

# गवाक्ष

## SINGLE WINDOW SERVICES

Comprehensive Investment Consultancy  
(विमा व गुंतवणूक सल्लागार व मार्गदर्शक)

९, वृंदावन कॉलनी, एस.टी. कॉलनीजवळ,  
गंगापूर रोड, नाशिक - ४२२ ०१३.  
फोन : २५७९९९३, २३१७८६७  
मोबाईल : ९८२२०००८८३

● वर्ष १ ले

● अंक - ३२

● जुलै - २००४



### वेध भविष्याचा , गरज दूरदृष्टीची



आपण सर्वजण नियतीच्या हातातील खेळणी आहोत. जीवनाच्या महानाट्यात आपल्या वाट्याला आलेली भूमिका चांगल्या प्रकारे पार पाडणे एवढेच आपल्या हाती आहे. ही भूमिका पार पाडताना वृत्ती आनंदी ठेवली, आपले कुटुंबीय व मित्र यांच्याशी प्रयत्नपूर्वक चांगले संबंध जोपासले, अडी-अडचणीत-दुःखात वाटेकरी झालो तर जीवन सुखदायी होण्याची शक्यता निश्चित आहे. आपले जीवन यशस्वी व सुखदायी होण्यासाठी आपल्या कौटुंबिक व सामाजिक जबाबदाऱ्या आजच्या व भविष्यातील, पार पाडण्यासाठी आपण सक्षम असणे गरजेचे आहे.

सोन्याचांदीचा चमचा तोंडात घेऊन सधन कुटुंबात जन्म होणे हे पूर्वसंचित व परमेश्वरी कृपेचे फळ आहे. ह्याचा उपयोग अशा नशीबवानांनी आपल्या आयुष्याला यशस्वी करण्यासाठी केला तर तो दुग्धशर्करा योग ठरतो. पण अशी सुदैवाची साथ नसणारेही सुसंस्कार, स्वकर्तृत्व व स्वप्रयत्नांती स्वकष्टाने जीवनाला यशस्वी वळण देऊ शकतात. आजूबाजूला असणाऱ्या यशस्वी व्यक्तींमध्ये असे बहुसंख्य लोक आहेत हा नुसता सुखद अनुभवच नाही तर ते एक आनंददायी सत्यही आहे.

ही दोन्ही प्रकारची मंडळी यशोमार्गावर अग्रेसर होताना त्यांना कळत नकळत आईवडील, बहीण, भाऊ व नातेवाईक, गुरुजन व समाज यांचेकडून प्रेम, प्रोत्साहन, मार्गदर्शन, प्रत्यक्ष-अप्रत्यक्ष मदत मिळते. आईवडील मुलांचे शिक्षण, आयुष्याची यशस्वी वाटचाल यात फार मोठे योगदान देतात. त्यासाठी प्रसंगी स्वतःच्या गरजांना मुरड घालून मुलांसाठी हवे ते केले जाते. तीच तर त्यांच्या यशस्वी जीवनाची प्राथमिकता व कसोटीही असते. हा वारसा चांगल्या शिक्षणाने, सुसंस्कारांनी, सुसंधीच्या उपलब्धतेने पुढील पिढीकडे सुपूर्द होणे ही नुसती जबाबदारी नाही. ती काळाची गरजही आहे व आपल्या आनंदाचा व सुखाचा ठेवाही आहे. ते ओझे आहे असे वाटता कामा नये.

आपल्याला भविष्याचा वेध घेण्याची सवय लावली तर आपण येणाऱ्या जबाबदाऱ्या व निर्माण होणारी दायित्वे यांना न्याय देऊ शकू. ह्यासाठी आपल्या वर्तमान गरजा व जबाबदाऱ्या, त्यासाठी लागणारा खर्च यांची योग्य ती सांगड घातली तर आपण भविष्याला विनासायास किंवा प्रयत्नपूर्वक तोंड देऊ शकतो. भविष्य वेध घेणे व दूरदृष्टी , नुसती दोन-चार वर्षेच नव्हे तर २५-३० वर्षांपलीकडे पाहणारी असणे हे आयुष्याच्या यशाचे गमक आहे. संस्था व राष्ट्र यांच्या संदर्भात ह्या गोष्टीचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे.

