जानेवारी २०२६

पौष / माघ
शके १९४७

नववर्षाभिनंदन

१

२०२७ महत्त्वाचे सण

महाशिवरात्री	शनिवार	०६ मार्च
होळी	रविवार	२१ मार्च
धूलिवंदन	सोमवार	२२ मार्च
गुढीपाडवा	बुधवार	०७ एप्रिल
आषाढी एकादशी	बुधवार	१४ जुलै
श्रीकृष्ण जयंती	मंगळवार	२४ ऑगस्ट
गोपाळकाला	बुधवार	२५ ऑगस्ट
श्रीगणेश चतुर्थी	शनिवार	०४ सप्टेंबर
विजयादशमी	शनिवार	०९ ऑक्टोबर
बलिप्रतिपदा	शनिवार	३० ऑक्टोबर

शास्त्रार्थासंबंधी निवेदन

ज्योतिर्भास्कर जयंत साळगांवकर यांनी ठरविल्यानुसार जयंत्या, पुण्यतिथ्या, सण, उत्सव आम्ही देतो. ह्यापुढे नव्याने कुठल्याही जयंत्या, पुण्यतिथ्या, उत्सव समाविष्ट करण्यात येणार नाहीत. – **संपादक**

❖ काही तारखांचे चौकटीत न राहणारे शास्त्रार्थ * अशा खुणेने दर्शविले आहेत.

सूर्योदय / सूर्यास्त / चंद्रराशी पर्यंत

फिनोलेक्स
पाईप्स & फिटिंग्ज

१ (गुरुवार)
पौष शु. १३ — शुभ दिवस
प्रदोष
ख्रिस्ताब्द २०२६ प्रारंभ
०७.१४ / १८.११ / वृषभ

२ (शुक्रवार)
पौष शु. १४ — शुभ दिवस (सायं.६.५४प.)
पौर्णिमा प्रारंभ
सायं. ०६.५४
०७.१४ / १८.११ / वृषभ ०९.२५

३ (शनिवार)
पौष पौर्णिमा
शाकंभरी पौर्णिमा   माघस्नानारंभ
शाकंभरीदेवी नवरात्र समाप्ती
राजमाता जिजाऊसाहेब भोसले जयंती (तिथीप्रमाणे)
महिला मुक्तिदिन
सावित्रीबाई फुले जयंती
हजरत अली जन्मदिन
पौर्णिमा समाप्ती
दुपारी ०३.३३
०७.१४ / १८.१२ / मिथुन

४ (रविवार)
पौष कृ. १
०७.१५ / १८.१२ / मिथुन ०९.४२

५ (सोमवार)
पौष कृ. २ — शुभ दिवस (रात्रौ ८.५४प.)
०७.१५ / १८.१३ / कर्क

६ (मंगळवार)
पौष कृ. ३/४
अंगारक संकष्ट चतुर्थी
चंद्रोदय ०९.२२
०७.१५ / १८.१४ / कर्क १२.१७

७ (बुधवार)
पौष कृ. ५ — शुभ दिवस
०७.१६ / १८.१४ / सिंह

८ (गुरुवार)
पौष कृ. ६ — शुभ दिवस
०७.१६ / १८.१५ / सिंह १८.३८

९ (शुक्रवार)
पौष कृ. ७
स्वामी विवेकानंद जयंती (तिथिपूजा)
०७.१६ / १८.१६ / कन्या

१० (शनिवार)
पौष कृ. ७ — शुभ दिवस
कालाष्टमी
गुळवणी महाराज पुण्यतिथी
०७.१६ / १८.१६ / कन्या २८.५१

११ (रविवार)
पौष कृ. ८ — शुभ दिवस
०७.१६ / १८.१७ / तूळ

१२ (सोमवार)
पौष कृ. ९ — शुभ दिवस
स्वामी विवेकानंद जयंती
राष्ट्रीय युवा दिन   पारशी शेहरेवार मासारंभ
राजमाता जिजाऊसाहेब भोसले जयंती (तारखेप्रमाणे)
सिद्धेश्वर यात्रा ४ दिवस –सोलापूर
०७.१६ / १८.१७ / तूळ

१३ (मंगळवार)
पौष कृ. १०
भोगी
धनुर्मास समाप्ती
०७.१७ / १८.१८ / तूळ १७.२०

१४ (बुधवार)
पौष कृ. ११
षट्तिला एकादशी
मकरसंक्रांती संक्रमण पुण्यकाल दुपारी ०३.०६ ते सायंकाळी ०६.१९
संत निवृत्तिनाथ यात्रा–त्र्यंबकेश्वर
मार्लेश्वर यात्रा –मारळ (रत्नागिरी)
०७.१७ / १८.१९ / वृश्चिक

१५ (गुरुवार)
पौष कृ. १२
संक्रांत करिदिन
०७.१७ / १८.१९ / वृश्चिक २९.४७

१६ (शुक्रवार)
पौष कृ. १३
प्रदोष   *शिवरात्री*   मेरु त्रयोदशी (जैन)
महादेव गोविंद रानडे पुण्यतिथी
धर्मवीर छत्रपती संभाजी महाराज राज्याभिषेक दिन
०७.१७ / १८.२० / धनु

१७ (शनिवार)
पौष कृ. १४
शब्बे मिराज
अमावास्या प्रारंभ
उ.रात्रौ ००.०३
०७.१७ / १८.२१ / धनु

