

रंग मनाचे

कोड असणाऱ्या व्यक्तींच्या स्वमदत गटाचे संवादमाध्यम

श्वेता असोसिएशन

रजिस्ट्रेशन नं. महाराष्ट्र/११४४/२००१/पुणे

(स्थापना : २६ मार्च २००१)

सभासद संख्या २६७५

वर्षे : तेरावे अंक : एकविसावा

एप्रिल २०१८

संपादक मंडळ :

डॉ. माया तुळपुळे

संगीता कोन्हाळे

मुद्रणस्थळ

प्रथमेश एजन्सीज्,

३९०/बी-१ जी २, दत्तधाम अपार्टमेंट,

नारायण पेठ, पुणे ४११०३०

पत्र व्यवहाराचा पत्ता :

श्वेता असोसिएशन,

c/o सहवास हॉस्पिटल, २६, सहवास सोसायटी,

कर्णेनगर, पुणे ४११०५२

दूरध्वनी :

०२०-२५४५८७६०

email - maya.myshweta@gmail.com

deepti@myshweta.org

website - www.myshweta.org

facebook - Vitiligo support - Shweta Association

मुखपृष्ठ चित्रकार :

अनुराधा ठाकूर

अनुक्रमणिका

क्र.	लेखाचे नाव	लेखकाचे नाव	पानं नं
१.	संपादकीय	डॉ. माया तुळपुळे	३
२.	Global Skin Conference 2017 : A Report		५
३.	Myself	Edgas A Guest	६
४.	फेअरनेस क्रीम	मिलींद खडकर	७
५.	सूर्यचिकित्सा आणि आयुर्वेद	वैद्य सुभाष सिद्धेश्वर वडोदकर	९
६.	Parenting	Devdatt Pattanaik	११
७.	जीवनाचे रंग	डॉ. माया तुळपुळे	१२
८.	पांड्या डागांवरील औषधाचे संशोधन	डॉ. पारूल गंजू	१४
९.	आमच्या इतर शाखा		१४
१०.	Lets Accept Vitiligo !! -	Mr. Akash Tiwari	१५
११.	प्रेरणा	श्रीरंग गो. दाते	१६
११	Celebrating Plurality	Urmila Prabhu	१७
१२.	'कजरा महोब्बतवाला' च्या निमित्ताने	लतिका पडकर	१८
१३.	दादा : वैद्य प. य. वैद्य खडवाले	डॉ. माया तुळपुळे	२०
१४	एक सच्चा कार्यकर्ता हरपला	श्वेता असोसिएशन	२२
१५.	स्वप्नांचा पाठलाग करणारी रोशन शेख	सोनाली नवांगुळ	२३
१६.	व्यसनांच्या पलिकडले : एक मुलाखत	अतुल ठाकूर	२५
१७.	अहवाल		३०
१८.	श्वेता वधु-वर मंडळ - एक यशस्वी उपक्रम		३६
१९.	रन फॉर व्हिटीलीगो - २०१८		३७
२०	Don't Judge A book by it's cover	Akshay Vasantgadkar	३९
२१.	आमचे देणगीदार		४०

Vitiligo International Patient Organization Conference 2018

First VIPOC was organized at CISP 6 Avenue Maurice Ravel 75012 Paris on 5th & 6th April, with the initiative of Associate du Francaise Vitiligo, Paris. Mr. Jean Marie Meurant, President Global Skin Organization and VIPOC was the main force in organizing two days conference.

On Thursday 5th April Steering Committee members from Asia, Europe, Africa, Australia, America, U.K. and Arabic countries exchanged their experiences. President Mr. J. M. Meurant in his introductory speech explained the perspectives of the conference and presented in detailed Vitiligo questionnaire outputs. The result showed that for 80% patients Vitiligo is a big issue, 40% Dermatologists considered it important but only 18% of Pharma companies thought the issue important. As far as funding is concerned 80% Support groups have no funding from Government Pharma Industry. Only 8 to 10% support groups received some help from Pharma industry. This shows the apathy of researchers and Industry towards Vitiligo.

In the speech 'Leaders Expectations' Dr. Maya Tulpule said that, we are looking up at VIPOC, as a parent organization and we seek help in various areas where we are facing difficulties This meeting should bring collective wisdom from Global self help groups of Vitiligo.

We need help in following area :

- Reaching out to Vitiligo people, Media, Health Policy Makers, Researchers and Pharma Industry.
- Advice and training on how to run the support group successfully
- Fund raising techniques.
- Creating awareness and empathy amongst Dermatologists,
- Help to get the treatments under insurance cover by changing the category of Vitiligo from Cosmetic Disorder to Non – Communicable Diseases.
- Reaching out to people who do not have vitiligo to change their outlook on vitiligo.
- Help and Funding for Genetic Research in respective continents.
- Patient participation in development of new drugs.
- Psychological, Sexual, Domiciliary Impact studies.
- Parenting and proper children guidance.

There were Table Discussions on Sharing of Best Practices, Rare Disease, Network Discussion and Debates.

On 6th April Dermatologists of international repute gave presentations. Mauro Picardo from Italy spoke on 'Vitiligo a challenge for scientist and physicians', Normal skin pigmentation by Dr. Thierry Passeron, Pigmentation

and regeneration by Dr. Hee Young Kang (Korea), Vitiligo clinical subset by Dr. Alain Taieb (Bordeaux-France), Predisposing factors by Dr. Jung Mil Bae (Korea), Recent Advances in understanding Vitiligo by Dr. Julien Seneschal (Bordeaux-France), The vitiligo pharma pipeline by Dr. Thierry Passeron, Current useful medical treatment by Dr. Marcel Bekkend, Current useful surgical treatment by Dr. Steven Thing (Singapore), Photo therapy for vitiligo by Dr. Henry Lim (US) and by Dr. Flora Xiang (China), Epidemiology, Comorbidities, disease burden by Dr. Khaled Ezzedine (Bordeaux-France) and by Dr. Julien Seneschal (Bordeaux-France), Vitiligo disease severity and extent by Dr. Nanja Van Geel (Belgium), Perception from the patients and the Dermatologist by Dr. Laila Benzekeri (Morocco), Lessons from my personal experience by Dr. Yuon Gauthier (Bordeaux-France) and Dr. Mauro Picardo (Italy), INFO for vitiligo : Patients Perspective on maintaining on results of treatment and quality of life - study work group with patient leaders by Dr. Khaled Ezzedine and Dr. Victotia Eleftheriadou, Summary and Roadmap by Dr. Alain Taib and Jean Marie Meurand.

In last session representatives from Novarties, Sanofi, Johnson & Johnson and representatives from other pharma companies also participated.

To summarise it was a great interactive meet of Patients Support Group Leaders, Dermatologists, Researchers and Pharmaceuticals. Definitely something encouraging and positive outcome will be seen in near future.

Take home message is

**It is an
EMERGENCY
To make things move about
VITILIGO**



श्वेता असोसिएशन

सर्वाना सस्नेह निमंत्रण

जाहीर सभा आणि वधु-वर मेळावा

अध्यक्ष : डॉ. जयंत नवरंगे

प्रमुख पाहुणे : उर्मिला प्रभु, आकाश तिवारी

दिनांक : रविवार, १५ एप्रिल २०१८

वेळ : सकाळी ९.३० वा.

स्थळ : लोकमान्य सभागृह, केसरी वाडा, नारायण पेठ, पुणे

डॉ. माया तुळपुळे

अध्यक्ष, श्वेता असोसिएशन

GLOBAL SKIN CONFERENCE 2017 : A REPORT

Global Skin 2017 an international conference was organised at Geneva from 15th Sept. to 17th Sept. 2017.

"One skin, One world, One voice" was the theme.

"International Alliance of Dermatology Patient Organization" were the organizers.

Support groups of various skin disorders from countries all over the world attended this conference. Groups from Baharien, Canada, Switzerland, France, UK, Denmark, Belgium, U.S.A., Germany, Russian Federation, Nigeria, South Africa, Czech Republic, Austrelia, India, Netherlands participated in the conference.

Jean-Marie Meurant President of IADPO welcomed, the deligates. In Plenary session Gitte Abo President and CEO Leo Pharma who were platinum sponsors for the conference spoke in detail on her 'Defining moment' in life. She said that most of the dermatological diseases have the common experience as they are visible. Kathy Redmond detailed on what is needed to excel in the role of organization. There were sessions on developing communications, brave leadership, successful websites, Practices for members with their own healthcare.

In plennery session Dr. Cherian Varghese Co-ordinator, Management of NCDs, WHO in his presentation 'The Critical Importance of the patients Voice : a WHO perspective', in very lucid presentation narrated WHO work in remote places like Africa & villages in South India.

In panel discussion 'Power of Patient Voice', the significance of data & its positive impact on access to excellent care & treatment was discussed.

Global Research on the Impact of Dermatological Diseases (GRIDD) project was launched to play a leading role in improving the outcome of treatment, media presence, and the hear power of patients voice in decision making. Health value assessment and health technology assessment (HTA) modules were discussed. Grass root fund raising, brand value, tools that work in social media, the power of story telling were the topics discussed in short.

Dr. Jan Dutz, Canada spoke on 'Scientific Advances In Dermatological Care' and elaborated on Dendritic cells, Memory cells, Skin eco-systems, CART treatment in inflammatory skin conditions. The benefits and challenges of collaboration between patients organization and pharma company were discussed by representative panelists from LEO Pharma, GALDERMA, Novartis and Celgene. Advocacy campaigns, Awareness, Raising Fund, Burn out strategies, Media, You-Tube and Vimeo, Newsletters and other tools were discussed.

In the session, 'Thought leadership, how patient organizations can lead to big ideas' representatives from France, U.S.A, Canda, and India presented their work. Maya Tulpule from Shweta Association in her presentation stressed on the big challenge of social stigma to Vitiligo in India. She described in detail how they are working on personal, family and social levels to achieve their goal. They work holistically to improve quality of life of the patients.

On the last day group meetings for Vitiligo, Psoriasis, Bullous diseases, Rare diseases were held.

Vitiligo International Patient Organization Committee (VIPOC) was formed and it was declared that first conference will be held on 5th and 6th April 2018 at Paris. Mr. Jean - Marie Meurant is the President, the steering committee members are as follows.

Ms. Maya Tulpule (India)

Ms. Myriam Lumine (Tunisia)

Mr. Noufal R aboobee (South Africa)

Mr. Adrian Mar (Australia)

Mr. Paul Monteiro (Netherlands)

North America Patient Organization

South America Patient Organization

This was a great step to deal with vitiligo globally. We are eagerly looking forward to VIPOC - 2018, Paris outcomes.

MYSELF

Edgas A Guest

I have to live with myself and so
I want to be fit for myself to know

I want to be able as days go by
Always to look myself straight in the eye

I don't want to stand with setting sun
And hate myself for the things I have done

I don't want to keep on closet shelf
A lot of secrets about myself

And fool myself as I come and go
Into thinking that nobody else will know

The kind of man I really am
I don't want to dress up myself in sham

I want to go out with my head erect
I want to deserve all men's respect

But here in the struggle for fame and self
I want to be able to like myself

I don't want to look at myself and know
That I am bluster bluff and empty show

I can never hide myself from me
I see what others may never see

I can never fool myself and so
Whatever happens, I want to be

Self respecting and conscious free.....

फेअरनेस क्रीम

मिर्लींद खडक्कर

काही महिन्यांपूर्वी एका हिंदी सिने अभिनेत्याने फेअरनेस क्रीम अर्थात 'गोरे पन की क्रीम' ची जाहिरात करण्यास नकार दिला, नुसता नकारच दिला नाही तर त्या संदर्भात व्हिट सुद्धा केलं. अपेक्षेप्रमाणे व्हिट वर काही दिवस चिचिवाट झाला व पुन्हा विषय बंद झाला. त्वचा गोरी करणाऱ्या सौंदर्यप्रसाधनांची जाहिरात करणे म्हणजे गोऱ्या रंगाचा पुरस्कार करून काळ्या रंगाच्या लोकांना कमी लेखणं असा अर्थ होतो, म्हणून अशी जाहिरात मी करणार नाही अशी त्या अभिनेत्याची भुमिका होती.

काळा किंवा गोरा असा वर्ण भेद करू नये हे अगदी खरं आहे, परंतु गेली अनेक दशकं आपण समाजात हा भेद पहात आलो आहोत. या निमित्ताने पुन्हा एकदा त्याची चर्चा झाली इतकंच. मला आठवतं साधारण सत्तरच्या दशकात पेपरमध्ये कुठल्याश्या उत्पादनाची जाहिरात येत असे व त्याची टॅग लाईन सुद्धा होती 'गोरी बायको हवी'. विवाह विषयक जाहिरातींमध्ये तर चक्र मागणीच केलेली असते की मुलगी गोरी असावी. खर तर काळा गोरा हा वर्णभेद आपल्या मनात खूप खोलवर रुजला आहे. किंबहुना तसे संस्कारच आपल्यावर झालेले असतात असं म्हटलं तरी चालेल.

अगदी लहानपणीच आपल्याला काळा रंग म्हणजे 'वाईटाचं प्रतीक' व पांढरा रंग म्हणजे 'शुभ' असं शिकवले जात. पांढऱ्या रंगाला 'शांततेच प्रतीक' म्हणून अख्या जगानं स्वीकारलंच आहे, पण काळ्याच्या काळेपणाला सतत अशुभाशी जोडण्यात येतं. शांततेच प्रतीक म्हणून पांढरी कबुतरं उडवली जातात परंतु हा सन्मान काळ्या कबुतरांच्या नशिबी नाही. इतकंच काय तर वाईट कृत्याला सुद्धा 'काळेकृत्य' म्हणून संबोधण्यात येतं. इतकी खोलवर रुजवण्यात आलेली प्रतिमा बदलणार कशी ? जो पर्यंत ती बदलत नाही तोपर्यंत वर्णभेदी मनोवृत्ती बदलणार नाही हे ही खरं.

वैज्ञानिक दृष्टिकोनातून बघितलं तर पांढरा रंग सगळे रंग परावर्तित करणारा व काळा रंग सर्व रंग सामावून घेणारा. मग काळ्याची महती खरं तर पांढऱ्यापेक्षा जास्त असायला हवी कारण तो कुठलाही भेदभाव न करता सगळ्यांना स्वीकारतो. पण पांढरेपणाला व त्या अनुषंगाने गोरेपणाला आपण नेहमीच उजवं ठरवत आलोय. संक्रांतीला पांढरे तीळ तर श्राद्धाला काळे तीळ असं का ? याचं कुणीतरी हातभर अध्यात्मिक स्पष्टीकरण देईलही. परंतु काळ्याला अशुभाशी जोडलय ही वस्तुस्थिती आहे. लहानपणी आजी गोष्ट सांगायची, काळ्याकुट्ट रात्री दोन दरोडेखोर आलेत वगैरे. पण मोठं झाल्यावर कळतं की दिवसा ढवळ्या आपल्याला हातोहात फसवणारे किती तरी पांढरपेशे त्या दरोडेखोरांपेक्षा सुद्धा जास्त घातक असतात.

काळ्या गोऱ्याची ही गंमत आपल्या स्वार्थापर्यंत येऊन मात्र नेमकी उलटी झालेली दिसते. कुणाची दृष्ट लागू नये म्हणून काळी तीट चालते, काही वाईट होऊ नये म्हणून काळा दोरा (गंडा) चालतो. (कदाचित या मागे काळ्या पेक्षा अधिक वाईट काय अशी मानसिकता असेल) अगदी मळलेली दिसू नये म्हणून काळी पॅट किंवा काळी साडी सुद्धा आवडते, म्हातारपण लपवण्याकरिता केसांना काळा कलप लावलेला देखील चालतो, पण व्यक्ती काळी दिसणारी नको. भारतीय चित्रपटसृष्टीने देखील 'काली आंखे' किंवा 'काली जुल्फे' वर गाण्यांच्या माध्यमातून भरभरून प्रेम केलं पण लीड रोल मध्ये 'काली सुरत' क्वचितच स्वीकारली. (अपवाद - ओमपुरी व नाना पाटेकर)

लहानपणी एक बालगीत नेहमी ऐकायचो - 'गोरी गोरी पान फुलासारखी छान, दादा मला एक वहिनी आण!'

म्हणजे वहिनी गोरीच असावी हे लहानपणापासून आपल्या मनावर बिंबवलं जातं विवाह विषयक जाहिरातींमध्ये तर वर्ण, बांधा, उंची यावरच जोर दिलेला असतो. अगदी स्वतःहून कुणी एखादं स्थळ सुचवत असेल तरीही “मुलगा छान गोरापान उंच आहे बरं का!” अशी माहिती देतात, पण तोच मुलगा काळा असल्यास “बाकी सगळं ठीक आहे पण मुलगा थोडा काळा आहे बरं का !” असा खेद व्यक्त केल्याचा भाव असतो. लग्न खरंच असं वरवरचं सौंदर्य बघून होऊ शकतं का ? लग्नानंतर खरा कस लागतो तो तुमच्या गुणांचा, तुमची सहनशक्ती, नवीन स्वीकारण्याची तयारी, शिस्त, संस्कार, धडाडी, शिक्षण, व्यवस्थापन इत्यादी गुणांची परिक्षा होते व त्यात किती जण नापास होतात ? ते फॅमिली कोर्टात जाऊन बघितल्यावर लक्षात येतं. असा लग्न व विवाहसंस्था हा मोठा विषय आहे. पण खरंच काळेपण इतकं वाईट आहे का ?

शाळेत असताना कित्येकदा असं घडतं की नव्या वर्गात गेल्यावर पहिल्याच दिवशी तुमच्या शेजारी तुमच्या बॅचवर एखादा काळा व काहीसा कुरूप असा मुलगा बसतो किंवा उंचीप्रमाणे बसवला जातो. प्रथमदर्शनी तुम्ही त्याला बघून नाराज होता, त्याची ओळख सुद्धा करून घेण्याचे टाळता, काही काळ तुम्ही त्याच्याकडे दुर्लक्ष करता. परंतु वार्षिक परीक्षा होई पर्यंत असं झालेलं असत की तो तुमचा जिगरी दोस्त झालेला असतो. त्याच्या भेटीशिवाय तुमचा एकही दिवस जात नाही. त्याच वळणदार अक्षर, त्याची जबरदस्त स्मरणशक्ती या सर्वांमुळे तुम्ही खूपच प्रभावित झालेले असता. याचाच अर्थ असा की रंग किंवा बाह्य स्वरूप हे तात्कालीक प्रभाव पाडतात. परंतु मनापासून कुणी आवडण्याकरिता अंतर्गत सौंदर्य जास्त महत्त्वाचं असतं. एखाद्या गोऱ्यापान जोडप्याला झालेल्या काळ्या मुलावर त्याचे आई-वडील कमी माया करतात का ? तर मुळीच नाही. कदाचित मुलं झाल्या झाल्या त्यांना वाटतही असेल की आपण गोरे असून मूल काळं सावळं कस झालं ? नंतर पुढे मात्र आयुष्यभर त्याचं दिसणं कधीच महत्त्वाचं वाटत नाही. याचा अर्थ असा आहे की सरावाने आपल्याला दिसण्याचं महत्त्व कमी वाटू लागलं. पण मनुष्य स्वभावाला एक छंद असतो तो म्हणजे एखादी व्यक्ती दिसली की त्या बदल लगेचच मनातल्या मनात काही तरी अंदाज बांधायला लागायचं, याला इंग्रजीत ‘फर्स्ट इंप्रेशन’ म्हणतात. बऱ्याचदा हे अंदाज खोटेच ठरतात कारण ते पुढील व्यक्तीच्या बाह्य रंगावरच आधारित असतात. अशा अंदाजावर आधारित घेतलेले निर्णय सुद्धा त्याचे किंवा आपले नुकसान करणारेच ठरतात.

रेल्वेत तिकीट बुकिंग करणाऱ्या क्लार्कला ‘कस्टमर केअर’ बाबत काउन्सिलींग करताना आम्ही हेच सांगत असतो की एखादा मळके कपडे घातलेला, केस विस्कटलेला, डोळे तारवटलेला माणूस तुमच्या खिडकीवर आला व काही विचारपूस केली की तुम्ही लगेच त्याच्याशी खेकसून बोलू नका. त्याची परिस्थिती तुम्हाला माहिती नसते कदाचित त्याला कुणी लुबाडून हाकलून दिलं असेल, कदाचित तो गाडीतून पडला असेल, त्याला तुमच्या मार्गदर्शनाची गरज असू शकेल. फक्त त्याच्या दिसण्यावरून त्याच्या बदल आपलं मत तयार करू नका. एखादा सुटाबुटात आलेला माणूस सुद्धा गोड-गोड बोलून, गर्दीचा फायदा घेउन तुम्हाला पैसे न देता तुमची फसवणूक करू शकतो.

थोडक्यात काय तर एखाद्या विषयी बाह्य रूपावर भाळून आपलं मत तयार करण्यापेक्षा त्याच्याशी संवाद साधण्यावर भर दिला तर आपल्याला अनेक ‘काले है ता क्या हुआ दिलवाले है’ असं म्हणणारे भेटतील. मुलांना सुद्धा लहानपणापासूनच, बगळे सुद्धा ध्यानस्थ असल्याच भासवून शिकार करतात. काळे कबुतरं सुद्धा तितकेच शांत असतात, कावळे सुद्धा कष्टाने घरटं बांधतात व काळ्या तिलात सुद्धा चांगले गुणधर्म असतात, म्हणूनच रंगापेक्षा गुणधर्म बघावेत अशी शिकवण दिली तर ‘गोरेपन की क्रीम’ अशी जाहिरात करायची किंवा नाकारण्याची वेळच येणार नाही.

■ ■

सूर्यचिकित्सा आणि आयुर्वेद

वैद्य सुभाष सिद्धेश्वर वडोदकर

आयुर्वेदाने मनुष्याला या सृष्टीचा एक छोटासा प्रतीक मानले आहे. सृष्टीचे नियमन, संचलन ज्याप्रमाणे सूर्य, चंद्र व वायू करीत असतो. त्याचप्रमाणे त्यांचे प्रतिनिधी म्हणून आपल्या शरीरात पित्त, कफ व वात शरीर यंत्रणेचे संचलन करीत असतात.

वेदांमध्ये सूर्याच्या स्तुतीसंबंधी अनेक सूत्रे आली आहेत.

सूर्य आत्मा जगतस्तस्युषश्च ऋग्वेद १/११५/१, यजु, अथर्ववेद प्रश्नोपनिषदात सूर्याला समस्त सृष्टीचा प्राण म्हटले आहे.

