १ रुपया.

ह्या पुस्तकांत एकंदर एकोणीस दृश्यें आहेत, पैकीं पहिलीं बारा हिंदु-स्थानांतील आहेत व उरलेलीं सात विलायतेंतील आहेत. प्रकाशकांनीं या दृश्यांचा किती जरी गौरव केला असला तरी तीं निर्जीव व निःसत्व वाटतात. समाजांतील अन्यायांचीं दारुण दृश्यें रंगवायला लेखणींत सामर्थ्य लागतें, वाच-कांच्या मनांत कळकळ व अस्वस्थता निर्माण करण्याला लेखनशैलींत एक प्रकारची मोहिनी असावी लागते, आणि वाचकांचें मन रंगवून टाकायला दृश्यांची मांडणी करण्याची कला अवगत असावी लागते. लेखिकेच्या ठायीं या तिन्ही गुणांचा अभाव दिसून येतो. 'पीर महमदाचा उद्योग' हेंच दृश्य घ्या. हा प्राणि कोण होता, काय करीत असे, वगैरे कांहींएक न सांगतां लेखिकेनें भरपूर तीन पानें एका संभाषणाचें भारूड लिहिण्यांत, एका बागेचें आत्मसंशो-धनात्मक निरूपण करण्यांत व अखेरीस पीर मंहमदाचा उद्धार करण्यांत घालवलीं आहेत. माणूस कितीही हलकट असला, तरी त्याने काय हलकटपणा केला हें सांगण्याच्या आधीच त्यावर लाखोली वहायची ! 'काशाबाचें स्वप्न' या दृश्यांत कोंकणच्या 'बाल्याची' भाषा काशाबाच्या तोंडी घालण्याचा प्रयत्न

केला आहे. " तेथे कोठे हाय ती शाळा नी फिळा " " राम्या, लेका शहराचे एकेक ढंग शिकतोस ?" अशा तऱ्हेची भाषा कोंकणी माणसाच्या तोंडीं घातल्यावर तें दृश्य सत्य वाटावें कसें ? तसेंच खेडेगांवांतील लोकांना आपली स्थिति सुधारण्याविषयी विनवतांना श्यामाबाई म्हणतात, " पैसा लागतो का खोली झाडायला ?...का पोरांना आंघोळी घालायला ? " पैसा लागला नाही तरी खेडेगांवांतील लोकांना पाणी किती लांबून आणावें लागतें हें मात्र या विद्वान बाईंना माहीत नसावेंसें वाटतें. खेडेगांवच्या लोकांसाठी आणि गिरणींतील मजुरांसाठी तळमळणें हें आज एक थोरपणाचें लक्षण होऊन बसलें आहे, परंतु खेडेगांवांतील कर्जानें गांजलेला शेतकरी काय, किंवा तास न तास यंत्राप्रमाणें गिरणींत काम करणारा मजूर काय, दोघेही आपली परिस्थिति सुधारण्याकरतां स्वतः परिश्रम करायला किती उदासीन असतात, आणि कोणी त्रयस्थ त्यांना, उपदेश नाही, मदत करायला गेला, तर किती कुत्सितपणें ते त्याची संभावना करतात, हें या थोर लोकांना माहीत नसावें असें दिसतें. त्यांच्याविषयी मला वाईट वाटत नाही असें नाही, पण जितकें वाईट वाटतें तितकाच त्यांचा रागही येतो. तेव्हा त्यांच्यासंबंधी अशीं एकांगी दृश्यें रंगवून कोणती ग्रामसुधारणा होणार आणि कोणती समाजसेवा घडणार ? नाही म्हणायला पहिल्या भागांत 'जुव्हेनाइल कोर्टांत' या दृश्यांतील शांताची कथा मात्र चांगली आहे, कारण ती हकीगत सांगतांना लेखिकेने स्वतःचीं वर्णनें अथवा तत्वज्ञान मधें न घुसडतां कोर्टातील जबानी जशीच्या तशीच दिली आहे. पुस्तकाच्या दुसऱ्या भागांत परदेशांतील दृश्यें दाखवलीं असल्यामुळे तीं कंटाळवाणीं वाटत नाहींत. 'हेल्सनोर' हें दृश्य फार रम्य आहे आणि इंग्लंदव्यतिरिक्त उत्तरेच्या देशांतील रहिवासी हिंदी लोकांचें कसें स्वागत करतात व त्यांना भरमसाट प्रश्न विचारून कसे भंडावून सोडतात, याचें लेखिकेने खरोखर फार सुंदर व हुबेहुब वर्णन केलें आहे. 'मिस्टर ब्राइट' हें दृश्यही एकंदरींत चांगलें आहे, परंतु या भागांतील पहिल्या पांच दृश्यांत मात्र चटकदार असें कांही नाही. एका प्रेमळ कुटुंबांतील संभाषणाचा जो मासला लेखिकेने दिला आहे, तो इतका सामान्य आहे

