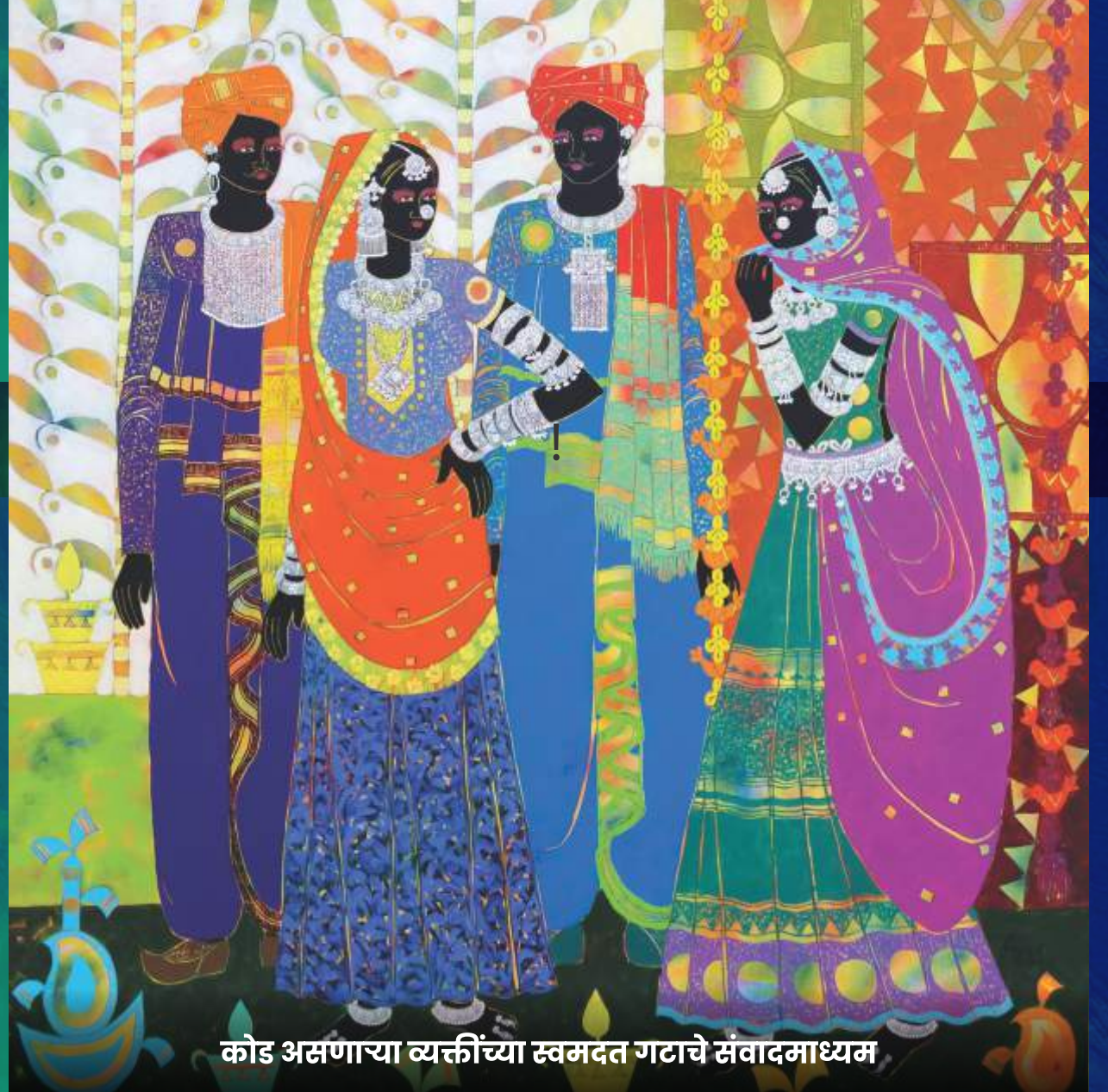


रंग मनाचे

श्वेता असोसिएशन



कोड असणाच्या व्यक्तींच्या स्वमदत गटाचे संवादमाध्यम

द्विदशक पूर्ती विशेषांक | एप्रिल 2021

Shweta Association First Public Meeting 20 January 2002



Dr. Maya Tulpule



Dr. Yashwant Tavade



Dr. Vasudev Paralikar



Dr. Jyotsna Padalkar



Dr. Bipin Deshpande



Dr. Shrikant Joshi



Dr. Vinay Koparkar



Dr. Vikram Gaikwad



Dr. Urjita Phadke



Audience

रंग मनाचे

कोड असणाऱ्या व्यक्तींच्या स्वमदत गटाचे संवादमाध्यम

श्वेता असोसिएशन

रजिस्ट्रेशन नं. महाराष्ट्र/११४४/२००१/पुणे
(स्थापना : २६ मार्च २००१)

एकविसाव्या वर्षात पदार्पण

संपादक मंडळ :

डॉ. माया तुळपुळे, वृषाली देशपांडे

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,
कर्वेनगर, पुणे ४११०५२

दूरध्वनी :

020-25458760 / 9284652032

email : maya@myshweta.org

deepti@myshweta.org

website : www.myshweta.org

Facebook : Vitiligo Support - Shweta Association

You Tube : Shweta Vitiligo Support

Toll Free No. : 1800 - 233 - 8760

मुखपृष्ठ चित्रकार :

अनुराधा ठाकूर

Shweta Association

Our Trustees

Dr. Maya Tulpule
Shrikant Chaphalkar
Prasad Vasantgadkar

Shreekrishna Kulkarni
Sandhya Dande
Dr. Yogesh Gurjar
Kiran Kumbhar

Working committee

Dr. P.G Tulpule
Dr. Mukta Tulpule-Dani
Shriram Tulpule
Madhuri Phadke
Uday Ghayal
Ashwini Deshpande
Vrushali Deshpande
Swati Bakshi

Prachi Shinde
Adv. Akshay Vasantgadkar
Dr. Rachana Sampat
Rajan Sawarikar
Uday Palnitkar
Dr. Padma Iyer

Medical Advisers

Dr. Davinder Parsad
Dr. V.Mysore
Dr. T.Salim
Dr. Rajesh Gokhale
Dr. Raghunandan Torsekar
Dr. Yashwant Tawade
Dr. Narendra Patwardhan
Dr. Dhanashree Bhide
Dr. Asavari Gokhale
Dr. Pravin Bhartiya
Dr. Vidyasagar Ghate
Dr. Mrunmayee Godbole
Dr. Manjiri Oak
Dr. Milind Deshmukh
Dr. Rachana Sampat

Patrons

Dr. Anil Awachat
Dr. Mohan Agashe
Dr. Anand Nadkarni
Dr. Jayant Navarange
Dr. Shreekant Poornapatre
Padmashri Arvind Gupta
Padmashri Sudha Murthy
Dr. Uday Nirgudkar
Mr. Sudhir Gadgil
Nasima Hurzuk
P. D. Deshpande
Achyut Godbole
Vilas Chaphekar
Sumitra Bhave
Sunil Sukthankar
Deepa Lagoo
Rakesh Mehta
Anuradha Thakur
Dr. Jyotsna Padalkar
Pushpa Nade
Renu Gavaskar

अनुक्रमणिका

१.	Shweta Association	२
२.	अनुक्रमणिका	३
३.	Trapped	४
४.	संपादकीय	५
५.	एका लग्नाची गोष्ट	६
६.	कोडाला तोंड देताना	९
७.	सगळी मजा सरमिसळीची	१२
८.	सामाजिक संस्थांचे नेतृत्व: अपेक्षा आणि आव्हान	१६
९.	तोरा मन दर्पन	२०
१०.	गंभीर विषयाचं 'नितळ' आकलन	२२
११.	A Personal Experience	२५
१२.	तेथे कर माझे जुळती	२६
१३.	अलौकिकतेची अनुभूती	२८
१४.	प्राजक्ताचे फूल	३१
१५.	Essence of Friendship, Confidant, Love & Relationship	३५
१६.	संध्या छाया भुलविती हृदया	३८
१७.	रंग मनाचे-मना मनाचे	४०
१८.	श्री महर्षि दधिची नमः	४२
१९.	निरोप	४५
२०.	अनाहिता	४८
२१.	काही दिवसांपूर्वीची गोष्ट	५०
२२.	“रंगबावरी” - इंदिरा संत	५२
२३.	BROKEN IS BEAUTIFUL	५४
२४.	सुखी सहजीवन	५५
२५.	आतला आवाज	५७
२६.	मन रे...	५९
२७.	MOR F-TI	६२
२८.	श्रीमंतीचे झाड	६३
२९.	रियाज़	६४
३०.	आदरांजली : विनायकदादा पाटील	६५
३१.	‘सपोर्ट ग्रुप’	६७
३२.	So What	६९
३३.	श्वेता शाखांचे रिपोर्ट्स	७०
३४.	A Brief Report	७६
३५.	Vitiligo International Patient Organization Conference	७७
३६.	रन फॉर व्हिटिलीगो	७८
३७.	Narrow Band UVA / UVB Phototherapy and Excimer Laser	७९
३८.	श्वेता वधुवर मंडळ	८०
३९.	आमचे देणगीदार	८३
४०.	इतर शाखांच्या संपर्कासाठी	८४

Trapped

डॉ. माया तुळपुळे

१९२३७०९२१०

२४ मार्च २०२०! पहिला लॉकडाऊन सुरु झाला. रस्त्यावर शुकशुकाट ! मार्केट बंद, पेट्रोल पंप बंद, कारखाने, बांधकाम, शाळा, कॉलेजेस, ऑफिसेस, थिएटर्स सर्व बंद ! कार्यालयं, बँका, हॉटेल्स, रेल्वे, बसेस, विमानसेवा सर्व ठप्प ! किराणा, दूध, भाजीपाला, औषधं सकाळी ९ ते ११ याच वेळात उपलब्ध. कुठेही जाणे नाही आणि येणे नाही. मोबाईल, टीव्ही, लॅडलाईन हीच संवाद साधण्याची आणि करमणुकीची साधनं ! जवळजवळ सर्व जग अशा सन्नाट्यात बुडालं होतं. ज्यांना शक्य होतं ते घरूनच काम करत होते. WFH ही संज्ञा यापुढे अनेक वर्ष टिकणार आहे.

सुरवातीला नवलाई होती. सर्व कुटुंब घरी होते. गृहिणींनी नवनवीन पदार्थ करून कौतुकाने सर्वांना खायला घातले. नव्या नवलाईचे दिवस सरले. कुणाचं कोण कोरोना पॉझिटिव्ह, कोणी आईसीयुत, कोणाचे मृत्यु! सर्वत्र अनिश्चिततेचे सावट ! कोरोना कोणाला धरेल सांगता येत नाही. मनं धास्तावलेली !

माणूस हा समुहानी राहणारा प्राणी आहे. त्यात आम्ही भारतीय जरा जास्तच कुटुंबवत्सल व उत्सवप्रिय असलेले! आठवडेचे आठवडे कोणाला भेटायचे नाही, कुणाकडे चहा, कॉफी, नाश्ता, जेवण, पार्टी, भिशी नाही, वाढदिवस, लग्न, एनोजमेंट नाही.

घराच्या चार भिंतीत सर्व बंदिस्त ! माणसांचा वावर बंद झाला, म्हणल्यास रस्त्यावर जनावरांचा वावर सुरु झाला. गवे, बिबटे, वाघ, हत्ती, सुसर आणि इतरही कधी रस्त्यावर न दिसणारे प्राणी, पक्षी मुक्तपणे वावरू लागले. असे अनेक व्हिडिओ मोबाईलवर फिरू लागले. प्राणिसंग्रहालयातील बंदिस्त प्राण्यांना चुकल्या चुकल्यासारखा वाटू लागलं म्हणे! कोणी दिसत नाही, बघायला कोणी येत नाही त्यांना देखील डिप्रेशन आलं.

मग बंदिस्त मनस्थितीचे परिणाम यावर analysis सुरु झाले. त्यावर शोधनिबंध प्रकाशित झाले. मास्क नको, हे कोंडलेपण नको, मुक्तसंचाराचं स्वातंत्र्य पाहिजे, म्हणून अमेरिका, फ्रान्स आणि अनेक देशात निदर्शनं झाली, मोर्चे निघाले. जीवघेणी महामारी आटोक्यात यावी म्हणून स्वतःच्या भल्यासाठी घातलेले निर्बंध पाळण्याचा विवेक, संयम, नियम मोडून गरज नसताना मास्क न लावता हिंडणारे भारतातही कमी नाहीत.

मनात विचार आला, काही महिन्यांच्या घरातल्या बंदिस्त जीवनाला आम्ही इतके वैतागलो तर घराच्या उंबरठ्या बाहेर पडू न शकणाऱ्या अनेक व्यक्ती कसं आयुष्य जगत असतील ? लग्न होऊन घरात आलेल्या काही स्त्रिया शेवटच्या यात्रेसाठीच घराबाहेर पडू शकतात अशी परिस्थिती अजूनही थोड्या प्रमाणात का होईना अस्तित्वात आहे. अपघातांनी किंवा आजारांनी अंधत्व, अपंगत्व आलेल्या व्यक्तींना काय वाटत असेल ? मी या शरीरात कोंडून पडले आहे, अडकले आहे, मला पूर्वीसारखं बागडायचं आहे, नाचायचं आहे, दुनियेचे रंग बघायचे आहेत असं वाटत असेलच ना ! माझ्याकडे एक ८२ वर्षाचे आजोबा आले होते. त्यांच्या कपाळावर हेअर लाईन वर एक पांढरा डाग होता, त्यासाठी त्यांना औषधोपचार आणि फोटोथेरेपी घ्यायची होती. मी म्हटलं आता तो डाग केसांनी झाकून जातोय, तुम्हाला औषधं घ्यायची का आहेत ? तर म्हणाले जसा जन्माला आलो तसाच मरण्याची इच्छा आहे. अशीही मानसिकता आहे. पण...

शारीरिक व्यंगावर मात करून दुर्दम्य उत्साहाने जीवन जगणाऱ्या व्यक्ती पाहिल्या की असं वाटतं आम्ही सामान्य माणसं त्याच्याकडून कधी काही शिकणार आहोत की नाही ???

संपादकीय

वर्षप्रतिपदेला श्वेता असोसिएशननी वीस वर्षे पूर्ण केली. आपल्या संस्थेचे पाऊल पुढेच पडत राहिले, नवनवीन उपक्रम सुरु झाले, कुवतीप्रमाणे आम्ही सर्वजण काम करत राहिलो. कामात दिवस कसे गेले कळले नाही, वर्षे सरत गेली. पण २०२० हे वर्ष अवघड गेलं. आयुष्यात प्रथमच लॉकडाऊन अनुभवला. दोन महिने सर्व ठप्प! बंद दरवाजाआडून बघत, ऐकत राहायचे. जिवलगान्चे मृत्यू अनुभवले. भरल्या घरातल्या, कोरोनामुळे मृत्यू झालेल्या व्यक्तीला बेवारसाप्रमाणे परस्पर अंत्यसंस्कार करण्याची पाळी महानगरपालिकेवर आली. घरटी एखादा तरी कोरोना



संक्रमित आढळायचा. डॉक्टर, नर्सेस, आया, रुग्णवाहिका चालक, सफाईकामगार यांनी जिवावर उदार होऊन काम केली. महिने सरत गेले. थोडी थोडी कामं सुरु झाली. श्वेताचं ऑफिस अत्यावश्यक सेवा या कॅटेगरीत येत नसल्यामुळे दोन महिने बंद होतं. स्टाफ आला आणि फोटोथेरपी, ऑनलाईन रजिस्ट्रेशन, सल्लामसलत, समुपदेशन सुरु झालं. दिवाळीनंतर सर्व सावधगिरी घेऊन नियमित कामं सुरु झाली. या सुमारास अनेक दिवस मागे पडलेलं यु ट्यूब चॅनेल सुरु झालं. याच मोठं श्रेय श्वेता ऑफिसच्या सहायक वृषाली किणगीला जातं.

आपल्या कार्यक्रमाला २०० च्या आसपास लोक महाराष्ट्रातील अनेक गावांमधून येतात.असा जमाव जमवणे योग्य नसल्यामुळे वर्षभरात एकही सभा-मेळावा घेता आला नाही. हॉलचे बुकिंग रद्द करावे लागले. ऑनलाईन वर्ल्ड व्हिटीलीगो डे सेमिनार आणि व्हिटीलीगो इंटरनॅशनल पेशंट ऑर्गनायझिंग कॉन्फरन्स मात्र झाली. यंदा प्रथमच Virtual Run for Vitiligo संपन्न झाला. हे सर्व अनुभव नवीनच! वधुवर मंडळातदेखील ऑनलाईन ५६-५७ जणांची नोंदणी झाली.थोडक्यात, कामं काही काळ थांबली पण बंद झाली नाहीत.

श्वेताचा द्विदशकपुर्ती सोहळा १८ एप्रिल २०२१ रोजी मोठ्या प्रमाणात करायचे ठरले होते, 'रंग मनाचे' अंकाचे प्रकाशनही होणार होते. सर्व रहित करावे लागले. आमच्या उत्साहावर पाणी पडले. आता पुढच्या वर्षी साजरा करणार!

२० वर्षांच्या वाटचालीतले अनुभव गाठीशी घेऊन पुढला प्रवास होणार आहे. बहुतेक अनुभव चांगले, काही खूप शिकवणारे! अनेक कार्यकर्ते आणि आधारवड आज काळाच्या पडद्याआड गेले आहेत. त्यांचे स्मरण कायमच राहिल ! ही पोकळी भरून काढण्यासाठी आणि नव्या जोमाने काम करण्यासाठी तरुण आणि उत्साही, टेक्नोसॅव्ही कार्यकर्त्यांची आणि देणगीदारांची नितांत गरज आहे.आजवर जसे मदतीचे शेकडो हात पुढे आले तसेच ह्यापुढेही मिळत राहतील याबद्दल शंका नाही. आम्हास आपली प्रतीक्षा आहे!!

– डॉ. माया तुळपुळे

एका लग्नाची गोष्ट

पद्मश्री डॉ. स्मिता आणि रविंद्र कोल्हे

मृणालिनी चितळे

९८२२३०१७५०

“इथून पुढे माझ्या लग्नाच्या भानगडीत तुम्ही कुणी पडण्याचं कारण नाही. माझं मी बघेन.” स्मितानं जाहीर केलं. “माझं मी बघेन म्हणजे? म्हणजे काय करणार आहेस तू?” स्मिताच्या भावानं विचारलं.

“ते ठरवलं नाही अजून पण कांदेपोहे पध्दतीनं लग्न जुळविण्यात मला इंटरेस्ट नाही. मुलाकडची माणसं पहायला आली की त्यांची खातिरदारी करणं, त्यांच्या बरोबर दोन वर्षांचं पोर असेल तरी त्याच्या पाया पडणं... आपल्यातल्या या चाली रीती मला बिलकूल मान्य नाहीत. इतके दिवस केलं तेवढ खूप झालं.”

“पण मग तुझं लग्न कसं होईल? जन्मभर कुवाँर का रहायच आहे तुला?” आईनं काळजीनं विचारलं.

“तसं रहायला लागलं तरी हरकत नाही. नाही झालं लग्न तर खांद्याला झोळी अडकवून समाजकार्य करण्यासाठी कुठेही चालली जाईन.”

“स्मिता, मुलीच्या जातीला इतका हटवादीपणा बरा नाही दिसत.” आई तिच्या खांद्यावर थोपटत म्हणाली.

“अगं, पण लग्न जुळण्यासाठी कमी का तडजोडी करायचा प्रयत्न केला मी. मला माहितीय माझ्या अंगावरच्या या पांढऱ्या डागांमुळे तुम्हाला सगळ्यांना टेन्शन आलं आहे. दादाला आणि ताईला त्यांच्या मुलांच्या लग्नाची काळजी वाटतीय. पण म्हणून या डागांविषयी न सांगता लग्न करायची माझी तयारी नाही आणि तेही एकदा त्या अनुभवातून गेल्यावर. आठवतंय ना त्या वकील मुलाच्या बाबत काय घडलं ते. मी सांगत होते की त्याला माझ्या पांढऱ्या डागांविषयी पहिल्यांदाच सांगू या. पण कुणालाच ते पटतं नाही. मी हट्ट धरला म्हणून सांगितलं. मग व्हायचा तोच परिणाम झाला. लग्न मोडलं. याला तुम्ही सर्वजण हटवादीपणा म्हणत असाल तर खुशाल म्हणा. पण तो मी पूर्वीच करायला हवा होता. शिक्षणाच्या बाबत तुमचं ऐकलं तेही चुकलं असं आता वाटतंय. लग्नाच्या बाबत असं ऐकण्याची चूक मी करणार नाही. इथून पुढे मला योग्य वाटेल त्या मुलाला मी एकटी जाऊन भेटेन. समजलं.”