१८ (रविवार)
पौष अमावास्या
दर्श अमावास्या
मौनी अमावास्या (जैन)
अमावास्या समाप्ती
उ.रात्रौ ०१.२१
०७.१७ / १८.२१ / धनु १६.४०

१९ (सोमवार)
माघ शु. १ — शुभ दिवस
माघ मासारंभ
०७.१७ / १८.२२ / मकर

२० (मंगळवार)
माघ शु. २ — शुभ दिवस (रात्रौ ८.००प.)
चंद्रदर्शन
०७.१७ / १८.२३ / मकर २५.३४

२१ (बुधवार)
माघ शु. ३ — शुभ दिवस (सायं.६.५८नं.)
भारतीय माघ मासारंभ
मुस्लिम शाबान मासारंभ
०७.१७ / १८.२३ / कुंभ

२२ (गुरुवार)
माघ शु. ४ — शुभ दिवस (दु.२.४०प.)
विनायक चतुर्थी   तिलकुंद चतुर्थी
श्रीगणेश जयंती ('नित्यपाठ संकटनाशन श्री गणपती स्तोत्रम्'साठी मागील पानावरील QR कोड स्कॅन करा.)
वरद चतुर्थी
पालखी यात्रा –मोरगांव
०७.१७ / १८.२४ / कुंभ

२३ (शुक्रवार)
माघ शु. ५ — शुभ दिवस
वसंत पंचमी   शांतादुर्गा रथोत्सव
श्री पंचमी   नेताजी सुभाष जयंती
हिंदुहृदयसम्राट बाळासाहेब ठाकरे जयंती
जगद्गुरू तुकाराम महाराज जयंती
०७.१७ / १८.२४ / कुंभ ०८.३३

२४ (शनिवार)
माघ शु. ६ — शुभ दिवस
०७.१६ / १८.२५ / मीन

२५ (रविवार)
माघ शु. ७ — शुभ दिवस
रथसप्तमी ('श्री सूर्यस्तुती'साठी मागील पानावरील QR कोड स्कॅन करा.)
महर्षि नवल जयंती–जळगाव
भानुसप्तमी
०७.१६ / १८.२६ / मीन १३.३५

२६ (सोमवार)
माघ शु. ८
भीष्माष्टमी
दुर्गाष्टमी
गणराज्य दिन
०७.१६ / १८.२६ / मेष

२७ (मंगळवार)
माघ शु. ९ — शुभ दिवस (स.११.०८प.)
०७.१६ / १८.२७ / मेष १६.४४

२८ (बुधवार)
माघ शु. १० — शुभ दिवस (स.९.२६नं.)
लाला लजपतराय जयंती
०७.१६ / १८.२७ / वृषभ

२९ (गुरुवार)
माघ शु. ११ — शुभ दिवस (दु.१.५५नं.)
जया एकादशी
भीष्मद्वादशी
०७.१६ / १८.२८ / वृषभ १८.३१

३० (शुक्रवार)
माघ शु. १२ — शुभ दिवस (सायं.४.५८नं.)
प्रदोष
महात्मा गांधी पुण्यतिथी
हुतात्मा दिन
०७.१५ / १८.२९ / मिथुन

३१ (शनिवार)
माघ शु. १३/१४
श्री विश्वकर्मा जयंती
राऊळ महाराज पुण्यतिथी
०७.१५ / १८.२९ / मिथुन २०.०१

१ २ ३ ४ ५ ६ ७ ८ ९ १० ११ १२ १३ १४ १५ १६ १७ १८ १९ २० २१ २२ २३ २४ २५ २६ २७ २८ २९ ३० ३१

किंमत ₹ ६५

डिसेंबर २०२५

र		७	१४	२१	२८
सो	१	८	१५	२२	२९
मं	२	९	१६	२३	३०
बु	३	१०	१७	२४	३१
गु	४	११	१८	२५	
शु	५	१२	१९	२६	
श	६	१३	२०	२७	

फेब्रुवारी २०२६

र	१	८	१५	२२
सो	२	९	१६	२३
मं	३	१०	१७	२४
बु	४	११	१८	२५
गु	५	१२	१९	२६
शु	६	१३	२०	२७
श	७	१४	२१	२८

Aacharya Academy
9423568890 / 9623421397

जानेवारी २०२६
संपादकीय समन्वय
मिताली तवसाळकर

सुमंगल
कालनिर्णय
भारतीय परंपरेचे सांस्कृतिक प्रतीक

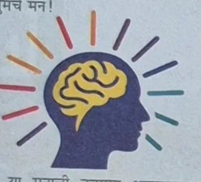
जगातील सर्वाधिक खपाचे ABC* प्रकाशन
*Audit Bureau of Circulations

Aacharya Academy
9423568890 / 9623421397

तुमच्या मनातील अद्‌भुत शक्ती

❑ दत्तप्रसाद दाभोळकर

तुम्हाला ही लोककथा माहीत असेल, एक माणूस जंगलातून चालला होता. भयंकर दमला होता. तहानेने व्याकूळ झाला होता. तो एका झाडाखाली बसला. त्याच्या मनात आले, 'यावेळी आपल्याला कोणी तांब्याभर थंड पाणी आणि सुग्रास अन्नाने भरलेले ताट दिले, तर किती बरे होईल!' आणि क्षणार्धात या गोष्टी त्याच्या समोर आल्या. तृप्त होऊन त्याने थोडी डुलकी घेतली. जाग आल्यावर त्यालाच कळेना हे काय आहे? 'बापरे, हे एखाद्या राक्षसाचे झाड असणार. तो आता येणार आणि मला खाणार.' क्षणात खरेच राक्षस आला आणि त्याला खाऊन गेला. तो ज्या झाडाखाली बसला होता, तो कल्पवृक्ष होता आणि खरे सांगायचे तर या गोष्टीतला कल्पवृक्ष म्हणजे तुमचे मन!