की एका तरी हिंदी वाचकाला त्या कुटुंबाचा हेवा वाटेल की नाही याची शंकाच आहे. लेखिकेला उपमात्मक वर्णन करण्याची फार हौस आहे. "जरा धक्का लागला की एकदम सर्व आंग ओढून घेणाऱ्या सुरवंटाप्रमाणें, नुसता बाहेर जायचा विचार मनांत आला की माझें मन येथील शेकोटीला चिकटूं पहात आहे. शेगडींतील कोळसे रसरसून पेटले असून, त्यांच्यांतून निघणाऱ्या सुवर्ण-रंगी, हसतमुखाने वरवर चढणाऱ्या ज्वालांकडे पहात बसलें की मला ही शेकोटी म्हणजे अंतर्मुख बनवणाऱ्या, मायेची ऊब व प्रेमळ सानिध्याचा आनंद हीं सर्व एकवटून बाहेरच्या जगाचा विसर पाडणाऱ्या गृहसौख्याचें प्रतीकच असें वाटूं लागतें" (पृ. १०३) "तोंडांत बोटें घालून अभावितपणें उभी राहणारी एक पोरगी तर मला फारच आवडली" (पृ. ३) अभावितपणें म्हणजे काय? तसेंच "हुशार आहे, निदान आपल्या वेळीं तरी खास हुशार असला पाहिजे" (पृ. १४१) 'आपल्या वेळीं' हा काय मराठी वाक्प्रचार म्हणायचा? तसेंच 'साहेब' शब्दाचें स्त्रीलिंग 'साहेबीण' असें लेखिकेनें केलें आहे. तो ऊर्दू शब्द धरला तर स्त्रीलिंग 'साहेबा' असें पाहिजे, किंवा गोरा साहेब असला तर त्यांचें स्त्रीलिंग 'मडम' होईल.

शकुंतला परांजपे

——xx——

स्तनांचें सौंदर्य कसें राखावें ?

रिता शातँ यांचे फ्रेंचवरून

स्तनांचें सौंदर्य हा स्त्रियांच्या सौंदर्याचा एक प्रमुख भाग आहे याबद्दल दुमत होईल असें वाटत नाही. पण पुष्कळ स्त्रियांना हें सौंदर्य मूळचें असलें तरी राखतां येत नाही. तें मिळवण्याकरतां आणि राखण्याकरतां पुढील गोष्टींकडे लक्ष दिल्यास उपयोग होईल.

स्तन सुस्थितींत राहण्याकरतां छातीचे स्नायु सुस्थितींत असले पाहिजेत आणि छातीची त्वचाही सुस्थितींत असली पाहिजे. स्नायु दुर्बल आणि त्वचा

स्तनांचे सौंदर्य कसें राखावें ?

सैल असेल तर स्तन जाग्यावर न राहतां लोंबूं लागतात. स्तनांच्या मागें स्नायूंची गिरदी असली पाहिजे आणि त्वचा मजबूत आणि ताणलेली असली पाहिजे. ज्या स्त्रियांना शारीरिक काम पडत नाही, त्यांनी छातीचे स्नायु मजबूत राखण्याकरतां विशिष्ट प्रकारचे व्यायाम केले पाहिजेत. पुढे दिलेले व्यायाम केल्यास हे स्नायु सुस्थितींत राहतील आणि ज्यांना मूळचे स्तन फारसे नसतील त्यांच्या स्तनांनाही थोडाबहुत आकार येईल. हे व्यायाम करतांना या स्नायूंची हालचाल त्वचेच्या आंत स्वतःला भासली पाहिजे आणि डोळ्यांना दिसली पाहिजे. तसेंच श्वासोच्छ्वासही भरपूर करायला शिकलें पाहिजे. त्या योगाने रक्ताभिसरण जोराने होतें आणि स्तनांची त्वचा चांगली मजबूत होते. याशिवाय वल्हें मारणें किंवा पोहणें हे व्यायामही अत्यंत उपयुक्त आहेत.

१. आरशासमोर उभें राहून आपल्यासमोर हात ताठ करून जोडावे आणि एकमेकांवर जोराने दाबावे आणि छाती आंखडून धरावी. नंतर श्वास आंत घेत, हात तसेच वर उचलावे आणि श्वास बाहेर सोडीत पुनः खाली (छातीसमोर) आणावे. असें वीस वेळां करावें.

२. दोन्ही हातांत डंबबेल्स घ्याव्या आणि हात दोन्ही बाजूला ताठ करावे. नंतर हातांचे आणि छातीचे स्नायु आंखडून धरून हात पुढे आणून जोडावे. ते पुढे आणतांना श्वास बाहेर सोडावा आणि पुनः हात मूळपदावर नेतांना आंत घ्यावा. वीस वेळां.

३. हात दोन्ही बाजूला ताठ करून, छाती आंखडून, हात कोपराशी दुमडून, श्वास आंत घेत, बोटें मानेमागे न्यावीं. नंतर श्वास बाहेर सोडीत बोटें तशींच ठेवून कोपरें छातीपुढें आणून जोडावीं. वीस वेळां.

४. दोन्ही हातांत डंबबेल्स घेऊन, छाती आंखडून, उजव्या हाताने डाव्या खांद्यामागे कोणाला तरी ठोसा मारण्याची क्रिया करावी, आणि तसेंच डाव्या हाताने उजव्या खांद्यामागे ठोसा मारावा. (डंबबेल्सचा उपयोग केवळ

हाताचे स्नायु ताणण्याकरतां आहे. नुसती मूठ जोराने दाबून धरली तरीही हे स्नायु ताणतां येतात. तसें केलें म्हणजे डंबबेल्सची जरूर नाही).