“प्राणः प्रजानाम्”, तर मत्स्यपुराणात म्हटले आहे की समस्त सृष्टीचे आरोग्य भास्करावर म्हणजेच सूर्यावर अवलंबून आहे. “आरोग्यं भास्करादिच्छेत” अन्य एका मंत्रात असे म्हटले आहे की सूर्य मनुष्य व सर्व प्राणी व वनस्पती सृष्टीला मृत्यूपासून दूर ठेवतो. त्याचप्रमाणे त्यांना दीर्घायुष्य देतो. “सविता नः सुवतु सर्वतातिं सविता नो रासतां दीर्घमायुः” ऋक १०/३६/१४ जीवन हे सूर्यापासून मिळते. Life comes from Apollo ही जशी ग्रीकांची कल्पना होती त्याचप्रमाणे वेदकालीन आर्यांची देखील होती हे यावरून स्पष्ट होते.

“सूर्यस्त्वधिपतिमृत्योरुदायच्छतु रश्मिभिः” अथर्व ५/३०/१५

सूर्याच्या ७ किरणांनी सात प्रकारची उर्जा प्राप्त होत असते.

“अधुक्षत् पित्युषीमिषम् ऊर्ज सप्तपदीमरिः। सूर्यस्य सप्त रश्मिसीः॥” ऋक ८/७२/१६

सूर्यकिरण चिकित्सा (Heliotherapy) भारतात वेदकाळापासून केली जायची. सूर्यकिरण स्नान हे पूर्वीपासून सुरू होते. सकाळचे कोवळे ऊन हे आरोग्यकारक आहे याची भारतीयांना फार पूर्वीपासून जाणीव होती. भारत वर्षात सूर्यकिरणांचे दुर्भिक्ष असे कधीच नव्हते व नसते. आरोग्याला आवश्यक असे सूर्यकिरण सर्वांनाच मिळत. त्यामुळे सूर्यकिरणांच्या अभावामुळे होणारे रोग सहसा भारतात कमी आढळत. कारण घरात, दारात सर्वत्र भरपूर सूर्यप्रकाश असे यामुळे वेगळी अशी सूर्यकिरण चिकित्सा त्यांना घ्यावी लागत नसे. परंतु आज आपण जी जीवनशैली आत्मसात केली आहे त्यामध्ये सतत बंद खोल्यांमध्ये, एसीमध्ये राहू लागल्यामुळे आपण सुद्धा सूर्यकिरणांच्या उपयुक्त गुणांना मुकू लागलो आहोत. त्यामुळे त्याचे दुष्परिणाम आता समोर यायला लागले आहेत. यात सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे सूर्यप्रकाशामुळे निर्माण होणारे व फुकट मिळणारे Vitamin D दिवसेंदिवस कमी होत चालले आहे. त्या अनुषंगाने होणाऱ्या विविध आजारांना आपण बळी पडत आहोत. त्यामुळे हा एक महत्त्वाचा प्रश्न होऊन बसला आहे.

उदय पावणारा सूर्य हा कृमींचा नाश करतो. “उद्यन्नदिव्यः कृमीन् हन्ति।” सूर्याच्या प्रकाशात अतिनील म्हणजेच अल्ट्रा व्हायोलेट व इन्फ्रारेड किरणांचा प्रचंड साठा असतो. म्हणूनच पूर्वी रोग्यांचे कपडे निर्जंतुक करण्यासाठी कडक उन्हात वाळत घालण्याची पद्धत होती व आहे. आपण जे धान्य त्याचप्रमाणे पापड इत्यादी वाळवण कडक उन्हात वाळविण्यामागे त्यांना केवळ कोरडे करणे एवढाच उद्देश नसून ते निर्जंतुक होणे देखील महत्त्वाचे असते. सूर्यप्रकाशात पंडु, हृदयरोग यांचा नाश करण्याची शक्ती आहे. नवजात बालकांना शरीराला तेलाने मॉलीश करून सकाळच्या कोवळ्या उन्हात उघडं ठेवण्याची फार जुनी पद्धत आहे. यामुळे नवजात बालकांना होणारा कावीळ (Physiological Jaundice) आपोआप कमी व्हायचा. याला आज आपण Photo Therapy किंवा बाळात पेटीत ठेवणे असे म्हणतो.

आयुर्वेदात श्वेतकुष्ठ (Leucoderma) या व्याधीच्या चिकित्सेत सूर्यप्रकाशाचा उपयोग करण्याचा सल्ला दिला जातो.

“श्वित्रे..... त्वीं पित्वाऽभ्यक्तःतनुर्यथाबलं सूर्यपादसंतापम्॥”

श्वेतकुष्ठ पीडित भाग सूर्यकिरणात उघडा करून बसले असता तो लवकर बरा होतो, ही गोष्ट फार पूर्वीपासून आयुर्वेदाचार्यांना महिती होती.

सूर्यकिरणातील अल्ट्राव्हायोलेट म्हणजेच नील लेहितातील किरण हे त्वचेखालील कृष्ण द्रव्य म्हणजे मेल्यानिन निर्माण करणाऱ्या पेशींना उत्तेजित करतात. जेणेकरून त्वचेचा पांढरा झालेला वर्ण पुन्हा कृष्णवर्णात म्हणजेच त्वचेच्या वर्णात परावर्तित होऊ लागतो हे फार पूर्वीपासून भारतीयाना ज्ञात होते.

सूर्यकिरणातील जे उष्णता उत्पादक किरण आहेत त्यांचाही चिकित्सेत उपयोग आयुर्वेदाने केलेला आहे. यालाच त्यांनी तापस्वेद, सूर्यतापस्वेद, आतपस्वेद असे पर्यायी शब्द वापरले आहेत. सूर्याद्वारे शरीराला शेक देणे, स्वेदन करणे हा सर्वथा आयुर्वेदीय चिकित्सा आविष्कार आहे.

भारतीय हे सूर्योपासक आहेत. सूर्याला देव मानून त्याची परंपरागत पूजा केली जाते. सूर्य गायत्री मंत्राचा जप त्याचप्रमाणे प्रातःसंध्या व सायं संध्या ह्या सूर्याच्या उपासना आहेत. सूर्योदय व सूर्यास्ताच्या वेळी केले जाणारे अग्निहोत्र हे अनेक शक्तीचे स्रोत व अनेक आजारांवरील उपाय म्हणून परिचित आहे. यावर विविध स्तरावर संशोधन झालेले आहे.

सूर्यनमस्काराचा महिमा सर्वांना परिचित आहेच. सूर्य नमस्काराचे आरोग्याला होणारे फायदे सर्वज्ञात आहे.

“अकाल-मृत्युहरणं सर्व - व्याधीविनाशनम्। सूर्य-पादोदकं तीथ जठरे धारयाम्यहम्।।

आदित्यस्य नमस्कारान् ये कुर्वन्ति दिने दिने जन्मांतर-सहस्रेषु दारिद्र्यं नोपजायते।।

आरोग्याचा आणि सूर्याचा असलेला निकटचा संबंध पाहता ऋग्वेदात म्हटलं आहे की

नः सूर्यस्य संदृशे मा युयोथाः। ऋक् २/३३/१

सूर्यप्रकाशाचा आम्हाला कधीच वियोग न घडो हे किती यथार्थ आहे याची जाणीव आपणा सर्वांना निश्चितच होईल. (इंटरनेटवरून)

■ ■

वृद्धत्वाची वाट

डॉ. श्रीकान्त चोरघडे, नागपूर

वृद्धत्वाची वाट असावी
सुखदुःखाच्या तृणांकुरांची
घ्यावी शिदोरी न्याहारीस्तव
अनुभवांची, सुविचारांची ...१...

छाया असावी माथ्यावरती
कोवळ्या नाजूक पालवीची
काठी नको मज आधाराला
साथ मिळावी हातांची ...२...

वृद्धत्व हा शेवट नसतो
अन्त नसावा सर्वस्वाचा
वाटेवरती थांबा असतो
अनन्ताच्या प्रवासाचा ...३...

कंटाळ्याचे नाव नको अन
एकाकी क्षण मुळीच नसावा
हाताला मज काम मिळावे
त्याचा दाम मज न कळावा ...४...

सुख अपरिमित जगण्यामधले
भरल्या ओंजळी कितीतरी
परतावा मज करता यावा
यास्तव वृद्धत्वाची वारी ...५...

घेण्यासाठी काही नको मज
देता यावे काहीतरी
कमी करावे समाजऋण जे
अमाप आहे माझ्यावरी ...६...

मनी असावी शांति अन्ती
राग क्षोभ मुळी न उरावा
यावे हासू ओठावरती अन
अलगद माझा श्वास सरावा ...७...

Parenting

Davdatt Pattanaik

One of the most disturbing stories that we find in the Puranas is the story of Krishna's Son Samba, whose mother was the bear-princess, Jambavati.

He dupes his father's junior wives by disguising himself as Krishna and is cursed by Krishna that he will suffer from a skin disease that will enable his wives to distinguish father and son. Samba is cured after he builds temples of the sun. All sun temples in India, from Konark in Odisha to Modhera in Gujarat to Markand in Kashmir, are attributed to this son of Krishna.

Samba also attempts to kidnap Duryodhana's daughter and this leads to war between the Kauravas and Yadavas. Peace is restored, and the marriage is solemnised, only after Balarama, Krishna's elder brother and Samba's uncle, in a fit of fury threatens to drag Hastinapur into the sea.

Then there is the story of Samba pretending to be a pregnant woman and duping sages who were visiting Dwaraka. The sages were not amused and cursed Samba that he would give birth to an iron mace that would be responsible for the end of the Yadu clan.

Must not Krishna's son be as noble and divine and wise and loving as Krishna ? But that is not so. Samba comes with his own personality and his own destiny over which Krishna has no influence or does he ?

Can we wonder if Samba was a product of his father's neglect ? For was not Krishna spending most of his time with Arjuna & the Pandavas and in the politics of Kuru-Kshetra ?

There are hardly any stories of Krishna as father. He is friend, philosopher and guide to Arjuna, but the only stories of father and son are the tension, rage and violence.

In conversations about corporations, we often forget about the other half of our lives, the personal one. As more and more people are working 24 x 7, thanks to internet, smart devices, the lines between professional and personal, work and life are getting blurred. In fact, people feel noble when they sacrifice family for work and guilty when they take a holiday to take care of their family.

Family is not seen as achievement. Children are not seen as purpose. They are seen as obligations, duties, by - products of existence, even collateral damage.

We admire leaders who sacrifice family for a 'larger' cause. Like freedom fighter who neglect their wives and children. Like business men and entrepreneurs and consultants who spend most of their time in office.

With the rise of feminism, women are also working. Parenting has been outsourced to maids, teachers, computers, video games and grand parents.

Women who work in the office have not been compensated by their husbands who are spending more time at home. Instead women are made to feel guilty for not being good mothers. No one questions men for not being good father. Eventually, the office wins. Absent parents rationalise how office is more important than the children. We need the money, the children eventually grow up, surely our needs are also important.

Many great Krishnas in the workplace discover that they have nurtured Samba at home. Sons who either follow destructive paths as they seek attention, or sons who make their way away from parents, as they have grown used to not having them around. Who wins ?

Corporations were supposed to create wealth for the family. Now families are creating only workers for the corporation.

We have many more Krishnas in this generation and may be many Sambas in the next.

(Courtesy : Internet)



जीवनाचे रंग

डॉ. माया तुळपुळे

शिशिर ऋतु संपून वसंताच आगमन झालं आहे. वृक्ष वेलींची जुनी पानं गळून गेली आहेत आणि इवलाली कोवळी पालवी फुटली आहे. 'रंग दे बसंती' म्हणत निसर्गाने रंगाची उधळण केली आहे. गतवर्षीची किल्मिषं, जळमटं झटकून टाकून नवीन पर्वाची सुरुवात होणार आहे.

रंगबिरंगी निसर्ग काय किंवा इंद्रधनुचे सप्तरंग काय, प्रत्येकजण आपापला रंग, आपलं वेगळेपण जपत असतो. कधी अलगदपणे दुसऱ्या रंगात मिसळून जातो आणि मग नव्याच रंगांची निर्मिती होते ! तांबडा, पिवळा हळूच एकत्र येतात आणि सुंदर नारिंगी रंग अवतरतो. पिवळ्या आणि निळ्या रंगांनी हात मिळवणी केली की शीतल हिरवा रंग तयार होतो, पानांचा, गवतांचा ! अस्मानी रंगांनी तर अवघं आकाश व्यापून टाकलय ! कधी तो घननीळ असतो तर कधी फिकट आरस्पानी ! निळा लाल एकत्र आले की तयार होतो उबदार जांभळा रंग !

मला लहानपणी कायम वाटायच हे सगळे गडद रंग एकत्र मिसळले की काळा रंगच तयार होणार ! पण नाही... या सर्व रंगांचा मिळून तयार होतो पांढरा रंग ! शुभ्र, धवल, निर्गुण, निराकार ! सगळ्यांमध्ये अलगद मिसळून जाणारा... अगदी आपल्या श्वेताच्या मित्र मैत्रिणींसारखा.

आणि तो काळा रंग ! अंधाराचा, रात्रीचा, गडद, गूढ, वाटणारा ! पण तितकाच मोहक.... कुणालाही शोभून दिसणारा कधीही वापरता येणारा आणि ऑफिस, मिटिंगसाठी वापरायचा Official रंग.

आपल्या आयुष्याचे रंगही असेच असतात नाही ?

अबोध, अवखळ, निरागस, आरस्पानी बालपण,

रंगबिरंगी फुलपाखरी, गुलाबी तारुण्य,

धडपडणारं लाल निळं गृहस्थाश्रमी मध्यमवय

अणि शेवटी निवांत शांत शीतल वानप्रस्थ.

या रंगांच्या खेळात अंधाराचा, उन सावल्यांचा, धवल कृष्ण रंगाचा खेळ मला भावतो. अगदी टोकाचे रंग, पण एकत्र आले की किती उठावदार दिसतात नाही ? कोणताही कपडा मग ती साडी असो, शर्ट असो, की कुर्ती contrast सुंदरच. कृष्णधवल फोटो देखील किती सुंदर असतात ! चेहऱ्यावरचे भाव आणि फीचर्स एकदम शार्प दिसतात. काळ्या तुकतुकीत रंगांचे स्त्री पुरुष कसे तेजस्वी दिसतात. Really Black is Beautiful.

आपण निसर्गाकडून माणसांकडे वळ्यात. आपल्या देशातील बहुतांश व्यक्ती उजळ, गहूवर्णी, सावळ्या, काळ्या रंगाच्या असतात. १ ते ४ Skin Tone मधल्या ३ नंबर मध्ये बसणाऱ्या! मानवी स्वभावाची एक खासियत आहे, आपल्या जवळ जे नाही त्याचीच आस लागते. आम्हा भारतीयाना गोऱ्या रंगाचेच वेड आहे. म्हणतात ना 'एक गोरी आणि हजार गुण चोरी' Fairness cream च्या जाहिराती आणि खपाचे आकडे बघून आम्ही भारतीय किती crazy आहोत याची जाणीव होते. मुलगी असो वा मुलगा ! गोरेपणाचा अट्टाहास काही सुटत नाही. आयुष्य सुखानी जगण्यासाठी फक्त दिसणं महत्त्वाचं आहे का ? चांगले गुण त्यापेक्षा सुद्धा जास्त गरजेचे आहेत याची जाणीव आम्हाला आहे का ?

माणूस हा निसर्गातला एक महत्त्वाचा घटक आहे. निसर्गातील रंगांची उधळण करणारी झाडं, पानं, फुलं, पशू,

पक्षी आपल्याला मोहित करतात. जितके रंग जास्त तितका तो प्राणी, पक्षी आकर्षक ! त्याचं Rating जास्त ! पण माणूस... एक पांढरा डाग कातडीवर आला तर ती व्यक्ती आणि तिचं संपूर्ण कुटुंब मानसिकरित्या उध्वस्त होतं. समाज त्यांचा तिटकारा करतो, त्यांना टाळतो. क्वचित प्रसंगी काळे डाग पण त्वचेवर येतात, तेही तेवढेच वाईट दिसतात. पण त्यांना सामाजिक कलंक नाही. जो पांढऱ्या डागाला ज्याला 'कोड' म्हणतात त्याला आहे. माझ्यासारख्या अर्ध आयुष्य सावळ्या रंगात आणि आता Foreigner च्या पांढऱ्या रंगात जगणारी अनेक माणसं समाजात आहेत. कोड संसर्गजन्य नाही. या व्यक्तींपासून समाजाला धोका नाही. त्यांना आपलसं करणं आणि सहृदयतेनी सामान्य माणसासारख जगू देणं महत्त्वाचं आहे.

आपल्याला Dalmetian कुत्री आवडतात. फुलपाखरं आवडतात. Varigated plants आवडतात. मग पांढरे डाग असणाऱ्या varigated माणसांना स्वीकारून त्यांना योग्य तो सन्मान, आपुलकी द्यायला काय हरकत आहे ?

होळीच्या रंगीत मुहूर्तावर हा विचार सर्वांनी नक्कीच करावा आणि आचरणात आणावा !

■ ■

लावण्य रेखा

बा. भ. बोरकर

देखणे ते चेहरे जे प्रांजळाचे आरसे
 गोरटे वा सावळे या मोल नाही फारसे
 तेच डोळे देखणे जे कोंडिते साऱ्या नभा
 वोळती दुःख जगाच्या सांडिती चंद्रप्रभा
 देखणे ते ओठ जे की ओविती मुक्ताफळे
 आणि ज्यांच्या लाघवाने सत्य होते कोवळे
 देखणे ते हात ज्यांना निर्मितीचे डोहळे
 मंगलाने गंधलेले सुंदराचे सोहळे
 देखणी ती पाऊले जी ध्यासपंथे चालती
 वाळवंटातूनी सुद्धा स्वस्तिपद्मे रेखिती
 देखणे ते स्कंध ज्या जे सूळ नेता स्वेच्छ्या
 लाभला आदेश प्राणी निश्चय पाळावया
 देखणी ती जीवने जी तृप्तीची तीर्थोदके
 चांदणे ज्यातून फाके शुभ्र पाऱ्यासारखे
 देखणा देहान्त तो जो सागरी सूर्यास्तसा
 अग्नीचा पेरून जातो रात्रगर्भी वारसा

■ ■

पांढऱ्या डागांवरील औषधाचे संशोधन

‘अहाम्युन बायोसायन्सेस’ कंपनीत पाच कोटी रूपयांची गुंतवणूक

डॉ. पारूल गंजू

शरीरावर पांढरे डाग असलेल्या व्यक्तींना आता लवकरच दिलासा मिळणार आहे. राष्ट्रीय रासायनिक प्रयोगशाळेच्या ‘व्हेन्चर सेंटर’ या विज्ञान क्षेत्रातील स्टार्टअप्सच्या इनक्युबेटरमधील ‘अहाम्युन बायोसायन्सेस’ कंपनीने ‘व्हिटिलिगो’ या त्वचारोगावरील औषधनिर्मितीसाठी महत्त्वाचे ठरणारे ‘मॉलिक्युल्स’ शोधले आहेत. पांढरे डाग शरीरावर पसरू नयेत, तसेच त्वचा मूळ रंग व स्वरूपात आणण्याचे काम हे औषध करणार असून त्याच्या मानवी चाचण्यांना पुढील वर्षी सुरुवात होणार आहे.

‘झेन्सार’ चे गणेश नटराजन, ‘पर्सिस्टंट’ चे आनंद देशपांडे यांच्यासह काही एजंल इन्व्हेस्टर्सने या स्टार्टअपमध्ये पाच कोटी रूपयांची गुंतवणूक केली आहे. स्कीन बायोलॉजिस्ट असलेल्या डॉ. पारूल गंजू आणि दिल्लीतील जवाहरलाल नेहरू विद्यापीठातील प्राध्यापक कृष्णमूर्ती नटराजन हे ‘अहाम्युन’चे सहसंस्थापक आहेत.

डॉ. पारूल म्हणाल्या, “व्हिटिलिगो” हा रोग जीवघेणा नसला, तरी त्याविषयी आपल्या समाजामध्ये अनेक गैरसमज आहेत. शरीरामधील रोगप्रतिकार प्रणालीत (इम्युन सिस्टिम) बिघाड झाल्यामुळे तो होतो. त्यावर अद्याप पूर्ण इलाज होणारे औषध उपलब्ध नाही. विज्ञान आणि तंत्रज्ञानाचा वापर करून आम्ही त्यावर औषध तयार करत आहोत. यासाठी राज्यातील अनेक डर्माटोलॉजिस्टबरोबर चर्चा केली असून, रूग्णांच्या गरजा काय आहेत, हे सुद्धा जाणून घेतले आहे. रूग्णांना फक्त डाग पडलेल्या ठिकाणीच औषध लावून दिलासा मिळेल, असे औषध बनविण्याचे आमचे प्रयत्न सुरू आहेत.”

औषधनिर्मितीच्या चाचण्या आम्ही पुढील वर्षी पुण्यासह देशातील विविध भागांमध्ये करणार आहोत. दरम्यान, या संशोधनासाठी ‘एनसीएल’कडून लायसेन्स घेतले असून, आता जून महिन्यामध्ये आम्ही पेटंटसाठी अर्ज करणार असल्याचेही त्यांनी सांगितले.

सौजन्य-सकाळ, ११ मे २०१७



आमच्या इतर शाखांच्या संपर्कासाठी

१. मुंबई - दादर

C/O सी.पी. शहा, विनित प्रॉडक्ट्स, सी-४४ ३ रा मजला,
रॉयल इंडस्ट्रिअल इस्टेट, वडाळा, मुंबई ४०००३१

फोन. नं. : २४१४९४९७, भ्रमणध्वनी : ९८३३८ ७३५३८

२. ठाणे

सौ. रश्मी दाभोळकर / सौ. सुरेखा कलघटगी

पेन्शनर्स हॉल, घंटाळी रोड,

नौपाडा, तीन पेट्रोल पंपाजवळ, ठाणे

भ्रमणध्वनी : ०९३२९३ ३६८०१ / ०९८६९४ ३४५१७

३. नागपूर

संध्या दंडे, रेव्हीअरा, शॉप नं. ९, राजकमल कमर्शियल कॉम्प्लेक्स,
पंचशील चौक, धंतोली, नागपूर ४४००१२

फोन नं. : ०७१२ २५६११००५, भ्रमणध्वनी : ९२२५६० ६६८९१

४. औरंगाबाद

श्री. राजन सावरीकर, प्लॉट नं. १, चैतन्य नक्षर हाऊसिंग सोसायटी,
एन्/७ एल /२, कॉर्पोरेशन शाळेसमोर, सिडको, औरंगाबाद

भ्रमणध्वनी : ९३२६३ ८६८३४ / ८१४९१ ५६८८३

५. कोल्हापूर

डॉ. रचना संपत कुमार

२२३/ई, ताराबाई पार्क, कोल्हापूर ४१६ ००३

भ्रमणध्वनी : ०९६२३१ ०१००९

६. नाशिक

श्री. विनायकदादा पाटील / श्री. हेमंत जोशी

२ रा मजला, गंगापूर पोलीस स्टेशनच्यावर,

आनंदवल्ली, गंगापूर रोड, नाशिक ४२२ ०१३

फोन नं. : ०२५३ २३४४८४८,

भ्रमणध्वनी : ९४२२२ ४६९११

७. बेंगलोर

उदय पळनीटकर, माणिक पटवर्धन

भ्रमणध्वनी : ०९८८६० ४६९८७

Let's Accept Vitiligo !!