या मनाची करामत आपल्याला सांगताना बहिणाबाईंनी सांगितले आहे,

मन जहरी जहरी, त्याचे वेगळे तंतर
अरे विचू साप बरे, त्याले उतारे मंतर

खरेतर याच्या फार पूर्वी 'गीते'मध्ये आपल्याला हेच सांगितले आहे,

आत्मा बंधू सखा मित्र
आत्माच रिपू आपुला

म्हणजे आपण स्वत:च स्वत:चे जिवाभावाचे मित्र असतो आणि आपले फार मोठे शत्रूही असतो! याचे एक महत्त्वाचे कारण म्हणजे आपण आपली खरी ओळख विसरून गेलेलो असतो. तुम्हाला पंचतंत्रातील ती गोष्ट माहीत आहे का? सिंहाचा एक बछडा कोल्ह्यांच्या कळपात वाढत असतो. समोरून हत्ती येतोय असे पाहून सारा कळप पळायला लागला. तो सिंहाचा बछडाही पळायला लागतो. समोरून जाणारा एक सिंह त्याला म्हणतो, 'बाळा थांब, समोरच्या विहिरीत डोकावून बघ तू कोण आहेस, ते समजून घे. येथेच ताठ मान करून उभा राहा. हत्तीच तुला पाहून पळून जाईल.'

ही गोष्ट खरी आहे, पण अपुरी आहे. त्या सिंहाच्या बछड्याला फक्त आपले बाह्यरूप दिसले. त्याच्या मनातील ताकद त्याला समजली नाही. आपल्या मनातील ताकद किती विलक्षण किंवा अद्‌भुत आहे, ते विनोबा भावे यांनी सांगितले आहे. हिरोशिमा, नागासाकी एका क्षणात उद्ध्वस्त करत अणुध्वंस झाला, त्या वेळी ते म्हणाले, 'एका निर्जीव, दुर्लक्षित, असाहाय्य अणूत केवढी प्रचंड ताकद आहे ते आपण पाहतोय. एका क्षणात हा अणू, सर्वरक्षक आणि सर्वभक्षक होऊ शकतो. तो सबंध महानगर एका क्षणात बेचिराख करू शकतो आणि ठरवले तर तोच अणू एखाद्या महानगराला वर्षभर वीज पुरवू शकतो. एका निर्जीव, निरुपयोगी, दुर्लक्षित अणूत जर एवढी प्रचंड सर्वरक्षक आणि सर्वभक्षक ऊर्जा असते, तर एका जिवंत विचारात, तुमच्या मनात, केवढी अमर्याद अद्‌भुत शक्ती असेल? मात्र निर्जीव अणुतील शक्ती त्याला समजते ज्या वेळी त्याच्यावरती 'किरणोत्सर्ग' पडतो! तुमच्या माझ्या मनावर पडू शकणारा हा किरणोत्सर्ग कोणता? तो बाहेरून येतो, की आतूनच येतो?

एक वेगळी गोष्ट लक्षात घ्या. आपल्या भारतीय वंशाची एक महिला सुनीता विल्यम्स. तिचे वडील भारतातच राहिले असते तर 'रांधा, वाढा, भांडी घासा' हा तिचा दिनक्रम होणार होता. अर्थातच हे पूर्णपणे खरे नव्हे. आजही भारतात राहून सावित्रीबाईंचा वारसा जपत गगनाला गवसणी घालणाऱ्या अनेक कर्तृत्ववान स्त्रिया आहेत. पण सुनीताची गोष्टच वेगळी. ती चक्क गगनाला गवसणी घालावी म्हणून अमेरिकेतील अंतराळ विभागात कामाला लागली. अंतराळ मोहिमेसाठी एक आठवडा आपल्या सहकाऱ्याबरोबर अंतराळात गेली. खरेतर यातही तसे काही खास नाही. आजकाल अनेक अंतराळवीर अशा मोहिमांसाठी अंतराळात जात असतात. खरी भयंकर गोष्ट पुढची आहे. फक्त सात दिवसांसाठी अंतराळात गेलेली ही अंतराळवीर नऊ महिने तिथेच अडकून पडली. कुटुंबीय, मित्र, एवढेच काय नेहमीची हवा, अन्न, गुरुत्वाकर्षण काही बरोबर नाही. त्याहीपेक्षा भयंकर म्हणजे आपण परत कधी जाणार की जाणारच नाही याचा काहीही अंदाज नाही. खरेतर न जाण्याचीच शक्यता अधिक! अशा परिस्थितीत तिने दिवाळी, नाताळ, नवे वर्ष या वेळी तेथून पृथ्वीवरील माणसांना शुभेच्छा दिल्या, त्या वाचताना आपण हबकून जातो. ती अगदी मजेत आहे आणि आपल्या घरच्यांना आणि मित्रांना 'टुकटुक करून तुमची कशी जिरली, मी कशी भाग्यवान आहे असे सांगत आहे असे वाटते!'