येथे आपला आर्थिक नियोजनाशी संबंध येतो. वर्तमान गरजांसाठी उपलब्ध आर्थिक स्रोत चोखंदळपणे व काटकसरीने वापरणे व भविष्यासाठी थोडी का होईना तरतूद करणे, करीत राहणे गरजेचे ठरते. इतर कोणत्याही क्षमतेप्रमाणे आर्थिक क्षमताही हळूहळूच वाढते ही जाणीव फार महत्त्वाची आहे. नाही तर आयुष्याचे गणितच चुकेल. हे गणित चुकू नये म्हणून अर्थसंचयाचे वेगवेगळे मार्ग माहीत करून घेऊन योग्य मार्गाची निवड महत्त्वाची ठरते. धंदेवाईक, व्यावसायिक व उद्योजक यांनी या बाबतीत अतिशय दक्ष असणे गरजेचे आहे.

आम्ही 'सिंगल विंडो सर्व्हिसेस' मध्ये आपल्यासाठी आर्थिक नियोजन गुंतवणूक सल्ला व सेवा, वर्तमान व भविष्य यांची सांगड घालून प्रयत्न करतो. आपण लाभ घेतलात तर आम्ही ते आमचे सौभाग्य मानू.

- पी. आर. अधिकारी



## ॥ ॐ नादब्रह्मणे नमः ॥

रसिक हो,

विश्वास बसणार नाही परंतु हे सत्य आहे की, भारतीय रागदारी शास्त्रीय संगीताद्वारे अनेक राग आपण बरे करू शकतो. याला आधार काय ? याला आधार आहे आपला प्राचीन ग्रंथ 'आयुर्वेद – योगशास्त्र' !

सामवेदाचा उपवेद 'गंधर्ववेद' हा संगीताचा वेद मानला जातो. ध्वनी, स्वर, त्या स्वराचे वलय, त्याची कंपने, त्याचे आवर्तन, शरीररचना किंवा परिस्थिती यांच्यातील गूढ संबंधाचे विश्लेषण यामध्ये केलेले आहे. थोडक्यात, नाद-ध्वनी-स्वर हा मानवी मनाला उत्तेजन देतो, प्रेरणा देतो व मन शरीराला प्रेरणा देते.

वनस्पती, प्राणी इत्यादींवर संगीताचा चांगला परिणाम होऊ शकतो हे सिद्ध झालेले आहे. त्यामुळे मानवी शरीर हे त्याला अपवाद नाही. विविध स्वरांचा, अनुनादांचा मानवी शरीरातील पेशींवर परिणाम होतो आणि बिघडलेल्या संतुलनाला पूर्वपदावर आणण्यासाठी संगीताचा उपयोग होऊ शकतो. मानवी शरीर, प्रकृती, व्याधी इत्यादीविषयी चरक ऋषी, तुंबारू ऋषी, नारद ऋषी यांच्या अनेक श्लोकांतून ध्वनी, नाद या विषयीचा उल्लेख आपणास दिसून येतो.

उच्च व असमान स्वरांचा वातावर, स्थिर आणि गंभीर स्वरांचा पितावर, कोमल आणि मृदु स्वरांचा कफावर परिणाम होतो अशा आशयाचे श्लोक आपणास आढळून येतात. यावर अभ्यास, विचार व प्रयोग करून व संशोधन याद्वारे ही संगीताची उपचार पद्धती हळूहळू विकसित होण्याच्या मार्गावर आहे. 'म्युझिक थेरेपी' किंवा संगीत उपचार पद्धती अनेक रोगांवर परिणामकारक उपचार करण्याची एक शास्त्रशुद्ध पद्धती आहे व संगीताद्वारे त्या रुग्णाचे मानसिक, भावनिक व शारीरिक आरोग्य सुधारण्यासाठी प्रयत्न केला जातो. विशिष्ट रागांमधील वैशिष्ट्यपूर्ण स्वररचना, उच्चार, राग सादर करण्याची पद्धत इत्यादींमुळे शरीरामध्ये चुंबकीय ऊर्जा निर्माण होते. त्यामुळे शरीराची कार्यक्षमता वाढते व शरीरातील संस्थांचे कार्य उद्दीपनामुळे जास्त चांगल्या प्रकारे होते. त्यामुळे अनेक आजारातून मुक्तता मिळते.