५. छाती आंखडून धरून, हात समोर ताठ धरून, डावा हात उजवीकडे आणि उजवा हात डावीकडे शक्य तितका न्यावा. एकदां डावा हात वरून आणि एकदां उजवा, अशा रीतीने हा व्यायाम शक्य तितका जलद ३०-४० वेळां करावा.

६. छाती आंखडून धरून दोन्ही हात पुढे ताठ करावे. नंतर एक हात वर उचलून उभा करावा. नंतर तो खाली (समोर) आणतांना दुसरा वर करावा. वीस वेळां.

या शिवाय आणखी पुढील गोष्टी उपयुक्त होतील. १. बोंडीच्या वरच्या स्तनांच्या भागावर सौम्य रीतीनें चापट्या किंवा बोटांच्या टोंकांनी मारणें. २. मद्यार्क किंवा दुसरें एखादें आक्रसणारें औषध (उदा. तुरटीचें पाणी) बोटांना लावून स्तनांभोवतीं बोटें वाटोळीं फिरवून चोळणें. ३. 'लॅनोलीन' असलेली एखादी 'क्रीम' स्तनांना लावणें. ४. स्तनांच्या वरच्या छातीच्या भागावर थंड पाण्याचे तुषार उडवणें. याने त्वचा आक्रसते आणि मजबूत होते. ५. आहाराकडे लक्ष देणें. (' आधुनिक आहारशास्त्र ' पहा) ६. स्तनांची स्थिति बीजकोशांवर अवलंबते, तेव्हा बीजकोशांचें कार्य (मासिक स्राव वगैरे) नियमितपणें होत नसल्यास त्यावर उपचार करणें. ७. स्तन उचलून धरणारी कांचोळी [बॉडीस] घालणें. ही योग्य मापाची, बरोबर बसेल अशी असावी.

मेदवृद्धि स्तनांच्या सौंदर्याला घातक आहे. मेदवृद्धीमुळे स्तनांची त्वचा एकदां ताणली गेली म्हणजे ती मूळपदावर येणें अशक्य असतें, आणि मग कांही उपायांनी वजन कमी केलें तरी स्तनांच्या लोंबत्या पिशव्या होतात. तेव्हा वेळींच सावध राहणें बरें.

पत्रव्यवहार

—:०:—

आपल्या जानेवारीच्या अंकांत 'नग्नतेस अनुकूल मित्र पाहिजेत' म्हणून एक छोटी इंग्रजी जाहिरात होती. पूर्वी एकदां 'आपण नग्नसंघ कां काढीत नाही' म्हणून विचारणा एकाने केली होती असें कोठेतरी वाचल्याचें आठवतें. त्यावर आपण 'असा संघ हिंदुस्थानांत काढल्यास बऱ्याच अडचणी येतील व सरकारकडूनही बराच त्रास होण्याचा संभव आहे' अशा तऱ्हेचें मोघम उत्तर दिल्याचें आठवतें. तरी १. अशा तऱ्हेचा संघ काढण्यास आपल्या मतें काय अडचणी येतील, व सरकारकडून कोणत्या प्रकारचा त्रास होण्याचा संभव आहे? २. असा संघ काढल्यास सर्व दृष्टींनी बरावाईट काय परिणाम होईल? ३. इंग्लंदमधें असे संघ अस्तित्वांत आहेत असें तिकडील कांही मासिकांवरून वाटतें. त्याच राजाच्या अंकित असलेल्या हिंदुस्थानांत अशा चळवळीला सरकारकडून त्रास होऊं शकेल काय? ४. त्याचप्रमाणे जाहीर रीतीने असा संघ न काढतां खाजगी रीतीने काढल्यास त्याचा काय परिणाम होईल? ५. पुण्यास फर्ग्युसन कॉलेज रस्त्यावर 'ब्रह्मचारी' सिनेमाचें पोस्टर लावलें होतें, त्यांत नग्न स्त्रीचें 'सिलुएत्' दिलें होतें. त्याबद्दल पुण्यांतील सनातनी लोकांनी कलेक्टरपर्यंत तक्रार करण्यापर्यंत काहूर उठवल्याचें आपणास ठाऊक असेलच. त्याचा कांही परिणाम न होतां तें चित्र मंडईजवळील आर्यन् सिनेमासारख्या भररहदारीच्या ठिकाणींही लावण्यांत आलें. तरी खाजगी रीतीने असा संघ काढल्यास वरील प्रकारच्या सनातनी लोकांकडून कांही त्रास होण्याचा संभव आहे काय? ६. असा संघ काढण्याचा प्रयत्न पूर्वी हिंदुस्थानांत कोठे झाल्याचें माहितींत आहे काय, व असल्यास त्याचा काय परिणाम झाला? ७. आपल्या अंकांतील जाहिरातीबद्दल पोलिसकडून आपणास कांही विचारलें होतें काय? ८. असा संघ आपल्याकडे काढावा किंवा काढूं नये याबद्दल आपलें स्वतःचें काय मत आहे? ९. आपला या बाबतींत कोणाशीं वादविवाद किंवा पत्रव्यवहार झाला होता काय, व झाला असल्यास त्यांतून काय निघालें? १०. असा संघ निघाल्यास त्यांत येण्यास तयार असलेले आपल्या माहितीचे कोणी लोक आहेत काय? ११. अशा संघाला पैशाचें