या मुलीच्या मनात ही अद्‌भुत शक्ती कशी आली असेल? कोठून आली असेल? अमेरिकेतल्या अंतराळ विभागाने त्याचे उत्तर दिले आहे, 'आमच्या अंतराळ विभागातील कोणताही अंतराळवीर अगदी सहजपणे असाच वागला असता! आमच्या अंतराळ विभागाच्या प्रशिक्षणातून असे तप्त संस्कार असलेले अंतराळवीर आम्ही तयार करतो. कोणत्याही क्षणी अचानकपणे येणाऱ्या कितीही मोठ्या संकटाला, 'अरे ही तर मस्त नवी संधी आहे,' म्हणून ते हसत हसत सामोरे जातात.'

तुमच्या मनात एक प्रश्न आला असणार, 'हे शिक्षण मला कोण देणार?' आणि त्याचे उत्तर तुमच्या संस्कृतीने तुम्हाला देऊन ठेवले आहे, 'तुज आहे तुजपाशी परी तू जागा चुकलासी' हा मंत्र समजलेले आपले तुकाराम महाराज, दुष्काळात त्यांचा मुलगा आणि बायको तडफडून मरण पावलेत, दिवाळे निघालेले, लिहिलेले अभंग मत्सरी माणसांनी पाण्यात बुडवले. अशा वेळी तुकाराम आपल्याला एक नवा मंत्र देतात, 'तरी बरे', म्हणजे याहूनही किती वाईट झाले असते याचा विचार करा. समजा या दुष्काळात मी अपंग झालो असतो, आंधळा झालो असतो तर, हा विचार मनात आणा आणि हा मंत्र समजून व्यवहारात आणणारे तुकाराम नंतर 'मन करा रे प्रसन्न, सर्व सुखाचे कारण' म्हणून आपल्याला सांगतात.

आता तुमच्या मनात प्रश्न येणार, 'तरी बरे' पासून 'मन करा रे प्रसन्न' इथपर्यंतचा प्रवास तुकारामांनी कसा केला असेल? याचे उत्तर स्वामी विवेकानंदांनी स्वत: यातनांमध्ये होरपळत असताना दिले आहे. विवेकानंदांचा मृत्यू १९०२ मध्ये झाला. त्या वेळी ते फक्त ३९ वर्षांचे होते. युरोपचा दौरा आटपून विवेकानंद १८९७ मध्ये भारतात आले तेव्हा सनातनी मंडळींनी त्यांना मरणप्राय यातना दिल्या. याच सुमारास विवेकानंदांनी बेलूर मठाची स्थापना केली. त्या वेळी एकाही संस्थानिकाने वा जमीनदाराने त्यांना फुटक्या कवडीची मदत दिली नाही. उलट हा मठ नव्हे, हे आहे 'विवेकानंदांचे विश्रामगृह' म्हणून त्यावर भला मोठा कर बसवला! भारतातील आपला मठ चालवण्यासाठी अमेरिकेत भाषणे देऊन पैसे मिळवीन, या विश्वासाने इसवी सन १९०० मध्ये विवेकानंद अमेरिकेला गेले आणि त्यांच्या आयुष्यातील यातनापर्व सुरू झाले. त्यांनी इंग्लंड, अमेरिकेत उभे केलेले आणि वाढवलेले 'वेदांत आश्रम' पूर्णपणे कोसळले. अमेरिकेत त्यांच्या भाषणाला श्रोते येत असले तरी त्यातून सभागृहाचे भाडेसुद्धा निघत नव्हते! त्यांनी १७ जून, १९०० रोजी आपली शिष्या मेरी हेल हिला पत्र पाठवून कळवले की, 'भाषण हे फक्त आता माझ्या उपजीविकेचे साधन उरले आहे. भारतात परत जाण्याएवढे तिकीटाचे पैसे गोळा होणेही शक्य नाही.' आपले शिष्य आणि शिष्या यांना पत्र पाठवून ते विनंती करत होते, 'मला किमान लंडनला जाण्यापुरते पैसे भिक्षा म्हणून द्या. मग तेथे भाषणे देत पुढील प्रवासखर्चाचे पैसे मिळतील.' मात्र कुणाही शिष्यांनी त्यांना भिक्षा घातली नाही! एका परिसंवादाचे बोट धरून विवेकानंद जुलै १९०० मध्ये पॅरिसला गेले. ओळख नसलेल्या एका माणसाचा अनाहूत पाहुणा म्हणून चाळीतील पाचव्या मजल्यावर एका खोलीत तीन महिने राहिले. त्यानंतर मॅडम काल्व्हे यांच्याबरोबर रेल्वेने इजिप्तला पोहचले. तेथे त्यांनी दिलेल्या तिकिटावर बोटीने डिसेंबर १९०० अखेर मुंबईला पोहचले. पुढील दीड वर्षात विवेकानंदांनी बेलूर मठ डौलात उभा केला!