प्राचीन ग्रीक इतिहासात या पद्धतीचे महत्त्व सांगितले आहे. पायथागोरस, प्लेटो, अॅरिस्टॉटल इत्यादी महान ग्रीक तत्ववेत्त्यांनीसुद्धा संगीताची उपचारात्मक पद्धती व रोग प्रतिबंधात्मक शक्तीबद्दल आपले विचार मांडले आहेत. जुन्या वाङ्मयात या प्रकारचे अनेक उल्लेख आढळतात ज्यामध्ये संगीताचा वापर उपचारासाठी केला आहे. उदा.- किंग डेव्हिड याने 'हार्प' हे वाद्य वाजवून आजारापासून मुक्तता मिळवली. तसेच हिप्पोक्रेटसने लोकांचे आजार बरे करण्याकरता म्युझिक थेरेपीचा उपयोग केला. इजिप्तमध्ये प्राचीन काळी प्रसूती वेदना कमी करण्याकरता स्त्रियांना प्रसूतीच्या वेळी

संगीत ऐकवले जाई. भारतामध्ये 'संत त्यागराज' या प्रसिद्ध दक्षिण भारतीय संगीतकाराने विशिष्ट रागाद्वारे मृत व्यक्तीच्या अंगात चेतना आणल्याच्या कथा प्रसिद्ध आहेत.

संगीत म्हणजे प्रामुख्याने आवाज (ध्वनी) किंवा नाद ज्याद्वारे विशिष्ट कंपने निर्माण करणाऱ्या ध्वनिलहरी तयार होतात. या कंपनाचा भोवतालच्या वातावरणावर व मानवी शरीरावर परिणाम होतो. पं. सारंगदेव यांच्या 'संगीत रत्नाकर' या ग्रंथामध्ये संगीत हा विश्वातील ऊर्जेचा एक भाग आहे हे स्पष्ट केलेले आहे. वाद्यसंगीतामध्येही एखाद्या वाद्यावर आघात करून कंपने निर्माण केली जातात. त्यातून संगीत निर्माण होते. या ऊर्जेचा मानवी शरीरावर सकारात्मक (+ve) उपयोग होतो.

संगीताचे चार प्रमुख स्रोत (sources) दिसून येतात. १) लोकसंगीत २) काव्य ३) भजने किंवा भक्तीसंगीत ४) शास्त्रीय संगीत रचना. पाश्चात्य संगीत हे 'हार्मनी' तर भारतीय संगीत हे 'मेलडी' वर आधारित आहे. ज्याला भारतीय संगीतामध्ये राग किंवा रागिणी असे म्हटले जाते.

रागातील स्वरसाखळीमुळे मन व शरीर शांत होते. एखादा विशिष्ट आजार बरा करण्याकरिता निवडलेल्या रागाचे स्वर वारंवार ऐकल्यास ध्वनिकंपनांची साखळी तयार होते. आजाराशी संबंधित शारीरिक भागामध्ये या ध्वनिकंपनाचे कार्य होते. कंपने शरीराच्या त्या भागामध्ये ऊर्जा तयार करतात. त्या ठिकाणचे स्नायू व चेतानंतू यामुळे आकुंचन व प्रसरण पावतात, हे आकुंचन व प्रसरण ध्वनिकंपनांच्या साखळीनुसार होत राहते. स्नायू किंवा ऊती जेव्हा प्रसरण पावतात त्यावेळी तेथे कमी दाबाची स्थिती निर्माण होते व पर्यायाने या भागाकडे जास्त रक्तपुरवठा होऊ लागतो. ही प्रक्रिया वारंवार घडल्यास आपोआप त्या भागातील रक्तपुरवठा व ऊर्जेचा पुरवठा सुधारतो व रुग्णाला आजारातून लवकर मुक्तता मिळते.