आज २०२१ साली लग्नासंबंधीचा स्मिताचा दृष्टिकोण आणि वागणं चुकीचं आहे असं कुणाला वाटणार नाही. पण ज्या कुटुंबात ती जन्माला आली होती, लहानाची मोठी झाली होती त्या कुटुंबात तीस एक वर्षापूर्वी तिच्या अपेक्षा अवास्तव ठरत होत्या. नागपूरला मांजरे कुटुंबात स्मिताचा जन्म झाला. मांजरे कुटुंब तसं सुखवस्तू. दहा भावंडांत शेंडेफळ असलेली स्मिता लाडाकोडात लहानाची मोठी झाली. उत्तम गुण मिळवून दहावीची परीक्षा उत्तीर्ण झाल्यावर तिचा ओढा कल तर वैद्यकीय शाखेकडे होता. परंतु डॉक्टर होण्यासाठी लागणारा तब्बल सात वर्षांचा कालावधी आणि त्या नंतर तिच्यापेक्षा जास्त शिकलेला नवरा शोधताना येऊ शकणाऱ्या अडचणी लक्षात येऊन तिच्या भावानं तिला कलाशाखेकडे प्रवेश घ्यायला लावला. महाविद्यालयात शिकत असताना टेबल टेनिस, पॅराग्लायडिंग, एन.सी.सी. यासारख्या उपक्रमांमध्ये ती धडाडीनं भाग घेई. सतार वाजवायला शिकली. संगीत विषय घेऊन ती बी. ए. झाली. बी. ए. च्या शेवटल्या वर्षाला असताना ती आजारी पडली. आजारपणामुळे का काय माहित नाही पण तिच्या अंगावर आधीपासून असलेले पांढरे डाग वाढायला लागले. सगळ्यांना तिच्या लग्नाची काळजी वाटायला लागली. त्यांनी अनेक ठिकाणी प्रयत्न करून बघितले पण सगळीकडून नकार घंटा आली. आपण कुणावरही ओझं बनून जगायचं नाही या इराद्यानं स्मितानं नोकरी मिळवायचा खूप प्रयत्न केला पण त्यातही यश आलं नाही. तिनं पुढे शिकायचं ठरवलं. स्वतः जवळ असलेली २०० रुपयाची चिह्नर उपयोगात आणून तिनं लॉ कॉलेजला प्रवेश मिळवला. परंतु हळूहळू तिच्या लक्षात यायला लागलं की आपला स्वभाव वकिली पेशाशी जुळवून घेणारा नाही. खऱ्याचं खोटं आणि खोट्याचं खरं करण्यात तिचा जीव गुदमरून जाऊ लागला. इकडं लग्नाचं गाडंही पुढे सरकत नव्हतं. नाहीच लग्न झालं तर सेवाभावी वृत्तीनं काम करण्याच तिनं ठरवलं. त्यासाठी तिला डॉक्टरी पेशा जवळचा वाटायला लागला. तिनं वडिलांपाशी हट्ट धरला की तुम्ही जे पैसे माझ्या लग्नासाठी म्हणून ठेवले आहेत ते मला माझ्या शिक्षणासाठी द्या म्हणजे मी माझ्या पायावर तरी उभी राहू शकेन. स्मिताच्या वडिलांना शिक्षणाविषयी आस्था होती. त्यांनी दिलेल्या पैशामुळे दहावीच्या गुणांवर



होमिओपॅथी कॉलेजमध्ये प्रवेश घेतला. सकाळी कॉलेजला जाऊन ती कायद्यातली 'कॉन्स्टिटयुशन' शिकू लागली तर दुपारी शरीरशास्त्रातील. तिनं कायद्याची पदवी मिळवली. त्याच सुमारास स्मिताच्या भावाच्या मित्रानं तिला मागणी घातली. तो जातीनं ब्राह्मण होता तर स्मिता सोनार. जातपात मानणाऱ्यातली ती नव्हती पण त्या मुलाकडे ती भावाचा मित्र एवढ्याच भावनेनं पहात होती. त्याच्याशी लग्न करण्याचा निर्णय घेणं तिला अवघड वाटत होतं. परंतु घरच्यांचं म्हणणं पडलं 'तो जर तुला तुझ्या पांढऱ्या डागांसकट स्वीकारायला तयार आहे तर तू नकार देऊ नकोस' अखेर त्यांच्या आग्रहाखातर तिनं लग्नाला होकार दिला. त्याच्या घरच्यांनी मात्र आंतरजातीय विवाहाला कडाडून विरोध केला आणि ते लग्नच मोडलं. या अनुभवामुळे स्मिता अधिक सावध झाली.

चार वर्षांच्या होमिओपॅथीच्या अभ्यासाक्रमात तिला प्रथमपासून गोडी निर्माण झाली होती. कोर्स पूर्ण करून तिनं डी.एच.एम.पी. पदवी मिळवली आणि नागपूरमधील महाल भागात होमिओपॅथीची प्रॅक्टिस सुरू केली. बघताबघता तिचा चांगला जम बसला. एवढे पैसे इतक्या लवकर आपण मिळवायला लागू असं तिला स्वप्नातही वाटलं नव्हतं. तिनं ठरवून टाकलं. आता आपल्याला पाहिजे तसं जगायचं. आपली सगळी हौसेमौज पुरवून घ्यायची. तिचं राहणीमान एकदम बदललं. त्या काळात म्हणजे ऐशीच्या आसपास ती चारशे रुपयाच्या खालची साडी नेसायची नाही. आणि कोपऱ्यावर जायचं असलं तरी लुनाशिवाय घराबाहेर पडायची नाही. शिक्षण आणि अर्थार्जन यामुळे तिला तिचा आतला आवाज सापडला. त्यामुळे ज्या गोष्टी पटत नाहीत त्या विरूद्ध आवाज उठवायचं बळ आता तिला लाभलं. आपल्या लग्नाचा प्रश्न तिनं आता आपल्या हातात घेतला. आपला स्वभाव लग्न न करता एकटं राहण्याचा नाही हे ओळखून होती पण म्हणून संसार एके संसार करण्याचाही तिचा पिंड नव्हता. हुंडा देऊन लग्न करायला तिचा साफ विरोध होता. कांदेपोहे पद्धतीने विवाह जुळविण्याचा घरच्यांनी प्रयत्न करून त्याला यश येत नव्हतं. या सगळ्या प्रकाराला वैतागून स्मितानं जाहीर करून टाकलं की माझ्या लग्नाचं आता मीच पाहीन. तिचा हट्टी स्वभाव बघून घरच्यांनी तिच्या लग्नाचं बघण्याचं सोडून दिलं. मित्रमैत्रिणींनी कुणी मुलगा सुचवला तर त्याला ती परस्पर जाऊन भेटत होती. तिच्या या बिनधास्तपणाचं सगळ्यांना खूप आश्चर्य वाटायचं.

अशा परिस्थितीत तिच्या परिचितांपैकी एकांनी डॉ. रवींद्र कोल्हे यांचे स्थळ सुचवलं. डॉ. कोल्हे एम. डी. असून मेळघाटातील वैरागड या जेमतेम दोन हजार वस्तीच्या गावात सेवाभावाने वैद्यकीय व्यवसाय करत होते. आपल्या भावी पत्नीकडून त्यांच्या चार अपेक्षा होत्या. पहिली अपेक्षा होती की मुलीला महिना चारशे रुपयात घर चालवता यायला हवं. कारण प्रत्येक रुग्णाकडून ते एक रुपया फी घेत आणि महिन्याला साधारण चारशे रुग्ण त्यांच्याकडे येत असत. दुसरी अट होती की मुलीची एका वेळी चाळीस कि. मी. चालायची तयारी हवी. कारण पावसाळ्याच्या दिवसात वैरागडहून जिथं एस. टी. पोचू शकत होती असे धारणी गाव ४० कि. मी.वर होते. पुढचा प्रवास रानावनातून, काट्याकुट्यातून, कधी भली थोरली वळणं तर कधी उतरण अशा प्रकारे करायला लागे. तिसरी अट होती पाच रुपयात लग्न करण्यास तयार असण्याची. कारण नोंदणी पद्धतीने विवाह करायला तेवढा खर्च येणार होता आणि चौथी अट होती स्वतःसाठी नव्हे पण इतरांसाठी भीक मागायची तयारी ठेवण्याची. या अपेक्षा ऐकून स्मिताला एकीकडे हसू आलं आणि त्याच वेळी त्यांच्याविषयी मनात कुतूहल जागं झालं.

ठरल्याप्रमाणे स्मिताला भेटायला डॉ. रवी, स्मिताच्या दवाखान्यात गेले पण तिची झुळझुळीत साडी, स्लिव्हेलेस ब्लाऊज आणि नाजूक चपला पाहून ही मुलगी वैरागडसारख्या आदिवासी भागात येऊ शकणार नाही हे त्यांनी ओळखलं. त्यांना काय बोलावं ते समजेना, तेव्हा स्मितानं बोलायला सुरवात केली. दोघांच्या गप्पा चांगल्या तास दोन तास रंगल्या. डॉक्टर निघून गेल्यावरही त्यांचा विषय तिच्या मनात घर करून बसला. त्यांची प्रत्येक अट समजून घेण्याचा तिने प्रयत्न केला. जसजसा ती अधिकाधिक विचार करता गेली तसतसा त्यांचा प्रामाणिकपणा आणि मनाचा पारदर्शीपणा तिला मोहवत राहिला. तिला जाणवलं की ज्यानं लोभ, मोह, मत्सर सोडला आहे तोच चारशे रुपयात संसार करायचा निर्णय घेऊ शकतो. एम.डी. ची परीक्षा झाल्यावर डॉक्टरांना त्याच कॉलेजमध्ये नोकरी मिळत होती पण त्या मोहात ते पडले नव्हते. त्यांची भीक मागण्याची कल्पना समजून घेताना तिच्या लक्षात आलं की ज्या माणसाचा अहं

सुटला आहे, तोच दुसऱ्यासाठी मदत मागण्यासाठी पुढं होऊ शकतो. त्यांची ४० कि.मी. चालत जाण्याची अट गांधीजींच्या श्रम प्रतिष्ठेवर आधारित होती, तशीच पावसाळ्यात वैरागडला जाण्यासाठी बससेवा नसते या व्यावहारिक अडचणीशी निगडित होती. चौथी अट होती ती पाच रुपयात रजिस्टर लग्न करण्याची. लग्नाचा थाटमाट आणि त्यापायी पैशाचा होणारा अपव्याय त्याला मान्य नव्हता हे ती समजू शकत होती. त्यांना थाटमाट फक्त लग्नापुरता टाळायचा नव्हता तर साधी जीवन पद्धती हा त्यांच्या जगण्याचा अविभाज्य भाग असल्याचं जाणवलं होतं. तिची भारीपैकी साडी पाहून ही मुलगी आपल्याबरोबर वनवासी आयुष्य पत्करू शकेल का अशी शंका त्यांच्या मनात येणं साहजिक होतं. परंतु तिला स्वतःविषयी विश्वास होता. कपडेलत्ते, छानछोकीची राहणी या फार वरवरच्या गोष्टी असतात या बदल तिच्या मनात संदेह नव्हता. डॉक्टरांचा विचार करताना तिचं मत होकाराकडे वळू लागतं. लग्नाचा पक्का निर्णय घेण्यापूर्वी वेगवेगळ्या विषयांवर ते दोघे सतत चर्चा करत होते. मनातल्या शंका मोकळेपणी बोलत होते. मित्रांशी सल्लामसलत करत होते.

स्मिताच्या घरच्यांना हा विवाह फारसा पसंत नव्हता. एकतर कायम शहरात राहिलेली स्मिता वैरागडसारख्या गावात रमू शकेल याची खात्री वाटत नव्हती. शिवाय डॉक्टरांना जन्मापासून असलेला हृदयविकाराचा आजारही काळजीत भर घालणारा होता. त्यावेळी नितीन गडकरी (स्मिताचे अनेक वर्षापासूनचे स्नेही) तिला म्हणाले, 'उद्या तू धडधाकट मुलगा पाहून लग्न केलंस तरी त्याला अपघात होऊ शकणार नाही याची शाश्वती कोणी देऊ शकेल का?' स्मिताला त्यांचं म्हणणं पटलं. उलट तिच्या मनात जिद्द निर्माण झाली की उद्या डॉक्टरांना काही झालं तरी मी खंबीरपणे उभी राहीन.

दोघांचा विचार पक्का झाल्यावर २ डिसेंबर १९८८ या दिवशी स्मिता आणि रवी विवाह निबंधक कार्यालयात जाऊन विवाहबद्ध झाले. लग्न झाल्या झाल्या स्वस्त धान्य मिळणाऱ्या (रेशनच्या) दुकानात जाऊन स्मितानं १५ रुपयांची साडी खरेदी केली. पायातल्या उंच टाचांच्या सँडल्स उतरवून ठेवल्या आणि रवीबरोबरच्या वनवासी आयुष्यासाठी सिद्ध झाली.

लग्नानंतर डॉ. स्मिता मांजरे ही मुलगी डॉ. स्मिताताई कोल्हे या नावानं ओळखल्या जाऊ लागली. सर्वस्वी अपरिचित असं जगणं त्यांच्या वाट्याला आलं. झोपडीवजा कच्चं घर, चुलीवर स्वयंपाक, शेणानं घर सारवणं, विहिरीवरून पाणी आणणं, बीज नाही, फोन नाही. परंतु या कशाबद्दल त्यांची तक्रार नव्हती. त्यांना एकच खंत वाटू लागली की वैरागडमध्ये त्यांना डॉक्टर म्हणून स्वीकारायला कुणी तयार नव्हतं. एक बाई डॉक्टर असू शकते ही गोष्ट गाववाल्यांच्या पचनी पडत नव्हती. त्यांच्या दृष्टीनं त्या फक्त 'नरस बाई' होत्या. परंतु एकदा वाघाच्या हल्ल्यात रक्तबंबाळ झालेल्या तरुणाला घेऊन गावकरी त्यांच्या दवाखान्यात आले. त्यावेळी डॉक्टर गावात नव्हते. स्मिताताईंनी एकटीनं चारशे टाके घालून त्या रुग्णाचे प्राण वाचवले. त्यानंतर डॉक्टरीणबाई म्हणून गावानं त्यांना स्वीकारले.

डॉक्टर आणि स्मिताताई यांच्या लग्नाला आता तीन दशकाहून अधिक काळ लोटला आहे. दोघं मिळून मेळघाटात पाय रोवून काम करत आहेत. त्यांच्या रुपानं सुशिक्षित, सुजाण आणि संवेदनशील व्यक्तींची साथसोबत आदिवासींना लाभली आहे. त्यांना वैद्यक शास्त्रातील कळतं म्हणजे सर्वच क्षेत्रातील कळत असणार या भाबड्या विश्वासानं आपले अनेक प्रश्न घेऊन गाववाले त्यांच्याकडे यायचे; अजूनही येतात. शेती, बेरोजगारी, वनतस्करी, स्त्रियांवर होणारे अत्याचार, सरकारी पातळीवरील भ्रष्टाचार, कुपोषण अशा अनंत प्रश्नांना हात घालून ते सोडविण्यासाठी दोघं मिळून झटत आहेत. दोघांचे चार हात झाल्याने काम करण्याची ताकद फक्त दुप्पट होत नाही तर कितीतरी पटीने वाढते, याचं डॉक्टर आणि स्मिताताई म्हणजे मूर्तिमंत उदाहरण आहे. एकमेकांसोबत जगताना अंगावरच्या पांढऱ्या डागांचा स्मिताताईंना कधीच विसर पडला आहे आणि डॉक्टरांचा हृदयविकाराचा आजार, त्यांच्या झंझावाती कामात अडसर ठरलेला नाही. नुकताच त्या दोघांना पद्मश्री पुरस्कार प्रदान करून त्यांच्या कार्याची सरकारी पातळीवर दखल घेतली गेली आहे.

कोडाला तोंड देताना

डॉ. वासुदेव परळीकर

९४२२०३५१६६

Stigma म्हणजे कलंक, असं शिकलो होतो. पण थोडं जास्त शिकल्यावर आणि विचार केल्यावर असं लक्षात आलं की खरं म्हणजे स्वतःच्या चुकीनं दुसऱ्यावर उमटवलेले डाग म्हणजे stigma. येशूच्या हाता पायांवर जिथे खिळे ठोकले होते, तिथे खिळे काढून टाकल्यानंतर राहिलेले डाग. समाजाच्या चुकीने त्याच्यावर लादलेल्या यातना. त्यानं कसं तोंड दिलं त्या चुकांना? तो म्हणाला, देवा, ह्यांना क्षमा कर, कारण त्यांना कळत नाहीये, ते काय करतायत! म्हणजे चक्क पाठ फिरवली त्यानं त्यांच्या चुकांकडे! तसंच, कोडाला तोंड कशाला द्यावं? पाठ फिरवावी त्याच्याकडे, आणि आपल्याला जे करणं बरोबर आणि चांगलं वाटतं, ते करीत रहावं!

औषधं, क्रीम, सर्जरी, अगदी सगळं करून बघायला हरकत नाही, पण शास्त्राच्या आणि तुमच्या आपल्या मर्यादा सांभाळून. शक्यता धरून चालायला हवं की हे परत उगवू शकतं, वाढू शकतं. आपल्या जवळच्या माणसांनी आपल्याला आहोत तसं स्वीकारलं, तर ते कृतज्ञपणे घ्यावं. आपण नशीबवान आहोत म्हणून खूणगाठ बांधून पुढं चालत रहावं. कुठंतरी वाचलं होतं की एका नवऱ्यानं आपल्या सुंदर बायकोला कोड निघाल्यावर सहज सांगितलं की इतके दिवस सगळ्यांच्या नजरा तुझ्याकडं जायच्या, पण आता तू फक्त माझीच!

आपण दिसतो कसे, हे एक मर्यादिपलीकडे आपल्या हातात नाही. मग त्याच्याशी झगडत राहून वेळ घालवण्यापेक्षा आपल्याला अर्थ वाटतो, ते मन लावून करीत राहावं, हेच खरं. म्हणजे आपल्या जवळच्या माणसांना आणि विश्वासातल्या डॉक्टरांच्या सल्ल्यांना अनुसरून जेवढं करावं वाटतं, तेवढं जरूर करावं; पण त्यापुढे जाऊन ते रंग-रूप बदलायचा प्रयत्न करत राहिलं, तर वेळ, शक्ती, आणि साधनं खर्च करत राहताना जी घुसमट, निषेध, आणि असहाय्य चिडचिड होत रहाते, ती सगळ्याच वजाबाक्यांचा गुणाकार वाढवत बसते.

खरं म्हणजे कोड हा आजार नसून फक्त त्वचेच्या पेशींमधून रंगद्रव्य नाहीसे होणे, ही एक आरोग्यविषयक स्थिती असल्यानं जरूर तेव्हा मेकअप करणं, हे आवश्यक आहे. म्हणजे उदाहरणार्थ, तुम्हाला अशा एखाद्या समारंभात वावरणं गरजेचं असेल जिथे तुमचं दिसणं हे महत्वाचं आहे, अनेक अनोळखी लोक असतील, तुम्हाला स्वतःला मोठ्या माणसाची मुलाखत घ्यायचीय, किंवा तुम्ही समारंभातली मुख्य व्यक्ती आहात, तर मेकअप हवा. म्हणजे इतरांना तुमच्याकडं बघून धक्का बसू नये म्हणून. त्यांच्या सौंदर्यविषयक पारंपरिक कल्पनांना एकदम आव्हान दिल्यासारखं व्हायला नको म्हणून. कुणी विचारलं तर सहज सांगता यायला हवं, की मी विद्रूप दिसून तुम्हाला वाईट वाटायला नको, म्हणून मी मेकअप केलाय. हे इतकं सहज असायला हवं, जितकं तुम्ही सांगू शकाल की मी कॉन्टॅक्ट लेन्स लावल्यायत! माझी खूपच जाड भिंगं बघून तुम्हाला धक्का बसू नये म्हणून. माझे डोळे माझ्यासाठी तितकेच प्रिय आणि चांगले काम करतायत, जितके कुणाचेही असतील.

म्हणजे बघा तुम्हाला पटतंय का, की आपणहून सगळ्यांना सांगत बसायची गरज नाही, पण कुणी विचारलं तर खोटं सांगायची पण गरज नाही.

विश्वासातले डॉक्टर

विश्वासातले डॉक्टर ही एक देणगीच म्हणायला हवी. पण तिथंही आपला विश्वास हवा, अंधविश्वास नव्हे.

वास्तवाला धरून आशा टिकवणे महत्वाचे – संशोधन सुरू राहिल, नवे आणि चांगले उपचार येतील, तेथवर आपले आयुष्य थांबवता येत नाही. डॉक्टर बदलून बघायचे झाले, तर तेही मोकळेपणानं आपल्या डॉक्टरशी बोलता येईल असं नातं हवं.

अपमानाचे अगणित चेहरे

स्वतःला वाटणारा stigma आणि दुसऱ्यांनी दिलेली हिणकस वागणूक ह्या गोष्टी निराळ्या आहेत. मी स्वतःहून माझं दुखणं शक्यतोवर दुसऱ्याला कळू नये, असं वाटणं हे सुद्धा stigma चं लक्षणच आहे. मी ते कुणाशी बोललोय का, हा महत्वाचा प्रश्न आहे. कुणाशी बोलायचं मी ठरवतो, ते कसं ठरवतो, ते माणूस मी कसं निवडतो, त्याला कसं सांगतो, सगळं सांगतो का, की काही हातचं राखून सांगतो, कुणा विशिष्ट माणसाला कळू नये असा प्रयत्न करतो का, हे सगळे प्रश्न आणि त्यांची उत्तरं मला स्वतःच्या ह्या दुखण्याबद्दल वाटणाऱ्या stigma विषयी आणि माझ्या नात्यांविषयी महत्वाची माहिती देतात. मी काय वाईट केले, म्हणून मला शिक्षा झालीय, असा विचार येणं साहजिक आहे. कहर. खरंतर कोड म्हणजे मी नव्हे. माझ्या त्वचेतलं रंगद्रव्य संपले, हा आजार नाही, संसर्गजन्य तर नाहीच नाही. मी स्वतःला कमी समजतो, पापी समजतो, कुचकामी समजतो, हा झाला वैयक्तिक रीत्या अनुभवलेला stigma. वेगवेगळ्या नकारात्मक विचार आणि भावनांमध्ये गुरफटून राहणं, सारखी स्वतःची कीव करणं, हे दुखणं आहे. दुसऱ्यांकडून तुम्हाला शरमिदं किंवा कमीपणा वाटायला लावला जाणं, हा क्लेशकारक अनुभव आहे. इतरांनी आपल्याला कमी समजू नये, असं वाटणं हे नॉर्मल आहे. बरं, परत आपल्या कोडाचा दुसऱ्यावर काहीच प्रत्यक्ष वाईट परिणाम होत नाही. पण दुसऱ्याला दचकायला होऊ शकतं, किंवा भीती वाटू शकते आपल्या दिसण्याची. त्यामुळे अशी परिस्थिती येऊच नये, म्हणून आपण लोकांमध्ये मिसळणं टाळणं, किंवा इतरांनीच आपल्याला टाळणं, हे दोन्ही पर्याय तसे त्रासदायकच. कुणी आपल्या हातून खायला प्यायला घ्यायचं टाळेल, तर कुणी स्वयंपाक करू देणार नाही, किंवा मुलांना सांभाळायला-खेळायला सोपवणार नाही असे अनुभव हळव्या मनाला तर खूपच धक्कादायक.