- Mr. Akash Tiwari, Mumbai

"Let's Accept Vitiligo" is the core mission of Aaru's Foundation (Ability to Achieve your Responsibility with Unity and Support). Aaru's Foundation is a Brain child of Mr. Akash Tiwari, who himself have accepted Vitiligo as part of his life. He along with his friends, who are mostly non vitiligo people are putting their efforts to spread the awareness about Vitiligo in the society.

We all are aware about the difficulties we come across when we first had this white patch on the skin. The mental trauma and social pressure completely succeed to demotivate and disfunction the routine life we once had.

Akash was going through such situations a year back. That was probably the toughest part of his life. When his loved ones left him and friends started bullying, his family was mourning on such unfortunate situation and the society was keeping him away because of a changing skin colour. Amidst all these suffering, rejection and heart breaks, the one thing that kept him going was the wisdom from Bhagavad Gita. As it is by His Divine Grace AC Bhaktivedanta Swami Prabhupada, he was reading Bhagavad Gita, which was gifted to him by one of the Hare Krsna Devotee. As it is rightly said, "Education is the torch light to come out of illusion."

The pur-port given by Srila Prabhupada was the true inspiration in his life. It helped him to overcome life's many obstacles which seemed as big as a mountain. Today he has overcome his fear and brought back a life full of happiness and compassion. Reading BG has transformed him into a visionary and empathetic person who has a higher purpose to live his life today. One of his favorite lines from Bhagavad Gita is "A man who has perfect knowledge of the Constitution of the individual soul, the super soul and nature, both material and spiritual knowledge is called dhira or a most Soberman. Such a man is never deluded by the changes of bodies." And he started respecting the soul beyond body. As he overcame his struggle he was willing to take off similar sufferings in others life. He started telling people about this white patches on individual level. Sooner he was convinced that the awareness is needed to be spread at large and that is how Aaru's Foundation was formed in mid 2017.

Aaru's Foundation is focusing on removal of such social pressure, that disturbs one's lifestyle, by creating awareness among common men. It is necessary to explain the non-contagious nature of vitiligo and encourage them to support and to accept people with Vitiligo. Aaru's Foundation in its initial stage is working on social media platforms like Facebook, Instagram and YouTube spreading awareness among young blood.

Always remember, "Encouragement is in your own smile." And don't forget to celebrate the uniqueness you have.

Beauty is beyond body.

■ ■

प्रेरणा

श्रीरंग गो. दाते

आपण सर्वजण मनोरंजनासाठी दूरदर्शन अथवा टीव्हीच्या पडद्यावरून केले जाणारे प्रक्षेपण पाहतो. पण ह्याच मनोरंजनातून काही संदेश देणारे कार्यक्रमही प्रसारित होत असतात. २०१४-१५ सालच्या कालावधीत प्रसारित झालेल्या 'उंच माझा झोका' ह्या मालिकेमध्ये श्रीमती रमाबाई रानडे ह्यांच्या जीवन कार्यावर आधारित मालिकेचे प्रसारण होत होते. न्यायमूर्ती म.गो.रानडे ह्यांच्या पश्चात त्यांच्या स्त्री शिक्षण कार्यासाठीच्या प्रयत्नांना सातत्य व वृद्धी देण्याचे अवघड कार्य श्रीमती रमाबाईंनी मोठ्या धैर्याने पार पाडले. त्या वास्तवावरची ही मालिका. मालिका संपल्यावर झी मराठी व मालिकेतील सहभागी कलाकारांनी समाजातील धैर्याने समाजसेवा करणाऱ्या स्त्रियांना प्रोत्साहित करणे, त्यांच्या कार्यास लोकांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी 'उंच माझा झोका' पुरस्कार सुरू केला. २०१६ चा उंच माझा झोका पुरस्कार सोहळा मी पहिला.

पुरस्काराच्या एक मानकरी कोकणातील कुडाळ तालुक्यामध्ये कार्य करणाऱ्या भगीरथ ग्रामविकास संस्थेच्या डॉ. ऋ. हर्षदा देवधर होत्या. त्यांनी त्यांच्या संस्थेला आर्थिक व अन्य मदत करण्याचे आवाहन केले होते. भगीरथ संस्थेच्या कार्यामध्ये शिक्षणासाठी प्रत्यक्ष कार्याचा अंतर्भाव नाही. त्यामुळे डॉ. देवधरांनी मला त्यांच्याच भागातील माणगांव येथील शाळेचे मुख्याध्यापक श्री. धोंड सर ह्यांचा भ्रमणध्वनी क्रमांक दिला. त्यावरून संपर्क साधला. त्यांच्या बोलण्यातून माझ्या मनोदयाला वाव मिळेल अशी आशा स्पष्ट झाली.

भगीरथ ग्रामविकास संस्थेचे कार्यक्षेत्र सिंधुदुर्ग जिल्ह्यातील कुडाळ तालुक्यात प्राधान्याने तसेच संलग्न ७ तालुक्यांमधील १७७ गावांमध्ये पसरलेले आहे. त्या गावांपैकी माणगाव ह्या गावातील श्री. वासुदेवनंद सरस्वती माध्यमिक व उच्च माध्यमिक विद्यालयातील १० मुलींना माझ्या अनुभवांचा फायदा अशाप्रकारे देता आला. पुणे येथील गुरुकुल पब्लिकेशन्स ह्यांच्या मार्फत दरवर्षी एस.एस.सी. परीक्षेच्या इंग्रजी व सेमी इंग्रजी माध्यमातील विद्यार्थ्यांसाठी मागील ५ वर्षांतील मार्च व ऑक्टोबर अशा १० प्रश्नपत्रिका सर्व विषयांच्या आदर्श उत्तरांमध्ये सोडवलेल्या प्रकाशित केल्या जातात. ह्या प्रकाशनाचा वापर करून किमान ४ ते १५ टक्के पर्यंत एकूण टक्केवारीसाठी गुणवृद्धी करता येते. त्यासाठी प्रथम ८०० पानी २ पुस्तके मी शाळेसाठी स्वखर्चाने स्पीड पोस्टने पाठवली. त्या शाळेसाठी तसेच विद्यार्थी-विद्यार्थिनींसाठी हा एक विश्वासाह नवा पर्याय मिळाला.

पुण्यामधूनच दरवर्षी पुणे व मुंबई परिसरातील ५ प्रसिद्ध शाळांमधील १०वीच्या अंतिम पूर्व परीक्षेचे विविध विषयांच्या प्रश्नपत्रिकांचा संच गेली अनेक वर्षे पुण्यातील अनमोल प्रकाशनातर्फे प्रसिद्ध करण्यात येतो. या सोयीचा उपलब्धतेचा फायदा मला माणगावच्या शाळेत द्यायचा होता म्हणून अनमोल प्रकाशनाला विनंती करून सवलतीमध्ये १० संच इंग्रजी/सेमी इंग्रजी चे स्पीडपोस्टने पाठवलेले माणगावच्या विद्यार्थ्यांनी प्रथमच पाहिले. १० वीच्या शिक्षकांनाही अशा प्रकारे संच उलब्ध असतात हे प्रथमच कळाले.

माझ्या ह्या वर्षभराच्या प्रयत्नांना खरा प्रतिसाद मिळाल्याचे समाधान १० वीच्या निकालानंतर नमिता सावंत या मुलीला शाळेतील सर्व विद्यार्थ्यांमध्ये ९४ टक्के गुण मिळाल्याने मिळाले. तेव्हा तिला पुढच्या शिक्षणास मदत/प्रोत्साहन म्हणून मी तिला रु. ११११/- पाठवल्यावर माझे समाधान दुपटीने वाढले. हा छोटसा प्रयत्न करण्याची प्रेरणा मला 'उंच माझा झोका' पुरस्काराने दिली.

*Science is not only a disciple of reason but,
also one of romance and passion.*

Stephen Hawking

Celebrating Plurality

Urmila Prabhu, Mumbai

Little more than a year ago, my doctor pronounced, "Urmila, you are having Vitiligo." I failed to understand her, as I had not heard Vitiligo before this. She explained me in detail, my world slipped, my confidence shook, my beauty threatened. I refused to believe her, hopped to several other doctors, few agreed, others disagreed.



My foolish intellect went with the doctor who confidently diagnosed otherwise, but this joy was temporary, white patches started spreading. It was, during this time, I wanted to talk to people having Vitiligo. To my utter dismay, living in one of the biggest metropolitan city, Mumbai, we had no Vitiligo society, club or any interaction to exchange any information or having a heart to heart talk and getting some sort of assurance. Getting totally frustrated as there was no place to go and meet my new brethren. On World Vitiligo Day, I launched, Voice of Vitiligo, where anyone and everyone is welcome to be a part of this society, where our fears, threats, anxiety are expressed, where we are what we are, we are how we are, where acceptance is without any prejudice or barrier, where the atmosphere is totally non-judgemental.

Our number is dynamic, we face many challenges to meet, to discuss or even to hold events, at present we are overcoming many teething problems but nevertheless, we are very happy to have each other whenever, wherever we need, to talk, to counsel and be there. We have many ambitious plans to unfold sooner than later.

As Rober Frost said, "The woods are lovely dark and deep,
But I have promises to keep
And miles to go, before I sleep.
And miles to go before I sleep."

■ ■

‘कजरा महोब्तवाला’ च्या निमित्ताने

लतिका पडळकर

प्रिय योगेश आणि सौ. मानिनीस स. न.,

१ जुलैच्या कार्यक्रमात मी काही बोलायचे ठरविले होते. ते सकारण जमले नाही. तरीही तुमच्या पर्यंत ते पोहोचवावे हा विचार या पत्रामागे आहे.

मला या कार्यक्रमाचे आमंत्रण दिल्याबद्दल मी सौ. मायाताई तुळपुळे आणि मानिनी गुर्जर यांची अत्यंत आभारी आहे. कोड हा माझा अतिशय जिद्दाळ्याचा विषय आहे. कारण कोडाने अपंगत्व आलेल्या अनेक व्यक्तींना अगदी जवळून मला पाहता आले. त्यांचे भावनिक चढ उतार मी पाहिले आहेत, अनुभवलेले आहेत. ही सर्व माणसे प्रयत्न पूर्वक आपल्या अपंगत्वाशी कशी झगडली, पडली, रक्त बंबाळ झाली आणि तरीही सकारात्मक वृत्तीने परिस्थितीवर मात करून कशी उभी राहिली हे सर्व मी अगदी जवळून पाहिले आहे. माझ्या कित्येक मैत्रीणींना कोड आहे. परंतु त्याचा आमच्या मैत्रीवर अजिबात परिणाम झाला नाही. वेळेच्या अभावी मी फक्त दोनच व्यक्तींचा उल्लेख करू इच्छिते.

एक तर माझ्या गुरुस्थानी असलेल्या द्वारकाताई ढवळे आणि दुसरे माझे सख्खे मेहुणे श्री. द. स. फाळके. या दोन्ही व्यक्ती दिवंगत झालेल्या आहेत.

द्वारका ढवळे : संपूर्ण श्वेता. मानेवार रूळणारा मोठा आंबाडा, तो ही शुभ्र पांढरा व त्यात खोचलेले अनंताचे किंवा मोगन्याचे टपोरे फूल, कुठल्याशा फिकट रंगाचे ९ वारी पातळ आणि चेहऱ्यावरचे स्मित अशी त्यांची श्री शारदेसारखी सुंदर मूर्ती मनःपटलावर कायमची रेखाटलेली आहे.

हिंणणे स्त्री शिक्षण संस्थेमध्ये त्या librarian होत्या. त्यांच्या प्रेरणेमुळे आम्हाला ‘वाचाल तर वाचाल’ या उक्तीचा अर्थ समजला. बाईची माझ्यावर इतकी माया होती की हे पूर्वजन्मीचे ऋणानुबंध असावेत. मी अजून १० वर्षाची पण झालेली नव्हते तेवढ्या अवधीत त्यांनी माझ्याकडून संपूर्ण दासबोध वाचून घेतला होता. मूर्खांची लक्षणे समजावून सांगताना बाईंना हसू आवरत नसे. शुद्ध उच्चारांवर त्यांची अतिशय कडक नजर असे. एकदा मी ‘हेरंभा गणनायका, भक्ता बहू तोषवी’ असे म्हटले. बाईंनी विचारले, ‘गणपती स्तवनात ही रंभा कोठून आली ? हेरंभ हे गणपतीचे दुसरे नाव आहे हे तिसरीतल्या मुलीला माहित नसावे का ?’ त्या नंतर ती चूक मी पुन्हा कधीही केली नाही.

त्यांनी माझ्याकडून १२० मनाचे श्लोक पाठ करून घेतले होते. त्यात सूर आणि तालाचे भान कसे ठेवायचे हेही शिकवले होते. ते श्लोक अजूनही बहुतांशी पाठ आहेत. मला स्पर्धेत पहिले बक्षीस मिळाले व अंगी कायमचा सभाधीटपणा नकळतच आला.

बाईंच्या हातची काकडीची खमंग धिरडी अजूनही आठवतात. नंतर पुढे जवळ जवळ ३० वर्षांनी बाईंची भेट झाली. योगायोग असा की दरम्यान बाईंची धाकटी बहिण सौ. कुसुमताई पडळकर ह्यांच्या सख्या पुतण्याशी माझा विवाह झाला. बाई तेव्हा आपल्या बहिणीला भेटायला आल्या होत्या. मला पाहून त्या काय म्हणाल्या असतील ? ‘लता तू मात्र अजिबात बदलली नाहीस. पूर्वी सारखीच निरागस आणि प्रेमळ आहेस.’ आनंदाने मी बाईंना मिठीच मारली. त्यांनंतर जवळ जवळ ३० वर्षांनी हिंण्याला जाण्याचा योग आला. संस्थेत योगायोगाने माझी त्या काळातली मैत्रीण मला तेथे भेटली. बोलण्यात बाईंचा उल्लेख आला. ती म्हणाली, ‘आपल्या ढवळे बाई किती छान होत्या नाही ग?’ आणि त्यांच्या आठवणींनी आम्ही दोघी गहिवरलो. आपल्या पश्चात् सहा दशके उलटल्यानंतरही आपली आठवण काढून कुणीतरी गहिवरून जावं, यापेक्षा

दुसरं बक्षीस ते काय असतं ?

बाईच्या शारिरीक अपंगत्वापुढे त्या कधी वाकल्या नाहीत, की कधी कधी झालेल्या आम्ही कोणी पाहिल्या नाहीत. सदैव सकारात्मक कार्यात त्यांनी स्वतःला गुंतवून ठेवलं. विद्यार्थ्यांवर उत्तम संस्कार करायचे व्रत त्यांनी घेतले होते. त्यांचा जीवनक्रम काट्याकुट्यांनी अजिबात भरलेला नसेल अशी कल्पना म्हणजे स्वप्न रंजन होईल. परंतु, त्यांना मिळालेली इतरांची बोचरी नजर त्यांनी अंतर्वस्त्राप्रमाणे लपवून ठेवली. खोटी किंवा उसनी सहानुभूती मिळवण्यासाठी त्यांनी आपल्या कोडाचा कधीच वापर केला नाही.

दुसरी कोड ग्रस्त व्यक्ती म्हणजे माझ्या सख्या बहिणीचे यजमान. माझ्या बहिणीच्या कानात दोष असल्यामुळे तिचे लग्न सर्वस्वी निरोगी माणसाशी होईल अशी अपेक्षा न ठेवता माझ्या वडिलांनी फाळक्यांचे स्थळ पसंत केले. अर्थात त्याला माझ्या बहिणीने संमती दिली होती. लग्नाच्या वेळी त्यांचे कोड बाह्य अंगावर फारसे दिसत नसे. परंतु जसजसे दिवस जाऊ लागले, तसतसे कोडाचे डाग दृष्टीस येऊ लागले. स्वतःच्या अपंगत्वामुळे माझ्या मेहुण्यांचा स्वभाव चिडचिडा व शीघ्र कोपी असा होऊ लागला. अर्थात त्याची सर्वात जास्त झळ त्यांच्या मुलांना आणि बायकोला लागली.

परंतु एक दिवस असाही आला की त्यांनी निश्चय केला की सकारात्मक वृत्तीनेच वागायचे. आपल्या अपंगत्वाचा राग जगावर काढायचा नाही. आपण आपला स्वीकार करायचा आणि मगच जगाकडून स्वीकारलो जाऊ अशी अपेक्षा ठेवायची.

तुकोबाचे अभंग – काय भुललासी, वरलिया रंगा, ऊस डोंगा परी, रस नव्हे डोंगा – असे गाणं आरश्यात बघून ते स्वतःच्या मनाची समजूत घालीत असत. ते स्वतः सुप्रसिद्ध फाळके घराण्यातील होते. त्यांच्या आजोबांचे थोरले बंधू म्हणजे दादासाहेब फाळके ज्यांच्या नावाने सिने सृष्टीतील सर्वोच्च सन्मान दिला जातो, ते दादासाहेब. कलागुण तर माझ्या मेहुण्यांना वारसा हक्काने मिळाले होते. ते उत्तम पेट्टी वाजवत, नकला करीत आणि पोवाडेही म्हणत असत. त्यांनी खडखडीत आवाजात म्हटलेला पोवाडा मला अजूनही स्वच्छ आठवतो आणि त्यातल्या वीर रसाने अंगावर रोमांच खडे होतात.

आंग्र्यांच मोठं आरमार, सागरावर करी संचार,

थरथरे बघून उर त्याचा, कान्होजी आंग्रे सीमेवरला,

मराठ्यांचा बाले किल्ला, जी जी र जी जी र जी जी.

अशा या गुणी कलावंताने कलेच्या सहाय्याने आपल्या अपंगत्वाला हरविले.

त्यांच्या संघर्षाची दुसरी फळी म्हणजे त्यांची दोन मुले. जात्याच हुशार पण वडिलांनी त्यांच्या अभ्यासाकडे बारीक लक्ष ठेवले व दोन्ही मुले IIT च्या JEE परीक्षेत उत्तम गुणांनी यशस्वी झाली. थोरला मुलगा पवईच्या IIT त दाखल झाला व धाकटा दिल्लीत दाखल झाला. धाकट्या मुलाने तर अखिल भारतात ९ वा क्रमांक पटकाविला. तो विक्रम आमच्या कुटुंबात आजतागायत टिकून आहे. दोन्ही पुत्र अव्यंग आहेत. अमेरिकेत उच्च पदावर मानानी कार्यरत आहेत आणि आपापले संसार उत्तम तऱ्हेने करीत आहेत. त्यांच्या पाचही मुली व्यंगरहित आहेत.

रसिक प्रेक्षकांपैकी कोणाला हे अपंगत्व जर आलेले असेल तर त्यांना माझे एकच कळकळीचे सांगणे आहे की तुम्ही स्वतःला स्वीकारा. स्वतःवर प्रेम करा. जग तुमच्या सकारात्मकतेला नक्कीच प्रतिसाद देईल. यश आणि अपयश या दोन्ही मध्ये फक्त अप या शब्दाचे अंतर आहे. आपल्या प्रत्येक उत्तम कार्यानी तो शब्द पुसून टाकण्याचा प्रयत्न करा. प्रयत्नांनी परमेश्वर सुद्धा भेटतो हे सर्वश्रुत सत्य आहे. त्याचे कधीही विस्मरण होऊ देऊ नका. तुमच्या पुढील संघर्षमय परंतु अंतिम यशस्वी आयुष्यासाठी माझ्या शुभेच्छा!

■ ■

दादा : वैद्य प. य. वैद्य खडीवाले

२४ ऑक्टोबर १९३२ - २० डिसेंबर २०१७

डॉ. माया तुळपुळे

दादांना आदरांजली वाहताना शब्द हरवले आहेत. त्यांचा मृत्यू हा एक अपघात होता. दादा पडले नसते तर त्यांनी नक्कीच शंभरी गाठली असती. त्यांचे अचानक जाणे आपल्या सर्वांच्या जिवाला चटका लावून गेलं आहे. समुद्रकिनारी उभं असताना पायाखालची वाळू सरकली की जसं वाटतं तसंच आज वाटत आहे. दादा काय होते हे कुणालाही पूर्णपणे माहित नसावं. त्यांचा आवाका इतका मोठा होता की त्याचा मागोवा घेणे अवघड आहे.



वैद्य खडीवाले

अतिशय साधी रहाणी, कुशाग्र बुद्धी, वैद्य म्हणून उत्तम नाडी परीक्षा आणि हातगुण, जाज्वल्य देशभक्ती, हिंदुत्व निष्ठा, कामाप्रती निष्ठा आणि समर्पण भाव, सहृदयता, दानशूरपणा, अफाट वाचन आणि लेखन, सहाध्यायांप्रती ममत्व, प्रसिद्धी परान्मुखता, घराघरात पोचवलेला आयुर्वेद, त्यांनी घडवलेले असंख्य विद्यार्थी दादांचे किती पैलू वर्णावेत. दादांनी अफाट देणग्या दिल्या. आर्थिक मदत केली त्याचा कधीही गाजावाजा केला नाही. आपल्या वयोवृद्ध सहकारी वैद्यांचा त्यांनी सांभाळ केलाच आणि त्यांच्या स्मृतीप्रित्यर्थ पुरस्कारही द्यायला सुरुवात केली. अश्या अनेक व्यक्तींची आयुष्य त्यांनी मार्गी लावली आहेत. कधीही कुणाला रिक्तहस्ते परत पाठवलं नाही. दादा भेटायला येऊ का ? असं विचारलं तर दुपारी जेवायलाच या म्हणायचे. सकाळी ६ वाजता स्वतः भाजी आणणं, कारखान्यातल्या सर्वांना पाटावर पंक्ती वाढून जेवायला घालणे, सणवार साजरे करणे, पावसाळ्यात छत्र्या, हिवाळ्यात स्वेटर्स, दिवाळीत साड्या, उन्हाळ्यात आईस्क्रीम, भेळ हा सर्व थाट बघून खडीवाले वैद्यक संस्था नसून संस्थान आहे असं आम्ही गमतीनं म्हणत असू.