संगीतातील बीटस्चा हृदयाच्या स्पंदनांशी खूप जवळचा संबंध आहे. हृदयाचे ठोके साधारण एक मिनिटाला ७२ या गतीने पडत असतात. संगीतामध्ये ७० ते ७५ बीटस् प्रति मिनिट अशा स्वरूपाच्या किंवा गतीच्या संगीताची व हृदयाची गती समान असल्यामुळे शांत व स्थिर वाटते. मिनिटाला ७२ ठोक्यांपेक्षाही कमी लय असलेल्या संगीतामुळे शरीर व मनावर सकारात्मक परिणाम होतो. शरीर व मन उद्दिपित होते व आनंदित होते व कार्यक्षमता वाढते.

हिंदुस्थानी शास्त्रीय संगीतातील राग वेगवेगळ्या भावना किंवा मानसिक स्थिती निर्माण करतात. काफ़ी रागामुळे आर्द्र, थंड व खोलवर शांत भावना निर्माण होतात. पुरिया धनश्री या रागामुळे मानसिक स्थिरता लाभते व गोड, शांत भावना निर्माण होतात. मिश्र मांड या रागामुळे खूप आनंददायक व ताजेपणाची हलक्या-फुलक्या मानसिक स्थितीची जाणीव होते तर बागेश्री या रागाने अंधार, शांतता स्थिरता व खोलपणा याची जाणीव होते.



राग दरबारी हा मानसिक ताणतणाव नाहीसे करण्यासाठी अतिशय परिणामकारक समजला जातो. रात्री उशिरा गायल्या जाणाऱ्या या रागाची रचना मियाँ तानसेन याने केली आहे. सम्राट अकबराला दिवसभर दरबारातील ताणतणावापासून शांतता मिळण्याकरता या रागाची रचना केली गेली.

डॉ. बालाजी तांबे यांनी शास्त्रशुद्ध अभ्यासातून राग भूपाली व तोडी यातून अतिरक्तदाबाच्या रुग्णांना आराम मिळतो तर राग अहीरभैरवामुळे रक्तदाब आपोआप नॉर्मल पातळीवर येतो हे सिद्ध केले आहे. राग मालकंस व आसावरी या रागामुळे कमी रक्तदाबाच्या रुग्णांना फायदा होतो.

हृदयाशी संबंधित आजारावर चंद्रकंस हा राग उपयुक्त आहे. त्याचप्रमाणे मानसिक शांतता मिळण्यासाठी व तणाव जाण्यासाठी तिलककामोद, हंसध्वनी, कलावती, दुर्गा हे राग परिणामकारक आहेत. निद्रानाश असणाऱ्या व्यक्तींना शांत झोप लागण्यासाठी राग बिहाग व बहार हे दोन्ही राग महत्त्वाचे ठरतात.

संगीत उपचार पद्धतीचा वापर प्रामुख्याने सकाळी लवकर, संध्याकाळी किंवा रात्री केला जातो. रोज किमान एक तास संगीत ऐकणे श्रेयस्कर आहे.

**– प्रा. अविराज कृ. तायडे**

संगीत विभागप्रमुख,  
एस.एम.आर.के. महिला महाविद्यालय, नाशिक.