विशिष्ट नाजूक नात्यात जर समजूत, प्रेम, दिलासा, कौतुक, जवळीक वाट्याला येणं अगदी साहजिक आणि वाजवी वाटलं, तर काहीच चूक नाही. पण तिथेच जर अंतर, दुरावा, अपमान, आणि हिणवणं अनुभवाला आलं, तर पार कोसळून जायला होऊ शकते. आणि हीच परिस्थिती जर लग्नाआधी कोडाचं सांगितलं नसेल, तर अशक्यच तणाव येणार. अगदी लग्नानंतर जरी कोड निघालं, तरी हेटाळणी वाट्याला येऊ शकते. अशाच एका ताईनी मला सांगितल्याचं आठवतंय, की पूर्वी जेव्हा कसेही पट्टे आणि डाग होते ना, तेव्हा तर फारच त्रास व्हायचा मला. कुणी दोन क्षण जास्त पाहिलं तरी वाटायचं हे मला तसल्याच नजरेनं पाहतायत म्हणून. पण आता गेल्या काही वर्षात मी पूर्णच स्वच्छ झाले, आणि आता ते फारसं टोचत नाही – मला पण, आणि इतरांना पण!

कुटुंबाशी संबंधित कमीपणा

माझ्यामुळे माझ्या घरादारालाच कमीपणा आलाय; आता त्यांना पण लोक कमी समजतील, भावंडांची पण लग्ने होणार नाहीत, पुढच्या पिढीचा तर विचारच करवत नाही. शास्त्रालाही कमी माहिती असेल, आणि समाजही समंजस नसेल, तर एखाद्या दुखण्यानं केवढी ही पडझड! आणि हा काही तसा आजार नसताना!

नातेवाईकांनी नुसतं समजून घ्यायचं, धीर देत रहायचं, स्वतःची काळजी घेत रहायचं, पण फार निराश विचार न

करता, कुणालाही दोष न देता पुढचा विचार चांगला करत रहायचं, म्हणजे अगदी सक्तीची आध्यात्मिक प्रगतीच की हो!

आणि हे आयुष्यभर तोंड देत राहणं, नाही जमत सगळ्यांना. मग समुपदेशन किंवा मानसोपचार तज्ज्ञ यांची मदत घेणं म्हणजे आणखीच कमीपणा! खर्च आणि साइड-इफेक्टस वाढणार, ते निराळेच. अशा रीतीनं अगदीच मेटाकुटीला आलेल्यांना धीर देणं, वाट शोधायला मदत करणं, आणि इतरांनाही वाट दाखवायला सक्षम बनवणं, हे काम स्वतः यातून गेलेल्या आणि शिवाय आयुष्याबद्दल चांगुलपणा अन कृतज्ञता टिकवायला जमलेली माणसं आणि कुटुंबेच करू शकतात. अशी कसदार स्व-मदत श्वेता मध्ये मिळते, हे केवळ आपल्या सगळ्या समाजाच्या पुढारलेपणाचंच लक्षण म्हणायला पाहिजे.

शिवाय समुपदेशन आणि औषधांसह मानसोपचारांच्या मदतीनं पूर्णपणे मात करत यशस्वी आणि समाधानी झालेल्यांची उदाहरणं ही नेहमीच दिशादर्शक ठरतात. शिक्षण आणि माहितीच्या प्रसारामुळे, तंत्रज्ञानाच्या प्रगतीमुळे, संपर्क माध्यमांच्या प्रगतीतून अशी वाट काढणं नक्कीच जास्त सुलभ झालंय. पण आपण स्वतः पुढं होऊन आपली वाट आपण शोधली पण पाहिजे, आणि दुसऱ्यांनाही तशी मदत करायला हवी.

डॉक्टर कुठून शिकतात? पुस्तकातून आणि अनुभवातून. मला माझ्या पेशंट रूपी मित्रांनी काय शिकवले? त्याची ही संक्षिप्त उजळणी. आपल्या दिसण्यापेक्षा आपलं काम लोकांना आधी आठवलं, तर आपण नक्कीच योग्य मार्गावर आहोत, हे लक्षात ठेवलेलं चांगलं.

लिहिते होताना

डॉ सुभाष मेहता

७८७५५८११९९

मनामध्ये येणारे अनेक विचार पाण्यावरील बुडबुड्याप्रमाणे येऊन नाहीसे होतात. विचार करत राहण्याची प्रक्रिया मात्र अखंड चालूच राहते. दिवसातर ते कधी मोकळे नसतेच पण रात्री झोपेतपण मन कधीकधी जागेच असते व स्वप्नाच्या रूपाने जागत असते. मनुष्याचे मन त्याचे त्याला तरी स्वतःला तरी उमगते का? उमगत नसावे नाहीतर “माझ्या मनात तसे करायचे नव्हते” असे म्हणून चुकीचे वागणारा मनुष्य त्या मनाचाच गुलाम असल्याचे दर्शवित नाही काय? मनातील विचार शब्दबद्ध करावे असे अनेकदा वाटायचे, परंतु आळस हा अतिशय जवळचा स्नेही! त्याच्या तालावर वागताना मुहूर्तच लागेना! आजपासून काहीतरी पांढऱ्यावर काळे करायचेच असे ठरवून लिहू लागलो तर शब्द सुचत गेले. मनात आले ते लिहीले म्हणून ह्या लिखाणास “मनोगत” असे म्हणावेसे वाटते.

सगळी मजा सरमिसळीची

डॉ. मिलिंद बोकील

msbokil@gmail.com

आपल्या भोवतालची सगळी माणसे सारखी दिसत नाहीत हे तर आपल्याला रोजच लक्षात येते. माणसांमाणसांत फरक असतो. काही गोरी, काही सावळी. काही काळ्या केसांची तर काही सोनेरी केसांची. काहींचे डोळे तपकिरी तर काहींचे घारे. माणसांमधल्या या फरकांमुळे पूर्वी अशी समजूत होती की माणसांच्या निरनिराळ्या प्रजाती असाव्यात; प्राणी किंवा वनस्पतींमध्ये असतात तशा. याच्यातूनच अशी समजूत झाली होती की माणसांचे निरनिराळे वंश (इंग्रजीत Race) असतात. काळा वंश, गोरा वंश, पिवळा वंश, इत्यादी. काही वेळा या वंशांना नावेही दिली गेली होती म्हणजे आर्य, द्रविड, मंगोलियन, निग्रॉइड, इत्यादी. त्यातूनच पुढे असेही समजले गेले की काही वंश हे मानवी उत्क्रांतीमध्ये सगळ्यात पुढे म्हणजे उच्च स्थानावर आहेत. या वंशाच्या लोकांना सुंदर शरीरे, उत्कृष्ट बुद्धी, उत्तम हस्तकौशल्ये मिळालेली आहेत आणि म्हणून ती माणसे इतरांपेक्षा श्रेष्ठ आहेत, त्यांची संस्कृती उच्च आहे. ती श्रेष्ठ माणसे असल्याने इतर माणसांवर अधिकार व सत्ता गाजवायचा त्यांना नैसर्गिकच हक्क आहे. या समजुतीचा पगडा मानवी समाजावर शेकडो वर्षे होता. आणि याचे भयंकर परिणाम जगामध्ये झाले. या समजुतीपोटी काही लोकांच्या मनात वंशश्रेष्ठत्वाचा अहंगंड तर इतरांच्या मनामध्ये न्यूनगंड तयार झाला. एवढेच नाही तर जे स्वतःला श्रेष्ठ समजत होते त्यांनी, इतरांना या जगात जगण्याचा हक्कच नाही असे ठरवून, त्यांची निर्घृणपणे कत्तलही केली किंवा गुलाम म्हणवून अमानुष वागणूक दिली.

पण अलीकडच्या काळात विज्ञानामध्ये जे संशोधन झाले आहे त्यातून या समजुती धादांत खोट्या आणि अशास्त्रीय आहेत हे सिद्ध झाले आहे. ते शास्त्र काय आहे ते आपण पुढे पाहू, पण शास्त्रीय माहिती घ्यायच्या आधी आपण आपल्याशीच थोडा विचार करून बघू. माणसांमध्ये हा जो फरक आपल्याला दिसतो तो मुख्यतः कुठे दिसतो? तो दिसतो चेहऱ्यावर आणि कातडीच्या रंगात. माणसांचे चेहरे आणि रंग वेगवेगळे दिसतात, पण बाकीचे सगळे शरीर म्हणजे हात, पाय, मेंदू, हृदय, फुफ्फुसे, यकृत, आतडी, जननेंद्रिये ही सगळ्यांची सारखीच असतात. असे आहे का की जर्मन माणसाचे यकृत वेगळे आणि भारतीय माणसाचे वेगळे? तर तसे अजिबात नाही. मानवी शरीरशास्त्र हे सगळ्यांचे एकच आहे. हे रक्ताबाबतही खरे आहे. संबंध जगात ढोबळ मानाने माणसांचे चारच रक्त गट आहेत आणि हे गट सगळ्या प्रदेशांमध्ये आणि सगळ्या जनसमूहांमध्ये सारखेच आहेत. दोघा सखळ्या भावांचा रक्त गट एक नसतो, पण त्या उलट एक गट असलेल्या भारतीय माणसाचे रक्त चिनी माणसाला देता येते आणि आफ्रिकन माणसाचे इंग्रजाला. याचे कारण एका गटाचे असले की रक्त म्हणून जे द्रव्य आहे ते सगळ्यांचे सारखेच असते. अवयवांचे रोपण किंवा देवाण-घेवाणही माणसा-माणसांत होऊ शकते कारण मानवी शरीर हे एकच आहे.

जे शास्त्र माणसाचा अभ्यास करते त्याला मानवशास्त्र म्हणतात (Anthropology). हे फार मनोरंजक आणि आव्हानात्मक शास्त्र आहे कारण त्यात माणसाचा म्हणजे फक्त त्याच्या शरीराचाच अभ्यास केला जात नसून मानवी आरोग्य, संस्कृती, समाज, धर्म, विकास अशा सगळ्यांचाच अभ्यास केला जातो (आपल्याकडच्या प्रत्येक मुलामुलीने त्याचा परिचय करून घेतला पाहिजे). मानवशास्त्रात पूर्वी मानवी शरीराचा अभ्यास करताना डोक्याची आणि शरीराची बाहेरून मोजमापे घेतली जायची, पण अलीकडे मानवशास्त्राच्या संशोधनाला जीवशास्त्रातल्या प्रगत संशोधनाची साथ मिळाली आहे. सध्या मानवी जनुकांचा आणि पेशींचा जो आधुनिक अभ्यास होतो आहे त्यावरून सगळ्या माणसांची

प्रजाती एकच आणि त्या अर्थाने सगळी माणसे एकच हे प्रकर्षाने सिद्ध झाले आहे.

आपल्याला माहित आहे की लहान बाळाचा जन्म होतो तेव्हा त्याच्या पेशी या आई व वडील या दोघांच्या पेशींच्या संयोगातून बनलेल्या असतात. मानवी पेशींची रचनाही आपल्याला माहित आहे. पेशींमध्ये केंद्रक असते व केंद्रकामधल्या गुणसूत्रांच्या जोड्या या आई व वडील या दोघांच्या गुणसूत्रांच्या संयोगाने बनलेल्या असतात. पण पेशींमध्ये 'मायटोकाँड्रीया' नावाचाही एक घटक असतो, जो पेशींच्या चयापचयाला शक्ती पुरवतो. मायटोकाँड्रीयावरही गुणसूत्रे असतात, पण ती आई-वडील यांच्या संयोगाने बनलेली नसतात तर ती पूर्णपणे आईकडून आलेली असतात. केंद्रकामधली गुणसूत्रे प्रत्येक संयोगात (म्हणजे प्रत्येक पिढीत) बदलत असतात तसे मायटोकाँड्रीयावरील गुणसूत्रांत होत नाही. त्यांच्यात बदल होतो तो पेशींमध्ये ज्या काही आकस्मिक घडामोडी होतात त्यांमुळे (Mutation). त्या बदलांचा अभ्यास करत मागे मागे गेल्यास त्या माणसाची मूळ पेशी कशी होती याचा अंदाज करता येतो.

आधुनिक शास्त्रज्ञांनी तशा प्रकारचा अभ्यास करत असे शोधून काढले आहे की पृथ्वीवरच्या आजच्या सर्व माणसांची मूळ आई ही सुमारे दीड लाख वर्षांपूर्वी दक्षिण-पूर्व आफ्रिकेमधल्या एका समूहात राहात असावी. तिच्यापासून जी संतती निर्माण झाली ती पृथ्वीवर सगळीकडे पसरली. आज चीनमध्ये, जपानमध्ये, रशियात, भारतात, जर्मनीत, ऑस्ट्रेलियात, अमेरिका, ब्राझील, टांझानिया, थायलंड, मलेशिया इत्यादी सर्व देशांत जी माणसे दिसतात त्यांचे मूळ हे आफ्रिकेत आहे. ही गोष्ट खूप आश्चर्यकारक वाटेल, पण सध्या बहुतेक सगळ्या मानवशास्त्रज्ञांचे या प्रमेयाबाबत एकमत आहे. मानवशास्त्रज्ञांनी पुढे अभ्यास करून ही माणसे पृथ्वीच्या पाठीवर कशी पसरली असतील याचेही मार्ग दाखवून दिले आहेत (इंटरनेटवर Out of Africa hypothesis किंवा African Eve Hypothesis असे जर टाईप केले तर या संदर्भातील अफाट माहिती मिळू शकेल).

दीड लाख वर्षांचा काळ हा खूप मोठा काळ आहे त्यामुळे ही माणसे जशी निरनिराळ्या ठिकाणी पसरली तसतसे त्यांच्या रंगरूपामध्ये पुष्कळ बदल झाले. कारण माणूस कोणत्या हवामानात राहतो, कोणते खाद्य खातो, सभोवतालच्या पर्यावरणाशी जुळवून घेताना त्याच्या शरीरात कोणते बदल होतात यावरून त्याचे रंगरूप ठरत असते. उदाहरणार्थ उष्ण कटिबंधात राहणाऱ्या माणसांच्या त्वचेत 'मेलॅनिन' हे रंगद्रव्य अधिक प्रमाणात तयार होते, त्यामुळे त्यांची त्वचा ही काळी पडत जाते. पण उष्ण प्रदेशात तगून राहण्यासाठी ते आवश्यक असते. किंवा डार्विनच्या उत्क्रांतीच्या सिद्धांताच्या भाषेत सांगायचे तर ज्यांची त्वचा काळी पडते ते तगून राहण्यासाठी अधिक सक्षम (फिट) होतात. आणि जे तगून राहतात त्यांची संतती वाढते. विषुववृत्तापासून जसजसे दूर थंड प्रदेशात जावे तसतसे त्वचेत काळे रंगद्रव्य असण्याची गरज कमी कमी होत जाते आणि तसे रंगद्रव्य नसलेले (गोरे) लोक तिथे जगू शकतात. म्हणून त्या भागात गोऱ्या लोकांची संतती वाढते. या शिवाय काळाच्या ओघात माणसांचे समूह जसे एकमेकांना भेटतात तसा त्यांच्यामध्ये संकर होतो. असे निरनिराळ्या कारणांनी होते. माणसे एकमेकांच्या प्रेमात पडतात. त्यांची आपापसात लग्ने होतात. दुसऱ्या बाजूला लढाया, आक्रमणे होतात. त्यातून माणसांचा एकमेकांशी संबंध येतो. या शिवाय पूर, दुष्काळासारख्या नैसर्गिक आपत्तींनी माणसांचे स्थलांतर होते. त्यातून त्यांचा इतरांशी संकर होतो आणि मग त्यांचे रंगरूप बदलते.

इतिहासाच्या ओघात माणसांची रंगरूपे अशा रितीने बदललेली आहेत की त्यामुळे माणसे एक दुसऱ्यापासून भिन्न दिसतात. म्हणून आपल्याला वाटते की या माणसांच्या प्रजाती आहेत किंवा वेगवेगळे वंश आहेत; पण तसे अजिबात नाही. शास्त्रीय भाषेत माणसांची जात एकच. ती म्हणजे 'होमो सेपियन्स' शहाणा माणूस. याचा दुसरा अर्थ असा की आज जगात असणारी सर्व माणसे ही शारीरिक उत्क्रांतीच्या एकाच टप्प्यावर आहेत. सर्वांची शरीरे सारखी आहेत आणि सर्वांचे मेंदूही सारखेच आहेत. फरक जो आहे तो भाषा, जेवणखाण, वेशभूषा, नाच-गाणी, धर्म, तंत्रज्ञान, तत्त्वज्ञान,



समाजरचना या सांस्कृतिक बाबींमधला. माणसांची संस्कृती आणि जीवनपद्धती ती माणसे कोणत्या पर्यावरणात राहतात त्यावरून मुख्यतः ठरत असते. थंडगार, बर्फाळ प्रदेशात राहणारी माणसे आपल्या विशिष्ट पद्धतीने त्या जीवनाशी जुळवून घेतात तर शेळ्या-मेंढ्या पाळत भटकंती करणारी माणसे वेगळ्या पद्धतीने जीवन जगतात. शेतकरी माणसांचे जीवन निराळे असते तर शहरातल्या नोकरदार वर्गाचे निराळे. हे सगळे जीवन सारख्याच मोलाचे आहे. अमुक पद्धतीने जगले म्हणजेच चांगले आणि तमुक पद्धतीचे मागास असे काही नसते. माणसे निरनिराळ्या भाषाही बोलतात. या भाषांची वाढ कशी झाली आहे आणि तीमध्ये कोणत्या प्रकारचे ज्ञान सामावलेले आहे यावरूनही माणसांची जगण्याची पद्धत ठरत असते. माणसां-माणसांमध्ये फरक नाहीत असे नाही; फरक पुष्कळच आहेत पण ते वरवरचे म्हणजे सांस्कृतिक आहेत; जीवशास्त्रीय नाहीत. जीवशास्त्रदृष्ट्या माणूस सगळा एकच. माणसांमाणसांमध्ये भेदभाव करणे किंवा उच्चनीचता पाळणे म्हणूनच चुकीचे आहे. त्याला कोणताही शास्त्रीय आधार नाही.

भारतासारख्या देशात तर ही गोष्ट आपण कायमच लक्षात ठेवली पाहिजे. जगाचा किंवा आशिया खंडाचा नकाशा पाहिला तर लक्षात येईल की त्यात भारताचे स्थान वैशिष्ट्यपूर्ण आहे. भारताच्या तीन बाजूंनी जरी समुद्र असला तरी उत्तर-पूर्वेकडून आणि उत्तर-पश्चिमेकडून भारत हा आशिया खंडाच्या मुख्य भागाशी जोडलेला आहे. त्यामुळे भारतात वायव्य आणि ईशान्य या दोन्ही दिशाद्वारे माणसांचे आगमन झाले. सुरवातीच्या काळात आफ्रिकेतून बाहेर पडणारी माणसे ही तर भारतात येऊन स्थायिक झालीच शिवाय त्यानंतरही सतत माणसांचा ओघ कायम राहिला. काळाचा हा पट्टा खूप मोठा आहे, सुमारे साठ-सत्तर हजार वर्षांपासूनचा. त्या बदलची आपली माहिती अपुरी आहे. नक्की कोण कधी आले या बदल काहीही सांगता येत नसल्याने आधी कोण आणि नंतर कोण या चर्चेला काहीच अर्थ उरत नाही. एका परीने भारतात सगळेच लोक बाहेरून आलेले आहेत. ज्याला ऐतिहासिक काळ म्हणतात त्या काळात कोण आले याची थोडी फार माहिती उपलब्ध आहे; मुख्यतः अलेक्झांडरच्या स्वारीपासून. त्या आधीच्या दोन-चार हजार वर्षांसंबंधात काही तर्क मांडता येतात. पण बाकी इतिहासाबद्दल आपण आज अंधारात चाचपडत आहोत. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे अगदी अलीकडच्या काळात आलेले काही जनसमूह सोडले (उदाहरणार्थ पारशी, पोर्तुगीज, इंग्रज) तर अमुक एका काळात आलेले लोक आज कोण आहेत किंवा कुठे आहेत या बद्दलही काही सांगता येत नाही. कारण सगळ्यांची सरमिसळ झालेली आहे. सध्या भारतात अनेक जाती-जमाती आणि लोकसमूह राहतात. ते सगळेच या सरमिसळीतून तयार झालेले आहेत. ज्यांना आज आदिवासी म्हटले जाते त्यांचे पूर्वज तुलनेने अगोदर आले असल्याची शक्यता आहे, पण ते पूर्वज म्हणजे नक्की कोण ते सांगता येत नाही. कारण त्यांच्यातही सरमिसळ झालेली आहे. दुसरी महत्त्वाची गोष्ट म्हणजे आज जो भारत देश आपण म्हणतो त्याच्या भौगोलिक सीमा या १५ ऑगस्ट १९४७ रोजी तयार झालेल्या आहेत. त्या पूर्वीच्या इतिहासाला ही चौकट नव्हती. त्यामुळे पूर्वीच्या इतिहासाचा किंवा मानवी वसाहतींचा वा मानवी स्थलांतराचा अभ्यास हा 'आजचा भारत देश' या चौकटीत करता येणार नाही. त्यासाठी आधी म्हटले त्या प्रमाणे काही हजार वर्षांचा आणि इजिप्त पासून ब्रम्हदेशापर्यंतच्या अफाट भूभागाचा विचार करावा लागेल.