सांगत होतो, ती गोष्ट वेगळी. ८ जानेवारी १९००ला विवेकानंदांनी जे पहिले भाषण दिले त्याचे शीर्षक आहे 'पॉवर्स ऑफ माइंड' म्हणजे 'मनाची शक्ती'. ते भाषण फार महत्त्वाचे आहे. विवेकानंद श्रोत्यांना नव्हे, तर स्वत:लाच मनाच्या शक्तीची आठवण करून देत आहेत असे वाटते. त्या भाषणात आणि त्यानंतरच्या काही भाषणात त्यांनी जे सांगितले ते म्हणूनच महत्त्वाचे आहे. त्यांनी या भाषणामधून सांगितले की, 'कोणताही धर्मग्रंथ डोळसपणे वाचा. त्यातील चमत्कार आणि मिथककथा बाजूला ठेवा आणि त्यातील गाभा समजून घ्या. तो तुम्हाला तुमच्या मनातील अपरंपार शक्ती कशी उपयोगात आणता येईल, हे सांगतो. योग आणि समाधी यातील वरवरच्या गोष्टीत गुंतून न पडता त्यातील मनाचे विज्ञान समजून घ्या. तुमच्या श्वासाचे नियंत्रण, तुमच्या मनाचे नियंत्रण, तुमच्या मनाची एकाग्रता या गोष्टी काही काळाने तुम्हाला सहजपणे प्राप्त होतील आणि हे जर आपण केले तर 'माझे आहे माझ्यापाशी, परी मी फिरतो देशोदेशी' हे आपल्या लक्षात येईल.

(लेखक दिल्लीमधील 'श्रीराम इन्स्टिट्यूट ऑफ रिसर्च'चे माजी संचालक आहेत.)

dabholkard155@gmail.com

कालनिर्णय **पाकनिर्णय** स्पर्धा २०२६ विजेता क्र.१

विभाग : केळ्यापासून बनवलेले पदार्थ

बनाना नेट डोसा विथ बनाना स्टेम चटणी

❑ प्रणाली पोतदार, पनवेल

डोशाचे साहित्य : २ कप केळ्याचे पीठ, $^{१}/_{४}$ वाटी साबुदाणा पीठ, चवीनुसार मीठ व पाणी.

भाजीचे साहित्य : ४ उकडलेली कच्ची केळी, प्रत्येकी १ कांदा व टोमॅटो, $^{१}/_{४}$ कप मटार, २ मोठे चमचे आले-मिरची पेस्ट, फोडणीसाठी तेल, मोहरी, कढीपत्ता, उडीदडाळ, हिंग, हळद, चवीनुसार मीठ, कोथिंबीर.

चटणीचे साहित्य : १ कप केळीच्या गाभ्याचे छोटे काप, प्रत्येकी २ चमचे चणाडाळ व उडीदडाळ, $^{१}/_{४}$ कप ओले खोबरे, ८-१० कढीपत्त्याची पाने, प्रत्येकी १ छोटा कांदा व टोमॅटो, ४-५ लसूण पाकळ्या, ३-४ सुक्या लाल मिरच्या, फोडणीसाठी तेल, हिंग, हळद व मीठ.

भाजीची कृती : केळी उकडून सोलून कुस्करून घ्या. कढईत तेल गरम करून त्यात मोहरी, हिंग, हळद, उडीदडाळ, कढीपत्ता घाला. उडीदडाळ लालसर झाल्यावर बारीक चिरलेला कांदा घाला. आता त्यात टोमॅटो, आले-मिरची पेस्ट, मटार, कुस्करून घेतलेली केळी आणि चवीनुसार मीठ घालून एकजीव करून घ्या. कढईवर झाकण ठेवून भाजीला एक वाफ काढा, वरून कोथिंबीर घाला. डोशाची भाजी तयार आहे.

चटणीची कृती : चटणीसाठी कढईत तेल गरम करून त्यात उडीद व चणाडाळ घालून लालसर होईपर्यंत परतून घ्या. त्यात लाल सुक्या मिरच्या, कढीपत्ता, कांदा, टोमॅटो, ओले खोबरे व केळीच्या गाभ्याचे काप टाकून परतून घ्या. त्यानंतर लसूण, हळद आणि मीठ घालून परतून घ्या. मिश्रण थंड झाल्यावर चटणी वाटून हिंग-कढीपत्त्याची फोडणी द्या.

डोशाची कृती : केळ्याचे पीठ व साबुदाणा पीठ एकत्र करून त्यात चवीनुसार मीठ घाला. पिठात पाणी घालून डोशाचे मिश्रण तयार करा. हे मिश्रण प्लास्टिक पिशवीत भरा. (मेंदीच्या कोनप्रमाणे) पिशवीच्या टोकाला छिद्र करून नॉनस्टिक तव्यावर हे मिश्रण नेटप्रमाणे पसरवा. डोसा एका बाजूने झाल्यावर उलटा व त्यामध्ये केळीची भाजी भरून गुंडाळी करा. हा गरमागरम डोसा केळीच्या पानावर चटणीसोबत सर्व्ह करा.