दादांना माणसाची पारख होती. एखादी व्यक्ती त्यांच्या संपर्कात आली आणि त्यांचे विचार जुळले तर दादा त्यांच्यावर जीव ओवाळून टाकत. अशी अनेक क्षेत्रातील अनंत माणसं त्यांनी जोडली होती मग ती कुणीही असोत भाजीवाला, पेपरवाला, ड्रायव्हर, प्रिंटर, प्रकाशक, वकील, सी.ए., पत्रकार, डॉक्टर, इंजिनिअर कुणीही. दादा एक चांगला माणूस सुचवा म्हटलं की त्यांच्याकडे यादीच तयार असायची. केव्हाही भेटायला गेलं की वर्तमानपत्र आणि पुस्तकांच्या गराड्यात दादा बसलेले दिसायचे. संपूर्ण वर्तमानपत्र वाचणे, त्यातील कात्रणे कापून ठेवणे हा त्यांचा छंदच होता. प्रत्येकाला त्यांच्या विषयातील अद्ययावत माहिती असलेली कात्रणे ते दाखवायचे आणि आग्रहाने वाचायला द्यायचे.

माझी दादांची ओळख १९८१-८२ साली आमच्या आत्येसासूबाई कुसुमताई गोडबोले यांनी करून दिली. दादा त्यांना खूप मानायचे. आणि ताईच म्हणायचे. मी एम.एस. जनरल सर्जन परीक्षा पास झाले तेव्हा स्त्री सर्जन म्हणून खाजगी प्रॅक्टिस करणे किती अवघड आहे याचा पदोपदी प्रत्यय येत होता. पहिला मदतीचा हात दादांनी दिला. रक्तपेढीच्या खालच्या मजल्यावर आम्ही ऑपरेशन थिएटर सुरू केलं. हर्निया, स्तनाचा कर्करोग, जबड्याचा कर्करोग, अपेंडिक्स अशी अनेक ऑपरेशन्स केली. पुढे नेत्रपेढी आणि कॉर्निओप्लास्टी सुरू झाल्यावर या शस्त्रक्रिया बंद झाल्या. मग दादा माझ्या हॉस्पिटलला पेशंट पाठवायला लागले. त्यावेळी डॉ. दिलीप वाणी, डॉ. अविनाश वाचासुंदर, डॉ. रमेश दामले, डॉ. रविंद्र कोलते, डॉ. आभा आणि विवेक कानडे, डॉ. निर्मला सरपोतदार, डॉ. राम तपस्वी, डॉ. राजेश पवार अशी अनेक डॉक्टरांची एक फळीच उभी राहिली. या सर्वांना सेटल व्हायला दादांनी मनःपूर्वक मदत केली. सर्वतोपरी आधार दिला. मला ते गमतीने 'सर्जन जनरल' म्हणायचे आणि सर्वांशी अशीच ओळख करून द्यायचे. दादांचा माझ्यावर इतका विश्वास होता की स्वतःची ऑपरेशन्स माझ्यासारख्या ज्युनिअर सर्जन कडून करून घेतली आणि रामभाऊ गोडबोले, अप्पासाहेब वज्रम यांना माझ्याकडे पाठवले. दादांच्या परिवारातील अनेक लोकांवर उपचार करण्याचे भाग्य मला मिळाले. दादांचं आणि माझं वैद्यकीय क्षेत्रात खास ट्युनिंग होत. गेल्या २०-२५ वर्षांत नवीन शोध, नवीन तपासण्या उपलब्ध होत गेल्या. पेशंटच्या अत्याधुनिक तपासण्यांचा सेल्युलर लेव्हल वर आणि होलिस्टिक असा मतितार्थ दादांना नेमका पाहिजे असायचा. मग त्यांच्या पद्धतीने ते औषधे देत. माझ्या एका गायनॉकॉलॉजिस्ट मैत्रिणीला

लग्नानंतर १२ वर्षे दिवस जात नव्हते. सर्व मॉडर्न मेडिसिन्स घेऊन झाली. तिला दादांकडे पाठविले तीन महिन्यांनंतर दिवस गेले. तिची कन्या आता २६-२७ वर्षाची आहे. अशी अनेक उदाहरणे आहेत.

दादांचा उत्साह आणि कौतुक भरभरून वहायचे. पूर्वी कधी पेशन्ट बघायला बाहेर पडले की त्यांची उभ्या उभ्या चक्कर असायची. कधी चहासुद्धा घ्यायचे नाहीत. ते आठवण ठेऊन आले याचाच आनंद आणि अप्रूप असायचे. माझ्या सहवास हॉस्पिटलला २५ वर्षे पूर्ण झाली तेव्हा मी रौप्यमहोत्सव करणार असं दादांनी सांगून टाकलं. माझ्या असं काही डोक्यातच आलं नव्हतं. एक स्मरणिका काढ म्हणून त्यांनी गानू साहेबांची गाठ घालून दिली. २५०००/- चा चेक हातात ठेवला. आम्ही जनकल्याण रक्तपेढीमार्फत रक्तदान शिबिर, मोफत तपासणी शिबिर आणि हृदयरोगावर भाषण, स्मरणिका प्रकाशन असा सोहळा पार पडला, हे सर्व दादांमुळच झालं.

“कोड” या विषयावर देखील अत्यंत माहितीपूर्ण पुस्तिका त्यांनी प्रकाशित केली आणि श्वेताच्या “पांढरे डाग कारणे आणि उपचार” या पुस्तिकेत आयुर्वेदावरील लेख लिहिला. कोड हे बरे व्हायला कष्टप्रद असले तरीही पथ्य आणि औषधोपचार यांची सांगड घालून त्यांनी अनेक रूग्ण बरे केले होते.

आयुर्वेदिक औषधे निर्मिती त्यांनी “हरि परशुराम औषधालय” या नावाने १९६८ साली सुरू केली. हिंदू तन-मन हे सांस्कृतिक, सामाजिक, राजकीय विषयांना वाहिलेले साप्ताहिक त्यांनी २१ वर्षे चालविले आणि त्यात १००० अग्रलेख लिहिले. आयुर्वेदिक वनस्पती प्रदर्शन, पुणे विद्यापीठात वनस्पती उद्यान, अन्नकोट, आयुर्वेदिक कार्यशाळा तळेगावात भरवल्या. “वदनीय आपटे महिला विकास प्रतिष्ठान” तळेगाव दाभाडे येथे सुरू केले. आयुर्वेदाचे “गुरुकुल आयुर्वेद परिचय वर्ग” ४२ वर्षे निःशुल्क चालविले. अनाथ मुलांसाठी आधारकेंद्र सुरू केले. असे अनेक उपक्रम त्यांनी राबविले.

दादांची मूर्ती डोळ्यासमोरून हलत नाही. त्यांची उणीव सदैव भासणार आहे. वैद्य खडीवाले वैद्यक संस्थान पूर्वीप्रमाणेच कार्यरत रहाण्याकरिता जी मदत लागेल ती आपण सर्वांनी करणे हीच त्यांना खरी श्रद्धांजली ठरेल !

सौ. गीतांजली घाय्याळ - श्रद्धांजली

श्री. उदय घाय्याळ



एखाद्या विषयावर लेखन करणे हा माझा स्वभाव नाही. लेख लिहिणे, लेखातून एखादा विषय अगदी थोडक्यात, समर्पकपणे विषद करणे हा गीताचा स्वभाव. गीतांजली ही माझी पत्नी छोटे नाव गीता.

चोवीस एप्रिल १९८४ साली गीता कुलकर्णी ही गीतांजली घाय्याळ झाली. तेव्हापासून ते आजतागायत प्रपंचातील प्रत्येक गोष्ट काय पद्धतीने पूर्ण करायची हे सर्व तिनेच पाहिले. मी फक्त हो म्हणण्यापुरता होतो. हा एकच गुण तिच्याजवळ नव्हता. सहनशीलता पराकोटीची होती. २००५ साली ब्रेस्ट कॅन्सर झाल्यावर कोणतीही तक्रार न करता तिने किमो घेतल्या. शिवाय परत कॅन्सर उद्भवल्यावरही किमो थेरपी अगदी न रडता घेतली. अध्यात्माचा अभ्यास परिपूर्ण असल्याने आत्मरूप मी येणार नाही आणि जाणार नाही हा निश्चय पक्का असल्याने शरीर म्हणजे मी नाही हा विचार सहजच ठसलेला होता. त्याचा परिणाम म्हणून संताचे वचन ‘देहे दुःख ते सुख मानीत जावे’ हा विचार सहजच मनात होता. देह जाणार म्हणून कधीच रडली नाही.

एखादी गोष्ट, बरे ती अध्यात्मशास्त्राच्या अभ्यासातील असो व वधूवर मेळव्यात मुला मुलींना समजावून सांगणे असो, तिचे बोलणे सहजच असायचे. निःस्वार्थी पणाचे असायचे. त्यामुळे ते समोरच्यावर सहजच बिंबायचे. तिला तिच्या मर्यादा माहित असल्याने ती नेहमी मला म्हणायची श्वेता संस्था, ही डॉ. मायाताई अगदी व्यवस्थित चालवत आहेत. आपण फक्त उपयुक्त वागायचे म्हणजे त्यांचे काम सोपे होईल.

अशी ही गीतांजली घाय्याळ सर्वांना मदत करण्याचे अथक काम पूर्ण करून दि. २२/२/२०१८ रोजी मोक्षरूप झाली. तिच्या या सर्व चांगल्या गोष्टी मी पुढे चालविण्याचा प्रयत्न करून माझे उरलेले आयुष्य जगण्याचा प्रयत्न करीन. हीच तिला श्रद्धांजली होय !

एक सच्चा कार्यकर्ता हरपला

श्वेता असोसिएशन

श्वेता असोसिएशनच्या खंड्या कार्यकर्त्या सौ. गीतांजली घायाळ यांचे दिनांक २२ फेब्रुवारी २०१८ रोजी प्रदीर्घ आजाराने वयाच्या ५५ व्या वर्षी निधन झाले. आम्हा सर्व कार्यकर्त्यांना हा मोठाच धक्का होता. त्यांची उणीव आम्हाला पदोपदी जाणवत आहे.

सौ. गीता आणि श्री. उदय घायाळ हे अतिशय आनंदी, मनमिळावू सर्व प्रकारच्या कामांना तत्पर असे जोडपे श्वेताच्या संपर्कात आले, ते त्यांच्या पांढरे डाग असणाऱ्या कन्येच्या संदर्भात २००९ सालापासून त्यांनी श्वेताच्या कार्यास स्वतःला पूर्णपणे वाहून घेतले. मासिक बैठका, आरोग्य प्रदर्शने, कार्यकर्त्यांचा अभ्यासवर्ग कोणताही कार्यक्रम असो कायम त्यांचा उत्साह ओसंडून जायचा. वधु-वर मेळावा आयोजित करण्यात त्यांचा हातखंडा होता. नाव नोंदणी, व्यासपीठावरील कार्यक्रम संचालन, वधुवरांचे समुपदेशन ही सर्व कामे गीता आणि उदय काका हौसेने पार पाडत.

बहुतांश वेळा मुला-मुलींची लग्ने झाल्यावर कार्यकर्त्यांचा उत्साह थंडावतो असा आमचा अनुभव आहे. परंतु घायाळ दांपत्य याला अपवाद ठरले. पूर्वीपेक्षा अधिक उत्साहाने आणि पूर्णपणे झोकून देऊन त्यांचे काम सुरुच राहिले. ठाणे, औरंगाबाद, कोल्हापूर, नाशिक, सोलापूर, नागपूर येथील सर्व कार्यक्रमांला त्यांची उपस्थिती लक्षणीय होती. प्रवासाचा त्रास, कार्यक्रमाची दगदग सर्व हसतमुखाने सोसून गावात फेरफटका मारून खरेदी करणे या सर्व गोष्टीत गीताचा पुढाकार असायचा. तिचे कॅन्सरचे ऑपरेशन झाले आहे याची तिने कधीही वाच्यता केली नाही. आम्हाला सुद्धा कित्येक दिवस माहिती नव्हते. किमोथेरपीच्या धाकाने तिने दुसऱ्या बाजूला आलेली गाठ स्टेज IV ला येईपर्यंत सांगितली नाही याचे आम्हाला अतिशय दुःख झाले. कीमो, ऑपरेशन, रेडिएशन या सर्व उपचारांना ती धैर्याने सामोरी गेली. रेमिशनमध्ये पूर्वीच्याच उत्साहाने कार्यक्रमात सामील होत राहिली. तिला उदय काकांनी आणि सर्व परिवाराने मोलाची साथ दिली. ५ मार्च २०१७ रोजी एस.पी. कॉलेज येथे समर्थ भारत संस्थेने आयोजित केलेल्या स्वयंसेवक संमेलनात तिने संपूर्ण दिवस उपस्थिती लावली. तीच तिची अखेरची भेट ठरली. त्यानंतर किमोथेरपी आणि हॉस्पिटलमध्ये येरझारा यातच वर्ष सरले. फोनवर अधूनमधून उत्साहाने बोलायची. पण अशक्तपणा जाणवतच होता. भेटूयात एकदा म्हणत म्हणत ती गेल्याचीच बातमी कानी आली. ती केव्हाच सुखदुःखांच्या पार पोचली,

आता उरल्या फक्त आठवणी!

आम्ही सर्व घायाळ परिवाराच्या दुःखात सहभागी आहोत. ■ ■

श्रद्धांजली

अॅड. शरतचंद्र श्रीनिवास बनहट्टी बी. ई. (सिव्हिल) एल. एल. बी. यांचे दिनांक २४ फेब्रुवारी २०१८ रोजी हृदयविकाराने निधन झाले.

श्वेता असोसिएशनने एक सच्चा हितचिंतक आणि देणगीदार गमावला आहे. त्यांचे कुटुंबीय कौमुदी बनहट्टी, कौस्तुभ आणि अनुराधा यांच्या दुःखात आम्ही सहभागी आहोत.

स्वप्नांचा पाठलाग करणारी रोशन शेख

- सोनाली नवांगुळ, कोल्हापूर
sonali.navangul@gmail.com

दिवस होता २३ फेब्रुवारी २०१६ चा. आज निकाल लागणार म्हणून रोशन काहीशी अस्वस्थ होती... पेपर कितीही चांगले गेले तरी काय होईल नि काय नाहीची चिंता काळवंडून टाकतेच. गोऱ्यापान आणि अंगकाठीनं किंचित बारीक असणाऱ्या रोशनचा फोन वाजला. नमाज नुकतीच आटोपल्यामुळं थोडं शांत वाटत होतं. मैत्रिण होती फोनवर. फोन ठेवताच रोशननं आईला मिठी मारली आणि गद्गदून सांगितलं, "फर्स्ट क्लास आई, फर्स्ट क्लास! मी डॉक्टर झाले."

रोशनजहाँ जवाद शेख या मुलीनं नुकताच एमबीबीएसच्या अंतिम परिक्षेत फर्स्ट क्लास पटकावला आणि तिचं नाव चर्चेत आलं. एमबीबीएसला फर्स्ट क्लासमध्ये येणाऱ्यांची संख्या काही फार मोठी नसते, पण रोशनची गोष्टच वेगळी!

जोगेश्वरीच्या शास्त्रीनगर भागात अब्दुल पटेल चाळीत रोशनचं घर होतं तेव्हापासून म्हणजे लहानपणापासून तिचं एकच वेड होतं, डॉक्टर बनायचं! त्या गजबजलेल्या, दाटीवाटीच्या जागेत संडासला जायचं तर खोलीपासून किलोमीटरभर अंतर चालावं लागायचं. घरी मोठी बहीण अफिफा, भाऊ अबू कालीब, त्यानंतर रोशन आणि धाकटी हाफसा. वडील जवाद भाजीपाला विक्रेते आणि आई अन्सरी खातून सगळा खटलं सांभाळून मुलांना शिकण्याचा तगादा लावणारी. मोठी बहीण एका दवाखान्यात काम करायची. तिच्याबरोबर कधी जायला मिळालं की रोशन ते वातावरण न्याहाळत राहायची. टिपटॉप डॉक्टर्स, त्यांच्या हाताखालचे ऑर्डर स्वीकारणारे अनेक लोक. ओढगस्तीत जगताना तिला वाटायचं की जर आपण डॉक्टर झालो तर आपल्या कुटुंबाची परिस्थिती बदलेल... पण म्हणे मेडिकलला जायला बरेच पैसे लागतात, डोनेशन वगैरेची तयारी लागते. मग कसं जमायचं? या प्रश्नांची उत्तरं रोशन स्वतःच द्यायची... चांगला अभ्यास करून जमेल! नक्की जमेल!!

रोशननं ध्येय ठरवलं आणि लागली कामाला. २००८ साली दहावीत ९५.१५% पटकावून तिंनं अंजुन इस्लाम गर्लस महाविद्यालय ऑफ सायन्स अँड कॉर्समध्ये प्रवेश घेतला. अकरावीची दुसऱ्या टर्मची युनिट टेस्ट देऊन अंधेरी-जोगेश्वरी लोकलमधून ती नेहमीप्रमाणे घरी परतत होती. तुफान गर्दी, पण सवयीची... कोण जाणे कसं गर्दीच्या रेट्यातून कुणाच्यातरी धक्क्यानं ती बघताबघता लोकलबाहेर फेकली गेली. बारा डब्यांची लोकल रुळावरून दणदणत रोशनच्या अंगावरून पुढे सरकली. ७ ऑक्टोबर २००८ या दिवसानं रोशनचं आयुष्य उलटंपालटं करून ठेवलं.

रोशनला कळलं आपण फेकले गेलोय, बहुतेक खूप लागलंय आपल्याला. लांबून पाहणारी माणसं ते अंतर ओलांडून रोशनपर्यंत येईनात. आपल्याला किती लागलंय हे बघायला रोशनला वेळच नव्हता, आक्रोश करायलाही नव्हता...आज ती आठवण सांगताना रोशनचा स्वर ना खंत ना खेद या अवस्थेला पोहोचलेला, ती सांगते, "मी हाका मारत होते की या, मला उचला, हॉस्पिटलला न्या...जवळ पडलेल्या सॅकमधून डायरी काढून माझ्या जिजूंना तबरेजभाईना तरी फोन करा, ते मला नेतील हॉस्पिटलमध्ये. कुणीतरी या प्लीज. लोक म्हणत होते, पुलिस के लफडे में कौन पड़ेगा. रेल्वे पोलीस येतील आणि बघतील काय ते... मात्र त्यांच्यातून उठून कुणी पोलीसांना कळवतोही म्हणत नव्हतं. हाका मारून, विनवण्या करून माझ्या तोंडाला कोरड पडली. पाणी तरी द्या म्हणून मी विनवणी केली, कुणी पाणीही दिलं नाही. एकानं मात्र तास-दीड तास उलटून गेल्यावर त्याच एरियात दुकान असणाऱ्या शादाबभाईना ही खबर पोहोचवली. ओळख ना देख असलेले शादाबभाई आले, त्यांनी मला ताबडतोब कूपर हॉस्पिटलमध्ये दाखल केलं, घरच्यांना कळवलं. लोकलच्या अपघातामुळं नाही, पण योग्य वेळेत मदतीचा हात न मिळाल्यामुळं मी मरते की काय असं झालं होतं, पण वाचले. तबरेजभाई मिलत हॉस्पिटलमध्ये काम करायचे. नंतर मला तिथं दाखल केलं... उपचार सुरु झाले."

मिलत हॉस्पिटलमध्ये रोशनला जवळपास अडीच-तीन महिने काढावे लागले. सुरुवातीच्या वेदनांचा भर वेदनाशामकांच्या प्रभावामुळं किंचित ओसरल्यावर रोशन धक्क्यातून थोडी सावरली. नेकं किती नि काय लागलंय याचा अंदाज घ्यायला तोवर सवडच मिळाली नव्हती. हातापायांना भरपूर लागलं असणार, बराच मुका मारही असणार असा तिचा अंदाज होता. बिछान्यावरून अजून उठता येत नव्हतं. हॉस्पिटलमध्येच एके सकाळी आई आणि बहिणीनं समजुतीच्या स्वरात तिच्याशी बोलायला सुरुवात केली आणि सांगितलं, "बेटा, लोकल अंगावरून गेली होती तुझ्या... एक पाय गुढ्यावरून आणि एक गुढ्याखालून तुटला होता. आता पाय परत येऊ शकत नाहीत. आपल्याला तरीही पुढं जायचंय. आम्ही आहोत सगळे.

काहीतरी मार्ग निघेल.” – सांगता सांगता आई आणि बहिणीचा इतके दिवसांचा बांध फुटणं साहजिक होतं, रोशन तर भांबावूनच गेली. तिनं कल्पनाही केली नव्हती असं काही घडलं असण्याची. स्वीकारायचं म्हणजे काय करायचं? आणि जगायचं कसं? कुटुंबाची स्थिती बरी करण्याचं आपलं स्वप्न दूरच, पण इथं तर आपलं आपण स्वावलंबनाचं जगायचंही अवघड होऊन बसलंय. पुढं काय हे प्रश्नचिन्हं मोठं मोठंच होत होतं.

या मुलीचं पुढं काय होणार? हिचं घरसंसार कसा होणार? हे नेहमीचे सर्वसामान्य माणसांचे प्रश्न. रोशन बिथरायची. अशावेळी डॉ.संजय कांधारिया आणि तिची आई तिला धीर द्यायचे. लवकरच वेगवेगळ्या सामाजिक संस्थांच्या मदतीतून रोशनला ऑटो बॉक्सारख्या कंपनीचे दर्जेदार कृत्रीम पाय मिळाले. सुरुवातीला चालताना उन्मळून आल्यासारखं व्हायचं, पण प्रत्येकवेळी डॉ.कांधारिया आणि आई तिचा कणा भक्कम करायचे. पुन्हा कॉलेज सुरु करायची वेळ येऊन ठेपली. रोशन रोजच्या आयुष्याशी जुळवून घ्यायला लागली. एक दिवस तिनं मनाचा हिऱ्या केला आणि बाहेर पडली, घरी न सांगता. थेट पोहोचली रेल्वे स्टेशनवर. जुना प्रसंग डोळ्यांसमोर येऊन हृदय बाहेर येऊन पडेल की काय अशी स्थिती झाली. स्वतःला समजावत, चुचकारत ती लोकलमध्ये चढली. डोळ्यांसमोर सुरु असलेली अपघाताची, मदत न मिळाल्याची फिल्म तिनं निग्रहानं बाजूला सारली. ठराविक स्टेशन्स पूर्ण करून ती जेव्हा लोकलमधून उतरली तेव्हा तिच्या मनातल्या शंकांची आणि भितीची वाफ झाली होती. घरी आल्यावर आईला, बाकीच्यांना तिनं ही खुषखबर दिली आणि सगळे नाचायला लागले.