भारतात आज जी लोकसंख्या आपल्याला दिसते ती सगळी इथे येऊन स्थायिक झालेल्या लोकांमध्ये झालेल्या वाढीमुळे तयार झाली आहे (आणि ही वाढ सुद्धा गेल्या ऐंशी वर्षात झपाट्याने झालेली आहे). भारतातली नद्यांची खोरी ही मानवी वसाहतीसाठी अगदी आदर्श ठिकाणे होती. मनसोक्त खळाळते पाणी, बारमाही भरपूर सूर्यप्रकाश, सुपीक जमीन, लहरी असले तरी उष्ण आणि समशितोष्ण हवामान आणि मूळचीच अफाट जैविक विविधता. यामुळे भारतात शेती भरभराटली. शेतीत भरपूर धान्य तयार झाले की ती अधिक लोकांना पोसू शकते. त्यामुळे सुरवातीच्या काळात पंजाबातल्या पाच नद्या आणि गंगा-यमुनेचे विस्तीर्ण खोरे यामध्ये तर लोकसंख्या वाढलीच पण नंतर नर्मदा, तापी, रंग मनाचे



महानदी, गोदावरी, कृष्णा, कावेरी इत्यादी नद्यांच्या खोऱ्यातही लोकसंख्येची पुष्कळ वाढ झाली. ज्या ठिकाणी शेती शक्य नव्हती अशा राजस्थानसारख्या प्रदेशात लोकांनी पशुपालनाचा आसरा घेतला. दख्खन पठारावर मोसमी पावसाच्या लहरीपणाने मधून मधून दुष्काळ पडायचा तेव्हाही लोक शेळ्या-मेंढ्या पालनाचा पर्याय निवडायचे. ज्या भागात जंगल दाट होते तिथले लोक जंगलातली झाडेझुडुपे दरवर्षी साफ करून शेती करायचे आणि त्याला जंगलातून मिळणाऱ्या अन्नपदार्थांची जोड देऊन आपला निर्वाह करायचे. विसाव्या शतकाच्या सुरुवातीपर्यंत तरी लोकसंख्येचा पर्यावरणावर पडणारा दबाव मर्यादित होता. त्यामुळे पर्यावरणाची क्षमता आणि लोकसंख्या यांचा समतोल साधला जायचा.

या सगळ्या काळात भारतात केवळ शांतता आणि समृद्धीच होती असे नाही; लढाया आणि झगडे व्हायचेच. परंतु इतिहासाकडे काळजीपूर्वक पाहिल्यावर असे दिसेल की या लढाया निरनिराळे राजे आणि त्यांचे आपापसातले शत्रुत्व यापोटीच झालेल्या आहेत. मग तो राजा मोठा असो की छोटा. सर्वसामान्य लोकांचे समूह किंवा जमाती या साधनसंपत्तीसाठी आपापसांत लढतात असे चित्र दिसत नाही. इतिहासातली जी मोठी युद्धे आपल्याला माहित आहेत - महाभारत युद्ध, अलेक्झांडरची स्वारी, अशोकाने केलेला कलिंगाचा संहार, अल्लाउद्दीन खिलजीचे आक्रमण किंवा अलीकडच्या काळातील पानिपतच्या लढाया या सगळ्या राजेलोकांच्या साम्राज्यविस्ताराच्या महत्त्वाकांक्षेतून झालेल्या लढाया आहेत. लहान प्रमाणावर ज्या लढाया व्हायच्या त्यांच्यामागचे कारणही हेच असायचे. या उलट सर्वसामान्य लोकांचे जगणे होते. एकमेकांशेजारी राहणाऱ्या समूहांमध्ये, जमातींमध्ये किंवा जातींमध्ये जेव्हा अशा प्रकारच्या वादाचा मुद्दा यायचा तेव्हा त्यांची प्रवृत्ती ही संघर्ष करून दुसऱ्याला नष्ट करण्याऐवजी एकमेकांना सांभाळून घेत, काही प्रमाणात देवाण-घेवाण करून किंवा ते न जमले तर एकमेकांना टाळून मार्ग काढण्याची असायची. यासाठी प्रत्येकाला पर्यावरणाच्या वापराचा एखादा कोपरा किंवा कोनाडा दिला जायचा. उदाहरणार्थ काही पारधी हे फक्त हरणांची शिकार करायचे तर काही फक्त सशांची. काही मच्छीमार समूह फक्त नदीत मासे मारायचे तर काही फक्त तलावात. काही शेतकरी डोंगरावर शेती करायचे तर काही सखल प्रदेशात. काही पशुपालक शेळ्या-मेंढ्या पाळायचे तर काही फक्त गाई-म्हशी. संघर्ष करण्याऐवजी समन्वय करण्याची, परस्परांना सहन करण्याची आणि देवाण-घेवाणीतून मार्ग काढण्याची प्रवृत्ती ही भारतीय संस्कृतीची एक प्रमुख प्रेरणा आहे. या अशा जगण्यातून जी सरमिसळ झाली त्यातून आजचा समाज तयार झाला. अर्थात हे फक्त भारतातच झाले असे नाही. जगात सगळीकडेच सरमिसळ झाली, पण प्रत्येक ठिकाणची सरमिसळीची पद्धत वेगवेगळी होती. भारतातली पद्धत एकमेकांना सहन करण्याची होती.

म्हणून आपण लक्षात ठेवण्याची गोष्ट अशी की माणसांचे चेहेरे वेगवेगळे दिसत असले आणि कातडीचा रंग निरनिराळा असला तरी जगातली सगळी माणसे आतून एकच आहेत. प्रत्येकाचा मेंदू तेवढ्याच दर्जाचा आहे आणि प्रत्येकाच्या मनात विचार करण्याची क्षमता आहे. मुख्य म्हणजे आजची सगळी माणसे ही पूर्वी झालेल्या सरमिसळीतूनच तयार झालेली आहेत. अशी सरमिसळ झाली याचा आपण आनंद आणि अभिमान बाळगला पाहिजे. कारण तशी ती झाली म्हणूनच मनुष्यजात एकविसाव्या शतकापर्यंत आली. सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे भविष्यात जर तगून राहायचे असेल तर सगळे भेदाभेद विसरून अशी सरमिसळ करण्याशिवाय आपल्यासमोर दुसरा पर्यायच नाही.

(पासवर्ड, दिवाळी २०१३ अंकातून पुनर्मुद्रित)



सामाजिक संस्थांचे नेतृत्व: अपेक्षा आणि आव्हान

प्रमोद (पी. डी.) देशपांडे

९८५०९८९९९८

गेल्या काही महिन्यांत स्वयंसेवी सामाजिक क्षेत्रात घडलेल्या काही अति दुःखदायक व विपरीत घटना पाहता गांधी विचाराची आजही असलेली प्रस्तुतता विशेषत्वाने जाणवते. आपण एखाद्या सामाजिक संस्थेचे संस्थापक असू, संस्था उभारण्यात आपला सिंहाचा वाटा असेल, संस्था आजही आपल्या नावाने ओळखली जात असेल, यातून आपल्या नेतृत्वाचे असामान्यत्व निर्विवादपणे सिद्ध झालेले आहेच. मात्र तरीही हे आपले नाही, ही भावना जपता यावयास हवी. अहंकार आणि स्वार्थ दूर ठेवता आले पाहिजेत. सूर्य तिकडून उगवतो आहे असे कुणी दाखवत असताना मी म्हणतो म्हणून हीच पूर्व दिशा आहे, असे नेतृत्वाने म्हणता कामा नये.

नेहमीच्या रस्त्यावरून नेहमीचा प्रवास चालू असताना अवचित कधी डेड एंड येतो. आपण एकदम गडबडून जातो. अशा वेळी कुणीतरी जाणकार वाटाड्या भेटावा वा गाठावा लागतो. तो आपल्याला योग्य दिशा दाखवून मार्गस्थ करू शकतो. समाज जीवनातही कधी असे घडते. तेव्हा हमखास गाठावा असा वाटाड्या म्हणजे गांधीजी. सर्वसामान्यांचे समाजशास्त्र व अर्थशास्त्र गांधीजींना अचूक अवगत होते. सामाजिक व आर्थिक शोषण असो की दारिद्र्य आणि ढासळत चाललेली नीतिमूल्ये असोत, उत्तराची किल्ली शोधताना गांधी विचार नक्कीच उपयोगी पडतो. सर्वसामान्य माणसाची प्रतिष्ठा हा या विचाराचा गाभा आहे. गांधींनी स्वतःच्या आयुष्यात केलेल्या असंख्य प्रयोगांद्वारे त्यांचे सामाजिक आणि आर्थिक तत्त्वज्ञान तयार झाले होते. त्यांच्या सुधारक सामाजिक व आर्थिक विचारसरणीमुळे सर्वसामान्य माणसाला प्रतिष्ठा मिळण्याच्या प्रक्रियेला मोठी चालना मिळाली.

मानवी प्रतिष्ठेचे एक साधन म्हणून विश्वस्त भावनेकडे गांधीजी पाहत. इशोपानिषदातील पहिल्या श्लोकात आपल्याकडील सर्व काही आधी देवाला अर्पण करावे आणि मग नंतर त्यातील आवश्यक तेवढेच वापरावे, असे सांगितले आहे. आपल्याकडील वस्तू, क्षमता वा अधिकार यांचा वापर लालसा किंवा मालकीची भावना न बाळगता करावा असे यामध्ये अभिप्रेत आहे. केवळ उद्योग किंवा व्यवसायापुरते गांधीजींनी हे सांगितले नव्हते. भविष्यासाठी अतिरिक्त साठवून न ठेवता माणसाने केवळ आजच्या दिवसापुरता विचार करावा, असे त्यांचे सर्वानाच सांगणे आहे.

भांडवलशाहीचे रूपांतर समन्यायी व्यवस्थेत होण्यासाठी विश्वस्त भावना महत्त्वाचे साधन ठरू शकते, असा गांधीजींचा विश्वास होता. त्यासाठी मालमतेच्या खाजगी मालकीचा अधिकार रद्द झाला पाहिजे, असा त्यांचा आग्रह होता. अनासक्त राहून कर्म करावे, मिळवलेल्या संपत्तीचा, साधनांचा व अधिकाराचा त्यागपूर्वक भोग घ्यावा, हे त्यांचे अध्यात्म होते. विश्वस्त वृत्तीची ही संकल्पना जर आपण प्रत्यक्षात आणून दाखवली तर ती भारताची समस्त विश्वासाठी सर्वात महत्त्वाची देणगी असेल, अशी त्यांची धारणा होती.

सामाजिक संस्थेचे स्वरूप सामाजिकच राहावयास हवे. कोणत्याही परिस्थितीत त्यात वैयक्तिक वा कौटुंबिक हितसंबंध प्रबळ होऊ देऊ नयेत. त्यामुळे आपण प्रारंभिक काळात स्वतःच निर्माण केलेल्या आदर्श प्रक्रिया व प्रणाली आपल्याला पाळता येत नाहीत. वस्तुनिष्ठता जपता येत नाही. सभेत विचारविनिमय चालू असताना काय बरोबर आहे हे न बघता कोण मांडतो आहे यावर निर्णय होऊ लागतात. ठराव करून पूर्व दिशा ठरवता येत नसते. संस्था मोठी होत असताना नेतृत्वाने सामुहिक शहाणपणावर विश्वास ठेवण्याची सवय वाढवत नेली पाहिजे. संस्थेचा कारभार हाकताना सामुहिक नेतृत्व आणि अंतर्गत लोकशाही प्रणालीचा अवलंब महत्त्वाचा आहे. संस्था सर्वात महत्त्वाची आणि तिच्या उद्दिष्टांची पूर्ती हाच कार्यामागील ध्यास असला पाहिजे.

इतर कोणत्याही उपक्रमाप्रमाणे सामाजिक संस्थेमध्येही नेतृत्व कौशल्याचे महत्त्व अनन्यसाधारण असते. स्वयंसेवीसंस्था आणि विकास क्षेत्रातील परिस्थिती त्यात काम करणाऱ्यांसाठी सहसा कठीण आणि आव्हानात्मक असते. मर्यादित साधनसंपत्तीच्या बळावर सतत बदलणाऱ्या, गुंतागुंतीच्या आणि गतिमान परिस्थितीशी जुळवून घेणे

सोपे नसते. याक्षेत्रात नेतृत्व करताना ध्यास, जिद्द, धाडस व नेतृत्व गुणांबरोबरच व्यवस्थापन कौशल्यांचीही गरज असते. दर्जेदार नेतृत्वाच्या अभावामुळे संस्थांच्या प्रभाव क्षमतेवर नकारात्मक परिणाम होतो. म्हणजेच मजबूत व प्रभावशाली नेतृत्व हा संस्थेच्या यशास कारणीभूत ठरणारा एक अत्यंत महत्त्वाचा घटक असतो.

सामाजिक क्षेत्रात काम करताना तुम्हाला डोक्यावर बर्फ आणि जिभेवर खडीसाखर ठेवावी लागते. समस्येचा शांतपणे विचार करून आवश्यक कृती करण्याची चपळाई तुमच्यात असावी लागते. स्वतः कायम स्वयंप्रेरित राहून आपल्या सहकाऱ्यांच्या प्रेरणेची पातळी दीर्घकाळ टिकवून ठेवावी लागते. ज्यांच्यासाठी वा ज्यासाठी काम करीत आहात त्यांच्याविषयीची हृदयातील अनुकंपा न गमावता व्यावसायिकतेचा अंगीकार करावा लागतो.

नेत्यासाठी प्रामाणिकपणा हा एक अत्यंत आवश्यक गुण आहे. नेते मुळातच आदर्श असावे लागतात. ते ध्येयाभिमुख आणि निर्णयक्षमही असणे गरजेचे असते. ते त्यांच्याभोवती संघाची बांधणी करतात. ते बदलाचा आणि प्रसंगी स्वतःपेक्षा वेगळ्या विचाराचाही स्वीकार करतात. नेते बहुआयामी असावे लागतात. त्यांची परिणामकारकता यशाला चालना देणाऱ्या विशिष्ट गुणांवर अवलंबून असते. अशा सात नेतृत्वगुणांबद्दल आपण खाली माहिती घेणार आहोत-

१. संवाद कौशल्य :

नेता प्रभावी संवादक असला पाहिजे, हे स्वयंसेवी संस्थांच्या नेत्यांच्या बाबतीत ही खरे आहे. लाभार्थी, देणगीदार, कार्यकर्ते, कर्मचारी, सरकारी यंत्रणा, समाज अशा विविधांगी घटकांशी त्यांचा संबंध येत असतो. गरजेनुसार त्यांना आपली संवादशैली बदलता यावी लागते. संस्थेच्या हितासाठी उत्तम जनसंपर्कचे जाळे विणता येणे महत्त्वाचे असते. सामाजिक क्षेत्रातील संवाद प्रभावी, खुला आणि प्रामाणिक असणे अधिकच गरजेचे आहे.

प्रभावी संवादकाचा पहिला गुण म्हणजे संवाद हा दुतर्फा असतो, याची जाणीव. अधिकार गाजवणे तसेच हुकूमशाही किंवा अतिरिक्त कार्याभिमुख असणे, दीर्घकालीन संघबांधणीच्या दृष्टीने योग्य नाही. हे संवाद प्रक्रियेचे एकतर्फी प्रकार आहेत. यामुळे कर्मचाऱ्यांच्या मनात संस्थेतील त्यांचे महत्त्व आणि स्थान याविषयी प्रश्न निर्माण होतात. ते सांगकामे होण्याचा धोका संभवतो. पुढाकार, नाविन्य, सर्जनशीलता व सामिलकी या महत्त्वाच्या प्रक्रियांची शक्यता मावळते.

कोणताही संघ त्यांना समजत नसलेली ध्येये साध्य करू शकत नाही. वरिष्ठांचे अभिप्राय आणि मार्गदर्शनाशिवाय ते त्यांच्या प्रक्रियेत आणि कामगिरीत सुधारणा करू शकत नाहीत. प्रभावी संवादक आपले संघ उत्तमपणे बांधतात.त्यांचा संवाद खुला, प्रामाणिक आणि पारदर्शक असतो. इतरांच्या मताचा ते आदर बाळगतात. यामुळे संघाची कार्यक्षमता वाढते. परस्पर सामंजस्य आणि एकतेची भावना वाढीस लागते. यामुळे यशाची शक्यता निश्चितच वाढते.

२. सतत ध्येयावर नजर :

नेते आपल्या कर्मचाऱ्यांना, देणगीदारांना आणि इतर भागधारकांशी संपर्क ठेवून त्यांना विश्वासात घेतात. संस्थेच्या महत्त्वाच्या प्रश्नांवर त्यांच्याशी विचारविनिमय करतात. संस्थेचे अंतिम उद्दिष्ट केंद्रस्थानी ठेवून त्यासाठी ते सतत काम करीत राहतात. सामाजिक परिवर्तन आणि विकासही एका रात्रीत घडणारी प्रक्रिया नाही याची त्यांना जाणीव असते. तरीही ते आरखडा तयार करतात आणि संघटनात्मक ध्येयांच्या दिशेने प्रयत्नशील राहतात. आपल्या प्रवासावर त्यांचे जाणीवपूर्वक लक्ष असते. आपण कुठवर आलो आहोत, अजून किती पल्ला बाकी आहे, याचे भान त्यांना असते.

वेगळे (प्रसंगी विरोधी) मत स्वीकारू शकणारी लवचिक मानसिकता अजिंक्य असते. अडथळ्यांतून मार्ग काढण्यासाठी कधी धडक मारीत पुढे जात राहण्याची क्षमता यशस्वी होते. जे उणीवांचा स्वीकार करतात त्यांच्या स्वयंविकासाची शक्यता वाढत असते. छोटे विजय हे पावलांमधील उत्साह वाढवतात तर छोटे पराभव तुमचा निर्धार बळकट करीत असतात. रॉबर्ट कियोसाकी म्हणतात त्याप्रमाणे तुमच्या यशाचा आवाका हा तुमच्या इच्छांची ताकद, तुमच्या स्वप्नांचा आकार आणि तुम्ही वाटेत निराशा कशी हाताळता यावरून मोजता येतो.

३. उत्कटता, प्रेरणा आणि सामर्थ्य :

विचारधारा, उत्कटता, करुणा आणि कार्यशैली यामुळे प्रभावी स्वयंसेवीसंस्थांचे नेते नेहमीच इतरांना प्रेरणा देत राहतात. संस्थेतील आपले सहकारी असोत, देणगीदार असोत किंवा भागधारक असोत, लोक त्यांच्याकडे प्रेरणा आणि प्रोत्साहनाचा स्रोत म्हणून पाहतात. पूर्णपणे व्यावसायिक असूनही त्यांच्या मनात लोकांबद्दल करुणा असते. आपल्या संघातील तसेच संस्थेबाहेरील विविधतेचा ते मनःपूर्वक स्वीकार करतात. आपला संघ आणि लाभार्थ्यांप्रतीच्या नैतिक जबाबदारीची त्यांना पूर्ण जाणीव असते. ते इतरांनाही नैतिक पद्धतीने समजून घेण्याची आणि वागण्याची प्रेरणा देतात. संस्थात्मक धोरणे, प्रक्रिया आणि अगदी दैनंदिन कामकाजातही त्यांची मूल्ये प्रतिबिंबित होतात.

नेत्यांना त्यांची संस्था, तिचे ध्येय व मूल्ये यांबद्दल आस्था असली पाहिजे. नेतृत्वाच्या बाबतीत पॅशन म्हणजे उत्कटता हे पूर्णपणे अपरिहार्य वैशिष्ट्य आहे. किंबहुना पॅशनमुळेच महत्वाकांक्षा प्रज्वलित होते. तुमच्या प्रकल्पाबद्दल, ध्येयाबद्दल व संस्थेबद्दल तुम्हाला तीव्र आच असली की ती तुम्हाला त्यात पूर्ण क्षमतेने सहभागी होण्याची आणि बदल घडवून आणण्यासाठी प्रेरणा देते.

दृढनिश्चय, प्रेरणा आणि यश मिळवण्यासाठी भारलेल्या नेतृत्वाची गरज असते. जेव्हा कर्मचाऱ्यांना त्यांच्या संस्थेशी भावनिकदृष्ट्या जोडले गेल्यासारखे वाटते तेव्हा ते अधिक कटिबद्ध आणि प्रभावी होतात. हे यशाचे आणि दीर्घकालीन टिकाऊपणाचे गमक आहे.