संकष्ट चतुर्थी चंद्रोदय

मंगळवार, ०६ जानेवारी २०२६

मुंबई	२१.२२	सोलापूर	२१.१०
ठाणे	२१.२०	नागपूर	२०.५३
पुणे	२१.१७	अमरावती	२०.५८
रत्नागिरी	२१.२१	अकोला	२१.०२
कोल्हापूर	२१.१८	छ.संभाजीनगर	२१.१०
सातारा	२१.१८	भुसावळ	२१.०७
नाशिक	२१.१६	परभणी	२१.०४
अहिल्यानगर	२१.१३	नांदेड	२१.०२
पणजी	२१.२१	धाराशिव	२१.०९
धुळे	२१.११	भंडारा	२०.५०
जळगाव	२१.०८	चंद्रपूर	२०.५३
वर्धा	२०.५५	बुलढाणा	२१.०६
यवतमाळ	२०.५८	इंदौर	२१.०४
बीड	२१.०९	ग्वाल्हेर	२०.५१
सांगली	२१.१६	बेळगाव	२१.१८
सावंतवाडी	२१.२०	मालवण	२१.२२

विवाहास उपयुक्त दिवस

शुक्रलोप दिनांक १४ डिसेंबर २०२५ पासून सुरू आहे.

शुक्रअस्तातील मुहूर्त

२० (२०.०० पर्यंत), २३ (१४.३२ नंतर २६.०० पर्यंत), २४ (२६.०० पर्यंत), २५ (२३.१० पर्यंत), २६ (१०.१७ नंतर १२.३२ पर्यंत), २८ (०९.२६ नंतर २६.०० पर्यंत), २९ (१३.५५ नंतर २०.२७ पर्यंत).

शुक्रदर्शन ३० जानेवारी २०२६

'नित्यपाठ संकटनाशन श्री गणपती स्तोत्रम्' साठी सोबतचा QR कोड स्कॅन करा.

'श्री सूर्यस्तुती'साठी सोबतचा QR कोड स्कॅन करा.

हे करून पाहा

● कापलेले सफरचंद काळे पडू नये यासाठी थंड पाण्यात लिंबाचा रस व मीठ घालून त्यात बुडवून ठेवावे.

● दही बनवताना विरजण नसल्यास दुधात हिरवी मिरची टाकावी. दही व्यवस्थित सेट होते.

● मोड आलेली कडधान्ये मीठ टाकून धुतल्यास त्यांना येणारा वास निघून जातो.

● शेवग्याच्या शेंगा उकडताना त्यात छोटा गुळाचा तुकडा घातल्यास शेंगा फुटत नाहीत, चवही छान येते.

● कोशिंबिरीत खाण्याच्या वेळी मीठ व साखर घातल्यास कोशिंबिरीला पाणी सुटत नाही.

● बरणीमध्ये लोणचे ठेवण्याआधी बरणीच्या तळाशी मिठाचा थर ठेवावा, लोणचे खराब होत नाही.

● अळूच्या वड्या बनवताना पाने स्वच्छ पुसून थोडेसे तेल लावावे आणि वरून पीठ पसरावे, वड्या चुरचुरीत होतात.

● गुळाचा चहा बनवताना पाण्यात चहापूड आणि गूळ उकळून घ्या. गॅस बंद करून त्यात उकळते दूध घालावे, दूध फाटत नाही.

● कुकर आतून काळा पडल्यास त्यात एक ग्लास पाणी, थोडा लिंबाचा रस आणि मीठ घालून एक शिट्टी काढावी. काळे डाग निघून जातील.

हा महिना असा जाईल

जयेंद्र साळगांवकर

मेष : नववर्षाभिनंदन! जिथे आपली आवश्यकता नसेल त्यापासून लांब राहणेच बरे. विरोधक आक्रमक होण्याचा प्रयत्न करतील, संयमाने परिस्थिती हाताळा. स्वत:च्या आनंदासाठी खरेदीयोग संभवतात. आरोग्याची काळजी घ्या.

वृषभ : वर्षाच्या सुरुवातीस आर्थिक परिस्थितीत झालेल्या सुधारणेमुळे कार्यउत्साह वाढेल. मात्र अति आत्मविश्वास घातक ठरू शकतो. आपल्या कार्यक्षेत्रात स्वपराक्रमावर कार्यसिद्धी कराल. अपरिचित व्यक्तीशी आर्थिक व्यवहार टाळा. भागीदारी व्यवसायात पारदर्शकता असावी.

मिथुन : वर्षाच्या सुरुवातीला काही अप्रिय घटनांना तुम्हाला सामोरे जाण्याची शक्यता संभवते. मनाविरुद्ध घडलेल्या बाबींचा परिणाम आपल्या कार्यतत्परतेवर होऊ देऊ नका. आर्थिक नियोजनावर भर द्यावा लागेल. मोठे निर्णय विचारपूर्वक घ्या.

कर्क : आपल्या शब्दाला अधिक मान मिळत असल्याचे तुम्हाला सध्या दिसून येईल. मित्रमंडळी तसेच आप्तेष्ट यांच्याकडून अपेक्षित सहकार्य लाभेल. महिन्याच्या उत्तरार्धात कौटुंबिक मतभेद संभवतात. शब्दाने शब्द वाढवू नका. प्रवास घडेल.

सिंह : जवळच्यांना आपण अपेक्षेपेक्षा जास्त गृहीत धरले तर निराशा पदरी पडण्याची शक्यता आहे. सरकारी नियमांचे उल्लंघन महागात पडू शकते, काळजी घ्या. महिन्याच्या उत्तरार्धात तुमचा आत्मविश्वास बळावेल. बऱ्याच गोष्टी मार्गी लागतील.