स्थानिक वाहतुक व्यवस्था वापरण्याचा सराव करत रोशनचं कॉलेज सुरु झालं. बारावीत ७५.१७% मार्क मिळवले तिनं. आता पुढे काय याच्या निर्णयाची वेळ होती. बी.कॉम करावं, बीएससी करावं, कॉम्प्युटर सायन्स की काय असाच विचार हिरमुसून रोशन करत होती. डॉ.कांधारिया म्हणाले, “बेटा रोशन, छोटा क्यो सोचती हो? जे सगळेच सहज करून शकतात ते तू कशाला करायला हवंस? तुला डॉक्टर व्हायचंय ना, मग इतर पर्यायांचा विचार कशाला? डॉक्टरच बनायचं तू.” – डॉ.कांधारियांमुळं रोशनच्या मूळ स्वप्नात जान ओतली गेली. त्यांना विश्वास वाटतोय त्याअर्थी ते बदलेल्या शारीरिक स्थितीतही अवघड नसेल असं म्हणून रोशन २०११ च्या एमबीबीएस मेडिकल सीईटीच्या तयारीला लागली आणि चक्र अपंग कोट्यातून तिसरी आली. हा आनंद मनवावा इतक्यात मेडिकल बोर्डाने ९६% शारीरिक अपंगत्त्वामुळे तिला एमबीबीएस साठी अपात्र ठरवलं. प्रवेशापूर्वी अपंग विद्यार्थ्यांना होणाऱ्या समुपदेशनावेळी तिला समजावलं गेलं, ‘तुला हा मेडिकलचा ताण झेपणार नाही. कमीतकमी चाळीस आणि जास्तीजास्त ७०% अपंगत्त्व असणाऱ्यांनाच प्रवेश द्यावा असा प्रवेशाचा निकष आहे. तू त्यात बसत नाही. दिवसभर या हॉलमधून त्या हॉलमध्ये लेक्चरसाठी धावपळ, त्यासाठी पायऱ्या चढणउतरणं, पेशंट्सना तपासणं हे दोन्ही पाय कृत्रिम असणारीला झेपणं कठीण आहे.’ स्वप्न हातात येता येता निसटतं की काय असं वाटत असताना घरच्यांचं पाठबळ मिळालं आणि डॉ.कांधारियांच्या सल्ल्यानं तिनं मुंबई उच्च न्यायालयात मेडिकल बोर्डाच्या अन्यायाबद्दल दाद मागितली. व्ही.व्ही.पाटलांसारख्या वकिलानं रोशनची केस विनामोबदला लढायची असं ठरवलं. शेख कुटुंबियांचा हुरूप वाढला. २-३ महिने केस चालली. या काळात पाच वेळा रोशन हिअरिंगसाठी हजर राहिली. उलटसुलट तपासणी केल्यावर न्यायाधीश मोहित शहा आणि न्या. गिरीश गोडबोले यांनी मेडिकल बोर्डाचा आदेश फेटाळून लावत वैद्यकीय शिक्षण विभागाला रोशनला ताबडतोब कोर्सला प्रवेश मिळावा असे आदेश दिले. रोशनच्या आनंदाला पारावार उरला नाही.

केएमईच्या अंतर्गत असणाऱ्या जीएस मेडिकल कॉलेजला रोशनचा एमबीबीएसचा कोर्स सुरु झाला. अमिन पटेलांसारख्या आमदारानं मेडिकल शिक्षणाचा होईल तो खर्च उचलण्याची तयारी दाखवली. कॉलेजचे डीन डॉ.संजय ओक यांनी हॉस्टेलमध्ये रोशनला फार शारीरिक श्रम पडू नये अशी सोयीची खोली मिळेल अशी व्यवस्था केली. हॉस्टेलशेजारीच कॉलेज असल्यामुळं वेळ व त्रासही वाचत होता. पाय किती दुखतात, सुजतात आणि त्यावर लहानमोठ्या जखमा कधी उगवतात आणि कधी बऱ्या होतात हे पाहायला रोशनला आता वेळ नव्हता. मिळालेल्या सहकार्यांचा परतावा रोशननं प्रत्येकवर्षी फर्स्ट क्लास मिळवून केला आणि यावर्षी एमबीबीएसच्या अंतिम वर्षात घवघवीत यश मिळवून रोशननं आपलं स्वप्न पूर्ण केलंय. आज अपघातामुळं अवयव गमावलेल्या व त्यामुळं निराशेच्या गर्तेत गेलेल्या अनेकांना ती जाऊन भेटते आणि सांगते की प्रश्नांची उत्तरपत्रिका माझ्याकडे तयार आहे, चला वेळ कमी आहे, कामाला लागूया.

सगळं संपतं असं वाटतं तिथून कदाचित नवी सुरुवात असते. फक्त ते आपल्याला पटायला हवं इतकंच. डॉ.रोशन शेख सेलिब्रेशन मूड मध्ये असतानाही एमडीसाठीच्या एन्ट्रन्सच्या तयारीचा विचार करते आहे. सत्यात उतरवायची स्वप्नं डोळे मिटून थोडीच पाहायची असतात ?

■ ■

व्यसनांच्या पलिकडले : एक मुलाखत

अतुल ठाकूर

काल मुक्तांगणाला जाण्याआधी शिवाजीनगरला उतरायचे होते. आनंदयात्रीसाठी डॉ. माया तुळपुळे यांची मुलाखत घ्यायची होती. "व्यसनाच्या पलिकडले" सदरात आम्ही व्यसनाहुनही भयंकर अशा संकटांना यशस्वीपणे तोंड देणाऱ्यांची ओळख करून देत असतो. मुलाखतीच्या संदर्भात आधी त्यांच्याशी फोनवर बोललो होतो. मायाताईंनी दहाची वेळ दिली होती. सगळा मामला कठीण दिसत होता. कारण मी मुंबईहून जाणार होतो. इंटरसिटी शिवाजीनगरला पोहोचणारच दहाच्या सुमाराला तेथुन कर्वेनगर आणि मग सहवास सोसायटी, सहवास हॉस्पिटल आणि मायाताईंची मुलाखत. इंटरसिटी वेळेवर पोहोचली. पण कधी नव्हे ते टीसीने थांबवले. तेथे थोडा वेळ गेला. मग रिक्षाने साडेदहाच्या सुमाराला इष्टस्थळी पोहोचवले. अकराला माझी ओपिडी सुरु होते असे मायाताई म्हणाल्या होत्या. अर्ध्या तासात मुलाखत कशी होणार याची चिंता मला लागून राहिली होती. सहवास हॉस्पिटलच्या रिसेप्शनमध्ये बसलो होतो. पेशंटस् येण्यास सुरुवात झाली होती. मायाताई बाहेर आल्या. हसून त्यांनी मला बसण्यास सांगितले. ते हसू पाहून थोडासा धीर आला. बसलो. समोर गणपतीचा फोटो होता. बाजूला महर्षी अण्णासाहेब कर्वेचा छोटासा पुतळा. माझ्या मागे ज्ञानेश्वरांचा फोटो होता. खिडक्यांना सुरेख पडदे लावले होते. बाहेर जाळीला प्लास्टिकच्या पाण्याच्या बाटल्या कापून, त्यात माती भरून झाडे लावून त्या बाटल्या लटकवल्या होत्या. हॉस्पिटलच्या परिसरात देखिल कुंड्या आणि खूप झाडे लावली होती. हॉस्पिटल म्हटले की असे वाटते त्यापेक्षा अगदी वेगळे असे प्रसन्न वातावरण होते. मायाताईंचे घर वरच आहे. तेथे काही काम चालले होते. थोड्याच वेळात मायाताईंनी मला बोलावले. आणि ओपिडी सुरु असतानाच माझ्या प्रश्नांना उत्तरे देण्याचा त्यांचा इरादा दिसला. मी एकदम निर्धास्त झालो. फक्त एकदा एक महिला पेशंट आल्यावर मी बाहेर गेलो. बाकी वेळ मुलाखत सलग चालली. अधूनमधून पेशंटस् तपासणे, हॉस्पिटलच्या स्टाफला कामे सांगणे, वर घरी काम चालले आहे. त्या माणसांशी बोलणे, मुल झालेल्या आणि त्यामुळे आनंदलेल्या कुटुंबियांना पुढचा सल्ला देणे, त्यांनी आणलेले पेढे स्वीकारणे, गरजूंना खर्च कमीत कमी कसा करता येईल याचा सल्ला देणे, फोनवर बोलणे हे सारे सुरु होते. ते पाहून, सहवाससारखे हॉस्पिटल चालवणाऱ्या, श्वेता असोसिएशनच्या संस्थापिका "नितळ" सारखा नितांतसुंदर चित्रपटाची निर्मिती करणाऱ्या, कोड या विकाराबद्दल जनजागृती करणाऱ्या, आपल्या सपोर्टग्रुपतर्फे विवाहमंडळासारखे अनेक उपक्रम राबविणाऱ्या, परदेशात निरनिराळ्या कॉन्फरन्सेसना हजर राहणाऱ्या, तेथे मुलाखत देणाऱ्या डॉ. माया तुळपुळे ही एकच व्यक्ती आहे याची खात्री पटली. बोलताना मायाताईंना सुरेख हसण्याची सवय आहे. त्यामुळे या प्रचंड कामाचे समोरच्यावर दडपण येत नसावे. निदान मला आले नाही आणि मी माझ्या प्रश्नांना सुरुवात केली.

सुरुवातीलाच मायाताईंनी माझे काम सोपे करून टाकले. मुलाखतीचा उद्देश आणि थीम विचारली. मला नक्की काय जाणून घ्यायचंय ते त्यांना माहित करून घ्यायचं होतं. त्यांनी आपल्या एका स्टाफला सांगून आधीच त्यांच्या श्वेता असोसिएशन या संस्थेची प्रकाशने माझ्यासमोर ठेवली होती. कोड म्हणजे काय ? मायाताईंचे त्यासंदर्भातले काम याची माहिती मला इंटरनेट आणि श्वेताच्या वेबसाईटवर मिळालीच असती. त्यामुळे ते प्रश्न विचारण्यात फारसा अर्थ नव्हता. मलाही सहज माहिती मिळेल असे प्रश्न विचारून वेळ वाया घालवायचा नव्हता. सर्वप्रथम त्यांनी माझा एक गैरसमज दूर केला. ज्याला आपण कोड म्हणतो त्याला इंग्रजीत बरेचदा ल्युकोडर्मा म्हणून ओळखलं जातं. पण ते नाव या विकाराशी जोडणं चुकीचं आहे. विशिष्ट प्रकारच्या गुप्तरोगात काहीवेळा पांढरे डाग अंगावर उमटतात. त्याला ल्युकोडर्मा म्हणतात. आपण ज्याला कोड म्हणून ओळखतो त्याचे इंग्रजीतले नाव आहे व्हीटीलिंगो. आणि हा आजार नसून एक विकार आहे. हा झाल्यावर माणसाला कसलाही शारिरीक त्रास होत नसतो. त्याच्या शारिरीक क्षमतेत, प्रजोत्पादनाच्या शक्तीत किंवा कुठल्याही तऱ्हेच्या हालचालींवर कसलेही बंधन येत नसते. फक्त त्वचेचा रंग निगून जातो. मात्र या विकाराला असलेला सोशल स्टिग्मा किंवा याच्याशी भारतीय समाजात निगडीत असलेल्या पापपुण्याच्या समजुतींमुळे ज्यांना हा विकार होतो त्यांना अपरिमीत मानसिक त्रास, छळ समाजाकडून सहन करावा लागतो. स्वतः मायाताईंचा अनुभव याबाबतीत मला महत्त्वाचा वाटला. वयाच्या दहाव्या वर्षी कांजिण्या आणि गोवरचा त्रास एकवीस दिवस सहन केलेल्या मायाताईंना हा त्रास नाहीसा झाल्यावर पाठीवर बारीक बारीक पांढरे डाग उठल्याचं घरच्यांच्या लक्षात आलं. उपचाराला सुरुवात केल्यावर

सहा महिन्यात बहुतेक डाग निघून गेले. फक्त पायाच्या घोट्यावर आणि नडगीवर काही डाग उरले. ते जाण्यासाठी जास्त स्ट्रॉंग ट्रिटमेंट दिली गेली जी मायाताईना सहन झाली नाही. त्यांच्या शरीराचा रंग जास्त काळपट झाला. त्यांना ॲसिडिटी आणि सुन्नपणाचा त्रास होऊ लागला. शेवटी हे उपचार थांबवून फक्त इंजेक्शन देणे सुरू झाले. ते फार दुखत असे. एक इंजेक्शन घेतल्यावर त्या आठवडाभर तरी नीट चालू शकत नसत. घरचे आपले दुखणे बरे करण्यासाठी इतके झटताहेत तर आपण सुद्धा हा त्रास सहन केला पाहिजे असं मनात आणून त्या ते सारं सहन करीत. पुढे पाच इंजेक्शनसंनंतर हे ही उपचार थांबले. अशावेळी सगळीकडे जे घडते तेच मायाताईच्या बाबतीतही घडले. नातेवाईकांनी नानात-हेचे उपचार सुचविण्यास सुरुवात केली. ॲलोपथी झाल्यावर आयुर्वेद, गोमूत्र, काढा, लेप सुरू झाले. दर गुरुवारी निर्जळी उपवास सुरू झाले. मंदिराला एकशेएक प्रदक्षिणा घातल्या गेल्या. मायाताईना बरे वाटावे म्हणून त्यांची भावंडे देखील त्यांच्याबरोबर उपवास करीत, प्रदक्षिणा घालीत. या सान्याचा फारसा उपयोग झाला नाही. शाळेच्या दिवसात गोमूत्र लावून जाणे शक्य नव्हते. यावेळी मायाताई नववीत होत्या आणि या वेळखाऊ उपचारांसाठी तेवढा वेळ देणे शक्य नव्हते. हे ही उपचार थांबले.

यावर उपाय म्हणून वयाच्या तेराव्या वर्षापासून मायाताई लांब स्कर्ट किंवा साडी घालू लागल्या. पायावरील चार डाग तसेच राहिले. आणि त्याकाळात त्यामुळे मायाताईना नैराश्याने घेरले. त्या कुणातही मिसळनात, स्वभाव रडका, चिडचिडा होऊ लागला. त्यांच्या आईने सुट्टीच्या दिवसात त्यांना रामायण वाचण्याची शिफारस केली. त्याचा त्यांच्यावर खोल परिणाम झाला. प्रत्येकाला आयुष्यात काही ना काही तरी दुःख सहन करावं लागतंच. रामासारख्या राजाचीही दुःखातून सुटका झाली नव्हती. त्यामुळे आपल्यापेक्षा ज्या माणसांकडे बरंच काही कमी आहे तरीही जी माणसे आनंदात राहतात अशांकडे आपण पाहिलं पाहिजे असं त्यांच्या मनाने घेतलं. कोड या विकाराच्या स्विकाराची सुरुवात तेव्हा झाली असे मायाताईना आज वाटते. पण अजून बरंच काही घडणार होतं. पुढे वैद्यकीय शिक्षण घेताना त्यांच्या शिक्षकांनी काही उपाय आणि प्लास्टिक सर्जरीचा सल्ला दिला. तेव्हा केलेले उपचार हा अत्यंत वेदनादायक अनुभव होता. प्लास्टिक सर्जरीत उणीव राहिल्याने एक महिनाभर त्यांना पायाला बँडेज बांधून बसावे लागले होते. त्यानंतरही त्यांनी अनेक उपचार करून पाहिले. स्टीरॉइड मलमांपासून सुरुवात झाली आणि त्यांना अनेक दुष्परिणाम सहन करावे लागले. हिरड्यांमधून रक्तस्राव सुरू झाला आणि अनेक दुखणी लागून स्वास्थ्य नाहीसे झाले. एका नामांकित होमियोपॅथी डॉक्टरने हे "साईड इफेक्ट" बरे केले. पंच्याणव टक्के कोड आटोक्यात आणले. या डॉक्टरच्या निधनाने मायाताईना अगदी पोरकं झाल्यासारखं वाटलं. पुढे सहा वर्षांनंतर त्यांनी उरलेल्या डागांवर उपचार करण्याचे मनात आणले. त्यावेळी उपचार घेताना अल्ट्राव्हायोलेटचा एक्सपोजरची रिअॅक्शन आणि दुसऱ्याच दिवशी सकाळी त्यांचा उजवा कान पांढरा झाला. नंतर डावा डोळा आणि असा हळूहळू त्वचेचा रंग जाऊन तेथे पांढरेपणा येऊ लागला. संपूर्ण शरीराचा रंग जाण्यासाठी जवळपास दोन वर्षे लागली आणि हा मायाताईसाठी आणि त्यांच्या जवळच्यांसाठी अतिशय कठिण काळ होता. लग्न झाले होते. मुले होती. दोन वर्षे त्यांना स्वतःला आरशात पाहण्याचे धाडस होत नसे. या तणावाच्या आणि चिंतेच्या मनस्थितीतून बाहेर पडण्यास त्यांना काही वर्षे लागली. त्याकाळात त्यांच्या मनात आत्महत्येचे विचार येत आणि ते विचार त्या आपल्या पतीकडे बोलून दाखवित. मात्र एका बाबतीत मायाताई खूप सुदैवी होत्या. कोडामुळे घरून त्यांना कधीही कसली ही अडचण आली नाही. माहेरची माणसेही अतिशय उमद्या स्वभावाची होती. या नैराश्यातून बाहेर पडताना मायाताईच्या हे लक्षात आलं की विकाराचा स्वीकार आणि घरच्यांचा भक्कम आधार असेल तर अशा विकारांना तोंड देऊन आयुष्य आनंदाने घालवला येतं. त्यामुळे जी माणसे हा आधार मिळण्याइतकी सुदैवी नाहीत त्यांच्यासाठी श्वेता असोसिएशनचा जन्म झाला.

स्वतः मायाताईना या विकाराबाबत असलेल्या आपल्या समाजाच्या दृष्टीकोनामुळे अतोनात त्रास झाला होताच. मात्र या कामात पडल्यावर त्यांनी जे पाहिलं, ऐकलं ते अतिशय विदारक होतं. मायाताई सुरुवातीच्या काळात रस्त्यावरून जाताना खाली नजर ठेऊन चालत असत. त्यांना लोकांच्या विचित्र नजरा सहन होत नसत. आपल्याकडे बरेचदा बोलताना त्याचा समोरच्यावर काय परिणाम होईल याचा विचार करण्याची काहीना सवयच नसते. माणसे पटकन बोलून जातात. मायाताईच्या त्वचेचा रंग पांढरा झाला तेव्हा अनेक वर्षांनी भेटलेल्या वर्गमैत्रिणींनी त्यांना ओळखले नाही. आणि "आम्ही तुला ओळखलंच नाही" हे बोलून दाखवलं. त्यांनी कदाचित ते सहज म्हटलं असेल. पण त्यामुळे मानसिक

वेदना व्हायच्या त्या झाल्याच. एका रूग्णालयात ऑपरेशन करताना त्या सहकाऱ्यांशी मराठीत बोलत होत्या तेव्हा शेजारून "अरे या फॉरेनरला मराठी येतंय" अशी कमेंट आली. हे आपल्या समाजात वारंवार आणि सहजपणे समोरच्याचा कसलाही विचार न करता घडत असतं. सारासार विवेक बाजूला ठेऊन आजार बरा करण्यासाठी लोक वाटेल ते उपाय कसे करतात याचीही उदाहरणे त्यांच्याकडे होती. एका वैदुला पंचवीस हजार रूपये यासाठी दिले गेल्याची हकीकत मायाताईना माहित आहे. खुद्द मायाताईना एका साधूने रस्त्यात गातून पारिजातकाच्या फुलांचा रस पौर्णिमेला काढून लावायचा अशासारखा काहीतरी उपाय सांगितला होता. एका स्त्रीला एका भोंदू महाराजाने पाच पुरुषांशी संबंध ठेवल्यास हा रोग जाईल असे सांगितले होते. आपल्या समाजात यामुळे खूप शोषण होत असणार कारण आयुष्याचा ओघच हा विकार थोपवू धरतो इतकी नकारात्मकता या विकाराशी निगडीत आहे. कोड झाल्याने घरातून हाकलून दिलेली एक इंजिनियर मुलगी त्यांनी आनंदवनात पाहिली होती. एकदा मायाताईचा लेख वर्तमानपत्रात वाचून एका खेडेगावातील सरपंच आपल्या बायकोला घेऊन त्यांच्याकडे आला. तिला कोडाला सुरुवात झाली होती. साऱ्या गावाने त्यांच्या घराला वाळीत टाकलं होतं. तिच्या हातचं पाणीही कुणी घेत नसे. मायाताईसमोर नवरा खुर्चीवर आणि ती बाई जमिनीवर बसली होती. इतका न्यूनगंड त्या बाईमध्ये आला होता. ती नवऱ्याला म्हणत होती मला काही दिवस येथे राहू द्या. जरा माणसांत राहिल्यासारखं वाटेल. एका हुशार विद्यार्थीनीला कोड झाले. ती वर्गात पहिल्या बाकावर बसत असे. कोड दिसू लागल्यावर तिच्या शिक्षिकेने तिला मागच्या बाकावर बसण्यास सांगितले. याचा तिच्यावर इतका वाईट परिणाम झाला की वर्गात तिचा नंबर घसरला आणि तिला पुढे शिक्षण पूर्ण करण्यास फार कष्ट पडले. रेल्वेमध्ये काम करणाऱ्या एका महिलेला कोड झाले. ती ज्या विभागात काम करत होती तेथील लोकांना सुरुवातीपासून तिच्या विकाराचा प्रवास माहित होता त्यामुळे फारसा फरक पडला नाही. मात्र डिपार्टमेंट बदलल्यावर दुपारी जेवणाच्यावेळी सारे जण एकत्र बसले असताना तिला मात्र दूर बसण्यास सांगण्यात आले. सुनेला कोड झाल्यावर सासूने सुनेची म्हशीच्या गोठ्यात रवानगी केल्याची धक्कादायक हकीकत मायाताईनी सांगितली. सुनेला जेवणदेखील गोठ्यातच नेऊन दिले जात होते. नवऱ्याला खूप समजवल्यावर त्याला पटलं. पण सासू जिवंत असेपर्यंत सुनेला घरात प्रवेश मिळाला नव्हता. ती समोर छोट्या घरात राहात असे.