पाठबळ लागेल काय ? १२. संघांत कोणत्या दर्जाच्या लोकांना घ्यावे ? १३ फक्त जोडप्यांनाच प्रवेश द्यावा, किंवा एकट्या स्त्रीला अगर पुरुषाला द्यावा ? १४. प्रवेशासंबंधी अटी काय असाव्यात ? १५. स्त्रीपुरुष नग्न स्थितींत एकत्र असावेत की वेगळे असावेत ? १६. वरील अडचणी लक्षांत घेतां मोकळ्यावर कोणतेही कार्यक्रम न करतां चार भिंतींमध्येंच करावे लागतील. तरी अशा तऱ्हेचे कार्यक्रम काय असावेत ? १७. संघाचें स्वरूप कोणत्या प्रकारचें असावें व वागणुकीचे नियम काय असावेत ? वरील बाबतींत आपला पूर्ण सल्ला मिळाल्यास आम्हास पुढे पाऊल टाकण्यास विचार करण्यास बरें पडेल. आपला...

उ. १. सरकारकडून त्रास होईल असें पूर्वीही लिहिल्याचें स्मरत नाही व आतांहि वाटत नाही. अर्थात् कायदा आड येईल अशी कोणतीही गोष्ट करतां नये. २. असा संघ आमचे मतें सर्व दृष्टींनी इष्ट आहे व त्यापासून वाईट परिणाम होण्याचें कारण नाही. ३. इंग्लंदांत नग्नसंघ आहेत इतकेंच नव्हे तर लंदनमधें त्यांची एक मध्यवर्ती संस्था 'दि नॅशनल सन अँड एअर असोसिएशन' या नांवाची आहे आणि या संस्थेने आतां एक क्लब काढला आहे. मिसेस मेरिअन लिली या बाई त्या संस्थेच्या कार्यवाह आहेत आणि पत्ता ' ७२ शूट-अप हिल, लंडन, एन. डब्यू.--२ ' असा आहे. ४. अशा संघाची जाहिरात दिली तरी देखील तो खाजगी स्वरूपाचाच ठेवावा लागेल, म्हणजे लोकांस तक्रार करायला फारशी जागा राहणार नाही. ५. सनातनी लोकांना तक्रार करायला फारशी जागा लागतच नाही, तेव्हा ते तक्रार करतीलच. ६. हिंदुस्थानांत असे प्रयत्न झाल्याचें वर्तमानपत्रांत वाचलें होतें, परंतु प्रयत्न करूनही जास्त माहिती मिळाली नाही. यावरून ही कदाचित् एखाद्या बातमीदाराची करामत असावी. ७. जाहिरातीबद्दल आम्हास कोणींही विचारलें नाही व विचारण्याचा संभवही दिसत नाही. ८. असा संघ जरूर काढावा. ९. कोणाशींही वादविवाद किंवा पत्रव्यवहार झालेला नाही. १०. नाही. ११. असा संघ काढण्यांत मुख्य अडचण म्हणजे तीच आहे. एक तर सर्व बाजूंनी उंच भिंत असलेलें मोठें पटांगण अशा संघास जरूर पाहिजे, तरच नग्नतेचा पूर्ण फायदा मिळेल. कारण सर्व शरीराला उजेड

व हवा मिळूं देणें हा नग्नतेचा एक प्रमुख उद्देश आहे. असें पटांगण कोणाचें स्वतःच्या मालकीचें असून तें त्याने फुकट वापरण्यास दिल्यास उत्तमच, पण तसा कोणी न भेटल्यास तें भाड्याने मिळवण्यास किंवा विकत घेण्यास पैसे पाहिजेत. अर्थात् तें संघाच्या मालकीचेंच असलेलें बरें, कारण एरवीं तें फुकट किंवा भाड्याने देणारा इसम मनाचा भक्कम नसल्यास त्याला त्रास होण्याचा संभव आहे. तसें पटांगण न मिळाल्यास त्यापेक्षा गौण म्हणजे एखाद्या उंच घराच्या गच्चीवरही असा संघ काढतां येईल. तेंही न झाल्यास अर्थातच बंद ठिकाणींही तो काढतां येईलच, पण संकुचित जागेंत तो तितका इष्ट नाही हें उघड आहे. १२. संघांत कोणास घ्यावें हें प्रथम तरी तो काढणारांच्याच इच्छेवर अवलंबेल, व नंतर कमिटी नेमून नियम करावे लागतील. सभासदांपैकी कोणाचीच चांगली ओळख नसलेल्या इसमांस प्रथम न घेणेंच बरें. १३. प्रथम फक्त जोडप्यांनाच प्रवेश देणें बरें. एकट्या स्त्रिया येणारच नाहींत, आणि एकट्या पुरुषांना घ्यावें असें ठरवल्यास स्त्रिया मुळीच येणार नाहीत. १४. कोणातरी दोन सभासदांची चांगली ओळख असावी व सभासदांपैकी कोणीही विरुद्ध नसावा, अशा अटी प्रथम घालाव्या. शिवाय १८ वर्षांच्या आंतील मुलांस पालकांचे लेखी परवानगीशिवाय घेऊं नये, व विवाहित स्त्रियांस नवऱ्याचे लेखी परवानगीशिवाय घेऊं नये, कारण स्त्रियांचें स्वातंत्र्य अजून कायद्याला मान्य नाही. १५. स्त्रीपुरुष नग्न स्थितींत एकत्र असल्यासच अशा संघापासून विशेष मानसिक फायदा होईल, एरवी तो होणार नाही. अशा रीतीने एकमेकांविषयी नैसर्गिक जिज्ञासा नैसर्गिक रीतीने शांत होते आणि यामुळे मनःशांति लाभते, असा अनुभव अनेकांनी नमूद केला आहे. केवळ नग्नतेने शारीरिक फायदा होईलच, पण स्त्रीपुरुष एकत्र असल्यानेच हा मानसिक लाभ होईल. १६. बंद जागेंतच कार्यक्रम करावे लागल्यास बैठे खेळ, वाचन किंवा वादविवाद यापलीकडे कांही करतां येणार नाही. १७. वागणुकीचे नियम अर्थातच कमिटीने ठरवावे लागतील, परंतु त्यांतील तत्व म्हणजे अंतःकरणाची सभ्यता, म्हणजे कोणालाही कोणत्याही रीतीने न दुखवण्याची मनापासून इच्छा प्रत्येकाने बाळगावी आणि हें ज्यांचे-