४. पुढाकार :

नेत्यांमध्ये असाधारण आत्मविश्वास व उर्जा असते. ते आपल्या कामाच्या क्षेत्रात पुढाकार घेतात. संस्थात्मक आणि कार्यक्षेत्रामधील समस्यांचा त्यांना आधीच अंदाज येतो. आवश्यक निर्णय घेण्यास ते डगमगत नाहीत. परिस्थिती सुधारण्यासाठी ते वेळेत कृती करतात. सक्रियपणे स्वतःहून करीत असलेल्या त्यांच्या स्वयंसुधारणेच्या प्रक्रियेतही ते हे करतात. स्वतःच्या आणि आपल्या संघाच्या भल्यासाठी ते नेहमीच संधीच्या शोधात असतात. यामुळे ते संघातील महान खेळाडूही असतात. आपले लक्ष मोठ्या ध्येयावर केंद्रित केल्यामुळेच ते हे करू शकतात. त्यांच्या पुढाकार घेण्याच्या वृत्तीमुळे ते संधी ओळखतात आणि त्या उत्तमपणे साधण्याचे मार्गही काढतात. असे नेते खरोखरच संस्थेसाठी अतिशय उपयुक्त बनू शकतात.

नियोजन करण्यातील अपयश म्हणजे अपयशाचे नियोजन करणे असते, हा विचार व्यवस्थापन क्षेत्रात प्रसिद्ध आहे. नेते हे प्रतिक्रियांच्या फंदात पडत नाहीत. ते प्रतिसाद मात्र देत असतात. आपल्या संस्थेवर कायमस्वरूपी प्रभाव पाडू इच्छिणारे नेते प्रतिक्रियावादी होण्यापेक्षा सक्रिय राहण्याचा प्रयत्न करतात. कुणी सांगायची ते वाट पाहत नाहीत तर स्वतः पुढाकार घेतात. आवश्यकता असेल तेव्हा ते ठोस निर्णय घेतात. आपल्या निर्णयाच्या परिणामांची जबाबदारीही घेतात. ते जोखीम व्यवस्थापक ही असतात. त्यामुळे ते सर्व शक्यता लक्षात घेऊन त्या दृष्टीने काटेकोर कार्य नियोजन करतात. नियोजनाबद्दल सर्व संबंधित घटकांना माहिती देतात. त्यातील त्यांची कार्ये समजावून सांगतात. कोणत्याही संस्थेच्या यशासाठी असे क्रियावान नेतृत्व अर्थातच अतिशय महत्त्वाचे असते.

५. आशावाद आणि आत्मविकासाची आस :

सर्वात महत्त्वाचे म्हणजे परिवर्तनावर सामाजिक क्षेत्रातील नेत्यांचा दृढविश्वास असतो. त्यांच्यात अविचल आशावाद आणि सकारात्मकता असते. त्यांचा स्वतःच्या कामावर, संस्थेच्या उद्दिष्टांवर आणि ध्येयावर तसेच ती साध्य करण्यासाठीच्या साधनांवर पूर्ण विश्वास असतो. त्यांच्यात संवेदनशीलता आणि लवचिकता असते. समाज परिवर्तनाबद्दल त्यांना उत्कट आस असते आणि त्यासाठी ते सातत्याने कार्यरत असतात.

रॉबर्ट कियोसाकी यांनी स्वतःमध्ये गुंतवणूक आणि स्वयंविकासाचे महत्त्व सांगितले आहे. या प्रक्रियेतील प्रत्येक पाऊल महत्त्वाचे आहे आणि जे नेते स्वतःमध्ये गुंतवणूक करण्यासाठी दररोज वेळ काढतात – आरोग्य आणि कल्याण, उद्योग किंवा शिक्षण अशा कुठल्याही बाबतीत हे निर्णायक ठरते. आत्मविकासाच्या उत्कट इच्छेमुळे आपले साध्य

हलुहलू जवळ येत जाते. लहान लहान विजयामुळेच स्व-कार्यक्षमता निर्माण होते. यशाच्या इमारतीची विटेवर वीट रचली जाते.

६. करिष्मा (वलय) :

करिष्म्याची व्याख्या इतरांना भक्ती करण्यासाठी प्रेरणा देणारे आकर्षण, अशी करण्यात आली आहे. करिष्मा हा अशा गुणांपैकी एक आहे ज्यामुळे लाभार्थी, कर्मचारी, हितचिंतक अशा संस्थेच्या सर्वच भागधारकांवर प्रभाव पडतो. जॉर्ज वॉशिंग्टन, अब्राहम लिंकन, महात्मा गांधी, मार्टिन ल्युथर किंग (ज्युनिअर), नेल्सन मंडेला, बराक ओबामा यांच्यासारख्या दिग्गजांचा विचार करा. या सर्व व्यक्तिमत्त्वांमध्ये इतरांना प्रेरणा देण्याची नैसर्गिक क्षमता आहे.. निर्विवाद चुंबकीय आकर्षण आहे. करिष्मा पॅशन प्रज्वलित करतो. यामुळे भागधारक सहजपणे कार्यप्रवण होतात. करिष्माही व्यक्तिमत्त्वाची शक्ती असते.

७. लोकाभिमुखता :

ही खूप महत्त्वाची आहे. एक चांगला नेता असणे म्हणजे लोकाभिमुख असणे. या व्यक्तींमध्ये उच्च पातळीवरील संवेदना, सामंजस्य, समानुभूती आणि समज असते. ते खरोखरच इतरांची काळजी घेतात. त्यांना मदत करतात. इतरांच्या भूमिकेत जाऊन त्यांना ते समजून घेण्याचा प्रयत्न करतात. त्यांच्या या गुणांचा मनुष्यबळाच्या कामगिरीवर आणि परस्पर सामंजस्यावर अतुलनीय प्रभाव पडतो.

सहाय्यतत्पर आणि उदार नेतृत्वाची मानसिकता सर्व स्तरांवर यश मिळवण्याची गुरुकिल्ली आहे. लोकांना एकत्र आणून, व्यक्तींना उभे करून, त्यांच्या चिंता ऐकून घेऊन आणि त्यांच्या शंकांचे निवारण करून ते त्यांच्यासोबतच्या आपल्या नातेसंबंधावर सकारात्मक प्रभाव पाडतात. नेत्याने आपल्यात भावनिकदृष्ट्या गुंतवणूक करण्यासाठी वेळ आणि ऊर्जा घातली आहे, ही जाणीव कर्मचाऱ्यांमधील निष्ठा आणि उत्तम काम करण्याची इच्छा प्रज्वलित करते.

समारोप :

गुणवत्तावान नेतृत्वासाठी असंख्य गुणांची आवश्यकता असते. मात्र आवश्यक सर्व गुण एकाच व्यक्तीत असण्याची गरज नसते. योग्य घटकांचे योग्य मिश्रण असले की झाले. संघात इतर खेळाडूही असतातच ना? त्यांच्या क्षमता व शक्तिस्थाने ओळखून त्यांना पुरेसा वाव द्या ना. थोर कार्य करून तुम्ही कदाचित अमर व्हाल. कार्यरूपाने उरालही. पण भविष्यात कधी ना कधी तुमच्या प्रिय संस्थेच्या कार्याची धुरा दुसऱ्या कुणाला तरी चालवावीच लागणार आहे. भावी नेतृत्व घडवणे, विश्वास ठेवून त्यासाठी त्यांच्यावर जबाबदाऱ्या सोपवणे, त्या यशस्वीपणे पार पडण्यासाठी त्यांना आवश्यक अधिकार व स्वातंत्र्य देणे, हीही तुमचीच जबाबदारी आहे.

सामाजिक क्षेत्रातील नेतृत्वात उत्कटतेबरोबरच व्यावसायिक कौशल्ये आणि निस्पृह वृत्तीची आवश्यकता असते. कार्याचा संख्यात्मक व गुणात्मक विस्तार करण्यासाठी प्रशिक्षण व प्रोत्साहनाद्वारे मनुष्यबळातील कौशल्यांचा निरंतर विकास करावा लागतो. प्रभावक्षमतेसाठी संस्थेमध्ये मानक कार्यप्रणाली निर्माण करावी लागते. केवळ लाभधारकांच्या अपेक्षांचे तसेच संघाचे व्यवस्थापन करणे आणि कार्याचा व्याप वाढवणे पुरेसे नाही. नेत्याचे कार्य केवळ निधी मिळवणे आणि त्याचा यांत्रिकपणे विनियोग करणे नाही, तर त्यापेक्षा खूप मोठे आहे. सामाजिक परिवर्तनाला प्रोत्साहन देणे, परिसराच्या समन्यायी विकासास चालना देणे, वंचितांचे सक्षमीकरण करणे, आपल्या कार्यक्षेत्रातील स्थितीत सकारात्मक बदल घडवणे आणि आपल्यानंतरही संस्थेचे कार्य दीर्घकाळ चालावे यासाठी सक्षम चारसा निर्माण करणे, अशी मोठी ध्येये साध्य करण्यासाठी अतिशय बहुआयामी आणि अत्यंत साक्षेपी नेत्याची गरज असते. जेव्हा हे घडते तेव्हा देशाची प्रगती होते. येणाऱ्या पिढ्यांसाठी उत्तम पर्यावरण आणि एक चांगला समाज निर्माण होतो. हे घडवणारे नेते परिवर्तनाचे खरे दूत असतात.

(लेखक हेल्वर्स ऑफ द हँडीकॅड, कोल्हापूर संस्थेच्या माध्यमांतून गेली ३७ वर्षे अपंग व्यक्तींच्या सक्षमीकरणाचे कार्य करीत आहेत.)

तोर म न दर्प न....

विनया देसाई

१२२५५१४८२९

शीर्षक वाचताना गुणगुणलीत का ओळ ? नसेल तर शीर्षक वाचनू मस्त आपल्या आवाजात, आपल्या लयीत ओळ पूर्ण गुणगुणून घेऊ या.

अगदी बरोबर गुणगुणलात... १९६५ सालचा 'काजल' सिनेमा त्यात आशाताईचा तीनही सप्तकात सहज फिरणारा दैवी स्वर आणि गीतकाराची कमाल! किती आशयघन शब्द, किती खरेपणा, वास्तवता शब्दात गुंफली आहे. मनाचे रंग किती अनमोल आहेत. उत्तम सुदृढ, प्रसन्न मनाची दौलत किती महत्त्वाची आहे हे सांगणारं तिसरं कडवं मला फार आवडतं, ते फारसं गाताना घेतलं जात नाही.

गीतकार साहिर लुधियानवी लिहितात,
तन की दौलत ढलती छाया, मन का धनं अनमोल
तन के कारण मन के धन को, मत माटी मे रौंद
मन की कदर भुलानेवाला, वीरों जनम गवाये...
तोर म न दर्प न कहलाये...

मन सुंदर, प्रसन्न ठेवणं हे सर्वस्वी आपल्या हातात आहे, आपण प्रयत्नपूर्वक मनाला प्रसन्न ठेवण्याची सवय लावून घ्यायला हवी. आपल्या बाह्य रूप गुणांवर, अवगुणांवर, व्यंगावर, दिसण्यावर सहज लेबल लावलं जातं, चर्चा केली जाते आणि त्या वक्तव्यावर त्यांच्या स्वीकार अस्वीकारावर आपल्या मनाचे रंग पार उडून जातात. मग प्रसन्नता कशी टिकणार? कशी टिकवायची? हा प्रश्न मनात चटकन येणार. त्याचं उत्तर मला वरच्या गाण्यात त्या कडव्यात सापडतं. 'देहाची सुंदरता ही कालसापेक्ष आहे, घडी घडी बदलणारी आहे. चेहरा रंगवा, केस रंगवा, वय झाका, अट्टाहास कशाचा? तर सुंदर तरूण दिसण्याचा केला जातो. सहजपणे विसर पडलेला असतो. 'तन की दौलत ढलती छाया...', वाढणारं वय स्वीकारणं सुद्धा अवघड होत जावं इतका अट्टाहास आहे ते झाकण्याचा केला जातो. झाकण्याच्या लपविण्याच्या, असण्यापेक्षा वेगळं दाखविण्याच्या खटाटोपीत थकलेले जीव आजुबाजूला दिसतात.

मग लक्षात घेऊ या, जे आहे ते लपविण्याचा, झाकण्याचा प्रयत्न कधीच करायचा नाही. हे ठरवून टाकूया. दिसणं... असणं... लपवणं या चक्रात अडकायचं नाही मुळी. जे आहे त्याचा स्वीकार करून साहिर म्हणतात त्या प्रमाणे 'मन का धन अनमोल....' हे अनमोल धन वाढविण्याचा प्रयत्न करू या. जे "मन प्रसन्नतेच" धन मिळेल त्यानेच मनाची श्रीमंती वाढेल आणि मग मनाचा रंग उजळून जाईल.

अजूनही शरीरावरचे पांढरे डाग, मनावर काळाकुट्ट असा आघात करणारेच ठरतात. सहजी स्वीकार होत नाही हे वास्तव असलं तरीही आपणच आपल्याला आहे तसं स्वीकारून मन कायम आनंदी सकारात्मक कसं ठेवता येईल याचाच फक्त विचार करत आयुष्याची वाटचाल सुकर आणि आनंददायी करायला हवी. "तन के कारन, मन के धन को मत माटी मे रौंद..." हा मंत्र लक्षात ठेवू या.

मी पूर्वी बसने माझ्या शाळेच्या नोकरीसाठी ये जा करत असे. एस.एन.डी.टी. स्टॉपला उतरून मी माझ्या कर्वे संस्थेच्या शाळेत कर्णबधिर मुलामुलींना शिकवायला जात असे. एक बाई रोज बसमध्ये भेटायच्या, साडी छान, गजरा मस्त असं जुजबी बोलणं व्हायचं. त्यांनी एकदा विचारलं तुम्ही प्रोफेसर आहात का? मी म्हटलं, 'मी प्राथमिक शाळेतल्या छोट्या कर्णबधिर मुलामुलींची शिक्षिका आहे.' त्याचं उत्तर 'अगबाई, मला वाटलं तुम्ही डॉक्टरेट मिळविलेल्या प्रोफेसर असणार!' नंतर नंतर त्या बोलायच्या बंदच होत गेल्या. कारण त्या हेड ऑफ डिपार्टमेंट होत्या.

पण डोक्यात मात्र किती खालच्या स्तरावरचे विचार, मन किती हलकं कमकुवत असावं. त्या उदाहरणावरून 'मन' मोठ्ठ असण्याचं, मन परिपक्व असल्याचं महत्त्व पटतं.

माझ्या न बोलता येणाऱ्या कर्णबधिरांसाठी माझं साधं पण छान रहाणं, माझं मन प्रसन्न ठेवणं मला गरजेचं होतं. तसंच आपण स्वतःला ताजेतवानं प्रसन्न ठेवण्यासाठी निसर्गाला सखा करून घ्यावं.

त्या सूर्यदेवाचं नित्याचं उगवणं, ती लाल गुलाबी डोळ्यात मावणारी त्याची लाली, उगवत्या वेळेला मनात टिपून घ्यावी. आपल्या कुंडीतल्या रोपांशी, असली तर मोठ्या बागेशी, नाही तर सार्वजनिक बागांशी दोस्ती करावी. मग कळी, उमलणं, फुलणं, सडा पडणं, सुगंध सगळे तुमच्याशी दोस्ती करतातच. छान हिरव्या दुर्वाची जुडी करावी. प्रसन्न मनानी गणेशाला वहावी. वेगळं बळ नक्की मिळेल. कधी पावसात भिजत कणीस खावं, कधी मस्त ओळी भेळ... आपल्या आतल्या मनभरून आनंदाला बाहेरच्या प्रतिक्रियांनी धक्का मुळीच लागू द्यायचा नाही. आपल्या मनाची कदर आधी आपण करायची. साहीर म्हणतात, 'मनाची कदर करत नाहीत त्याचा जन्म व्यर्थ असतो.'

आपल्या मनाला प्रसन्न आनंदी ठेऊन आयुष्याची पाऊलवाट आनंदाने आपल्या फकीरीत, मस्तीत चालत राहू या. रंग मनाचे उजळते ठेऊ या...

तोराने मन दर्पण कहलाये.... हेच खरंय.

वेडा पाऊस

रंजना काळे

मो. ९८५०६३७०६८

रात्रीची वेळ

सारं कसं शांत शांत

अवचित सुरू होते

टपटप रिमझिम टपटप रिमझिम

लय वाढतच जाते

तो एकटाच वेड्यासारखा कोसळतो

मधेच मी जागी होते

ते बेभान कोसळणं

मला अस्वस्थ करतं

अस्वस्थता वाढतच जाते

तेव्हा मला कळतं

माझ्या मनातही तोच कोसळतोय

अगदी तसाच

फक्त शब्दरूप घेऊन

लम्बाबंधन

सौ.माधवी मिलिंद खडककार

मो. ९२२६४१३००६

स्वर्गातच बांधल्या जातात लम्बाच्या रेशीमगाठी
आयुष्यभराची साथ असते ती एकमेकांसाठी

सौंदर्याची परिभाषाही वेगळ्या आहेत खूप
पण महत्त्वाचे नसते व्यक्तीचे बाह्यरूप

बौद्धिक विचारांचा ही व्हावा तिथे सन्मान
असावी पती पत्नीला एकमेकांविषयी आस्था

करावी लागू नये त्यासाठी प्रयत्नांची पराकाष्ठा
नात्यामध्ये असावी एक अनामिक ओढ

मोठेपण सिद्ध करण्याची नसावी चढाओढ
देवून एकमेकांना आयुष्यभराचा आधार
सुखी करावा आपला छानसा संसार...

गंभीर विषयाचं 'नितळ' आकलन

डॉ. उमा वि. कुलकर्णी

९४२३५७२५५०

काही काही वेळा आपण असे का वागतो ते आपल्यालाही ठाऊक नसतं. त्या विषयाचा आपला प्रत्यक्ष वा अप्रत्यक्ष संबंधही आलेला नसतो, तरीही काही बाबतीत आपल्या मनात उगाचच अढी असते. ती 'उगाचच' आहे याची जाणीवही असू नये अशा प्रकारे ती मनात कुठेतरी दडलेली असते.

'कोडा'विषयी लिहायचा विचार केल्यावरही मला तसंच काहीतरी जाणवलं. घरात, घराच्या आसपास, नातेवाईकांत किंवा ओळखीपैकी कुणालाही असं काही नसतानाही केवळ जवळपासच्या माणसांच्या बोलण्यात संदर्भ येत गेले आणि नकळत बालवयातच हा काहीतरी भयंकर प्रकार असला पाहिजे अशी मनाची खात्रीही करून घेतली होती.

प्राथमिक शाळेत असतानाची एक आठवण तरळत वर आली. बेळगावमधल्या ठळकवाडीच्या एका बाजूला असलेल्या लेले ग्राऊंडजवळ आमची पहिली ते चौथीची सरस्वती मंदीर ही शाळा होती. शाळेत विविध सामाजिक-आर्थिक परिस्थितीतली मुलं एकत्र शिकायची. ज्या इमारतीत ती छोटी शाळा भरत होती, त्या घरांमध्ये एका स्त्रीला कोड होतं. आम्हाला त्या कधीतरी ओझरत्याच दिसल्या असतील-नसतील. तेव्हा तहान लागली की कुणाच्याही घरी जाऊन पाणी मागायची पद्धत होती. तसेच आम्ही त्या घरीही जात असू. त्याही घरी नाराजी न दाखवता, किंवा खळखळ न करता आम्हाला पाणी प्यायला दिलं जायचं. इतर घरांमध्ये कुणी पेल्यातून देई, तर काही घरी ऑजळीतून प्यावं लागे. इथेही तसंच असे. झगे ओले करत तसं पाणी पिण्यातही गंमतच वाटे.

एक दिवस कुणीतरी म्हणालं, 'आईनं सांगितलंय, त्यांच्या घरी प्यायचं पाणी मागायला जायचं नाही! आपण नको जायला!..त्यांच्या घरी ती तसली बाई राहाते ना!..'

स्वतः विचार करून निर्णय घ्यायचा प्रश्नच नव्हता. 'मित्र-परिवार हेच सर्वस्व,' मानायचं ते वय होतं. मैत्रिणीचं बोलणं इतकं पटलं की आम्ही तिकडे जायचं बंद केलं आणि पाणी प्यायला लगोलग दुसरं घर शोधलं देखील! या बोलण्याचा प्रभाव इतका होता की मधल्या लेले ग्राऊंड नावाच्या माळावर काही म्हशी नियमितपणे चरायला यायच्या; त्यातल्या एका काळ्या-पांढऱ्या म्हशीकडेही आम्ही तशाच दृष्टीनं बघू लागलो. इतकंच नव्हे, एका मैत्रिणीनं म्हणलं म्हणून त्या म्हशीच्या जवळून जाताना आम्ही सगळ्याजणी नाक घट्ट धरत, श्वास रोखून पळत सुटायचो!

खूप लौकर, म्हणजे ५-६वीत असल्यापासून वाचनाची आवड लागली. त्यातल्या इयत्ता मागं टाकता-टाकता कथा-कादंबऱ्यांचं वाचन सुरू झालं. प्रत्यक्ष जीवनात नसले तरी कथा-कादंबऱ्यांमधून विविध विषय सामोरे येऊ लागले. एव्हाना शाळाही बदलली होती. आता आमची रवानगी कॉलेज रोडवरच्या 'रजपूत बंधू' या पाचवी ते आठवीपर्यंत असलेल्या शाळेत झाली होती. सार्वजनिक लायब्ररी लावली होती. माझ्यापेक्षा चार वर्षांनी मोठी असलेली बहीण तिथून विविध कादंबऱ्या घेऊन यायची. चांगलं काही असेल तर मलाही वाचायला सांगायची. सभोवतालचं वातावरण आणि किरकोळ वाचनामुळे - आणि अर्थातच वाढत्या वयामुळे- मानसिकता बदलत चालली होती. अशा वेळी बहिणीच्या आग्रहामुळे कोड या विषयावरची 'महाश्वेता' ही सुमती क्षेत्रमाडे यांची कादंबरी वाचनात आली. त्यातही अखेरीस यातली नायिका हरिद्वारला संन्यासीण होऊन निघून जाते, हेच बहिणीनं 'हायलाईट' करून सांगितलं होतं, त्यामुळे त्यातल्या कोड या विषयाच्या गांभीर्यापेक्षा हेच हरद्वार प्रकरण 'कित्ती छान नै...' म्हणत, डोळे पुसत वाचल्याचं आठवतं.