आपल्या समाजात या विकाराचे दडपण इतके आहे की हा विकार झाल्यावर माणसांच्या तोंडचे पाणी पळते आणि लोक सर्व तऱ्हेचे उपाय करायला तयार होतात. हे उपाय कुचकामी ठरल्यास नैराश्य येऊन मानसोपचारतज्ञाकडे जाण्याची देखिल वेळ आल्याची उदाहरणे आहे. मध्यमवयात कोडाला सुरुवात झालेल्या एका उच्चशिक्षित आणि श्रीमंत बाईची मनस्थिती अशीच सैरभैर झाली. तेव्हा त्यांना कळलं की यावर एक नवीन औषध परदेशात निघालं आहे. त्या बाई हे औषध भारतात मिळत नाही पाहिल्यावर जेथे मिळतं त्या देशाला जाऊन घेऊन आल्या. पण दुर्दैवाने त्या औषधाचा उपयोग झाला नाही. शेवटी त्यांना असह्य मानसिक त्रास होऊ लागला आणि सायकियाट्रिस्टकडे जावे लागले. एका सुशिक्षित बाईना असेच मध्यमवयात कोड झाल्यावर नवऱ्याने छळायला सुरुवात केली. मुलांनादेखिल आईविरुद्ध फितवलं. याचा परिणाम त्यांचा आत्मविश्वास नाहीसा होण्यात झाला आणि बारीकसारीक कामात देखिल त्यांच्या हातून चुका होऊ लागल्या. मायाताईकडे अशी असंख्य उदाहरणे आहेत. मात्र दुःखाच्या या काळ्या ढगांना कुठेतरी रूपेरी किनार देखिल आहे. सर्वच उदाहरणे नकारात्मक नाहीत. विकाराचा स्विकारू करून कसलिही ट्रिटमेंट न घेणारी माणसे देखिल आहेत. कारण यात दुखतखुपत काहीच नाही. कसलाही त्रास होत नसतो. बारावीत कोड सुरू झालेल्या मुलाने कसलिही ट्रिटमेंट घ्यायचा नकार दिला. आज तो मुलगा अमेरिकेत आहे. गावात राहणाऱ्या जोडप्यातील बायकोला कोड झाले. मात्र नवऱ्याला कसलाच फरक पडला नाही. उलट त्याने बायकोला समजवले की लोकांना काहीही म्हणून देत. तू काम तर नेहमीसारखंच करतेस, स्वयंपाकही नेहमीसारखाच करतेस. काही बदललेलं नाही. फक्त रंग बदलला आहे. मला काहीच फरक पडत नाही. शेतात मोलमजुरी करणाऱ्या एका शेतमजुराचे हे शहाणपण मायाताईना भल्याभल्या तथाकथिक सुशिक्षितांमध्येही क्वचितच आढळलं. गावात राहणाऱ्या लहान मुलीला कोड सुरू झाल्यावर गावाने टाकलं नाही की तिच्याशी वागणं बदललं नाही. त्यामुळे त्या लहान मुलीने उपचार घेतले नाहीत. कुणालाच काही फरक पडला नव्हता. अशी सकारात्मक उदाहरणंदेखिल आहेत. मागच्या पिढीपेक्षा आजच्या पिढीत या रोगाबाबत जास्त समजुतदारपणा आणि मोकळेपणा दिसतो आहे असे मायाताई म्हणाल्या. परदेशात तर जणू काही या रोगाचे अस्तित्त्वच नाही. त्यांचा गोरा रंग आणि कोडामुळे आलेला रंग हा जवळपास सारखा असल्याने आधी त्यांच्यापैकी बरेचजणांना हा विकार सुरू झाला आहे हे

कळतच नाही. जेव्हा शरीर टॅन करण्यासाठी मंडळी उन्हामध्ये बसतात तेव्हा कोडाच्याजागी काही चट्टे उमटतात, त्यावेळी या विकाराचे निदान होते. मायाताईंना परदेशात गेल्यावर अतिशय रिलॅक्स वाटलं होतं. कारण रंगामुळे त्यांच्याकडे कुणीच वळून, निरखून किंवा विचित्र नजरेने पाहिलं नव्हतं. अशी अनेक उदाहरणे पाहिलेल्या मायाताईंनी या विकाराबाबत जनजागृती व्हावी म्हणून आपल्या श्वेता असोसिएशन तर्फे काही कार्यक्रम हाती घेतले. त्या दरम्यान त्यांनी 'देवराई' हा स्किझोफ्रेनियावर आधारित चित्रपट पाहिला. त्यांना खूप आवडला. चित्रपट हे या विकाराबाबत जनजागृती करण्यासाठी उत्तम माध्यम ठरू शकेल असे त्यांना वाटले आणि 'नितळ' चित्रपटाच्या निर्मितीचा विचार त्यांच्या मनात घोळू लागला.

मायाताईंनी सुमित्रा भावेंना गाठण्याचा प्रयत्न केला. मात्र त्या खूप व्यस्त होत्या. जेव्हा बोलणे झाले तेव्हाही सुमित्रा भावेंना ही कुणीतरी उत्साही कार्यकर्ती आहे, काही दिवसातच हा उत्साह मावळेल असे वाटले होते. मात्र मायाताई आपल्या निश्चयावर ठाम होत्या. शेवटी त्यांनी बाबाला (डॉ. अनिल अवचट) मध्यस्थी घातले. २००४ साली मायाताईंना मुक्तांगणतर्फे "डॉ. अनिता अवचट संघर्ष सन्मान पुरस्काराने" गौरविण्यात आले होते. बाबाने असोसिएशनचे काम स्वतः येऊन पाहिले, त्याची माहिती घेतली. तेव्हा सुमित्रा भावेंची देखिल खात्री पटली. चित्रपटाची जुळवाजुळव होऊ लागली. प्रश्न पैशाचा होता कारण मुलाच्या परदेशातील शिक्षणासाठी जमवलेला पैसा मायाताईंनी सुरवातीला वापरला. मुलाला परदेशात जाण्याची गरज पडली नाही. त्याचा भारतातच जम बसला. पण तेवढ्या पैशात चित्रपटनिर्मिती होणार नव्हती. शासनाचे अनुदान हे चित्रपट प्रदर्शित झाल्यावर मिळणार होते. तोपर्यंत पैसा जमवावाच लागणार होता. मग मायाताईंनी स्वतःची मालमत्ता विकून पैसा उभा केला. तरीही पैसा कमीच पडत होता. मग त्यांनी देणग्या जमवण्यास सुरुवात केली. देणग्यांच्या बाबतीत मायाताईंना चमत्कारिक अनुभव आला. ज्यांच्याकडून अपेक्षा केली नव्हती त्यांच्याकडून पैसे मिळाले आणि ती अतीश्रीमंत माणसे, ज्यांना हा विकार होता त्यांनी याकडे पाठ फिरवली. पुढे मायाताईंनी लोकांकडे बिनव्याजी पैसे मागितले आणि "नितळ" च्या निर्मितीसाठी पैसा उभा केला. शुटींगच्या दरम्यान एकदा पावसामुळे खूप नुकसानही झाले. पण चित्रपट पूर्ण झाला. विजय तेंडुलकरांनी अभिनय केलेला हा एकमेव चित्रपट. उच्चशिक्षित कुटुंबातदेखिल कोड झालेल्या व्यक्तीकडे कशा नजरेने पाहिले जाते, तिला कुठल्या अडचणींचा सामना करावा लागतो, निरनिराळ्या लोकांचे या विकाराबाबतीत काय गैरसमज असू शकतात. निरनिराळ्या वयाची माणसे या विकाराकडे कशा तऱ्हेने पाहतात हे या चित्रपटातून मायाताईंना दाखवायचे होते. चित्रपटात कोड झालेली नायिका कसलेही उपचार घेत नाही. कुठल्याही प्रसाधनाने आपले डग लपवण्याचा प्रयत्न करीत नाही. तिने स्वतःला ती जशी आहे तसेच स्वीकारलेले असते आणि समाजानेदेखिल तिला तसेच स्वीकारावे अशी तिची अपेक्षा असते. चित्रपटाच्या शेवटी तिची ती अपेक्षा पूर्ण होताना दाखवली आहे. एक अतिशय सकारात्मक संदेश हा चित्रपट देतो. साधारणपणे वर्ष दीड वर्ष या चित्रपटाची निर्मिती सुरु होती. अतिशय कष्टाने मायाताईंनी या चित्रपटासाठी पैसा उभा केला होता. शेवटी या कष्टाचे चीज झाले.

महाराष्ट्र शासनाच्या उत्कृष्ट चित्रपटाचा पुरस्कार या चित्रपटास मिळाला. चित्रपट झाला. श्वेता असोसिएशनचे काम वाढतच होते. लग्न जमवण्यास अडचण येणे ही कोड झालेल्यांना भेडसावणारी नेहमीची समस्या. मायाताईंनी त्यांच्यासाठी विवाहमंडळ सुरु केले. त्याला अतिशय चांगला प्रतिसाद मिळाला. श्वेता असोसिएशन हा निव्वळ सपोर्टग्रुप न राहता कोड विकारासाठी "सिंगल स्टेप सोल्युशन" असावे असा मायाताईंचा आग्रह होता. त्यानुसार उपक्रम हाती घेतले जात होते.

सात आठ तास टिकणारे प्रसाधन वापरून चेहऱ्यावरचे डग झाकणे हे अनेक जण करतात. त्यासाठी श्वेता असोसिएशन तर्फे ट्रेनिंग दिले जाते. मेकअप किटही येथे पुरवले जाते. स्वतः मायाताई कोडासंबंधी कुठलीही उपलब्ध असलेली बारीकसारीक माहिती वाचत असतात. त्यावरील संशोधनाची माहिती त्यांना मुखोद्गत असते. त्यावरील अद्ययावत औषधोपचारच नव्हते तर ती औषध कुठे उपलब्ध आहेत याचेही त्यांना माहिती असते. त्या स्वतः त्वचारोगतज्ञ नाहीत तर सर्जन आहेत. मात्र कोडासंबंधी स्टॅटिस्टिकल डेटा त्यांना पाठ आहे. कोडाच्या सर्व तऱ्हेच्या सर्जरीबद्दल त्या माहिती देतात. त्यांचे साईड इफेक्ट्स त्या सांगतात. स्वतः सर्व तऱ्हेचे साईड इफेक्ट्स सहन केल्याने त्यांचे याबाबतीतले समुपदेशन अतिशय परिणामकारक होत असणार. समोर बोलणारी व्यक्ती त्या विकाराचा अनुभव घेतलेली आहे आणि त्यामुळे भेडसावणाऱ्या सर्व समस्यांना भिडलेली आहे हे पाहूनच कोड झालेली व्यक्ती मायाताईंकडे घडाघडा बोलू लागते आणि अगदी आईलादेखिल सांगितल्या नव्हत्या अशा आपल्या अगदी आतल्या भावाना

मायाताईसमोर मोकळ्या करते असा अनुभव आहे. सपोर्टग्रुप सुरु करताना माहेरच्यांनी दिलेला एक सल्ला मायाताईनी कायम लक्षात ठेवला आणि श्वेता असोसिएशनचे काम करताना तो अमलात देखिल आणला. त्यांनी सांगितलं होतं की कोड झालेल्यांची एक वेगळी आयडेंटिटी निर्माण व्हावी म्हणून सपोर्टग्रुप काढू नकोस. त्यांना समाजाच्या मुख्य प्रवाहात येण्यासाठी मदत म्हणून काम कर. या लोकांना समाजापासून वेगळं करू नकोस. हा फार महत्त्वाचा सल्ला होता. समाज हा विकार झालेल्यांना वेगळे कसे पाडतो हे मायाताईनी पाहिलं होतंच. कुटुंबाला लग्नाला आमंत्रण देताना पत्रिकेवर अगदी स्पष्टपणे कोड झालेल्या सदस्याचे नाव लिहून त्याला लग्नाला आणू नये अशी सूचना देणाऱ्या मंडळींचे एक उदाहरण त्यांनी पाहिले होते. त्यामुळे हे काहीतरी वेगळे लोक आहेत असे चित्र तयार करण्यास हा विकार झालेल्यांचेच नुकसान होणार होते. कोडाचा विकार झालेल्यांना समाजाच्या मुख्य प्रवाहात आणण्यासाठी मदत करणे आणि त्यासाठी समाजाजगृती करणे हाच श्वेताचा महत्त्वाचा उद्देश राहिला. मात्र सपोर्टग्रुपचे काम सोपे नव्हते. श्वेताला मदत करण्यासाठी पुढे येण्यास भल्याभल्यांनी टाळाटाळ केली होती. आमच्या मुलामुलींची लग्ने व्हायची आहेत. आम्ही जर प्लॅटफॉर्मवर जाहीरपणे दिसलो तर लोक आमच्याबद्दलही शंका घेतील म्हणून अनेकांनी उघडपणे त्यांच्यासोबत येणे टाळले. समाजापुढे विकार जगजाहीर करण्याची गरज काय असाही सल्ला सुरुवातीला मायाताईना दिला गेला. पण मायाताई ठाम होत्या. हळुहळु माणसे जमत गेली. आपल्याकडे सपोर्टग्रुप्सच्या बाबतीत "गरज सरो वैद्य मरो" असा समाजाचा दुष्टीकोण असतो. संशोधनाच्या दरम्यान मला हा अनुभव आला होता. मायाताईचाही अनुभव वेगळा नव्हता. विकारासाठी उपचार घ्यायचे आणि काम झाल्यावर पाठ फिरवायची असंच बहुतेकवेळा घडतं. नेहेमीच्या मिटींगलादेखिल ज्यांचे प्रश्न अगदी ऐरणीवर आले आहेत अशी माणसे येतात. बाकी ज्यांच्या समस्या श्वेतामुळे सुटल्या आहेत त्यांना कृतज्ञता म्हणून संस्थेसाठी काही करावे असे वाटण्याच्या घटना अगदी दुर्मिळ आहेत. काही जण आवर्जून आठवण ठेवून वाढदिवसाच्या दिवशी देणगी देऊन कृतज्ञता व्यक्त करतात पर हे क्वचितच. एका बाईने तर आपल्या समस्येचे निराकरण झाल्यावर जेव्हा कुणीतरी श्वेतासाठी काहीतरी करण्याचे सुचवले तेव्हा "आता मी त्या कळपातून बाहेर पडले आहे, प्लिज मला पुन्हा तेथे जायला तुम्ही सांगू नका" असे उत्तर दिले. अशा कडवट अनुभवांना मायाताई कशा सामोऱ्या जातात ते मला जाणून घ्यायचं होतं.

मायाताईचे उत्तर फार वेगळे होते. त्या म्हणाल्या आम्ही डॉक्टरांनी मृत्यू फार जवळून पाहिलेला असतो. अगदी डॉक्टरकीचे दुसऱ्या वर्षाचे शिक्षण घेताना त्यांनी आता चांगला असलेला मधुमेहाचा रोगी दुसऱ्याच क्षणाला दगावताना पाहिला होता. उपचाराला पूर्ण प्रतिसाद देऊन बरा झालेला आणि डिसचार्ज मिळालेला पेशंट अचानक हार्टअर्टकने गेलेला त्यांनी पाहिलेला आहे. त्यामुळे आयुष्यातली अनिश्चितता त्यांना संपूर्णपणे परिचित आहे. सकाळी उठल्यावर त्यांना जर सर्जरीला जायचे असले तर देवघरात त्यांचे हात जोडले जातात. मी माझे शंभरटक्के देणार. बाकी सारे तुझ्यावर. असे त्या मनोमन म्हणतात. अशी मनोवृत्ती असलेल्या मायाताईना सपोर्टग्रुप चालवताना येणाऱ्या कडवट अनुभवांचे आता काहीच वाटत नाही. ते अनुभव सांगताना देखिल त्यांचे ते सुरेख हसू मावळले नव्हते. कर्मयोगावर मी वाचले आहे. पण कर्मयोगाचा हा वस्तुपाठ मायाताईच्या रुपाने मला समोर दिसला होता. मायाताईनी अनासक्ती हे शब्द जरी वापरले नाहीत तरी त्यांची मुलाखत घेताना मला कुठेतरी त्या अनासक्त झाल्यासारख्या वाटल्या आणि अशीच माणसे खिन्न करणारे अनुभव देखिल हसून सांगू शकतात. श्वेताच्या माध्यमाने त्यांची ही निरपेक्षा सेवा सुरु आहे. त्या म्हणाल्या आपला समाज कुणाकडेही विचित्र नजरेने पाहतो. जास्त उंची असेल तरी, कमी उंची असेल तरी, समाजाची नजर तुमच्यावर फिरतेच. मात्र त्यामुळे होणारा त्रास हा लोकांच्या नजरेमुळे वीस टक्केच असतो पण आपल्या मनातील विचारांमुळे ऐशी टक्के असतो. विकाराचा स्वीकार असेल तर प्रश्न सोपे होतात. सारं काही शेवटी तुमच्या दृष्टीकोनावर अवलंबून असतं. मायाताईनी स्वतःतर विकाराचा स्वीकार केलाच पण इतरांनाही त्यासाठी सक्षम बनवले. अशा मायाताईनी, आपला कार्यभाग उरकल्यावर संस्थेकडे पाठ फिरवण्याच्या लोकांच्या वृत्तीलाही सहजपणे स्वीकारले आहे. "रंगात रंगुनी साऱ्या रंग माझा वेगळा, गुंतुंनी गुंत्यात साऱ्या पाय माझा मोकळा" अशी सुरेश भटांची एक प्रसिद्ध कविता आहे. "रंग माझा वेगळा" हा टप्पा सर्वप्रथम मायाताईच्या आयुष्यात त्यांच्या वयाच्या दहाव्या वर्षी आला. हा खचवून टाकणारा अनुभव होता. मात्र त्यावर मात करून श्वेतासारखे प्रचंड काम त्यांनी उभे केले आणि "रंग माझा वेगळा" या ओळींचा खरा अर्थ त्यांनी जगाला दाखवला असे मला नम्रपणे वाटते.

(या लेखासाठी संदर्भ म्हणून श्वेता असोसिएशनच्या www.myshweta.org. वेवसाईचा आधार घेतला आहे.



अहवाल (१ एप्रिल २०१७ ते ३१ मार्च २०१८)

१३ एप्रिल २०१७

Z-24 तास या मराठी दूरदर्शन वाहिनीवर दुपारी १.३० ते २.०० या वेळेत "गोरे रंग पे इतना गुमा न कर" या शीर्षकाखाली डॉ. उदय निरगुडकर यांनी आयोजित केलेल्या परिसंवादात डॉ. माया तुळपुळे (संचालिका श्वेता असोसिएशन), गौरी कानिटकर (संचालिका - अनुरूप विवाह संस्था), श्री भरत दाभोळकर (सुप्रसिद्ध सिने फोटोग्राफर मुंबई) आणि सुहासिनी देशपांडे (अभिनेत्री मुंबई) यांचा सहभाग होता. अभय देओल यांनी १२ एप्रिल रोजी संध्याकाळी व्हाट्सअप वर टाकलेल्या पोस्टची दखल घेऊन डॉ. उदय निरगुडकर यांनी हा विषय हाताळण्याचे ठरवून तातडीने कार्यक्रम आयोजित केला. फेअरनेस क्रीमची इंडस्ट्री दरवर्षी २५-३०% वाढत आहे. आणि भविष्यात वाढू शकते. या क्रीम्सनी खरच गोरेपणा येतो का हा कळीचा मुद्दा आहे. लोकांना गोरेपणाची स्वप्न दाखवून ही दिशाभूल राजरोसपणे चालू आहे. अनेक मोठे नटनट्या अशा फेअरनेस क्रीमची जाहिरात करतात हे चूकच आहे. FDA(फूड ड्रग अँडमिनिस्ट्रेशन) ने यांच्यावर कारवाई करून प्रतिबंध घालायला हवा, असे डॉ. माया तुळपुळे यांनी प्रतिपादन केले.

कित्येक वेळा अशा क्रीम्समुळे त्वचेला खाज येणे, त्वचा लाल होणे, क्वचित प्रसंगी पांढरे डाग येणे अशा रिअॅक्शन्स येऊ शकतात.

अनुरूपच्या संचालिका डॉ. कानिटकर यांनी सांगितले की वधु गोरी आणि सुंदरच पाहिजे असा आग्रह वर पक्षाकडून धरला जातो. त्वचेच्या रंगाच्या या मानसिकतेत काही फरक पडला नाही. मुंबईहून माझ्याकडे एक जोडपे अनुरूपमध्ये मुलीचे नाव नोंदविण्याकरिता आले होते. पत्नीला चार पाच वर्षांपासून पांढरे डाग यायला सुरुवात झाली होती. त्यांच्या पतीने त्यांना वेगळ्या खोलीत झोपायला लावले आणि अतिशय दुय्यम दर्जाची वागणुक दिली. त्या म्हणाल्या की या मुलीचे लग्न झाल्यावर मी सर्वप्रथम जर काही काम करणार असेल तर घटस्फोटासाठी केस दाखल करणार आहे.

श्री. भरत दाभोळकर यांनीही नट्याच नव्हे तर नट देखील पोर्ट फोलिओसाठी फोटो शॉपिंग करून गोरं बनवा असा आग्रह धरतात असे सांगितले.

अभिनेत्री सुहासिनी देशपांडे यांनी सांगितले की त्यांच्या सावळ्या रंगामुळे त्यांना शाळेत कधीच नाच किंवा नाटकात घेतले जायचे नाही. शिक्षिका म्हणायच्या की यासाठी फक्त गोऱ्या आणि सुंदर मुलीच पाहिजेत. त्यांना अभिनय जमत नसला तरी चालेल. मराठी सिनेमात देखील काळ्या सावळ्या मुलींना खेड्यातील पात्रांच्या भूमिका आणि गोऱ्या मुलींना शहरी भूमिका मिळतात. हा भेदभाव दक्षिणेत अधिकच दिसून येतो. नट काळे सावळे असले तरी ही उत्तरेकडील गोऱ्या मुली नट्या म्हणून साईन केल्या जातात.

या परिसंवादाच्या निमित्ताने आपल्या समाजातील गोऱ्या रंगाचे आकर्षण आणि पांढऱ्या डागांबद्दलची भीति आणि चुकीची मानसिकता या विरोधाभासावर प्रकाश टाकला गेला आहे. याबद्दल Z-24 तास आणि डॉ. उदय निरगुडकर यांचे आम्ही आभारी आहोत.

१९ एप्रिल २०१७

आर्ट ऑफ लिव्हिंगचे संस्थापक आणि मानवतावादी नेते श्री. श्री. रविशंकर यांनी 'जीवन सरिता' महासत्संग सोहळा, पेटकर साम्राज्य ग्राऊंड, कोथरूड येथे सायंकाळी ४ ते ८ या वेळात आयोजित केला होता. यामध्ये त्यांनी १०१ सामाजिक संस्थांना मोफत स्टॉल्स देऊन त्यांच्या कार्याचा प्रसार करण्याची संधी दिली.

श्वेता असोसिएशनला या सामाजिक सोहळ्यात सहभागी होण्याची संधी मिळाली. जवळजवळ १०० ते १२५ लोकांनी या स्टॉलला भेट दिली. स्वतःहून श्वेताच्या कार्याची माहिती घेतली. श्वेताच्या अध्यक्ष डॉ. माया तुळपुळे, संगीता कोन्हाळे व अश्विनी देशपांडे यांनीही येणाऱ्या लोकांना संस्थेची माहिती दिली. तसेच इतर स्टॉल्सना भेट देऊन त्यांनाही माहिती सांगितली.

या कार्यक्रमासाठी हजारोंच्या संख्येने लोकांची उपस्थिती होती.