कडून होईल अशाच लोकांना संघांत घ्यावें. अर्थात् मतप्रदर्शनाला किंवा वादविवादाला कोणाचीही हरकत असतां नये हें लेखी अटींतच घालावें, परंतु सभ्यतेने वागण्याची इच्छा असल्यास सर्व गोष्टी सुलभ होतील. **सं.**

—:*:—

शारदेचें पत्र

—:o:—

मनुष्याच्या मूर्खपणाला जशी सीमा नसते, तशी घमेंडखोरपणालाही नसते. तसें म्हटलें तर घमेंडखोरपणा हा मूर्खपणाचाच एक प्रकार समजावा लागेल, आणि तो ज्याचा त्याला जरी कळला नाही तरी तिऱ्हाइताची त्याने चांगलीच करमणूक होते. : ईश्वरवाले सगळे धर्म घमेंडखोरपणावर आधारलेले आहेत. जगाच्या अफाट पसाऱ्यांत मनुष्य म्हणजे किती क्षुल्लक गोष्ट आहे याची कल्पना आधुनिक ज्ञानाच्या साह्याने विचार करणाराला सहज येण्यासारखी आहे. अर्थात् ज्या वेळीं जगाची कांही माहितीच नव्हती, तेव्हा बायबलांत सांगितल्याप्रमाणे मनुष्याला दिवसा उजेड देण्याकरतां सूर्य आणि रात्रीं उजेड देण्याकरतां चंद्र, हे दिवे ईश्वराने आकाशांत मुद्दाम लावून ठेवले आहेत, अशी कल्पना झाल्यास नवल नाही. त्यांतही एक मूर्खपणा आहेच, की आतां रात्र झाली, आतां आपली पाळी आहे, याची चंद्राला पुष्कळ वेळां आठवणच नसते, आणि तो लहरीप्रमाणें कसातरी केव्हातरी उजेड देतो किंवा देत नाही. ईश्वराचा हुकूम न पाळणारा हा गाफील नोकर, किंवा ही वेळेवर काम न देणारी वस्तु ईश्वराला कशी खपते, याचा विचार कोणीं केला नाही. तसेंच मनुष्याला रात्रीं गंमत वाटावी म्हणून बरेचसे तारे आकाशांत लावून ठेवलेले आहेत, असें त्या वेळीं वाटलें असेल. पण सूर्य, चंद्र आणि तारे यांच्या खऱ्या स्वरूपाची थोडीबहुत कल्पना आतां आली आहे. तेव्हा आतां तरी या जगांत मनुष्य हा एक क्षुल्लक पदार्थ आंहे हें कळावें की नाही ? पण हें कळूनही मनुष्याने स्वतःला एक अविनाशी आत्मा आणि आपल्या बऱ्यावाईटाकडे टक लावून बसलेला एक

ईश्वर कल्पावा यापेक्षां हास्यास्पद आणखी काय आहे? तरी पण असा एक ईश्वर आपल्या हिताकरतां निसर्गनियमांत ढवळाढवळ करून चमत्कार घडवून आणतो, असें मानणारे बावळट लोक कांही थोडेथोडके नाहीत. आणि एका अर्थी त्यांचें म्हणणें बरोबर आहे, कारण अशा रीतीने जर त्याने मनुष्याच्या हितावर डोळ्यांत तेल घालून नजर ठेवली नाही, तर त्याला सर्वसाक्षी आणि सर्वशक्तिमान केला आहे तो कशाकरतां? जे खरे बावळट असतात तेच चमत्कारांवर विश्वास ठेवतात, पण कांही ढोंगी लोक बावळट नसूनही चमत्कारांवर विश्वास दाखवतात, कारण त्यांना बावळट लोकांकडून कामें करून घ्यायचीं असतात. आंतला आवाज पुकारणाऱ्या गांधींना कोणत्या सदरांत घालावें हें ज्याचें त्याने ठरवावें, पण ते खरें बोलतात असें धरून चाललें तर ते बावळटच ठरतात.