पण हाच विषय घरातल्या गप्पांमधून वेगळ्या प्रकारे सामोरा येत होता. माझे वडील पेशानं शेतकरी...म्हणजे 'गावाकडे शेती आहे..' म्हणत 'उंटावरून शेळ्या हाकणारे!' (हा शब्दप्रयोगही वडिलांचाच!) भरपूर वेळ रिकामा.



त्यामुळे त्यांनी आयुष्यभर संगीताबरोबरच दुसरा एक छंद जोपासला, तो म्हणजे लग्न जुळवणे! या संदर्भात घरी माणसं यायची आणि गप्पा कानावर यायच्या.

कुठल्याशा संदर्भात घडलेली गोष्ट आठवते. पत्रिका जुळली होती, मुलगा-मुलगी एकमेकांना पसंत होते, देणं-घेणं जमत होतं. आता केवळ जे ठरलं त्याच्या याद्या करून लग्नाचा मुहूर्त काढायचा तेवढा राहिला होता. अशा वेळी अगदी सकाळीच कुणीतरी आलं आणि लग्न मोडायच्या गोष्टी करू लागलं. वातावरण गंभीर होतं. वडील मध्यस्थ असल्यामुळे त्यांनाच ते प्रकरण निभावायचं होतं. कारण समोर आलं, मुलाच्या आत्याला कोड आहे..ती परदेशी असल्यामुळे त्या बाबतीत मौन पाळून फसवणूक केली...वगैरे, वगैरे!...अगदी ठरत आलेलं लग्न मोडणार म्हणाल्यावर आम्हीही गडबडलो होतो. 'त्या मुलीला कसं वाटेल...?' अशी आम्हा बहिणींची चर्चाही सुरू झाली. आणणांना यात किती मनस्ताप होईल, असंही वाटू लागलं.

पण आश्चर्याची गोष्ट म्हणजे आण्णा म्हणाले, 'इतकी महत्वाची आणि गंभीर गोष्ट लपवली असेल तर लग्न मोडलेलंच बरं..आपण दुसरं स्थळ शोधू..' आणि आणणांना मनस्ताप झाला नाही, याचं आम्हालाही बरं वाटलं. या बाबतीत इतर काही बाजू असू शकेल, असं वाटलंही नाही.

आता पाहिलं तर गंमत वाटते, तेव्हा एखाद्या घरात डायबेटीस असला तरी असाच विचार केला जायचा. कोड-मधुमेह या सारखे आजार आनुवंशिक आहेत याची पूर्णपणे खात्री असल्यामुळे, आणि या संदर्भात दुसरा कुठलाही पर्यायी विचार नसल्यामुळे असं म्हणलं जात असावं! निदान तसा तर्क बोलून दाखवला जायचा.

याच मनस्थितीतून एका लग्नात माझ्याकडूनही मोडता घातला गेला. माझ्या भावंडांची लग्न ठरवण्याचा कालखंड आला. तेव्हाही एका मुलीशी जवळ-जवळ लग्न ठरत आलं होतं. ती मुलगी एका खेड्यात राहात होती. एका बहिणीच्या पांढऱ्या डागाविषयी त्यांनी सांगितलं होतं. पण मला नंतर समजलं, त्या घरातल्या आणखी काहीजणांनाही कोड आहे. मी तत्परतेनं ही माहिती वडिलांपर्यंत पोचवली आणि ते लग्न रहीत झालं.

पुढे माझ्यावरही असाच अवघड प्रसंग ओढवला होता. सतत टिकली लावत असल्यामुळे कपाळावर पांढरा डाग पडला होता. हे लक्षात आल्यावर साहाजिकच मी संचित झाले. त्यातच एक दिवस पायाच्या घोट्याच्या मागच्या बाजूलाही छोटी चकती दिसली आणि मी हबकून गेले. त्या वेळची माझी मानसिक अवस्था मला आजही आठवते. एकीकडे आपल्याकडून याच कारणासाठी एक लग्न मोडल्याची 'पापप्रज्ञा' तर होतीच..त्याहीपेक्षा आनुवंशिकतेचं भय! आम्हाला मुलं नसल्यामुळे प्रत्यक्ष घरात तो प्रश्न नसला तरी, भावंडं आई-वडील या सगळ्यांपासून दुरावली जाण्याची भीती प्रचंड व्याकूळ करून गेली होती. वाटू लागलं, भावंडांकडच्या कार्यात आपल्याला सहभागी होता येणार नाही, आपल्यावर एवढी माया करणारे भाऊ आपापल्या मुलांच्या हितासाठी आपल्याला टाळतील...मुख्य म्हणजे अशा कारणासाठी 'फसवणूक..' म्हणत लग्न मोडणारे वडील काय म्हणतील,...ते आणि आईही आपल्याला या कारणास्तव दूर लोटतील काय? वगैरे..वगैरे...

अर्थात हे प्रकरण फारसं वाढलं नाही. पायावरचा डाग आला तसा निघून गेला आणि टिकलीचा डाग तर जवळ-जवळ प्रत्येकीच्याच कपाळावर असल्याचं लक्षात आलं. त्यामुळे तीही भीती ओसरली.

पुढच्या काळात सुधा मूर्ती यांची ओळख झाली. त्या वेळी पुण्यात मॉडेल कॉलनीत राहात होत्या. त्यांनी टेलकोतली नोकरी सोडली होती, आणि त्यांची 'इन्फोसिस' अजून बाल्यावस्थेत होती. माझ्या अनुवादाची ती अगदीच सुरवात होती. बोलताना त्यांनी त्यांच्या मनात कोड या विषयावरच्या कादंबरीचा विषय घोळत असल्याचं सांगितलं. नाव 'महाश्वेता'. साहाजिकच क्षेत्रमाडेंच्या 'महाश्वेता'चाही संदर्भ निघाला. कथानक ऐकताच त्या म्हणाल्या, 'माझी नायिका अशी नाही...ती समाजाबाहेर निघून जाणार नाही..याच समाजात राहील..'

बराच कालावधी गेला. कन्नडमध्ये सुधाताईची 'महाश्वेता' प्रकाशित झाल्याची बातमी समजली होती. कालांतरानं प्रकाशकांकडून ती माझ्याकडे अनुवादासाठी आली. त्या निमित्तानं पुन्हा हा विषय सामोरा आला.

एव्हाना पुलाखालून बरंच पाणी वाहून गेलं होतं. विविध कादंबऱ्यांच्या अनुवादाच्या निमित्तानं वेगवेगळ्या

विषयांची खोली समजू लागली होती. याही बाबतीत तसं झालं. इतर कुठली शारीरिक किंवा बौद्धिक क्षमता उणावलेली नसताना, केवळ दिसण्यातल्या 'वैगुण्या' मुळे येणारं विविध प्रकारचं मानसिक 'अपंगत्व' तीव्रपणे जाणवलं. त्यावर मात करणाऱ्या 'महाश्वेता'च्या नायिकेचं महत्वही वाटलं. खूप कणखर वाटली ती!

नाटकावर अतोनात प्रेम असणारी 'अनुपमा' अत्यंत देखणी आणि मनमोहक आहे. मागणी घालून केवळ अप्रतिम लावण्यामुळे एका श्रीमंत तरूणाशी तिचं लग्न होतं. पण कोडामुळे तिचं जीवन झाकोळलं जातं. नवरा तिला टाकतो. तरीही हार न मानता ती पडद्याच्या मागे राहून आपली नाटकाची आवड जोपासते. ती दिग्दर्शिका बनते. आपल्या आवडीच्या क्षेत्रातच कार्यरत राहाते. समर्थ जीवन जगते. कुठल्याही पुरुषाच्या आधाराशिवाय!

याच प्रसंगाच्या आगे-मागे डॉ. अनिल अवचटांचा परिचय झाला. 'डॉ.अनिता अवचट संघर्ष सन्मान' पुरस्काराच्या निमित्तानं डॉ. माया तुळपुळे यांची डॉ. आनंद नाडकर्णी यांनी घेतलेली मुलाखत ऐकली. तेव्हाही अशाच एका समर्थ 'अनुपमे'चा परिचय झाला. त्यांच्या बोलण्यातून खऱ्या अर्थानं या विषयाची ओळख झाली असं मी मानते. या आधी फक्त कोडाच्या संदर्भात फारच कमी माहीत होतं हे समजलं. कोडानं ग्रासलेल्या व्यक्तीचा मनोव्यापार समजून घ्यायची संधी त्या मुलाखतीच्या निमित्तानं मिळाली.

मग मात्र आम्ही या विषयाशी जोडलेच गेलो. 'श्वेता'च्या लिटरेचरचा कन्नड अनुवाद करून देण्यापासून या विषयावर प्रख्यात दिग्दर्शिका सुमित्रा भावे यांनी दिग्दर्शित केलेल्या 'नितळ' या चित्रपटामधल्या किरकोळ अप्रत्यक्ष सहभागापर्यंत....

अगदी आजही....

संघटनेचे महत्व

- संघटनेत - कायदा नाही,
व्यवस्था असते.
 - संघटनेत - सूचना नाही,
समजूतदारपणा असतो.
 - संघटनेत - कानून नसतो,
अनुशासन असतं.
 - संघटनेत - भीती नसते,
भरोसा असतो.
 - संघटनेत - शोषण नाही,
पोषण असतं.
 - संघटनेत - आग्रह नाही,
आदर असतो.
 - संघटनेत - संपर्क नाही,
संबंध असतो.
 - संघटनेत - अर्पण नाही,
समर्पण असत.
- यासाठी सर्वांनी संघटनेसोबत रहा.

Who Are You ?

*You are not your age,
Nor the size of clothes you wear,
You are not a weight,
Or the colour of your hair.
You are not your name,
Or the dimples in your cheeks,
You are all the books you read,
And all the words you speak,
You are your croaky morning voice,
And the smiles you try to hide,
You're the sweetness in your laughter,
And every tear you've cried,
You're the songs you sing so loudly,
When you know you're all alone,
You're the places that you've been to,
And the one that you call home,
You're the things that you believe in,
And the people that you love,
You're the photos in your bedroom,
And the future you dream of,
You're made of so much beauty,
But it seems that you forgot,
When you decided that you were defined,
By all the things you're not.*

A Personal Experience

Padmashree Arvind Gupta

arvindtoys@gmail.com

I did B.Tech from IIT/Kanpur in 1970-75. Those were quite extraordinary days. There were many political movements. In 1968, students were out on the streets of Paris challenging authority. In the India there was the Naxal Movement and the Jayaprakash Movement. The political slogan of the 1970s was

Go to the people,
Love them,
Live with them,
Start from what they know,
Build on what they have.

In 1975, immediately on passing out I joined Tata Motors as a Graduate Engineer Trainee. After my training I took a year's unpaid leave from Telco to work with a village science teaching programme and spent 4 months in Trivandrum with the famous architect Laurie Baker. I rejoined Telco in 1979 but this experience raised a lot of questions in my mind. In 1980 I resigned from Telco to work with a worker's movement in Chattisgarh.

I got a small stipend of Rs 300/- per month, which was also irregular. Two meals a day were provided by the movement. I being the youngest in the family, my elder sister was very concerned about my marriage. She was quite worried about me. So, my brother-in-law came to meet me. He said we don't know any socialist channels to get you married. But we can put a marriage advertisement in the Times of India (TOI). So an ad was put in the TOI which read, "B. Tech IIT Kanpur, 5 years in Telco, no dowry, caste religion no bar, divorcees, with or without children may write." There were close to 60 responses. Mostly parents had written on behalf of their daughter's. There were 3 or 4 responses where the prospective girl's had written.

One response was from Sunita Pandhe from Pune. She worked as a lecturer in St. Mira's College and taught Sociology. It was actually her mother who saw the ad in TOI and brought it to her notice. Sunita had leucoderma from childhood. This she frankly mentioned in her first letter. We exchanged a few letters. I thought that one marries a good human being and not a patch of skin. I held nothing against marrying a person with vitiligo. I thought in God's world there are plants with green and yellow leaves. There are also plants whose leaves are green but with streaks and patches of yellow. These special leaves are called variegated.

We got married on 10th January 1983 in my sister's house in Chennai. It was a very simple Arya Samaj marriage which finished in less than an hour. We have lived happily for almost 38 years. Sunita retired from the Fergusson College a few years back and I worked at the IUCAA science center for 11 years, making simple toys and teaching aids to make science fun for children. We have a daughter Dulari who spent 14 years at the Christian Medical College, Vellore. She is a pediatrician and later did a DM in Neurology from the Madras Medical College. Dulari now works in Deenanath Hospital. Her husband is in the IRS and posted to the Pune Customs. They have two children – Kedar (4 years old) and Aranya (9 months). After our retirement the grandchildren keep us busy all the time.



तेथे कर माझे जुळती

इग्राझ फिलिप सेमेलविस

डॉ. संजीवनी केळकर

१८२३४८००५०

इग्राझ फिलिप सेमेलविस १जुलै १८१८ ला बुडापेस्ट हंगेरीत जन्मला. अत्यंत हुषार डॉक्टर शास्त्रज्ञ-स्त्रीरोग तज्ञ झाला. त्याला मरणोपरांत १० वर्षांनी सन्मान मिळाला. त्याच्या कष्टांना जगाकडून मान्यता मिळाली.

त्याला आज “जंतुसंसर्ग प्रतिबंधाचा पितामह” म्हटले जाते. “मातांचा संरक्षक” ही म्हटले जाते, पण तो जी धडपड करीत होता, मातांना वाचवण्याचे कष्ट करीत होता, त्याकडे

सर्वांनी दुर्लक्ष केले म्हणून त्याला दुर्दैवी जीव म्हटल्यास वावगे ठरू नये.

त्याच्या नावाने “सेमेलविस रिफ्लेक्स किंवा परिणाम” (Reflex like rejection of new ideas) प्रचलित झाला. म्हणजे- कुठलीही नवीन कल्पना, संशोधनाचा आधी विरोध करायचा- कारण ती कल्पना प्रस्थापित पद्धतीपेक्षा, प्रस्थापित विश्वासांच्या पेक्षा वेगळे काहीतरी सांगते म्हणून. "Eges were often inertly proportional to the evidence. The scientific evidence was very scant that time." त्याच्या बाबतीत असेच घडले.

आज या कोरोना वैश्विक महामारीत आपणाला सतत हात स्वच्छ धुणे - Hand Wash, इकडे तिकडे स्पर्श करू नका अश्या सूचना दिल्या जातात. त्यांचे पालन करा, असे संदेश रेडियो, टी.व्ही., मोबाईल फोन, वर्तमानपत्राद्वारे आपल्या कानावर आदळत असतात. कारण जंतुंचा विषाणूंचा संसर्ग होऊ नये- पसरू नये म्हणून! “हात स्वच्छ धुण्याचा” प्रवक्ता हाच इग्राझ सेमेलविस.

विज्ञानाला किंवा शास्त्राला कल्पनांचे स्मशान म्हटले जाते. आजचे वास्तव- उद्याला चूक ठरवले जाऊ शकते, अशीच विज्ञानाची प्रगती होते. (Science is a Graveyard of ideas. Today's fact becomes tomorrow's fallacy, but that is how we progress.)

व्हिएन्ना मध्ये स्त्रीरोगतज्ञ म्हणून काम करीत असतांना त्याच्या लक्षात काही महत्वाच्या गोष्टी आल्या. प्रसूतीचे दोन वॉर्ड्स (Wings) दवाखान्यात होते.

पहिल्यात डॉक्टर्स आणि शिकाऊ विद्यार्थी प्रसूती करीत. दुसऱ्या वार्डात मिडवाईव्ज होते. दाया प्रसूती पार पाडीत. डॉक्टरांनी केलेल्या प्रसूतीमध्ये मातांचा मृत्युदर तीन पटीनी जास्त होता. Purperal Sepsis किंवा बाळंतरोग याला म्हणतात.

त्याला आढळून आलं की जिथे डॉक्टर्स फिरकायचे पण नाहीत त्या गरीब स्त्रियांच्या वार्डमध्ये मृत्यूचे प्रमाण फार कमी असायचे, याचे कारण उलगडण्यासाठी तो सतत विचार करी. त्याचा शोध घेतांना त्याचा मित्र जो फॉरेंसिक पॅथॉलाजिस्ट होता, जॅकब कोलेचका, त्याचे उदाहरण समोर आले. अँटोप्सी करतांना विद्यार्थ्यांच्या हाताने चुकून चाकू त्याच्या हाताला लागला- जखम झाली. दुसऱ्याच दिवशी त्याला थंडी वाजून ताप आला, उलट्या झाल्या, तो बेशुद्ध पडला आणि चौथ्या दिवशी मरण पावला.

या मोठ्या धक्क्यातून इग्राझला एकदम क्लिक झाले- बाळंतपणानंतर डॉक्टरांच्या वार्डात ज्या स्त्रिया मृत्युमुखी पडत त्यांनाही अशीच लक्षणे दिसायची आणि त्या मरायच्या. त्याने ताडलं की या डॉक्टरांच्या श्रीमंत स्त्रियांच्या वार्डमध्ये डॉक्टर शवविच्छेदन (Autopsy) करून येत व प्रसूतीसाठी जरूरी असणारी अंतर्गत योनिमार्गाची तपासणी करीत, प्रसूती करीत. त्यांच्या हातावरील घाण गरोदर स्त्रियांच्या शरीरात जात असावी व अस्वच्छ हातामुळे स्त्रियांना रंग मनाचे

रोग होऊन त्या मरत असाव्यात. त्या काळात ग्लोव्हजचा शोधच लागला नव्हता. जंतूचाही शोध लागला नव्हता, मग अँटीबायोटिक्स तर नव्हतीच. हा काळ १८४० चा होता. प्रेतातून येणारे कण याला कारणीभूत असावेत, असे त्याला वाटले.

त्याने एक प्रयोग केला- तो शवविच्छेदन करून येणाऱ्या डॉक्टरांना प्रथम हात Chloride of lime (कॅल्शियम हायपोक्लोराइड) च्या द्रावणात बुडवून स्वच्छ करायला सांगे आणि मगच प्रसूतीसाठी असलेल्या स्त्रियांची तपासणी करायला लावी. हा नियमच त्याने केला. टिपणं केली, नोंदी केल्या आणि काही दिवसात त्याच्या लक्षात आले की- थंडी वाजून ताप येण्याचे प्रमाण कमी झाले. हळू-हळू १८ टक्के बाळंतरोगाने मरणाऱ्या स्त्रियांचे प्रमाण १ ते २ टक्क्यावर आले.

गरीब स्त्रियांच्या दुसऱ्या वार्डात परिचारिका बाळंतपणे करीत. त्या कधी शवविच्छेदन करीत नसत. त्यामुळे तिथला मृत्यूदर कमीच होता १ ते २ टक्के, पण तिथेही त्याने ही हात धुण्याची प्रथा चालू केली.

इग्राइने आपला सिद्धांत मांडला “हात स्वच्छ धुतल्यावरच तपासणी व बाळंतपण प्रसूती करावी.”

“डॉक्टरांचे हात अस्वच्छ कसे असतील?” यावरच इतर सहकाऱ्यांनी मोठा आक्षेप घेतला, त्याची टर उडविली, त्याच्या म्हणण्यावर भरपूर टीका केली, बहिष्कार घातला, वेड्यात काढले.

परंतु फ्रांस, युके, युएसए, स्विझर्लंड येथे त्याच्या शोधाला प्रसिद्धी मिळाली “सेमेलविस रिफ्लेक्स” म्हणून !

एवढे सगळे निदर्शनास आणून, खुलासा करून, परिणाम दाखवूनही कोणीच मान्य केले नाही. त्याच्या विद्यार्थ्यांनी व त्याने सरकारला, दवाखान्यांच्या प्रमुखांना पुन्हा पुन्हा पत्र लिहून कळवले पण काहीच उपयोग झाला नाही. त्याच्या अत्यंत महत्वाच्या शोधाकडे, Observation कडे दुर्लक्ष झाले. हे त्याला कसे सहन होईल ? त्याचा तळतळट झाला, वैफल्यग्रस्त झाला. त्याने एक पुस्तकही लिहिले १८४७ मध्ये! त्याचे प्रमोशन नाकारण्यात आले, मग त्याने राजिनामा दिला. तिथून बुडापेस्टला गेला. तिथेही चार दवाखान्यांमध्ये त्याने मातांचा मृत्यूचे प्रमाण कमी आणून दाखवले. जे डॉक्टर्स हात धुणे अमान्य करीत, त्यांना तो खुनी, वगैरे म्हणायला लागला, त्याचे मनस्वास्थ्य पार ढासळले, त्यामुळे त्याला Mental Asylum मध्ये ठेवण्यात आले. तिथे तो आरडा ओरडा करून पळून जायचा प्रयत्न करी म्हणून सुरक्षा रक्षक त्याला मारीत, त्याच्या हाताला चावीत सुद्धा. अशा चाव्यामुळे त्याला ताप आला आणि १४ व्या दिवशी त्याचा दुर्दैवी अंत झाला.