२३ एप्रिल २०१७

श्वेता असोसिएशनचा १६ वा वर्धापनदिन आणि ३१ वा वधु-वर मेळावा रविवार दिनांक २३ एप्रिल २०१७ रोजी लोकमान्य सभागृह केसरीवाडा, नारायण पेठ, पुणे येथे संपन्न झाला. बी. जे. मेडिकल कॉलेजचे अधिष्ठाता डॉ. अजय चंदनवाले प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. त्यांच्या हस्ते 'रंग मनाचे' या श्वेता असोसिएशनच्या मुखपत्राचे विमोचन झाले. याप्रसंगी डॉ. माया तुळपुळे, डॉ. मुक्ता तुळपुळे, श्री. उदय घायाळ, सौ. गीता घायाळ, अश्विनी देशपांडे आणि संगीता कोन्हाळे उपस्थित होत्या. आपल्या अध्यक्षीय भाषणात श्री. अजय चंदनवाले यांनी श्वेताचे कार्य खूप मोठे आहे. पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तींना एकत्र आणून त्यांच्यासाठी काम करणे गरजेचे आहे असे सांगितले. त्यांच्या सहकाऱ्यांपैकी सर्वात कार्यक्षम आणि यशस्वी डॉक्टरांपैकी दोघांचा उल्लेख करून त्यांनी सांगितले की या दोन्ही व्यक्तींना कोड आहे. परंतू त्याचा त्यांनी कधीही बाऊ केला नाही. उपस्थितांपैकी पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तींनी देखील स्वतःला कमी न लेखता आपली कार्यक्षमता कशी वाढवता येईल याचा विचार करावा, जनुकीय आणि मानसशास्त्रीय संशोधनासाठी तसेच सामाजिक उपक्रमासाठी बी. जे. मेडिकल कॉलेज सर्वतोपरी सहाय्य करेल असे आश्वासन दिले.

प्रास्ताविकात संस्थेच्या अध्यक्षा डॉ. माया तुळपुळे यांनी डॉ. चंदनवाले यांच्या रूपाने शासकीय मदतीचा हात आम्हाला लाभला आहे असे सांगितले. पोलिओ निर्मुलनाचे उदाहरण देऊन त्या म्हणाल्या की, आरोग्यविषयक कुठलीही मोठी चळवळ सरकारी यंत्रणेच्या सहभागाविषयी यशस्वी होऊ शकत नाही. पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तींच्या मानसिकतेचा सखोल अभ्यास होणे गरजेचे आहे. आपल्या देशात पांढऱ्या डागांच्या आनुवंशिकतेबद्दलही अनेक प्रवाद आहेत. तसेच हे औषधोपचार दीर्घकाळ घ्यावे लागत असल्यामुळे रूग्णांचा सहभाग आणि फीडबॅक नवीन औषधे निर्माण करताना आवश्यक आहे. या सर्व प्रकल्पांसाठी शासकीय, वैद्यकीय संस्थांनी पुढाकार घ्यावा आणि मदत करावी अशी अपेक्षा त्यांनी व्यक्त केली.

वधुवर मेळाव्यास ६० विवाहोत्सुक मुलामुलींची उपस्थिती होती. मेळाव्यासाठी मुंबई, पुणे, औरंगाबाद, येवला, अहमदनगर, कोल्हापूर, सातारा, शिरूर, सोलापूर, नागपूर, नांदेड, जळगाव, जुन्नर, सांगली, अहमदाबाद, बेळगाव आणि हैद्राबाद येथून मुले-मुली आली होती. श्वेतामधून आजवर ९७० मुलामुलींची लग्नं झाली असून मेळाव्यात ७-८ लग्न ठरतील अशी आशा आहे.

२४ मे २०१७

सखी सहाय्याद्वारे कार्यक्रमांतर्गत डॉ. माया तुळपुळे आणि दिप्ती कुलकर्णी वार्डोबे यांची live मुलाखत आणि डॉ. वसुधा बेळगांवकर (बी. जे. मेडिकल कॉलेजच्या त्वचा रोग विभागाच्या प्राध्यापिका), डॉ. हरीष पाटणकर (आयुर्वेदाचार्य) यांची टेलीफोनिक मुलाखत घेण्यात आली.

९ जुलै २०१७

श्वेता असोसिएशन या कोड असणाऱ्या व्यक्तींच्या स्वमदत गटाच्या मदतीसाठी 'कजरा मोहब्बतवाला' या सुमधुर गाण्यांचा कार्यक्रम सूरसखी मंचातर्फे यशवंतराव चव्हाण सभागृहात आयोजित करण्यात आला होता. याप्रसंगी विविध क्षेत्रातील मान्यवर स्त्रियांचा सत्कार करण्यात आला. लतिका पडळकर-आय.ए.एस. अधिकारी, वीणा देव -

लेखिका, अनुराधा मराठे-गायिका, परिमल चौधरी-प्राज फाँडेशन, मेधा कुलकर्णी-आमदार, मृणाल कुलकर्णी-अभिनेत्री, वंदना चव्हाण-अध्यक्ष, राष्ट्रवादी काँग्रेस, डॉ. पारूल गंजू संशोधक, माधुरी सहस्रबुद्धे-नगरसेवक यांचा सत्कार डॉ. माया तुळपुळे यांच्या हस्ते करण्यात आला.

डॉ. माया तुळपुळे यांनी श्वेताच्या वधुवर मंडळ, नोकरी सहायता केंद्र, मॅराथॉन, डाग झाकणारी प्रसाधने, फोटोथेरपी, नितळ चित्रपट निर्मिती इत्यादी उपक्रमांची माहिती देऊन असे प्रतिपादन केले की अजूनही बऱ्याच प्रमाणात पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तींना सामाजिक अवहेलनेचा सामना करावा लागतो. हा फक्त रंग दोष आहे आणि जनजागृती हाच त्यावर खरा उपाय आहे.

सुप्रसिद्ध अभिनेत्री मृणाल कुलकर्णी यांनी सत्कारार्थींच्या वतीने आपल्या भाषणात असे सांगितले की सर्व चोखंदळ प्रेक्षक आज सामाजिक बांधिलकी समजून या कार्यक्रमाला उपस्थित राहिले आहेत हे कौतुकास्पद आहे. आपण अशा उपक्रमात आपले योगदान दिले पाहिजे आणि श्वेता सारख्या संस्थांना मदत केली पाहिजे.

विनया देसाई यांनी सूत्रसंचालन केले. श्वेता असोसिएशनच्या दीप्ती कुलकर्णी यांनी आभार मानले.

सूर सखी मंचाच्या मानिनी गुर्जर आणि रंजना काळे यांच्या संकल्पनेतून साकारलेला 'कजरा मोहब्बतवाला' हा सुवर्ण युगातील सिने संगीताचा फक्त गायिकांच्या वंद्य गीतांचा अनोखा कार्यक्रम सादर करण्यात आला. निवेदक गायक, वादक सर्व स्त्रियाच असा हा एक अनोखा गट आहे. निवेदन रंजना काळे यांनी केले. मानिनी गुर्जर, अनुराधा पटवर्धन आणि मेघना सहस्रबुद्धे यांनी गाणी सादर केली. साथसंगत शुभदा आठवले, किमया काणे, उर्मिला भालेराव, शिल्पा आपटे आणि उमा जठार यांनी उत्तम प्रकारे केली.

लता मंगेशकर, आशा भोसले, गीता दत्त, शमशाद बेगम, सुमन कल्याणपूर, कमल बारोत यांनी गायिलेली अनेक सुंदर गाणी सादर करण्यात आली. अखिया भूल गयी है सोना, मेरे मेहबूब मैं क्या नहीं, गरजत बरसत सावन आयो, गोरे गोरे बाके छोरे, रेशमी सलवार कुडता, मैं चली मैं चली, सखी सुन बोले पपीहा उसपार, हसता हुवा नूरानी चेहरा, कजरा मोहब्बतवाला, अपलम चपलम, हमे ना भूलाना इत्यादी गाणी सादर करण्यात आली.

प्रेक्षकांनी गच्च भरलेल्या सभागृहाने कार्यक्रमाला उत्फूर्त प्रतिसाद देऊन संगीताचा आनंद लुटला. या कार्यक्रमाद्वारे जमलेला निधी डॉ. योगेश गुर्जर यांनी श्वेता असोसिएशनला देणगी म्हणून सुपूर्त केला.

८ जुलै २०१७

डॉ. योगेश गुर्जर यांच्या घरी साहित्यिक आणि गडप्रेमी गो. नी. दांडेकर यांची १०१ वी जयंती साजरी करण्यात आली. त्यांच्या कन्या वीणा देव यांनी या कार्यक्रमाचे आयोजन केले होते.

सुरुवातीला दूरदर्शनवर झालेली गो. नी. दांडेकर आणि ओंकारनाथ जोशी यांची श्री. विजय देव यांनी घेतलेली मुलाखत दाखविण्यात आली. या मुलाखतीत गाडगे महाराजांबरोबरचे अनुभव आणि गाडगे महाराजांचे विचार यावर सविस्तर चर्चा झाली. या कार्यक्रमानंतर गो. नी. दांडेकरांबरोबरचे अनुभव श्री. रवि अभ्यंकर यांनी सांगितले. श्री. बाबुराव शिंदे आणि गाडगे महाराज मिशनचे चेअरमन श्री. मधुसुदन मोहिते पाटील यांनीही गो. नी. दांडेकरांचे विचार मांडले. त्यांच्या कांदबऱ्या पडघवली, कृष्णवेध आणि शितू यातील विचार घेऊन आपण कसे प्रेरित झाले हे १५ ते ३० वयोगटातील वेगवेगळ्या क्षेत्रातील तरुणांनी सांगितले. तसेच प्रत्येक मित्रांच्या वाढदिवसाला आम्ही गो. नी. दां. ची कादंबरी भेट देतो असेही सांगितले.

कार्यक्रम अतिशय सुंदररित्या आणि साधेपणाने पार पडला. या कार्यक्रमाला श्वेता असोसिएशनच्या अध्यक्षा डॉ. माया तुळपुळे आणि संगीता कोन्हाळे उपस्थित होत्या. वीणा देव यांनी श्वेताला मदत दिली.

१५ सप्टेंबर २०१७

हर्षल हॉल येथे 'देणे समाजाचे' ह्या प्रदर्शनात विविध सामाजिक संस्था सहभागी झाल्या होत्या. वीणा गोखले यांनी या प्रदर्शनाचे आयोजन केले होते. पुणे, बीड, सोलापूर, नाशिक, औरंगाबाद, उस्मानाबाद, जळगाव, परभणी,

बुलढाणा येथील अनेक सामाजिक संस्थाना एकाच छताखाली आणण्याचे काम वीणाताईने केले.

या प्रदर्शनाला श्वेता असोसिएशन तर्फे संगीता कोन्हाळे आणि अश्विनी देशपांडे यांनी भेट दिली. पाच वर्ष श्वेताचा स्टॉल या प्रदर्शनात होता.

२९ ऑक्टोबर २०१७ श्वेता असोसिएशन वधु वर मेळावा

संस्थेचा ३२ वा वधुवर मेळावा रविवार दिनांक २९ ऑक्टोबर रोजी लोकमान्य सभागृह केसरी वाडा, पुणे येथे महापौर मुक्ता टिळक यांच्या उपस्थितीत संपन्न झाला.

श्वेताच्या अध्यक्ष डॉ. माया तुळपुळे यांनी प्रास्ताविकात संस्थेच्या सभासदांसाठी राबविण्यात येणाऱ्या विविध उपक्रमांची माहिती दिली. जनजागृतीसाठी संस्था आयोजित करित असलेल्या मॅराथॉन, जाहीर सभा, सांस्कृतिक कार्यकम, निबंध स्पर्धा आदि कार्यक्रमांची माहिती देऊन त्यात सहभागी होण्याची विनंती केली. या स्वमदत गटाची सुरुवात पुण्यातून झाली याचा आम्हाला अभिमान वाटतो. परंतु पुण्यात आणि भारतात अजूनही या कार्याचा मोठ्या प्रमाणात प्रसार झाला पाहिजे. आंतरराष्ट्रीय स्तरावर Vitiligo International Patient Organization या गटाद्वारे मोठ्या प्रमाणात काम सुरु होते आहे. पुणे नगरपालिकेने मदतीचा हात पुढे करावा, विशेषतः शालेय आणि महाविद्यालयीन विद्यार्थ्यांमध्ये जागृती निर्माण करण्यासाठी मदत करावी अशी अपेक्षा व्यक्त केली.

अध्यक्षीय भाषणात महापौर सौ. मुक्ता टिळक यांनी असे प्रतिपादन केले की, पांढरे डाग हा विकार असणाऱ्या व्यक्तींनी 'हा त्रास मलाच का ?' हा विचार सोडून देऊन आत्मविश्वासाने जगण्यास शिकले पाहिजे. माझ्या मुलांच्या शाळेच्या रिक्षात एका मुलीला हा विकार होता. सर्व मुले तिच्यापासून लांब रहात. माझ्या मुलांना मी समजावून सांगितले की असे वागणे चुकीचे आहे. त्या मुलीच्या मनावर वाईट परिणाम होईल. आपण तिला प्रेमाने वागविले पाहिजे. श्वेताच्या कामात आम्ही शक्य ती मदत करू.

वधुवर मेळाव्यात पन्नास विवाहोच्छुक मुलामुलींची उपस्थिती होती. जळगाव, सातारा, वाई, औरंगाबाद, मुंबई, कोल्हापूर, बारामती, नागपूर, सांगली, सोलापूर, नगर, इंदापूर इत्यादी ठिकाणाहून लोक आले होते. या मेळाव्यात ५-७ जणांची लग्न ठरण्याची शक्यता आहे. आजवर संस्थेतील १००० मुलामुलींची लग्न झाली आहेत.

१२ नोव्हेंबर २०१७

श्वेता असोसिएशन चा ३३ वा वधु-वर मेळावा दादर येथील कित्ते भंडारी हॉलमध्ये आयोजित करण्यात आला होता. या मेळाव्याला प्रमुख पाहुणे म्हणून जेष्ठ पत्रकार उदय निरगुडकर, त्वचारोगतज्ज्ञ डॉ. तोरसेकर पती-पत्नी उपस्थित होते.

अध्यक्षीय भाषणात डॉ. उदय निरगुडकर यांनी समाजामध्ये अनेक गोष्टींबद्दल विचित्र भावना असते. पांढरे डाग असलेल्या मुलामुलींमध्येही ती असण्याचे कारण नाही असे स्पष्ट करत, हा या मुला-मुलींचा नाही तर बघणाऱ्यांचा दृष्टी दोष असल्याचे सांगितले. त्यांनी स्वतःच्या स्त्रीरोग तज्ज्ञ बहिणीचे उदाहरण देऊन सांगितले की, सोलापूरमध्ये स्वतःच्या पन्नासाव्या वाढदिवसानिमित्त बहिणीने वैद्यकीय पेशा बंद करून एचआयव्हीपीडित वेश्यांसाठी काम सुरु केले. हे काम अतिशय अवघड आहे. शरीरातील रोग दुरुस्त करता येईल पण मन दुरुस्त करणे कठीण आहे. सुप्रसिद्ध टेनिसपटू आर्थर रश याने वीस वेळा ग्रॅंडस्लॅम जिंकले. त्याला काही कारणांसाठी रक्त द्यावे लागले आणि त्याला एड्स झाला. मी वीस वेळा ग्रॅंडस्लॅम जिंकले तेव्हा मीच का जिंकलो, असे देवाला विचारले नाही मग आत्ताच कशाला विचारू असा सवाल रश यांनी स्वतःला केल्याचे निरगुडकर यांनी सांगितले. त्यांनी स्वतःच्या मानेच्या मणक्याचे अतिशय अवघड असे ऑपरेशन बारा तास चालल्याचा अनुभव सांगितला. ऑपरेशननंतर वर्षभर तुम्ही काहीही करू शकणार नाही, असे डॉक्टरांनी सांगितले होते. मात्र आत्मविश्वास आणि लढाऊ वृत्ती यामुळे फक्त दोन महिन्यांत काम सुरु केले. आंबे असलेल्या झाडालाच लोक दगड मारतात म्हणून लोकांनी नाव ठेवली तरी त्याचा बाऊ करू नका, असे डॉ. निरगुडकर म्हणाले.

या मेळाव्यात प्रसिद्ध त्वचारोगतज्ज्ञ डॉ. रघुनंदन तोरसेकर यांनी या आजारावर नवीन उपचार पद्धती उपलब्ध असल्याचे सांगून उपस्थितांच्या मनात आशेचा किरण निर्माण केला.

श्वेता असोसिएशनच्या अध्यक्ष डॉ. माया तुळपुळे यांनी प्रास्ताविकात संस्थेच्या कार्याविषयीची माहिती दिली. यच मेळाव्यास औरंगाबाद, पुणे, अकोला, कल्याण, नवी मुंबई, कोपरखैरणे, ऐरोली, खारघर, अलिबाग, चिपळूण येथून तीस वधू-वर उपस्थित होते. मेळाव्यामुळे पाच ते सहा विवाह ठरण्याची शक्यता आहे. संस्थेतील हजार मुलामुलींचे विवाह आतापर्यंत झाले आहेत.

१३ जानेवारी २०१८

श्वेता असोसिएशनची वेबसाईट बघून लंडन येथे वास्तव्यास असलेली भारतीय वंशाची फिटनेस ट्रेनर आणि मॉडेल नीनु गलोट हिच्या PRO-अॅमी हिने वारंवार संपर्क साधून भेटीची विनंती केली.

नीनु गलोट हिला गेली १४ वर्षे व्हिटीलीगो आहे केवळ ह्याच कारणामुळे श्वेतातर्फे डॉ. माया तुळपुळे, श्री. श्रीराम तुळपुळे व संगीता कोन्हाळे बांद्रा येथे हॉटेलात भेटण्यास गेले होते. नीनु यांनी अतिशय भावनाविषयक होऊन स्वतःची कहाणी सांगितली आणि भारतात काही काम करण्याची इच्छा असल्याचे सांगितले. त्याकरिता २५ फेब्रुवारी रोजी एक कार्यक्रम आयोजित करणार असून श्वेताच्या सभासदांनी जास्तीत जास्त संख्येने उपस्थित व्हावे अशी विनंती केली. त्यानुसार २५ फेब्रुवारी रोजी १५ सदस्यांनी हॉटेल डोपियो, बीच कॅडी येथे उपस्थित राहून समारंभास शोभा आणली. यचप्रसंगी नवाझ गौतम सिंघानिया आणि नीनु गलोट यांनी मनोगत व्यक्त केले. डॉ. माया तुळपुळेंनी त्यांच्या भाषणात सांगितले की १० वर्षापासून आम्ही श्वेता असोसिएशन नावाने पुण्यामध्ये कोड असणाऱ्या लोकांचा सेल्फ हेल्प सपोर्ट ग्रुप चालवत आहोत. ३००० लोकांची नोंदणी आमच्याकडे आहे. आमच्या संस्थेकडून समुपदेशन, फोटोथेरपी, मॅरेज ब्युरो हे उपक्रम चालवितो. आतापर्यंत ३३ मेळावे घेतले आहेत. १२०० लोकांची लग्न आतापर्यंत जुळली आहेत. एम्प्लॉयमेंट ब्युरो, पब्लिक अवेअरनेस प्रोग्रॅम, 'रन फॉर व्हिटीलीगो' हि मॅरेथॉन महिन्याच्या शेवटच्या रविवारी घेतली जाते. वॉकेथॉन, सायकल रॅली, निबंध स्पर्धा आयोजित केल्या जातात. डाग झाकोळणारी प्रसाधने आम्ही उपलब्ध करून देतो. आम्ही आतापर्यंत १००० च्या वर व्यक्तींचा मेडीकल डाटा गोळा केलेला आहे. एकाच छताखाली आम्ही हे सर्व उपक्रम राबवितो.

२८ जानेवारी २०१८

पांढरे डाग विषयक जनजागृतीसाठी श्वेता असोसिएशनने पुणे रनिंगचा LSOM गट आणि डेक्कन एज्युकेशन सोसायटीचे बृहन्महाराष्ट्र कॉलेज ऑफ कॉमर्स यांच्या संयुक्त विद्यमाने 'रन फॉर व्हिटीलीगो' या मॅरेथॉनचे आयोजन आणि नियोजन डॉक्टरांनी केले होते.

या मॅरेथॉनचा मार्ग बी.एम.सी.सी. पासून पाषाण आणि परत फिरून बी.एम.सी.सी. असा होता. १२०० स्पर्धकांनी यात भाग घेतला होता. सर्व वयोगटातील स्त्री-पुरुष, लहान मुले व डॉक्टर्स यात सहभागी झाले होते.

१० फेब्रुवारी २०१८

'समर्थ भारत' संस्थेतर्फे डॉ. प्र. ल. गावडे सभागृह, सदाशिव पेठ, पुणे येथे अभ्यासवर्ग आयोजित करण्यात आला होता. कार्यक्रमाची सुरुवात 'गिरकर उठना-उठकर चलना, ये क्रम है संसार का, कर्मवीर को फर्क न पडता, किसी जीत या हार का।' या पद्याने झाली. त्यानंतर समर्थ भारत चे कार्पोरेट हेड श्री. कार्तिकजी यांनी प्रास्ताविक केले.

सेवा सहयोग संस्थेचे कार्पोरेट ट्रेनर श्री. विवेक येरनाळकर यांनी व्हॉलेंटियर कसा टिकवला पाहिजे या संदर्भात चर्चासत्र घेतले. त्यात त्यांना ५-५ चे ग्रुप करून प्रत्येक ग्रुपला एका कुंडीत झाड लावायला सांगितले. प्रत्येक ग्रुपला प्रश्न विचारले, तुम्ही झाड कसे लावले ? झाड लावताना काय केले ? त्याची काळजी कशी घ्याल ? त्यानंतर

व्हॉलेंटियर कसे टिकवून ठेवले पाहिजेत ते सांगितले.

१) समोरच्या माणसाने तुमचे ऐकायचे का ? २) तुमचे बोलणे सतत ऐकून घेतले पाहिजे का ?

३) आपल्या बोलण्यात आपुलकी पाहिजे, गोडवा पाहिजे तरच तुम्ही माणसं टिकवू शकाल असेही त्यांनी सांगितले.

२० फेब्रुवारी २०१८

पॅरिस येथे काम करणारा व्हिटीलिगो सपोर्ट ग्रुप 'Association Francies du Vitiligo' (AFV) या मान्यवर संस्थेचे मुखपत्र संपादक करणाऱ्या निकोल मॅक्विन्नॉन आणि रॅन्डेल यांनी श्वेता असोसिएशनला विशेष भेट दिली. गेली ३-४ वर्षे श्वेता आणि AFV आंतरराष्ट्रीय पातळीवर एकत्रित काम करीत आहेत. याचेच पुढचे पाऊल म्हणून ही सदृच्छा भेट होती. निकोल यांनी संस्थेच्या कार्यालयात भेट देऊन सर्व कामकाजाची माहिती घेतली तसेच संस्थेत आलेल्या श्वेताच्या सभासदांशी संवाद साधला. पॅरीसला परत गेल्यावर त्यांनी अतिशय सुंदर लेख लिहून श्वेताच्या कामाची दखल घेतली. श्वेता आणि AFV चे सख्य उत्तरोत्तर असेच वाढावे ही अपेक्षा.