कन्या : कौटुंबिक कलहामुळे थोडा मनस्ताप संभवतो. कुणा एकाची बाजू घेणे तुम्हाला नंतर अडचणीत आणू शकते. विरोधकांच्या संख्येत वाढ होणार नाही हे पाहा. आपली आर्थिक बाजू उघडी पडणार नाही याबाबत अधिक सतर्क राहा.

तूळ : कामाच्या व्यापाच्या वाढीनुसार आर्थिक प्राप्तीतही वाढ होणार आहे, खर्चही वाढेल. कौटुंबिक विषयात आपले तेच खरे करण्याचा अट्टाहास करू नका. वैयक्तिक बाबीमध्ये इतरांच्या निर्णयापेक्षा स्वनिर्णयाला जास्त प्राधान्य द्या.

वृश्चिक : मार्गक्रमणात येणाऱ्या अडचणींतून तुम्ही आपल्या अनुभवाच्या जोरावर योग्य मार्ग काढू शकाल. कोणताही निर्णय घाईगडबडीत घेऊ नका. महिन्याच्या उत्तरार्धात मित्रपरिवाराकडून चांगले सहकार्य मिळेल. अर्थप्राप्तीचे योग संभवतात.

धनु : वर्षाच्या सुरुवातीस काही अनपेक्षित घटनांमुळे थोडा मनस्ताप संभवतो. पैशाची आवक आणि वाढता खर्च यांचे गणित जुळवणे कठीण जाईल. अपचनाच्या समस्यांवर वेळीच औषधोपचार करा. गुंतवणूक सध्यातरी टाळा.

मकर : वर्षाच्या सुरुवातीसच काहींना कामानिमित्त बाहेरगावी जावे लागण्याची शक्यता आहे. खर्चाचे गणित सांभाळताना काटकसर करावी लागेल. नोकरी-व्यवसायात वरिष्ठांशी संयमाने वागा. नातेवाइकांच्या अनाहूत सल्ल्याकडे दुर्लक्ष करा.

कुंभ : व्यक्तिगत बाबतीत तसेच नोकरी-व्यवसायाच्या दृष्टीने सध्याचा काळ समाधानकारक असला तरी शनिच्या प्रतिकूलतेमुळे मानसिक ताणतणावात वाढ होईल. अधिकारात झालेली वाढ जबाबदाऱ्याही वाढवते. असलेली कामे वेळेत पूर्ण करा.

मीन : वर्षाच्या सुरुवातीस ग्रहमान तेवढे प्रतिकूल नसल्याने कार्यपूर्तीचा आनंद तुम्ही उपभोगू शकाल. सामाजिक कार्यात तुम्हाला योग्य मान दिला गेला नाही तरी त्याला जास्त महत्त्व देऊ नका. आत्मपरीक्षण करणे महत्त्वाचे.

कालनिर्णयमधील उपयुक्त मजकुरासाठी वेबसाईटला भेट द्या

सुप्रसिद्ध लेखकांचे लेख, स्वादिष्ट मेनू, आरोग्यविषयक माहिती, मुहूर्त, राशिभविष्य, सण-उत्सवांची शास्त्रोक्त माहिती आणि आपल्या शंका, अडचणी जाणून घेण्यासाठी तसेच जन्मपत्रिकेचा वार्षिक अहवाल बनवून घेण्यासाठी Kalnirnay Premium विशेष सुविधांचा लाभ घ्या.

जन्मपत्रिका : बारा पानी - ₹ १२५, पंधरा पानी - ₹ १७५ (+ कुरिअर खर्च)

कालनिर्णयच्या सर्व वर्षांच्या आवृत्त्या ऑनलाइन विक्रीसाठी उपलब्ध

www.kalnirnay.com

तसेच आपल्या सूचना आणि अभिप्राय service@kalnirnay.com वर नोंदवा.

ज्ञानेश्वरीतील नमने व पसायदान (वि. वा. शिरवाडकरांच्या आवाजात) संगीत ऑनलाइन विक्रीसाठी उपलब्ध

Stores	URL
Times Music	https://youtu.be/2vnHubxMyQY
iTunes	https://apple.co/33rG8vJ
Apple Music	https://apple.co/33oUXyZ

पंचांग २०२६

श्री शालिवाहन शके १९४७, विश्वावसूनाम संवत्सर, विक्रम संवत २०८२

आकडे तास मिनिटांत मध्यान्ही १२ नंतर १ पासून प्रारंभ न करता दुसऱ्या दिवशीच्या सूर्योदयापर्यंत सरळ तास मोजले आहेत. उत्तरायण