**तक्ता – २**

वेळ	राग
पहाटे ४ ते ७	राग हिंडोल, भैरव, गुणकली, अहीरभैरव, रामकली, भैरवी
सकाळी ७ ते १०	जौनपुरी, आसावरी, तोडी, गुजरी तोडी, अल्हैया बिलावल
सकाळी १० ते १२	मेघ मल्हार, शुद्ध सारंग, सारंगचे प्रकार
दुपारी १ ते ४	मधुवंती, मुलतानी
सायं. ४ ते ७	पटमंजरी, मारवा, श्री, कलावती, पुरिया धनाश्री
सायं. ७ ते १०	यमन कल्याण, यमन, पुरिया, शुद्धकल्याण, मारु बिहाग, शामकल्याण, पुरिया कल्याण, केदार, शिवरंजनी
रात्री १० ते १२	दरबारी कानडा, नायकी कानडा, मालकंस, चंद्रकंस, बागेश्री, जयजयवंती, कौशी कानडा
रात्री १ ते ४	ललित, नटभैरव, सोहनी, बसंत, बसंत बहार

**तक्ता – १**

आजार	उपयुक्त राग
मानसिक तणाव मानसिक आजार हृदयाचे विकार	राग अहीरभैरव, पुरिया, दरबारी कानडा ललित, केदार, हंसध्वनी, कलावती, दुर्गा, पुरिया धनाश्री, तिलककामोद भैरवी, चंद्रकंस, शिवरंजनी, अल्हैया बिलावल
उच्च रक्तदाब आम्लपित्त यकृत विकार अर्धशिशी कमी रक्तदाब त्वचा विकार	हिंडोल, पुरिया, भूपाली, तोडी, कौशी कानडा मारवा, दीपक, कलावती पुरिया, पुरिया धनाश्री दरबारी कानडा, सोहनी, जयजयवंती मालकंस, आसावरी मेघ मल्हार, मधुवंती, मुलतानी, ललित, हंसध्वनी, कलावती, केदार सोहनी, भैरव, पुरिया आसावरी, जौनपुरी, रामकली
भीती ल्युकेमिया (रक्ताचा कॅन्सर) निद्रानाश उच्चताप पेक्टिक अल्सर मधुमेह दमा कॅन्सर ऑस्टिओपोरोसिस (हाडांचा ठिसूळपणा)	भैरवी, दीपक, बागेश्री, बिहाग, बहार मालकंस, बसंतबहार, बागेश्री मधुवंती, दीपक जौनपुरी, जयजयवंती श्री, केदार, शामकल्याण, शुद्ध सारंग नायकी कानडा, जौनपुरी, श्री, सिंधभैरवी हिंडोल, मारुबिहाग, भैरव, गुणकली



सेवेस सदैव तत्पर अशी सिंगल विंडो सर्व्हिसेसची टीम !



## म्युच्युअल फंडामध्ये .....

प्रिय मित्रांनो,

गुंतवणूक करणे तसेच निर्गुंतवणूक करणे ह्या गोष्टी आपण सातत्याने करत असतो. परंतु बऱ्याच गुंतवणूकदारांना त्यांनी गुंतवलेल्या योजनेमध्ये वापरलेल्या शब्दांचा अर्थच कळलेला नसतो. भिडस्त स्वभावामुळे किंवा स्वतःला सर्व काही कळते असा आभास निर्माण करण्याच्या प्रयत्नांमुळे गुंतवणूकदार आपल्या सल्लागाराचे म्हणणे हो ला हो मिळवत ऐकतो. परंतु मनात पुष्कळसा गुंता व शंका घेऊन तो घरी जातो.

नेमकी हीच गोष्ट गुंतवणूकदारांसाठी पुढे त्रासदायक ठरते व पर्यायाने सल्लागारासाठी सुद्धा क्लेशकारक ठरते. गुंतवणूकदारांनी हे लक्षात घेतले पाहिजे की आपण आपल्या सल्लागारासमोर कुठल्याही प्रकारचा संकोच/भीडभाड न बाळगता, मनात निर्माण होणाऱ्या सर्व प्रश्नांचे व शंकांचे वेळोवेळी निराकरण करून घ्यावे. आम्हाला खात्री आहे की जो सल्लागार गुंतवणूकदारांचे हित जोपासण्याचा आटोकाट प्रयत्न करतो, त्याला तुमच्या शंका व प्रश्नांचे निराकरण करायला अतिशय आनंदच होतो.