अत्यंत दुःखद, लज्जास्पद आणि प्रस्थापितांवर भरपूर डाग देणारी घटना, पण इग्राइ याला बळी पडला. वयाच्या ४७ व्या वर्षीच १५ ऑगस्ट १८६७ रोजी त्याचा अंत झाला.

सुधारक माणसाला खूप धैर्य लागतं, विरोध सहन करायची, अपमान पचवायचीही ताकद लागते. हा मार्ग कठीण आहे. चिवट आहे, सोपा नाही.

मृत्यूपश्चात इग्राइझला भरपूर प्रसिद्धी मिळाली, त्याच्या प्रतिमेचा-पोस्टाचा स्टॅम्प निघाला, त्याचे पुतळे उभारले गेले, अनेक दवाखाने व आरोग्य संस्थांना त्याचे नाव दिले गेले, त्याच्यावर पुस्तके लिहिली गेली, नाटके आणि सिनेमाही निघाले. परंतु त्याला या प्रसिद्धीचा काहीच उपयोग नाही होऊ शकला. तो दुःखातच मृत्यू पावला ना !

“यज्ञी ज्यांनी देऊनी निज शिर
घडविले मानवतेचे मंदिर
परी जयांच्या दहन भुमीवर
नाही चिरा, नाही पणती
तेथे कर माझे जुळती.”

अलौकिकतेची अनुभूती

अनुराधा ठाकूर

११३७१८२१२६

माझ्या करिअरच्या सुरुवातीच्या काळातील गोष्ट आहे. कला समाजामध्ये सकारात्मक बदल घडवू शकते हा माझा दृढ विश्वास होता. तेव्हा मी शाळेमध्ये कला शिक्षिकेची नोकरी करत होते. मला कमी उत्पन्न गटातील नकारात्मकता भरलेल्या ब्रात्य मुलांचा वर्ग शिकवायला मिळाला. त्या काळामध्ये एक-दोन ठिकाणी शिवून घातलेला गणवेश, जवळ एक कांडी म्हणजे रिफिल आणि रद्दीच्या दुकानातून जुन्या वह्यांच्या उरलेल्या पानांची शिवून घेतलेली एक रेघांची एक वही असे शालेय साहित्य मुलांच्या जवळ असायचे. सकाळी फक्त एक पावाचा तुकडा आणि एक कप चहा घेऊन ही मुले शाळेत यायची. दुपारी केव्हातरी आई-वडिलांची कमाई झाल्यावर सामान आणून स्वयंपाक व्हायचा. या मुलांच्याकडे चित्रकलेचे सामान नसल्यामुळे शाळेकडून ते मिळावे ही विनंती मी केली आणि ती मान्य झाली. पोस्टर कलर, ब्रश, ड्रॉइंग पेपर असे सर्व नवीन सामान घेऊन मी वर्गात गेले. टेबलावर सामान ठेऊन मी फळ्यावर चित्र काढत होते. साधारण एक ते दीड मिनिट मला चित्र काढण्यासाठी लागत. तेवढ्या वेळात मला सामानजवळ खुडबुड ऐकायला येत होती. म्हटले नवीन सामानाचे आकर्षण वाटत असेल. चित्र झाल्यावर मागे वळून बघितलं तर सगळे सामान वर्गात पास ऑन झाले होते. ब्रश वापरायचे माहित नसल्यामुळे रंगाच्या बाटल्यांमध्ये बोट घालून रंग कागदावर नंतर बेंचवर, एकमेकांना लावून मुलांनी वर्गात फार गोंधळ केला. मुख्याध्यापकांनी त्याबद्दल ऑफिसमध्ये बोलून चांगलीच कान उघाडणी केली. फारच मनस्ताप झाला होता.

दुसऱ्या दिवशी मी त्या वर्गात गेल्यावर त्यांच्याकडे असलेल्या शालेय साहित्यावर म्हणजे काही कांड्या आणि वहीची पानं यावर शिकवण्याचा प्रयत्न केला. त्यांच्याकडे निळी, काळी, लाल, हिरवी या रंगाच्या रिफिल्स होत्या. त्याच रंगांचा वहीच्या पानाचा वापर करून चित्रे शिकविली. नंतर त्यांना माती आणि रद्दीच्या दुकानातून रंगीत फोटो असलेली मासिके आणून त्यांचे आणि झाडाच्या पानाफुलांचे कोलाज शिकवले. त्यांना हळूहळू रस निर्माण झाला. एकदा एका वृत्तपत्राचा छायाचित्रकार काही निमित्ताने शाळेत आला होता. तेव्हा मी मुलांना पानाफुलांच्या कोलाजमधून पोर्ट्रेट शिकवले होते. मुलांनी ते फार सुंदर केले होते. याचे त्याने फोटो काढून ते मुलांच्या आणि शाळेच्या नावासकट वृत्तपत्रात प्रसिद्ध केले. ही फार मोठी गोष्ट झाली होती. ज्या मुलांमुळे शाळेला मान खाली घालायला लागायची, त्याच मुलांमुळे आज शाळेचे नाव झाले होते.

मग एक दिवस मुले म्हणाली मॅडम मला एकच कलर बॉक्स द्या. आम्ही तो सगळेजण मिळून वापरतो आणि खरच त्यांनी ते केले. मुलांनी नंतर पुस्तके, वह्या यांची मागणी केली. गरीब साहाय्यक निधीतून शालेय साहित्य उपलब्ध असायचे. पण या मुलांच्या विध्वंसक वृत्तीमुळे त्यांना ते बंद झाले होते. काही शिक्षकांनी त्यांना शाळा सुटल्यावर जादा तास घेऊन शिकवण्याची तयारी दाखवली. हा सगळा बदल बघत असणारे B.Ed. कॉलेजचे प्राध्यापक माननीय गंधे सर यांनी मार्गदर्शन करून “चित्रकलेच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांचा गुणात्मक विकास आणि वर्तन बदल” हा प्रोजेक्ट माझ्याकडून लिहून घेतला. पुढे या प्रोजेक्टला राज्य शैक्षणिक संशोधन मंडळांनी राज्यस्तरीय पुरस्कार दिला.

इथे मला शिकायला मिळाले की, कलाविष्कार आपला स्वाभिमान जपत, अर्धा ग्लास भरलेला आहे याची जाणीव करून देत, सकारात्मकतेचा आत्मिक आनंद मिळवून देतो.

या ठिकाणचा आणखी एक अनुभव सांगण्यासारखा आहे. एका वर्गामध्ये तो नेहमी डोके गच्च दाबून ठेवलेला असायचा. वर्गामध्ये इतर मुलांचा चाललेला गोंगाट त्याला सहन सहन व्हायचा नाही. अपंग, रंग एकदम सावळा, चेहरा



बऱ्यापैकी कुरूप, अभ्यासातही सामान्य! त्यामुळे तो नेहमीच बुजल्यासारखा असायचा. इतर मुलांची आणि त्याची कुठेही बरोबरी होत नव्हती. पण माझ्या चित्रकलेच्या तासाला मात्र खूश असायचा. चित्रांसाठी लागणारे सामान मी शाळेतून देण्याचा प्रयत्न करायची. त्यादिवशी त्याला वर्गाबाहेर उभे केले होते. कारण विचारल्यावर म्हणाला गृहपाठ नाही केला. अरे पण का नाही केला गृहपाठ? काल संध्याकाळी घरी गेल्यानंतर आमच्या समोरच्यांच्या कुलपाची चावी हरवली होती. ते जोराजोरात हातोडीने कुलपावरती ठोकत होते. त्या आवाजाने फार डोके दुखायला लागले. मग सकाळी उठलो तर आई खलबत्यात दाण दाण आवाज करत कुटत होती. हे सांगतानाही डोक्याला हात लावला होता.

शाळेमध्ये जपानच्या स्पर्धेचे परिपत्रक आले होते. मुलांना त्याबद्दल सूचना देऊन भाग घेण्यासाठी मी प्रोत्साहन दिले. माझ्या खुर्चीजवळ येत त्यानेही भाग घेण्याची इच्छा दर्शवली. पण सामान घाल ना मॅडम तुम्ही? मला ती एक संधी वाटली. कारण त्याला चित्र सोडून इतर विषयात रस नव्हता. शाळेतून सामान मिळत होते तो पर्यंत ठीक होते पण नंतर काय? म्हणून मी त्याला म्हटलं की नाही शाळेतून नाही देता येणार सामान! पण त्याच वेळेस त्याला सामान कुटून आणि कसं उपलब्ध होईल याच्यासाठी मार्गदर्शन केले. रद्दीच्या दुकानात थोडे शोधल्यावर कोरे कागद मिळू शकतात. कोलाजचे सामान, काही रंग असे त्याला सहज उपलब्ध होणाऱ्या सामानाची माहिती दिली.

दोन-तीन दिवसांनी मी वरून बघत होते एका हातामध्ये कागदाची भेंडोळी आणि इतर सामान सावरत चालत तो शाळेच्या गेटमधून येत होता. त्याला मार्गदर्शन करत असतानाच शाळेसमोरच्या दुकानांमध्ये सामान उतरवण्यासाठी एक टेंपो रस्ता अडवून उभा होता. रस्त्यावरून हॉर्नचे आवाज ऐकायचा येत होते. हॉर्नचे आवाज हळूहळू इतके कर्कश झाले की आमचे सगळ्यांचे हात कानावर गेले. माझे लक्ष त्याच्याकडे गेले. तो मात्र शांतपणे कागदावर चित्र काढत होता. बाहेरचा आवाज त्याच्यापर्यंत पोहोचलाच नव्हता.

यावरून असे लक्षात आले, कलेतील तन्मयता कणखर आत्मविश्वास देते आणि बाह्य स्थितीला तोंड देण्याची प्रतिकारशक्ती निर्माण करते.

असेच मी गृहिणींसाठी रांगोळीचित्रांचे काही workshops घेतले. यामधे प्रत्येकीला वेगवेगळ्या सण समारंभावर आधारित स्वतःची २० डिझाईन्स बनवायची होती.

एका शिबिरामध्ये ती एकटीच बसली होती. तिच्याकडे इतर गृहिणींसारखी पर्स नव्हती. एक मोठी पिशवी, जाताना बहुतेक सामान वगैरे घेऊन जायचं असेल बहुधा येताना आरशात पण नीट बघून आली होती की नाही कोण जाणे.

त्यादिवशी ती माझ्या खुर्ची जवळ घुटमळत होती. काहीतरी सांगायचं असेल बहुतेक. पण सारखं कोणीतरी जवळ येत होतं त्यामुळे तिला बोलता येत नव्हतं. मी तिला म्हटलं, जाताना येते मी तुझ्या घरी मग बोलता येईल आपल्याला.

तिच्या घरी तिच्या मोठ्या मुलानी दार उघडले. ती पण आलीच लगेच. हॉलमध्ये तिचा नवरा तर होऊन पडलेला होता. ती म्हणाली आपण आतच जाऊ या. स्वयंपाक घरात जाताना असलेल्या खोलीमध्ये तिचे सासू-सासरे दोघेजण बेडरिडन दिसले. स्वयंपाकघरात गेल्यानंतर बोलायला सुरुवात करणार इतक्यात तिचा छोटा मुलगा खूप कुरकुर करायला लागला. म्हटलं त्याला काय पाहिजे ते दे बाई! त्याला काचेच्या ग्लासमध्ये दूध पाहिजे होतं. तिने ते त्याला दिले आणि मग आम्ही बोलायला बसलो. त्याची पुन्हा कुरकुर सुरु झाली. तिने जरा दुर्लक्षच केले आणि त्यांनी दुधाने भरलेले काचेचा ग्लास समोरच्या डब्यांच्या मांडणीवर जोराने फेकून मारला. पूर्ण स्वयंपाक घरात आणि डब्याच्या मांडणीवर दूध आणि काचा झाल्या.

ते सगळं बघून मी निघण्याचा निर्णय घेतला. ती गेटपर्यंत आली. म्हटली बघितली ना तुम्ही माझ्या जवळची

परिस्थिती कशी आहे. पण जेव्हा पासून मी तुमच्या रांगोळी चित्रांचे शिबिरात आले तेव्हापासून माझ्या मनावरचा परिस्थितीचा मोठा दुःखाचा डोंगर हा कमी होत गेला आणि माझ्या मनामध्ये आनंदाचा भाग वाढला.

इथे मला समजलं.... परिस्थिती तीच असते पण कलेच्या अविष्कारातून तिच्याकडे बघण्याचा दृष्टिकोन सकारात्मक होतो. सकारात्मक दृष्टिकोन बिकट परिस्थितीवर मात करू शकतो.

नगरमध्ये १७ वे अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलन झाले, तेव्हा आम्ही चारशे फूट बाय १५ फूट अशी मोठी रांगोळी काढली होती. त्यादिवशी मुख्यमंत्र्यांचा कार्यक्रम नेवासाला होता, त्यामुळे मुख्य मंडपाकडे फारसे कोणी फिरकले नाही. संध्याकाळी साडेपाच ते सहाच्या सुमारास आमची रांगोळी पूर्ण झाली. सहज कोणीतरी मंडपाकडे आले आणि त्यांच्या माऊथ टू माऊथ पब्लिसिटी मधून मोठी गर्दी मंडपाकडे आली. मला आठवतंय की त्या दिवशी एकाही चणे-फुटाणे वाला सुद्धा तिथे नव्हता आणि कोणताही कार्यक्रम नव्हता. फक्त रांगोळी बघण्यासाठी अलोट गदी झाली होती.

इथे मला अनुभवायला आले की, कलेमध्ये लहान मोठे, श्रीमंत-गरीब, स्त्री-पुरुष, जाती-धर्म सगळ्यांना खेचून आणण्याची ताकद असते.

एकदा मला सकाळी अमेरिकेत स्थायिक एका कलारसिक भारतीय बाईचा फोन आला.

नेटवर्क नीट येत नव्हतं म्हणून मी बाहेर जाण्यासाठी लोखंडी सेफ्टी डोअर उघडलं. त्याचा थोडा करं करं आवाज आला. मला कसंसच झालं. बाहेर आले तरी भाजीवाला जोरात 'भाजी घ्या भाजी' असं ओरडत होता. मी त्याला हळूहळू आवाजात बोलायला सांगत होते.

पण तेवढ्यात त्या बाई मला म्हणाल्या, 'अनुराधाजी, ऐकू द्या मला तो आवाज!' भाजीवाला तिथून निघून जाईपर्यंत फोन चालू होता. नंतर त्या म्हटल्या, "अनुराधाजी लोखंडी दाराचा आवाज पण ऐकवा मला.

अनुराधाजी आम्ही अमेरिकेमध्ये जे मिस करतोय ना ते आम्हाला तुमच्या चित्रात मिळते."

म्हणजे कला निसटलेल्या क्षणांना सांधण्याने काम करते. मनाची रूखरूख कमी करते. कलेच्या माध्यमातून मी गेली तीस वर्षे विविध वयोगटातील, विविध भागातील म्हणजे गरीब-श्रीमंत, शहरी-ग्रामीण, आदिवासी अशा समाज घटकांसाठी प्रयोग केले. नेहमीच सकारात्मक परिणाम मिळाले.

निसर्गातून आपली निर्मिती झाली आहे. अनेकांचे जीवन निसर्गात फुलत असते. ते फुलत असताना त्यामधून अनेक प्रकारची लय निनादत असते. एक सुंदर अनुभव देणारी ती निर्मिती असते. या सगळ्यांना तोलणाऱ्या अद्भुत निरामय शक्तीचा प्रत्यय आपणास येत राहतो.

अभिजात कलांमध्ये ही निसर्गाची लय अविष्कृत होत असते. ती आपल्याला तन-मन-धन यापलीकडे नेते. निसर्गाची पीसफूल लय आणि आत्ताच्या जीवनातला डिस्ट्रक्टेट रिदम यांचे समायोजन कलेच्या आविष्कारातून होते. एक अलौकिक अनुभव आपल्याला येतो.

उत्साहाचे रंग	विधात्याचे स्वर
चराचरात मनात	सौम्य शितलतेची प्रतिती
ताजेपणाची प्रचिती	ताजेपणाची प्रचिती
निर्मितीचे सार	सौंदर्याची गुंफण
नव्याचे रूप	जीवनाचे प्रतल
सुक्त अलौकिकतेचे	***

प्राजक्ताचे फूल

डॉ सुहास नेने

९८२२११५३३५

प्राजक्ता, मानलं यार तुझ्या आईबाबांना! त्यांचा इथे कुठे, कसा संबंध आला मला समजलेच नाही. का? म्हणजे तुझं नाव ठेवायच्या वेळेसच त्यांना समजले होते की काय तू अशी पांढरी दिसणार आहेस म्हणून! मला क्षणभर काय उत्तर द्यावं सुचलंच नाही. नव्याने मैत्री झालेल्या माझ्या मित्रांच्या, माझ्याबद्दलच्या या भावना अशा असतील अशी मी कधी कल्पनाही केली नव्हती! पण मला रागही आला नाही त्यांचा. कारण असे कावळ्यांनी मारलेल्या चोचीसारख्या टोमण्यांचा आता मला चांगलाच सराव झाला होता आणि त्याचे काही वाटेनासेही झाले नव्हते. मन एकदम भूतकाळात शिरले.

मी पाचवी सहावीत असेन, दरवर्षी सुट्टीत अशीच आम्ही चुलत, मावस, आत्तेभावंडं आमच्या आजीकडे, कोकणात एकत्र जमत असू. नुसता हैदोस घालून आजीला भंडावून सोडत असू. रोज आजीच्या वाडीतून जाणाऱ्या जादुई रस्त्यातून आम्ही समुद्रावर दुंबायला जायचो. एखादं वडीलधारे माणूस देखरेखीसाठी असायचे कारण वांडपणा करण्यात सारेच एक नंबर होते. या मोठ्या माणसाला देखील पार गुंडाळून ठेवायचो आम्ही. असेच एकदा तास दोन तास समुद्राच्या पाण्यात दुंबल्यावर डोकी कोरडी करून उघड्या अंगाने आम्ही घरी परतलो. रोजच तसे यायचो. खेळून एवढी भूक लागलेली असायची की कधी एकदा घरात शिरून ताटावर बसतो असे झालेले असायचे. पण त्याआधी 'परत' अंधोळ करून आल्याशिवाय जेवायला मिळणार नाही असा दंडक आजीचा होता. परत घरी येऊन कपडे बदलण्यासाठी वेळ जायचा म्हणून आम्ही ओल्या अंगानेच परतायचो. त्या दिवशी घरी शिरताना आजी दारात उभी होती. अचानक माझ्याकडे लक्ष गेले तशी म्हणाली प्राजक्ता, बाळा जरा इकडे ये बघू. पोरानो तुमचं काय काम इकडे? जा विहिरीवर, तयार व्हा. येतीय प्राजक्ता. आजीने जवळ घेतलं मला आणि छातीवर हात ठेवताना तिची झालेली चलबिचल मलाही जाणवली. माझ्या अंगाला हात लावताना तिची घालमेल होत होती. काय झालं आजी? म्हणत मी विचारले तर काही नाही ग, नीट अंधोळ केली नाहीस का? अंगावर पांढरं डागासारखे काहीतरी दिसल्यासारखं वाटलं म्हणून म्हटलं. पण हे म्हणताना पण तिची जीभ चाचरत होती हे मला जाणवलं. प्राजक्ता, जा बाळा, आंधोळ करून घे आणि बाळा, आता या मुलांच्याबरोबर यापुढे समुद्रावर जायचं नाही. लक्षात ठेव मी काय सांगते ते. पुन्हा पुन्हा मी सांगणार नाही. सुशे, करत तिने आईला हाक मारली. आजी असे का सांगत आहे हे मला कळलंच नाही. माझ्या मस्तीत मी हे हे करत अंधोळीला पळाले.

आंधोळ उरकून आम्ही स्वयंपाकघरात शिरलो तर आईचे डोळे मला लाल झालेले वाटले. नुकतीच रडली होती की काय कोणास ठाऊक? आणि सारखं माझ्याकडे ती टक लावून बघते असे वाटत राहिले. आम्ही घरी आलो की रोज कशी ती उत्साहाने आम्हाला जेवायला वाढायची, आग्रह करकरीन तिने वाढले की आम्ही सारे जण खुश असायचो आणि भुकेपेक्षाही दोन घास जास्त खायचो. आज मला दोन वेळा आई, पोळी वाढ ना म्हणावे लागले. दुपारी आम्ही मधल्या घरात झोपायचो. एवढे हुंदडल्यावर झोप किती छान लागायची सांगू! मस्त दोन तास झाल्यावर चहा पिण्यासाठी आई उठवायची. आज मला जाग आली ती आई माझ्या जवळ बसली होती, अंगावरचा फ्रॉक वर करून माझ्या छातीवर निरखत होती, हात लावून बघत होती. मला कळेच ना सकाळी आजी हेच करत होती. आई तेच करते आहे. काय झालेय तरी काय? आणि त्यात रडण्यासारखे काय? मी विचारलेच तिला मॉम, काय झाले आहे? असं काय तु बघतेस? प्राजू, म्हणताना आईला इतका जोरात हुंदका आला की मलाच रडायला आले. बाकीची भावंडे उठतील म्हणून तोंडात पदर कोंबून आई उठली. पण गदगदतच दुसऱ्या खोलीत गेली.