जानेवारी	पौष-माघ		नक्षत्र	समाप्ती	योग	समाप्ती	करण	समाप्ती	राष्ट्रीय
१ गुरु	शु. त्रयोदशी	२२.२३	रोहिणी	२२.४८	शुभ	१७.१२	कौलव	१२.०६	११
२ शुक्र	शु. चतुर्दशी	१८.५४	मृगशीर्ष	२०.०४	शुक्ल	१३.०७	गरज विष्टि	०८.३७ २९.११	१२
३ शनि	पौर्णिमा	१५.३३	आर्द्रा	१७.२८	ब्रह्म ऐंद्र	०९.०४ २९.१५	बालव	२५.५८	१३
४ रवि	कृ. प्रतिपदा	१२.३०	पुनर्वसु	१५.११	वैधृति	२५.४७	तैतिल	२३.०९	१४
५ सोम	कृ. द्वितीया	०९.५६	पुष्य	१३.२४	विष्कंभ	२२.४६	वणिज	२०.५४	१५
६ मंगळ	कृ. तृतीया कृ. चतुर्थी	०८.०१ ३०.५२	आश्लेषा	१२.१७	प्रीति	२०.२०	बव	१९.२०	१६
७ बुध	कृ. पंचमी	३०.३३	मघा	११.५५	आयुष्मान	१८.३२	कौलव	१८.३६	१७
८ गुरु	कृ. षष्ठी	३१.०५	पू.फाल्गुनी	१२.२३	सौभाग्य	१७.२४	गरज	१८.४२	१८
९ शुक्र	कृ. सप्तमी	अहोरात्र	उ.फाल्गुनी	१३.३९	शोभन	१६.५४	विष्टि	१९.३८	१९
१० शनि	कृ. सप्तमी	०८.२३	हस्त	१५.३८	अतिगंड	१६.५७	बालव	२१.१७	२०
११ रवि	कृ. अष्टमी	१०.१९	चित्रा	१८.१०	सुकर्मा	१७.२५	तैतिल	२३.२८	२१
१२ सोम	कृ. नवमी	१२.४२	स्वाती	२१.०४	धृती	१८.११	वणिज	२५.५९	२२
१३ मंगळ	कृ. दशमी	१५.१७	विशाखा	२४.०५	शूल	१९.०३	बव	२८.३५	२३
१४ बुध	कृ. एकादशी	१७.५२	अनुराधा	२७.०३	गंड	१९.५४	कौलव	३१.०६	२४
१५ गुरु	कृ. द्वादशी	२०.१६	ज्येष्ठा	२९.४७	वृद्धि	२०.३७	गरज	अहोरात्र	२५
१६ शुक्र	कृ. त्रयोदशी	२२.२१	मूळ	अहोरात्र	ध्रुव	२१.०५	गरज	०९.२१	२६
१७ शनि	कृ. चतुर्दशी	२४.०३	मूळ	०८.११	व्याघात	२१.१७	विष्टि	११.१५	२७
१८ रवि	अमावास्या	२५.२१	पूर्वाषाढा	१०.१३	हर्षण	२१.१०	चतुष्पाद	१२.४५	२८
१९ सोम	शु. प्रतिपदा	२६.१४	उत्तराषाढा	११.५१	वज्र	२०.४४	किंस्तुघ्न	१३.५०	२९
२० मंगळ	शु. द्वितीया	२६.४२	श्रवण	१३.०६	सिद्धि	२०.००	बालव	१४.३१	३०
२१ बुध	शु. तृतीया	२६.४७	धनिष्ठा	१३.५७	व्यतिपात	१८.५७	तैतिल	१४.४७	माघ
२२ गुरु	शु. चतुर्थी	२६.२८	शततारका	१४.२६	वरियान	१७.३७	वणिज	१४.४०	२
२३ शुक्र	शु. पंचमी	२५.४५	पू.भाद्रपदा	१४.३२	परिघ	१५.५८	बव	१४.१०	३
२४ शनि	शु. षष्ठी	२४.३९	उ.भाद्रपदा	१४.१५	शिव	१४.०१	कौलव	१३.१५	४
२५ रवि	शु. सप्तमी	२३.१०	रेवती	१३.३५	सिद्ध	११.४५	गरज	११.५७	५
२६ सोम	शु. अष्टमी	२१.१८	अश्विनी	१२.३२	साध्य शुभ	०९.११ ३०.१९	विष्टि	१०.१६	६
२७ मंगळ	शु. नवमी	१९.०५	भरणी	११.०८	शुक्ल	२७.१२	बालव तैतिल	०८.१४ २९.५२	७
२८ बुध	शु. दशमी	१६.३६	कृत्तिका	०९.२६	ब्रह्मा	२३.५३	वणिज	२७.१६	८
२९ गुरु	शु. एकादशी	१३.५५	रोहिणी मृगशीर्ष	०७.३१ २९.२९	ऐंद्र	२०.२७	बव	२४.३२	९
३० शुक्र	शु. द्वादशी	११.०९	आर्द्रा	२७.२७	वैधृति	१६.५८	कौलव	२१.४७	१०
३१ शनि	शु. त्रयोदशी शु. चतुर्दशी	०८.२५ २९.५२	पुनर्वसु	२५.३४	विष्कंभ	१३.३३	गरज	१९.०७	११

दि. १-१-२०२६ रोजी सूर्योदयी रवि, मंगळ, बुध, शुक्र-धनु, चंद्र, हर्षल-वृषभ, गुरु-मिथुन, शनि, नेपच्यून-मीन, प्लुटो-मकर.

★ शुक्र : मकर १२-१, रवि : मकर १४-१, मंगळ : मकर १५-१, बुध : मकर १७-१.

○ पौर्णिमा प्रारंभ : शुक्रवार ०२-१, सायं. ०६.५४; समाप्ती : शनिवार ०३-१, दुपारी ०३.३३.

● अमावास्या प्रारंभ : शनिवार १७-१, उ.रात्री ००.०३; समाप्ती : रविवार १८-१, उ.रात्री ०१.२१.