पैसाफंडवाल्या काळ्यांनी चालवलेल्या 'पैसा फंड' मासिकांत त्यांनी स्वतःसंबंधी कांही चमत्कार दिले आहेत. त्यांच्यावर ईश्वराची कृपा आहे असें त्यांचें म्हणणें आहे, मग त्यांची एकसारखी कांहीतरी तक्रार चालेली असते ती कशाकरतां? मला वाटतें 'देवानां प्रियः' याला संस्कृतमध्यें जो अर्थ आला आहे तो अशाच लोकांमुळे असावा. ते म्हणतात (जानेवारीचा अंक) की परमेश्वराला आपलें अस्तित्व सिद्ध करण्यासाठी कांही चमत्कार करावे लागतात. पण त्या बिचाऱ्याचे हे प्रयत्न फारसे सिद्धीस जात नाहीत हें आश्चर्य नव्हे का? कीं हाही एक चमत्कारच आहे? एका मनुष्याची शीर उतरली, ती एका साधूने मंतरलेल्या रखाडीने बरी केली, असा एक चमत्कार त्यांनी दिला आहे. मंत्रानेच जर परिणाम होतो, तर रखाडीची जरूर कोठे आहे? त्याच्या समोरच मनुष्य असतांना केवळ हात लावून, किंवा हातही न लावतां केवळ मंत्र म्हणून तो बरा कां होऊं नये? वास्तविक चमत्कारच जर करायचा तर तो इतर साधनांशिवाय झाला तरच मनावर अधिक परिणाम होईल, हें ईश्वराला कसें कळत नाही? आणि ईश्वराला आपलें अस्तित्वच जर सिद्ध करायचें आहे, तर तें अशा वांकड्या मार्गाने कां? प्रत्येकाला प्रत्यक्ष

दर्शन देणें त्याला काय कठिण आहे ? मग तो सर्वशक्तिमान कसला ? अर्थात् हा नुसता बावळटांचा बावळटपणा आहे. त्यांना या गोष्टी सांगून तरी काय समजणार ?

या भगताने केलेले आणखीही अनेक चमत्कार त्यांनी दिले आहेत. त्यांनी म्हणे एकदां एक दिडकीची साखर विकत घेतली आणि ती सगळ्या गांवाला वांटायला पुरली. पण दिडकीची साखर तरी कां घेतली ? तीही विकत न घेतां आपल्या हाताची रिकामी चिमूट दुसऱ्याच्या हातावर ठेबतांच त्यांतून साखर पडते असें दाखवतां आलें असतें. १८९९ च्या दुष्काळांत म्हणे त्यांच्या घरीं सर्व भिकाऱ्यांना डाळतांदुळांची भिक्षा मिळे, आणि ज्या मडक्यांत डाळतांदुळ ठेवले होते त्यांत भर घालावी लागली नाही. हा चमत्कार दाखवण्याकरतांच बहुधा ईश्वराने दुष्काळ पाडला असावा ! तसेंच एका गावांत ४० हातांपेक्षा कमी खोलीवर एकही विहीर नाहीं असें असून, त्यांनी गुरांना पाणी मिळावें म्हणून रस्त्यावर एक विहीर बांधली, तिची खोली फार कमी आहे. या मनुष्याला कांही अक्कलच नव्हती असें दिसतें. मला जर असा चमत्कार दाखवयचा असता, तर मी एक दगडी हौद बांधला असता आणि त्यांत पाणी यायला बिलकुल वाट नसतांहि तो एकसारखा भरलेला राहतो असें केलें असतें. एरवी एखाद्या ठिकाणीं लवकर पाणी लागलें तर त्याला बावळटांशिवाय कोणीही चमत्कार म्हणणार नाहीं

नंतर त्यांनी स्वतःसंबंधी कांही चमत्कार दिले आहेत. ते पंढरपूरला गेले असतां तेथे त्यांचें व्याख्यान होण्याचा संभव दिसत नसतां देवाची मनोभावें प्रार्थना केल्यामुळे व्याख्यान झालें. या सगळ्या गोष्टी खऱ्या असतील, पण त्यांत कार्यकारणभाव मानणें हाच बावळटपणा आहे. अर्थात् जो इतका बावळट नसेल तो प्रार्थना करणारच नाही. ईश्वराला अक्कल शिकवणारे लोकच प्रार्थना करीत असतात. पावसाकरतां प्रार्थना करणाऱ्या लोकांची चेष्टा करण्याकरतां विन्स्टन चर्चिल यांनीं एकदां वर्तमानपत्रांत एक