६ मार्च २०१८

फोर पॉईट शेरटन, खराडी येथे ब्रिन्टन फार्माक्युटिकलने राष्ट्रीय पातळीवरील सिनिअर मेडिकल रिप्रेझेंटेटिव्हचा ट्रेनिंग प्रोग्राम आयोजित केला होता. हा ट्रेनिंग प्रोग्राम राधाकृष्णन नायर आणि श्री. कुमार यांच्या कल्पनेतून साकार झाला. निमित्त होते व्हिटिलीगोवरील नवीन औषधांचे लॉचिंग. मेडिकल रिप्रेझेंटेटिव्हजना फक्त औषधांची माहिती असते. परंतु व्हिटिलोगोसारख्या संवेदनाशील विकाराबाबत रूग्णांच्या मानसिकतेची माहिती करून घेऊन औषधांचे प्रमोशन व्हावे ह्या उदात्त विचाराने श्वेताचे कार्य जाणून घेऊन डॉ. माया तुळपुळे यांनी सुमारे पन्नास सिनिअर व्यवस्थापक मंडळ आणि MR यांना संबोधित केले. पॉवर पॉईंट प्रेझेंटेशन आणि प्रश्नोत्तरे झाल्यानंतर अनेकांनी आम्हालाही व्हिटिलिगोची दुसरी बाजू कळाली असे म्हणून समाधाना व्यक्त केले. ब्रिंटन फार्माने "Victory over Vitiligo" या कॅम्पेन अंतर्गत श्वेता संस्थेसंबंधित कार्ड तयार करून समुपदेशनाची विनंती केली.

८ मार्च २०१८

जागतिक महिला दिनाचे औचित्य साधून पुण्यातील सक्षम महिला गायक, वादक कलाकारांचा सूरसखी वृंद 'कजरा मोहब्बतवाला' या कार्यक्रमात हिंदी चित्रपटाच्या सुवर्णकाळातील गायिकांनी गायलेली अजरामर ड्युएट्स सादर केली. हा कार्यक्रम एस.एम.जोशी सभागृह, नवी पेठ येथे संध्याकाळी ५.३० वाजता आयोजित करण्यात आला होता.

यावेळी ७ प्रतिथयश महिलांचा सत्कार करण्यात आला. 'श्वेता असोसिएशनच्या' अध्यक्ष डॉ. माया तुळपुळे, 'देणे समाजाचे' च्या वीणा गोखले, भगिनी निवेदिता बँकेच्या चीफ एक्झिक्युटिव्ह स्मिता देशपांडे, सुप्रसिद्ध कथक नृत्यांगना मनिषा साठे, एस.एन.डी.टी. च्या माजी प्राचार्य आणि सोशल वर्कर प्रेमी तारापूर, सोशल वर्कर अनुराधा करकरे आणि पुण्याचे पालकमंत्री श्री. गिरीश बापट यांच्या पत्नी सौ. गिरीजा बापट यांचा समावेश होता.

सर्व सत्कारार्थीतर्फे डॉ. माया तुळपुळे यांनी मनोगत व्यक्त केले. त्यात त्यांनी सांगितले "१ जुलै २०१७ रोजी यशवंतराव चव्हाण नाट्यगृहात 'सूरसखी' कार्यक्रम आयोजित करून श्वेता असोसिएशन कोड असणाऱ्या व्यक्तींच्या स्वमदत गटाला एक लाख रुपयांचा निधी गोळा करून दिला. त्याबद्दल आम्ही त्यांचे आभारी आहोत." या संस्थेनी आजवर ९ कार्यक्रम विविध प्रकारे काम करणाऱ्या व्यक्तींसाठी करून निधी गोळा करून दिला आहे.

१५ मार्च २०१८

पुण्यातील सर्व 'सपोर्ट ग्रुपसना सपोर्ट करण्यासाठी 'इन्स्टिट्यूट फॉर सायकॉलॉजिकल हेल्थ' अर्थात IPH चे पुणे केंद्र २७ मार्च २०१८ पासून ४, यशश्री कॉलनी, वेदांत नगरीजवळ, डी.पी.रोड, कर्वेनगर, पुणे येथे सुरु होत आहे. त्यासंदर्भात डॉ. आनंद नाडकर्णी व डॉ. सुखदा चिमोटे यांनी सर्व सपोर्ट ग्रुपसची मिटींग आयोजित केली होती. सर्व सपोर्ट ग्रुप शास्त्रशुद्ध रितीने चालविण्याकरिता मार्गदर्शन करण्यात येईल असे डॉ. आनंद नाडकर्णी यांनी सांगितले.

प्रत्येक सपोर्ट ग्रुपला कौन्सिलिंगसाठी महिन्यातील एक वार ठरवून दिला आहे.

श्वेता असोसिएशनसाठी शेवटच्या शुक्रवारी संध्याकाळी ४ ते ६ ही वेळ कौन्सेलिंगसाठी ठरविण्यात आली आहे.

■ ■

श्वेता वधु-वर मंडळ - एक यशस्वी उपक्रम

श्वेता असोसिएशन हा कोड असणाऱ्या व्यक्तींचा स्वमदत गट २६ मार्च २००१ पासून पुण्यात कार्यरत आहे. श्वेता वधु-वर मंडळ सप्टेंबर २००२ पासून कोड असणाऱ्या व्यक्तींच्या विवाहासाठी प्रयत्नशील आहे. आत्तापर्यंत २००० नोंदणी झाली असून त्यातील १२०० मुलामुलींची लग्ने झाली.

विवाह एक मोठा सामाजिक प्रश्न आहे. कोडाच्या बाबतीत तर सामाजिक गैरसमजुतीमुळे हा प्रश्न अधिकच गंभीर स्वरूप धारण करतो. श्वेता वधु-वर मंडळ कोड असणाऱ्या व्यक्ती किंवा ज्यांच्या कुटुंबातील व्यक्तींना कोड असल्यामुळे लग्न जमण्यास त्रास होतो अशा सर्वांसाठी काम करते. गेल्या काही वर्षात कमी अधिक व्यंग असणाऱ्या व्यक्ती श्वेताच्या मुलामुलींशी लग्न करण्यास सामोऱ्या येत आहेत. कोड हा संसर्गजन्य रोग नाही. त्याने प्रकृतीवर कुठलाही परिणाम होत नाही, वैद्यकीय सत्य समाजात रुजल्यामुळे अव्यंग मुले देखील कोड असणाऱ्या मुलींशी लग्न करत आहेत. आजपर्यंत आमच्या ८-१० मुलींशी अव्यंग मुलांनी लग्न केले आहे.

श्वेता वधु-वर मंडळ सकाळी ११.०० ते दुपारी २.०० पर्यंत, रविवार सोडून सर्व दिवशी सहवास हॉस्पिटल, २६ सहवास सोसायटी, कर्वेनगर, पुणे ५२ येथे कार्यरत असते. वर्षातून चार वेळा वधु-वर मेळावे घेतले जातात. दादर, ठाणे, नाशिक औरंगाबाद, कोल्हापूर, सोलापूर, नागपूर, अमरावती, बंगलोर या ठिकाणी मेळावे घेतले गेले. मेळाव्याला उदंड प्रतिसाद मिळतो. पुण्यातील मेळाव्यासाठी बाहेरगावाहून म्हणजेच मुंबई, नाशिक, औरंगाबाद, कोल्हापूर, नागपूर, सोलापूर, अमरावती, अकोला, परळी वैजनाथ, वाई, सातारा, बेळगांव, नांदेड, जळगाव, बुलढाणा, श्रीरामपूर, परभणी, अलिबाग, पंढरपूर येथून मुले-मुली येतात. सर्वात कौतुकाची गोष्ट म्हणजे २७ नोव्हेंबर २०१६ च्या मेळाव्याला नोएडा-दिल्ली येथूनही एक मुलगा पुण्याला आला होता. पुढील मेळावा रविवार दिनांक १५ एप्रिल २०१८ रोजी केसरीवाडा, नारायण पेठ येथे होणार आहे. हा ३३ वा वधु-वर मेळावा आहे.

माहितीसाठी संपर्क - ०२० - २५४५८७६०

मेल - deepti@myshweta.org / maya.tulpule@gmail.com

Facebook - Vitoligo Support - Shweta Associaiton

■ ■

रन फॉर व्हिटीलीगो - २०१८

पांढरे डाग (कोड) विषयक गैरसमज दूर करून त्याबाबत जनजागृती करण्यासाठी श्वेता असोसिएशन हा स्वमदत गट दरवर्षी जानेवारी महिन्याच्या शेवटच्या रविवारी मॅरेथॉन आयोजित करतो. यावर्षीही मागील २ वर्षांच्या उत्स्फूर्त प्रतिसादाची यशस्वी शिदोरी बरोबर घेऊन ३ री मॅरेथॉन रविवार दिनांक २८ जानेवारी २०१८ रोजी. बी.एम.सी.सी. (बृहन्महाराष्ट्र कॉलेज ऑफ कॉमर्स) येथून सकाळी ६.०० वाजता आयोजित केली होती.

पुणे रनिंगचा LSoM गट आणि डेक्कन एज्युकेशन सोसायटीचे बृहन्महाराष्ट्र कॉलेज ऑफ कॉमर्स यांच्या संयुक्त विद्यमाने मॅरेथॉनचे आयोजन आणि नियोजन डॉक्टरांनी केले होते. पांढरे डाग विषयक जनजागृतीसाठी डॉक्टर कायमच पुढाकार घेतात ही या उपक्रमाची एक जमेची बाजू आहे.

बी.एम.सी.सी.चे प्रिन्सिपॉल डॉ. चंद्रकांत रावळ आणि व्हाईस प्रिन्सिपॉल डॉ. जगदीश लांजेकर, डायरेक्टर फिजिकल एज्युकेशन चे श्री. अमराळे तसेच विश्वस्त मंडळ यांनी क्रीडांगण उपलब्ध करून देऊन श्वेता असोसिएशनच्या या उपक्रमाला संपूर्ण सहकार्य केले. ग्राउंडचे श्री. गायकवाड आणि श्री. चंदने यांचीही ग्राउंड संदर्भात पूर्वतयारी करणे आदी कामी खूप मदत केली. केवळ एका आठवड्याच्या तयारीनिशी ११ वी कक्षेच्या सुमारे ५०० विद्यार्थ्यांनी उत्स्फूर्तपणे मॅरेथॉनमध्ये भाग घेतला.

रॅलीचा मार्ग बी.एम.सी.सी. पासून सुरू होऊन पाषाण आणि परत फिरून बी.एम.सी.सी. असा होता.

ही स्पर्धा ३ कि.मी./५ कि.मी. चालणे अथवा धावणे आणि १० कि. मी. व १५ कि. मी. अशा स्वरूपाची होती. १५ कि.मी. धावणे या स्पर्धेत जास्तीत जास्त LSoM च्या धावपटूंचा सहभाग होता. स्पर्धेचे फ्लॅग ऑफ मेडिपॉईंट चे डॉ. बोनागिरी, बी.एम.सी.सी. चे डॉ. रावळ, डॉ. माया तुळपुळे, तसेच श्री. जयंत भावे नगरसेवक, पुणे महापालिका यांनी केले.

LSoM म्हणजे "लास्ट संडे ऑफ द मंथ" हा पुणे रनिंगचा ग्रुप आहे. अतिशय अल्प शुल्क आकारून दर महिन्याला शहराच्या वेगवेगळ्या भागात मॅरेथॉन आयोजन करून तरुणांना तंदुरुस्तीसाठी उद्युक्त करतात. पुणे रनिंगचे प्रमुख श्री. राकेश मेहता, डॉ. अविनाश देशमुख, डॉ. मंदार डोईफोडे, मिताली उपाध्ये, डॉ. विवेक बिल्लमपल्ली, रोटरीचे श्री. माधव व सौ. नेहा तिळगुळकर, जनकल्याणचे राजेश तोलबांडे, श्वेताचे डॉ. मुक्ता तुळपुळे, डॉ. माया तुळपुळे, डॉ. संकेत दाणी, स्वाती दाणी, श्री. श्रीराम तुळपुळे, श्री व सौ. चाफळकर, भक्ती चाफळकर, श्री. रमेश फडके, श्री. थोरबोले, अश्विनी देशपांडे, संगीता कोन्हाळे, प्राची शिंदे, स्वाती बक्षी, श्री. प्रसाद वसंतगडकर, रूपाली मगर आणि सोनिया व संजीव मुळे यांच्या सहकार्याने मॅरेथॉन उत्तमरीत्या पार पडली.

ह्या स्पर्धेत इंडियन मेडिकल असोसिएशन, डर्माटॉलॉजिस्ट असोसिएशन (IADVL), जनरल प्रॅक्टिशनर्स असोसिएशन (GPA), पुणे स्त्रीरोग तज्ञ सोसायटी (POGS), पुणे जिल्हा चॅरीटेबल ट्रस्ट (PDCT), रेड क्रॉस पुणे, जनकल्याण रक्तपेढी, डॉ. नितु मांडके चॅरीटेबल ट्रस्ट, टिळक आयुर्वेद, आरोग्य भारती, या वैद्यकीय क्षेत्रातील संस्था तसेच स्पार्क, विज्ञान भारती, शारदा शक्ती, स्वरूपवर्धिनी, सेवावर्धिनी, सामाजिक समरसता मंच, क्रीडा भारती, देणे समाजाचे, रोटरी क्लब ऑफ पुणे मेट्रो, रोटरी क्लब ऑफ पुणे वेस्टएंड, मेक माय ड्रीम फाँडेशन, आपुलकी आणि द कॉसमॉस को. ऑप. बँक ली. यांचा समावेश होता.

३१ जानेवारी २०१६ रोजी तळजाई येथे फ्री रनर्स, पुणे आणि श्वेता असोसिएशन यांच्या संयुक्त विद्यमाने

पहिली मॅरेथॉन संपन्न झाली होती. सुमारे ७५० स्त्री-पुरुष, लहान मुलें-मुली, तसेच ५ अपंग व्यक्ती सहभागी झाल्या होत्या. आणि कोड हा विषय वेगळा आहे तो आम्हाला भावला म्हणून आम्ही सहभागी होत आहोत असे म्हणून कोडव्याच्या १६० बोहरी मुस्लिम समाजाच्या स्त्री-पुरुषांनी स्वतःहून पुढे येऊन भाग घेतला. हा आम्हाला सुखद धक्का होता. भोरची २५ तरुण मुले, मुंबईचा I.T. ग्रुप, रोटरी क्लब ऑफ पुणे मेट्रोचे २५ सहकारी आणि इतर लोक यात सहभागी झाले होते. स्थानिक नगरसेवक श्री. सुभाष जगताप आणि तळजाई ग्रुप ची मदत झाली.

२९ जानेवारी २०१७ रोजी बी. जे. मेडिकल ग्राऊंडवर मॅरेथॉन आयोजित केली होती. बी. जे. मेडिकलचे डीन डॉ. अजय चंदनवाले, डॉ. तांबे, डॉ. अजय तावरे, डॉ. हरीष तातिया आणि समाजसेवक अधीक्षक श्री. एम. बी. शेवाळे यांच्या पुढाकाराने मैदान आणि रनपूर्वीचे सोपस्कर सुलभपणे उपलब्ध झाले. या मॅरेथॉनला डॉ. संचेती, आमदार मेधाताई कुलकर्णी उपस्थित होत्या. सुमारे ८५० लोकांनी मॅरेथॉनमध्ये भाग घेतला होता.

झुंबा डान्सच्या माध्यमातून स्पर्धकांचे धावणे सुरु करण्यापूर्वीचे वॉमअप सेशन ऋतुजा इंगळे आणि ग्रुप यांनी उत्साहाने पार पाडले. या मॅरेथॉन मध्ये ३ कि.मी. / ५ कि.मी. गटात ४०० स्पर्धकांनी तर १० कि.मी. धावणे या गटात २०० स्पर्धकांनी सहभाग घेतला. ६०० स्पर्धकांनी १५ कि.मी. चा टप्पा यशस्वीपणे पार केला. सर्व प्रथम आलेल्या स्पर्धकाने १५ कि.मी. चे अंतर १ तास १० मिनिटे एवढ्या वेळात पूर्ण केले. या स्पर्धेत सर्व वयोगटाच्या स्त्री-पुरुषांनी भाग घेतला हे या स्पर्धेचे वैशिष्ट्य म्हणावे लागेल. सर्व स्पर्धकांना बॅजेस् आणि स्नॅक्स देऊन मॅरेथॉनची सांगता झाली. ■ ■

RUN FOR Village
 WOMEN ASSOCIATION
 This Event entirely organized by
 DOCTORS
 PUNE RUNNING
 LSO
 Love yourself
 and
 all your imperfections
 Date : Sunday 28th Jan 2018
 Start Time/Flag Off
 15 K:6am ;; 10K:6.30am ;; 3/5K:7am
 Venue : BMCC ground, Shivaji nagar, Deccan Gymkhana, Pune

Don't judge a book by it's cover

Prasad Vasantgadkar

"Love at first sight".

Not love at first 'conversation'. Not love at 'the first time I heard you sing'. Not love at 'the first time we had a real connection'.

In a world that brags about not judging a book by its cover, most people around us still believe that what you see is what you get. Here, Fair and Lovely is still the top selling cream, because people believe that your beauty means nothing unless you have fair, even-toned skin. Here, we have young Indian girls who shy away from looking into the mirror, because their darker skin makes them believe they aren't pretty. Here, anyone with Leukoderma Psoriasis is treated with toxicity and asked to stay away from other 'healthy' people.

Here, despite winning freedom from the British Raj over 70 years ago, we still enjoy discrimination over the colour of our skin. Which begs the question, have we really won freedom from the mindset of fairness? Or do we still succumb to generating self-worth over the colour of our skin? Do we really see skin conditions for what they are? Or do we still treat people with spots on their skin with noxiousness without knowing the full intensity of their condition?

Leucoderma or as it is known locally: Phulawarior Safed Daag, is a skin condition. It is made of two words, leuco meaning white and derma meaning skin. The skin gradually loses Melanin which leaves residual white spots. Though the situation affects everyone with equal intensity, dark skinned people exhibit the most jarring effects. Leukoderma Psoriasis is a chronic autoimmune disease and occurs when the immune system sends out faulty signals to stimulate skin growth. The most commonly exhibited form of psoriasis, plaque psoriasis, is seen through red and white hues appearing on top of the skin.

This condition does not lead to organic harm nor is it contagious and damaging to other individuals. Nevertheless, ask anyone who has been inflicted with this, everyone will say that Leucoderma is less 'disorder' and more 'social stigma'. The social consequences of Leucoderma are far over-reaching than its medical-consequences, especially in India. This is because it inflicts a the largest and most visible organ of our body: the skin.

The social stigma about Leukoderma is so prevalent that it has earned itself its own psychological Stress-Disorder. Leukoderma-Stigma creates way for social isolation, discrimination and consequently lack of confidence. These scenarios are the leading contributors to depression, agoraphobia and anxiety. This stigma is highly prevalent in developing countries like India, Bangladesh, Sri Lanka owing to the dearth in education about the field. The social education about skin-disorders also comes various religious beliefs. A vast portion of the population believe that skin-spots are an act of God and inflict people who deserve God's wrath. These utterly unfounded beliefs contribute to the social-isolation of leukoderma patients, making them believe that their disorder is their fault.

It is this mindset that holds our country back from true equality and uninterrupted acceptance. This mentality crushes the confidence of young souls and drives out their desire to go forth in the world. We may have lost out on so many great minds, just because we told them that they are deserving of God's wrath.

A country that truly dreams of progress should battle such an incapacitating social stigma to help realise the true potential of every individual that calls India their home.

■ ■

आमचे देणगीदार
१ एप्रिल २०१७ ते २१ मार्च २०१८

१)	३/४/२०१७	डॉ. सत्येंद्रु सहा, नागपूर	१०,०००/-
२)	२४/४/२०१७	डॉ. युवराज कदम, पुणे	५००/-
३)	११/५/२०१७	अॅड. एस. के. जैन, पुणे	११,०००/-
४)	२०/५/२०१७	प्रभा दामोदर शेंभवणेकर, पुणे	५,०००/-
५)	२७/५/२०१७	अॅड. शरतचंद्र एस. बनहट्टी, पुणे	१०,०००/-
६)	१/७/२०१७	सूरसखी	१,०९,१४३/-
७)	२४/८/२०१७	प्राप्ती राजेश केसरकर, गोवा	५,०००/-
८)	१६/९/२०१७	विजया हरी दर्वे, पुणे	५,०००/-
९)	१७/१०/२०१७	अॅड. शरतचंद्र एस. बनहट्टी, पुणे	१०,०००/-
१०)	१०/११/२०१७	शैलजा सुरेश पाटणकर, पुणे	१०,०००/-
११)	२२/११/२०१७	अनुराधा विश्वास जोशी, सावंतवाडी	१,०००/-
१२)	२४/११/२०१७	श्री. माधव कळमकर, मुंबई	५,०००/-
१३)	५/१२/२०१७	वरद सुषम शेवाळे, मुंबई	१,५००/-
१४)	९/१२/२०१७	ललिता अनिल पटवर्धन, पुणे	५,०००/-
१५)	१५/१२/२०१७	चित्रा विलास पाटणकर, पुणे	१०,०००/-
१६)	४/१/२०१८	माधवी मिलींद खडकर, तळेगाव दाभाडे	२,१००/-
१७)	१९/१/२०१८	रोटरी क्लब ऑफ पुणे, वेस्टएन्ड, पुणे	१०,०००/-
१८)	२३/१/२०१८	नलिनी कौशिककर, मुंबई	५००/-
१९)	२८/१/२०१८	अॅड. शरतचंद्र एस. बनहट्टी, पुणे	१५,०००/-
२०)	२६/१/२०१८	डॉ. पद्मा अय्यर, पुणे	२०,००१/-
२१)	२७/१/२०१८	मुकुल माधव फाउंडेशन, पुणे	१०,०००/-
२२)	२८/१/२०१८	Fleetguard Filters Pvt Ltd Pune	६५,६२५/-
२३)	३०/१/२०१८	डॉ. आभा विवेक कानडे, पुणे	५,००१/-
२४)	२७/२/२०१८	द. कॉसमॉस को. ऑप. बँक लिमिटेड, पुणे	३,०००/-
२५)	२२/३/२०१८	श्री. रामपदम् गोडबोले प्रतिष्ठान, पुणे	२,५०,०००/-
२६)	३१/३/२०१८	महाराष्ट्र चित्रपट रंगभूमी	२,००,०००/-