मित्रांनो, आम्ही अनुभवलेल्या ह्या महत्त्वाच्या विषयावर, या लेखाद्वारे म्युच्युअल फंडात काही नियमित वापरल्या जाणाऱ्या शब्दांचा अर्थ समजावून घेण्याचा प्रयत्न करू.

१) **Account Statement** – गुंतवणूक केल्यानंतरची पोचपावती म्हणून पासबुक पद्धतीऐवजी वापरण्यात येणारा आधुनिक प्रकार. हे विवेचन कॉम्प्युटरद्वारे निर्मित असून त्यावर कोणत्याही अधिकाऱ्याच्या सहीची आवश्यकता नसते.

२) **Transaction Slip** – अकाऊंट स्टेटमेंटच्याच खाली ही स्लिप प्रिंट केलेली असते. म्युच्युअल फंडाच्या विविध कामांसाठी त्याचा वापर केला जातो. त्यावर गुंतवणूकदाराची सही आवश्यक असते. याद्वारे पुढीलप्रमाणे व्यवहार करता येतो. – अ) पैसे गुंतवणूक ब) पैसे काढणे क) स्किम/प्लॅन बदलणे ड) पत्ता बदलणे इ) बँक बदलणे.

३) **Folio No.** – जसे बँकेचे खाते उघडल्यानंतर आपल्याला बँक अकाऊंट नंबर मिळतो, त्याच प्रकारे म्युच्युअल फंडात

गुंतवणूक केल्यावर आपल्याला अकाऊंट नंबर मिळतो. त्यालाच फोलिओ नंबर म्हणतात. गुंतवणूकदाराने आपला फोलिओ नंबर नेहमी लक्षात ठेवावा.

४) **NAV** – म्हणजेच नेट असेट व्हॅल्यू (नक्त मूल्य). आपण जेव्हा गुंतवणूक अथवा निर्गुंतवणूक करतो तेव्हा NAV हा घटक महत्त्वाचा असतो.

$$NAV = \frac{(\text{बाजार मूल्य/गुंतवणूक} + \text{चालू मालमत्ता}) - (\text{चालू देणी} + \text{देयके})}{\text{फंडामधील शिल्लक युनिट्स}}$$

ही NAV दररोज बाजारभावाप्रमाणे घोषित केली जाते. आपण केलेल्या गुंतवणूकीचे मूल्य NAV प्रमाणे सादर केले जाते. थोडक्यात जर NAV वाढली तर आपल्या गुंतवणूकीचे मूल्य वाढते व NAV कमी झाली तर गुंतवणूकीचे मूल्य कमी होते.

५) **युनिट** – i) कुठल्याही म्युच्युअल फंडातील गुंतवणूक ही 'युनिट' ह्या संज्ञेद्वारे प्रकट केली जाते. गुंतवणूकदार चेकद्वारे रक्कम म्युच्युअल फंडाला देतो. त्या रकमेला त्या दिवसाच्या घोषित NAV प्रमाणे भागाकार केला जातो व त्या भागाकाराचे उत्तर म्हणजेच युनिट्स. म्हणजेच,

$$\text{युनिट्स} = \frac{\text{गुंतवणूकीची रक्कम}}{\text{त्या दिवसाची NAV} + \text{एन्ट्री लोड (असल्यास)}}$$

ii) **पैसे परत पाहिजे असल्यास**

$$\text{गुंतवणूकीचे युनिट्स} \times \text{NAV} = \text{एकूण रक्कम}$$

(Exit load असल्यास NAV त्या प्रमाणात कमी होते.)

iii) गुंतवणूकदाराला त्याच्या गुंतवणूकीचे मूल्य जाणून घ्यायचे असेल तर त्याने आपल्या युनिटचा गुणाकार त्या दिवशीच्या NAV ने करावा (NAV दररोज वर्तमानपत्रात येतात.)

$$\text{गुंतवणूकीचे मूल्य} = \text{एकूण युनिट्स} \times \text{NAV}$$

पुढील अंकात आपण अजून काही महत्त्वाच्या शब्दांचे अर्थ जाणून घेऊ.

– विक्रम ओक