पत्र प्रसिद्ध केलें होतें. त्यांत त्यांनी अशी शिफारस केली होती की पावसाला व पिकांना सर्वांत सोयीचा वेळ कोणता हें ठरवण्याकरतां एक कमिटी नेमावी आणि त्यांनी निर्णय दिल्यानंतर त्याला धरून अमुक दिवशीं अमुक इतका पाऊस पाडण्याविषयी ईश्वराला सार्वजनिक प्रार्थना करावी, कारण प्रत्येकाने वेगवेगळ्या दिवशीं प्रार्थना केल्याने ईश्वर विनाकारण घोटाळ्यांत पडण्याचा संभव आहे. अर्थात् युद्धांत दोन्ही बाजूच्या लोकांनी आपणास विजय मिळावा अशी प्रार्थना केल्यामुळे ईश्वर नेहमीच घोटाळ्यांत पडतो, पण पिकांचे बाबतींत कदाचित् एका देशांतल्या लोकांचें तरी कमिटीचे द्वारें एकमत होण्याचा संभव आहे, तेव्हा वेगवेगळ्या देशांत तसतसा पाऊस पाडून त्यांचें समाधान करणें शक्य आहे. गरजूंनी या सूचनेचा विचार करावा. काळ्यांचें म्हणणें असें की जेथे कै. रा. ब. वैद्यांसारख्या विद्वानाला लोकांनी बोलूं दिलें नाही, तेथे त्यांना बोलूं दिलें हा ईश्वरी चमत्कार आहे. एकतर हा काळ्यांचा विनय असेल, किंवा यावरून पंढरपूरच्या श्रोत्यांची अक्कल किती आहे तें समजेल ! नास्तिकांनी खुलासा करावा असें त्यांनी आव्हान दिलें आहे म्हणून मी इतकें लिहिलें. पण त्यानें आस्तिकांचें समाधान होणार नाही. त्यांच्या डोक्यांतला ईश्वर निघणार कसा ?

दुसरा एक चमत्कार म्हणजे "मागें माझा उजवा हात गाडीखाली सांपडला, त्या वेळीं नाडी तुटली म्हणूनच माझा जीव वांचला. नाही तर चाक मानेवर जाऊन माझा प्राण खात्रीने गेला असता. गाडींत मी एकटा होतों. तेथे देवाने मजवर कृपा केलीच." ही बावळटपणाची शिकस्त आहे. ईश्वराची जर त्यांचेवर कृपा होती, तर त्याने गाडीखाली प्रथम हात सांपडूं कां दिला ? की ते बोंबलूं लागेपर्यंत त्याला याची दाद नव्हती, आणि ओरडणें कानीं गेल्यावर मग तो जागा झाला आणि मानेवरून चाक जाऊं नये म्हणून त्याने नाडी तोडली ? गाडींत ते एकटेच होते, तेव्हा अपघात करून त्यांत इतरांना मारायचे आणि काळ्यांना मात्र वांचवायचे, असा त्याचा बेत असणें शक्य नाही. ज्याला नाडी तोडतां आली, त्याला चाक थांबवतां आलें नसतें का ? मला वाटतें मान तोडण्याइतकें काळ्यांचें पाप भरलें नसावें, तेव्हा हातावरून चाक गेलें इतकी

शिक्षा पुरेशी वाटून ईश्वरानें नाडी तोडली असावी. एरवी त्याने चाकच थांबवून त्यांना सहीसलामत वांचवलें असतें. पण असें असलें तरी काळे पापी ठरतात, आणि पापाला बरोबर प्रमाणांत शिक्षा ईश्वराने केली यांत त्याची कृपा बिलकुल दिसत नाही. पुढची हकीकत म्हणजे 'डाक्तरी उपाय शक्य न झाल्यामुळे इजा जन्माची राहून गेली, पण नुसत्या शेकण्याने हात बरा झाला हाही मी चमत्कार समजतों.' ईश्वराने तेथे एखादा चांगला डाक्तर कां आणून उभा केला नाही ? अर्थात् काळ्यांना जन्माची इजा व्हावी असाच त्याचा उद्देश असला पाहिजे, पण ती फार राहूं नये म्हणून त्याने फक्त शेकण्याची संधि दिली, डाक्तर आणला नाही, किंवा त्यांना मंत्रानेही बरें केलें नाही.

काळ्यांची प्रशंसा करणारा एक पोवाडा करण्याची बुद्धि ईश्वराने क्राफर्ड मार्केटांतल्या एका फळवाल्याला दिली. तो पोवाडा छापला आहे, आणि शाहिराचे नांवापुढे कंसांत (येडगांवकर) असें लिहिलें आहे. या गांवाचें नांव मात्र यथार्थ दिसतें. सगळाच येड्यांचा बाजार !

तुझी **शारदा**

—:o:—

'बॉंबे टॉकीज' चें 'नवजीवन'

हा हास्यरसप्रधान बोलपट २५ मार्चपासून येथील 'रॉक्सी' मधें सुरू झाला. यांतील मुख्य कामें हंसा आणि राम शुक्ल यांनी केलीं आहेत, आणि दोन्हीही चांगलीं वठलीं आहेत. 'भाभी' बोलपटाचे लेखक श्री. शरदिंदु बानर्जी यांनीच याचें कथानक लिहिलें आहे. स्वतःला विनाकारण रोगी समजणारा महेंद्र नांवाचा तरुण मेनका नांवाच्या तरुणीवर प्रेम करतो, पण प्रकृतीमुळे स्वतःला अपात्र समजतो. मेनकाही त्याच्यावर प्रेम करते, पण हा तर असा घाबरट, आणि तिला तर शूर वीर पाहिजे असतो. महेंद्राचा डाक्तर त्याला पूर्वजांच्या गोष्टी सांगून धीर देऊं पाहतो, पण त्याच्या घाबरटपणामुळे त्याची अनेक प्रकारें

फजीति झाल्यावर तो एका बुवाकडे जातो, आणि बरेच पैसे ओतून एक गोळी आणतो. ती खाल्ल्यावर आलेल्या गुंगींत त्याला आपल्या एका पूर्वजाच्या पराक्रमाविषयी एक स्वप्न पडतें आणि त्यांतून जागा झाल्यावर त्याच्या अंगांत वीरश्री संचारते आणि तो मेनकेभोंवतीं घोटाळणाऱ्या अनेक तरुणांना मागें सारून आघाडी मारतो.

हंसा वाडकर या इतरत्र फारशा चमकलेल्या नाहींत, पण यांत त्यांनी मेनकेचें काम सुंदर केलें आहे. राम शुक्ल यांजकडे ' भाभी ' मधें खलपुरुषाचें काम असल्यामुळे तेथे त्यांचें तेज पडलें नव्हतें, परंतु त्यांनीही यांत चांगलें काम केलें आहे. ' बाँबे टाकीज ' चे मूमताज अली हे नृत्यकलेबद्दल प्रसिद्धच आहेत व त्यांनीं सरोज बोरकर यांचे साह्याने आपली करामत दाखविली आहे. डाक्टराचें कामही चांगलें झालें आहे आणि यांतल्या मांजरानेही सुंदर काम केलें आहे. यांतील सोज्ज्वल विनोदाला सोंवळे नीतिबाज देखील नांवें ठेवूं शकणार नाहीत आणि तरी देखील त्याने भरपूर करमणूक होते.

गृहकर्म

(या सदरांत येणारा उपयुक्त मजकूर कोणीं पाठवल्यास सवडीने छापूं. **सं.**)

१. वडयांचें सांभारें. प्रथम एक मोठा कांदा व अर्ध्या सुख्या नारळाचा कीस व धने वेगवेगळे तेलांत भाजावे. नंतर हरभऱ्याच्या डाळीचें पीठ दीड वाटी घेऊन त्यांत बेताचें तिखटमीठ, हळद व थोडें जिरें, लसणीच्या ७-८ पाकळ्या व आल्याचा तुकडा वांटून घालून पिठल्याप्रमाणें शिजवावें. नंतर एका ताटांत थापून त्याच्या लहानलहान वड्या पाडाव्या. भाजलेले कांदा, खोबरें व धने पाणी घालून एकत्र बारीक वांटावे व नंतर त्यांत अंदाजाने तिखटमीठ, हळद व लवंगदालचिनीची पूड (४ लवंगा व २ इंच दालचिनी) व थोडी चिंच व गूळ घालवे व एका भांड्यांत चार वाट्या पाणी घेऊन त्यांत हें सर्व कालवावें. हें फार पातळ झाल्यास थोडें पीठ घालावें. मग चुलीवर तेलाची

फोडणी करत ठेवावी व तेल तापलें म्हणजे त्या कालवणास हिंगमोहरीची फोडणी द्यावी व उकळूं द्यावें. एक उकळी आल्यानंतर त्यांत वडया घालाव्यात व थोडा वेळ उकळून उपयोगांत आणावें.

२. **रसगुल्ले.** प्रथम गाईचें अगर म्हशीचें एक पक्का शेर चांगलें दूध कल्हईच्या भांड्यांत तापत ठेवावें. उकळी येण्याच्या बेतांत आलें म्हणजे एका लिंबाचा रस त्यांत पिळावा व दोन मिनिटें तसेंच उकळूं द्यावें. नंतर खालीं उतरून एका स्वच्छ फडक्यावर घालून बांधून ठेवावें, म्हणजे त्यांतील पाणी निघून जाईल. एका भांड्यांत अर्धा शेर साखरेचा कच्चा एकतारी पाक करावा. बांधलेलें दूध सोडून त्याचा चोथा राहील तो वांटावा. वांटतांना त्यावर थोडें गुलाबपाणी शिंपडावें. वांटून झाल्यावर त्यांत १३–४ वेलदोड्यांचे दाणे घालावे. मग आवळ्याएवढे गोळे करून चुलीवरील पाकांत टाकून ५० मिनिटें उकळूं द्यावे. पाक चुलीवर जास्त वेळ राहिल्यास घट्ट होतो, म्हणून त्यांत मधूनमधून थोडेंथोडें पाणी शिंपडावें, म्हणजे तो पातळ होईल. घट्टच राहिल्यास तो रसगुल्ल्यांत चांगला शिरणार नाही. हे रसगुल्ले दुसऱ्या दिवशीं खावयास तयार होतात. **सौ. पद्मावती देशमुख,** खुरई सी. पी.

शस्त्रक्रियेची सोय

गरीब पुरुषांवर संततिनियमनार्थ शस्त्रक्रिया फुकट करण्याचें येथील एका प्रसिद्ध डॉक्टराने कबूल केलें आहे. अर्थात् याचा फायदा घेऊं इच्छिणारांनी गरीबीचा पुरावा दिला पाहिजे. पुरावा आणल्यास यासंबंधी जास्त माहिती आमचेकडे मिळेल. **संपादक**

अश्लीलता हा कोणत्याही लेखाचा, चित्राचा किंवा इतर वस्तूचा गुण नसून तो फक्त तसा आरोप करणाराच्या मनाचा गुण होय.