दुसऱ्या दिवशी वानरसेना समुद्रावर जायला तयार होती. आई आणि आजीने मला सांगितले प्राजक्ता आज तू



आम्हाला मदत करायला घरीच थांबायचे.का पण?म्हणत मी धिंगाणा घातला. खूप कांगावा केला पण त्या दोघी बधल्या नाहीत. थांबायला सांगितले आहे ना ,मग मुकाट थांबायचे! जास्त बोलशील तर मुस्काट फोडीन!म्हणत आईने माझ्यावर हात पण उगारला! माझ्या आठवणीत पहिल्यांदाच मी तिचे हे इतके उग्र रूप पाहिले होते.मी थयथयाट केला,ओरडले पण भावंडांना सोडून मला घरीच राहायलाच लागले. ते गेल्यावर आईने मला सांगितले, प्राजक्ता तुझ्या अंगावर, छातीवर हा पांढरा डाग उमटला आहे.तेव्हा यापुढे उघड्या अंगाने कुठेही जायचे नाही. समुद्रावर किंवा परत गेल्यावरती पोहायला जायचे नाही. मी आरशासमोर उभी राहिले आणि त्या डागाकडे बघत राहिले.खरंच माझ्या छातीवर नेहमीपेक्षा वेगळ्या रंगाचा चट्टा उमटला होता.त्याला हात लावून पाहिले तर कळत होतं.चिमटा काढून पाहिला तर दुखले पण! जर हा वेगळ्या रंगाचा चट्टा उठला होता तर याचे आई ,आजीला इतके घाबरायला काय झाले होते! असलाच चट्टा पूर्वी एकदा पायावर उठला होता पण डॉक्टर काकांनी औषध दिल्यावर आठवड्याभरात तो गेलाही होता.हा पण जाईल की! यात एवढे घाबरण्यासारखे काय होते?मी बघत होते तेव्हा ऐकू आले.आजी आई वर डाफरत होती.सुशे, अग तुला जरा लक्ष ठेवायला काय होते? जरा बघत जा पोटाच्या गोळ्याकडे.बाहेर नाचानाच करणं,मिरवणं ठीक आहे पण त्याबरोबरीनेच घरातही जर लक्ष दिलं असतंस तर! काही 'नको ते 'निघाले तर काय होईल याचा कधी विचार केलास का ?

काही 'नको ते' म्हणजे नक्की कसं असेल मला तर काहीच माहित नव्हते. आईपेक्षा आजी बरी म्हणून मी वळले आणि आजीला विचारलं, आजी, काही नको ते म्हणजे काय गं? कप्पाळ माझं!! प्राजक्ता, मोठी माणसं बोलत असताना मधे नाक खुपसू नये, मधे बोलू नये. एवढे पण आईने शिकवलं नाही तुला ?

मला तर कळलेच नाही पण त्या दिवसापासून माझे समुद्रावर जाणं आणि पोहायला जाणे सगळे सुटलेच.अगदी तुटलेच म्हणा ना!!!एक मात्र मला कळून चुकले की 'काहीतरी'म्हणजे फार भयंकर असले पाहिजे! सुट्टी कधी संपते असे मला झाले होते, अगदी पहिल्यांदाच! घरी परत आलो त्याच दिवशी डॉक्टरकाकांकडे आमची वरात! त्यांनी बघितले आणि म्हणाले, लक्ष ठेवूया. वेगळे वाटते आहे खरे. तज्ज्ञ डॉक्टरांना पण आपण दाखवून घेऊ. मी मात्र विचार करत बसले, मी तरी अशी कशी? माझं लक्ष कसं गेलं नाही?तज्ज्ञ डॉक्टरांची वेळ कधी मिळते आणि ते 'तसं'काही नाही असं कधी सांगतात असं मला झालं होतं. कधी जायचं आई डॉक्टरांकडे? म्हणत मी मागेच लागले आईच्या !तर आई परत जास्तच रागावली!! जळलं मेलं लक्षण! कसले भिकेचे डोहाळे लागलेत कळत नाही.नको तेव्हा, नको तिथे घाई!

स्पेशालिस्ट डॉक्टरांकडे गेलो .एका यंत्रातून त्यांनी माझे डाग पाहिले आणि म्हणाले, लवकर शंका आली ते बरे झाले. 'तसेच'काहीसे'आहे खरं!त्यांचं वाक्य पूर्ण व्हायच्या आतच आईने मोठ्याने रडायला सुरुवात केली.मला तर काहीच समजेना. डॉक्टरांना अशा पेशंट्सची सवय असावी. त्यांनी मॅडम, प्लीज बसा. पाणी पिता का? असं म्हणत आईला खाली बसायला सांगितले. मी ऐकत होते. ते म्हणाले ,घाबरू नका! यासाठी उपाय आहेत आणि नवीन नवीन शोधही येत राहतात ,आणि राहतील. असे हताश होऊन कसे चालेल? आम्ही कशासाठी आहोत मग??पोटात घेण्याची औषधे लिहून देतो, लाइट थेरपी पण आहे. कंटाळा करून चालणार नाही. थोडे जास्त दिवस ट्रीटमेंट चालेल.कंटाळा न करता मी सांगेपर्यंत येणे खूप महत्त्वाचे आहे. नंतर म्हणू नका, डॉक्टरांनी चुकीची ट्रीटमेंट दिली म्हणून बरं झालं नाही!

आठवड्यातून दोन तीनदा आमच्या डॉक्टरांकडे फेऱ्या सुरू झाल्या भरपूर ट्यूब्स असलेल्या एका मोठ्या काचेच्या खोलीत, डोळ्यावर गॉगल घालून नुसते उभे रहायचे.काय बोअरिंग! कधी एकदा तो सेशन संपतो असे व्हायचे, दोन महिने झाले तरी डागात काही बदल होतो असे दिसत नव्हते.आई तर सारखेच माझ्याकडे बघत राहायची. तिला पण नंतर वाटायला लागले होते की त्या मानाने, खूप लक्षात येईल असा बदल डागात दिसत नाही!तिने डॉक्टरांना तसे बोलूनही दाखवले पण त्यांच्या म्हणण्याप्रमाणे फरक तर दिसत होता!!आणि ट्रीटमेंट चालू ठेवण्यातच फायदा होता.आईचा नाईलाज झाला. माझा पण मूड गेला. परत हे सारं सुरू ठेवायचं म्हणजे माझ्या मैत्रिणींशी माझा खेळ

गप्पाटप्पा अन् बोलणं कसे होणार? पण माझ्या हातात कुठे काय होते? आईने ट्रीटमेंट सुरू केली खरी पण ट्रीटमेंटची फी बरीच असावी. आईला ती घायला अवघड होत होते की काय असं मला वाटायला लागले. फोनवर मी आईला आजीकडे पैसे मागताना ऐकले होते ते यासाठीच असेल का? असे पहिल्यांदाच झाले होते. नक्की काय ते मला माहीत नाही पण ट्रीटमेंट हळुहळू लांबत चालली एवढं खरे आणि माझा डागही वाढत चालला हेही तितकंच खरं!!!!

खरं तर मी डागाला विसरायचं ठरवले होते. 'रोज मरे त्याला कोण रडे'! पण दोनएक महिन्याने मी सकाळी उठल्यावर आरशात पहायला गेले आणि मला 'तो' दिसला. ओठाच्या कडेला, थोडासा ओठावर!? 'तसलं काही' म्हणजे काय हे आता मला थोडे कळले होते. हे नक्की 'तसलेच काही' होते. आई, लवकर, लगेचच ये करत मी जोरजोरात ओरडले. घाबऱ्या घुबऱ्या आई पळतपळत आली आणि मला आरशासमोर व्यवस्थित उभी राहिलेली पाहिल्यावर तिचे डोके सटकले. गधडे, केव्हाडे घाबरवलसं मला! मला वाटले काही अजून नवीन गोंधळ घालून ठेवलास की काय! एकादशीच्या घरी शिवरात्र! आई, हे बघ माझ्या ओठाजवळ म्हटल्यावर मला निरखत आई पुढे आली आणि पटकन खालीच बसली. अरे देवा, तू कायकाय वाढून ठेवल्यस पोरीच्या नशिबात! ओरडत रडायलाच लागली. डागाचा आणि नशिबाचा काय संबध असतो मला काही समजले नाही. या डागासाठी आता परत नव्या डॉक्टरांकडे फेऱ्या सुरू झाल्या. ओठावरचा डाग एका वेगळ्या शस्त्रक्रियेद्वारा घालवता येईल असे त्यांनी समजावून सांगितले. आई परत एकदा नव्या उत्साहाने, तयारीने सज्ज झाली. ओठाच्या रंगासारखेच गोंदवून तो डाग घालवता येईल असे डॉक्टर म्हणाले. मग तसे उपचार सुरू झाले. काही दिवस हा डाग लपला खरा पण मग लपाछपीचा खेळ सुरू झाला. नंतर आकाराने छोट्या डागांसाठी थोडा स्किनग्राफ्टिंगचा प्रयत्न करून झाला. आता माझ्या हातावर, पायाच्या बेचक्यात, दोन्ही कोपरांजवळ, चेहऱ्यावर नव्या डागांनी दर्शन दिले! नव्या उभारीने ते येतच राहिले.

जसजसे डाग वाढायला लागले तशी आई प्रचंड अस्वस्थ झाली. जो कोणी म्हणेल, जसे सांगेल तसे उपचार करायला तिची तयारी होती. माझ्या काही म्हणण्याचा, नाही बोलायचा सवाल होताच कुठे? साखरेसारख्या गोड गोळ्या झाल्या, भस्मे खाउन झाली, घाणेरड्या चवीचे काढे पिउन झाले. ताईत बांधले, बाहुल्या लावून, वाहून पाहिल्या. मलमांची तर ही मोठी जन्त्री झाली. मलमांच्या ट्युबांनी मी तर एक छोटे देऊळ बांधू शकले असते! परत रंग लावायचाही सवाल नाही. सर्व रंगांची मांदियाळी होती. आता मला डागांची आणि डागांना माझी चांगलीच ओळख झाली होती. हळुहळू माझ्या जवळजवळ सर्व अंगावर डागांनी मैत्रीपूर्ण संबंध प्रस्थापित केले होते. वर्गातल्या मित्रमैत्रिणींनी मला त्यांच्यातून कधीच काढून टाकले होते. माझ्या वद्दा पुस्तकांना हात लावायला ते घाबरत. मला खेळायला घेत नसत. माझा हात लागलेली कोणतीच वस्तू त्यांना चालायची नाही. एखादी गोष्ट आवडली अन् मी टाळीसाठी हात पुढे केला तर माझ्या मैत्रिणी दचकायच्या. पूर्वी मी खूप झाले की मैत्रिणीला घट्ट मिठी मारायचे. आता त्या मला घाबरायच्या! मी गाभुळलेली चिंच किंवा चॉकलेट चिमणीच्या दाताने तोडायला तयार असायचे तर त्या फणकान्याने निघून जायच्या. मला का बरे असे त्या वाळीत टाकत होत्या? सारेच माझ्या आकलनाबाहेरचे होते. आईला तरी सारखे सारखे काय म्हणून सांगणार? तिचीही मानसिक अवस्था मला समजायला लागली होती.

दहावीला येईपर्यंत तर खरे माझे अभ्यासातले लक्ष उडायला लागले होते. आता पांढऱ्या डागांनी माझ्यावर संपूर्ण राज्य केले होते. माझ्या भुवयादेखील पांढऱ्या दिसायला लागल्या होत्या. स्लीव्हलेस टॉप घालावा असे मला खूप वाटायचे पण ते कसे दिसेल, बरं दिसेल का असेही वाटायचे. आरशासमोर उभी राहून मी मलाच न्याहाळायची! का कोणास ठाऊक आता मला माझी लाज नाही वाटायची! माझ्या अंगावरच्या डागांच्या वेगवेगळ्या छटा निरखताना मी हरपून जायची! प्रत्येक रंगाची स्वतःची अशी एक खास नजाकत असते नाही! दहावीच्या वर्षाच्या पहिल्या दिवशी मराठी शिकवायला आम्हाला एक नव्या बाई आल्या आणि बसू त्या दिवसापासून मी त्यांची जबरदस्त फॅन झाले! हो, या नव्या बाई अगदी माझ्यासारख्याच होत्या. दोन कण जास्तीच म्हणा ना! पण त्या शिकवायच्या अशा सुरेख की डोळे मिटून त्यांचे बोलणे साठवून ठेवावे असे वाटत रहायचे. त्यांचे दिसणे त्यांच्या आवाजापुढे, मधाळ शब्दांत मागे



पडायचे.मी विचार केला जर त्यांना जमते, मला का जमणार नाही?त्या नाही एवढ्या मोठ्या झाल्या? त्यांनाही माझ्यासारखेच लोक वागवत असतील ना? त्यांनाही पण अशाच विषारी नजरा झेलाव्या लागल्या असतील ना? या बाईंशी माझी चांगलीच गट्टी जमली.या ताईची, श्वेताताईची मी लाडकी झाले यात शंकाच नव्हती.बाईंचे माझ्यावरचे झुकते माप पाहून वर्गातल्या मुली चिडून लालेलाल होत!बघता बघता दहावीचे वर्ष सरले पण!या श्वेताताईच्या संपर्कात राहून मी आता निधडी बनले होते!! कोड, पांढरे डाग का येतात या मागचे शास्त्रीय सत्य मला उलगडले होते.कोडाचा जनुक अजून सापडला नाही. कोड 'खानदानी' नसते.मानसिक ताणतणावामुळे पण मेलॅनोसाईट्सची आंतरिक रचना बदलते इत्यादी गोष्टी मला कळून चुकल्या होत्या.कोणत्याही घोळक्यात घुसून माझे म्हणणे मांडताना मला माझ्या डागांची भीति, काळजी, आश्चर्य, दुःख वाटत नव्हते.त्यातून माझे डाग दिसले तर मला त्याची फिकीर वाटत नव्हती. मला आवडेल ते कपडे घालताना मी लाजत नव्हते.मेलॅनोसाईटमध्ये मेलॅनिन नावाचे रंगद्रव्य माझ्या पेशींमध्ये कमी पडले म्हणून असे डाग दिसायला लागले होते हे मला कळले होते.पण माझ्याच पेशींमध्ये ते का कमी पडले? सगळे जे खातात तेच मी खात होते, सगळे जसे कपडे वापरतात तसेच मी घालत होते.मग असे का? देवाने असा भेदभाव का केला असेल याचे उत्तर मला सापडत नव्हते आणि माझ्या मनाला पटेल असे कोणाला सांगता येत नव्हते!!

ह्या पांढऱ्या डागांमुळे काही दुखत होते का? नाही.टोचत होते का?नाही.खाजत होते का? नाही.माझी शारीरिक वाढ झाली नाही का? नाही.माझ्या भावविश्वात काही फरक झाला का? नाही.मला पुढच्या आयुष्याची स्वप्ने पडत नाहीत असे आहे का?नाही.माझ्या घराण्यात कोणाला कोड होते का? नाही.सगळ्या प्रश्नांची उत्तरे 'नाहीच' होती तर मी लोकांच्या नजरांना, त्यांच्या टोमण्यांना,त्यांच्या वाकड्या बोलण्याला,वक्र दृष्टीला,तोंडाळपणाला, भोचकपणाला दबून रहाणार आहे का? कोणाच्या विपरीत बोलण्याने माझ्या अंगाला भोकं पडणार आहेत का?याचे उत्तर पण 'अजिबात नाही' असेच असणार आहे!मग मी तोंड लपवून, साऱ्या इच्छा मारून,कुढत कणहत,न्यूनगंडामध्ये का, कशासाठी जगायचे?साऱ्या प्रश्नांची उत्तरे जर 'नाही' असतील तर मी आनंदाने जगेन.आरामात राहीन.ज्या क्षणी हे 'कोडे' मला उलगडले, जगणे खूप सहज सोपे झाले.

मी साऱ्या गोष्टी सकारात्मक घेते म्हटल्यावर समोरच्यांचा माझ्याकडे बघण्याचा नजरियाच बदलला.माझ्या रंगाबाबत बोललं तर मला राग येत नाही, मी चपापून काही करते,घाबरून रहात नाही,मनमोकळेपणाने माझ्या रंगावर देखील जोक मारते म्हटल्यावर लोकांनी मला सामावून घेतले.माझ्या रंगाची टिंगल बंद झाली.माझा डबा शेअर करायला भिती वाटेना!मी स्वमदत गट सुरू केला तर सभासद सदस्य होऊ लागले. माझे स्वतःचे असे विश्व उभे रहायला लागले. मी जे झेलले, सोसले ते माझ्यासारख्या दुसऱ्यांना होवू नये म्हणून मी प्रयत्नशील राहिले,नव्या उमेदीने जगायला सुरुवात केली. कोड असणाऱ्या मुलींना लग्न करावे, संसार फुलावा, मूल व्हावे असे वाटत असेलच.कोड अनुवंशिकच आहे असा गैरसमज असल्यामुळे मुद्दाम विषाची परीक्षा कशाला घ्या म्हणून लोक लग्न करायला कचरतात.लग्नानंतर एखादीला कोड उमटले तर तिच्याशी वागण्याची परिमाणे बदलतात पण त्यातल्या त्यात मूल वगैरे असेल तर थोडं तरी सांभाळून घेतलं जाते.लग्नानंतर नवऱ्या मुलाला कोड दिसायला लागलं तर मात्र वागण्यातला फरक थोडा वेगळा होतो.कोड आलेला पुरुष आणि कोड आलेली बाई यांच्यात फरक कसा हे मला पण पडलेलं कोडं आहे.मला समजून घेईल असा जोडीदार मला मिळाला, भले त्याला डाग असतील वा नसतील मला चालेल. माझ्याबरोबर माझ्या समविचारांचा एक सहप्रवासी साथी मला मिळेल आणि आणिक जोमाने मी हे काम पुढे नेईन.

पारिजातकाचं झाड हे समुद्रमंथनातून आलेलं एक रत्नच होते.प्राजक्ताची पांढरी पिंगट फुले ,त्याचा नाजूक केशरी देठ आणि स्वर्गीय वास का मन हरपून जाणार नाही ?माझ्या आईवडिलांनी माझं नाव प्राजक्ता ठेवले याचा मला राग नाही तर अभिमानच आहे.मी पांढरी दिसते म्हणून मला कुणी प्राजक्ताच्या फुलाची उपमा देत असेल तर मला खरंच मनापासून आवडेलच!!

Essence of Friendship, Confidant, Love & Relationship

Dr. Yogesh Gurjar
9822300244

Friendship, love and relationship are a few things the creator has designed in our genetical system through a chemical exchange. These words generally give satisfaction and calmness to the mind. When you think of issues in a relationship being it friendship, blood kinship, brotherhood, companionship or any other form, the 1st question which comes to my mind is why does ego clashes or differences exist between these forms? Even though one gets utmost satisfaction in their life through friendship, relationship, love or even by benefitting others, still, why do these wrong chemical changes happen. For this we need to understand meanings of each word and also how chemical changes take place in the body.

What is Friendship?

Friendship is a relationship of mutual affection between two people. Friendship means being able to tell each other anything and understanding without questions. Friendship means learning from each other's mistakes. Friendship means forgiving each other no matter what you have done. Friendship means familiar and liking of each other's mind. Friendship means forgiving each other no matter what you have done. Friendship means reading of each other's mind, People who are friends, talk to each other and spend time together. Friendship means being able to say I love you to opposite gender! They trust one another and also help each other when they are in trouble or are hurt.

Close friend is a term which can be understood as somebody who you can talk to about anything, everything in the world, who makes you feel comfortable without fear of judgement. A close friend can also be someone who is always there for you, who cares about your well-being. A close friend may not necessary to be male or female or father or mother or wife or son or daughter or in laws, person could be anybody with whom you can trust without any prejudice.

The friendship is converted in to close friendship where you can understand each other with depth and without misunderstanding. Sustained close friendship is converted in to loving friendship.

The basic meaning of love is to feel more than liking towards someone. Love is when you're happy for the other person's happiness even if they're not with you. Love is an emotion that keeps people bonded or committed to one another. From a psychology perspective, love evolved to keep the couple together long enough for them to survive and reach maturity in love to decided future like living together or marrying or have off springs.. Same in case of siblings or in case of friends without classification of gender. Love has nothing to do with what you are expecting to get but with what you are expecting to give which is everything and very important.

Love is complex. A mix of emotions, behaviours, and beliefs associated with strong feelings of affection, protectiveness, warmth, and respect for another person. Love is not just about hugs and kisses, it is a lot more. It is a feeling which can't be expressed in words.

Love to me is the emotional release I feel in my body. These "Love" feelings are purely chemicals released from the brain and are felt throughout the body. These feelings can be triggered towards any one. We receive these emotions from a sense of attachment towards another person. In matured relationship probably you can transfer these feelings or

chemical change in to your loving person through hugging, cuddling, kissing or by other physical ways which is quite natural and age is no bar at all. These emotional responses are also probably genetical and may be scripted.

So many people relates these responses age related or reproductive system related or sex related but they are not. New born also has these love feeling with her mother. Then what is love?

What is Love?

When a father makes child happy while he himself is in bad mood.

When a mother gets up early only to make sure that her child does not go to work hungry.

When a mother cooks for the whole family even when she has fever.

When a wife listens to her husband with patience and care while he had a bad day.

When a husband helps his wife with households while she is having her period.

When a brother gives his gift to his younger sister.

When an elder sister takes care of her brother while parents are not home.

When a younger sister kisses her elder brother on cheeks.

When you sleep on your mother's lap and forget about all your worries.

When just a smile from the special one is enough to make your day.

When you hug your spouse

How this love happens chemically

Testosterone, oestrogen, dopamine, oxytocin, and vasopressin drive the feeling of what we call 'love'. Central dopamine pathways effect the partner's behaviour. Vasopressin in the ventral pallidum and oxytocin in the nucleus accumbency and paraventricular hypothalamic nucleus effects the partner's preference and attachment behaviours.

Testosterone and oestrogen modulate activities within dopamine pathways thus having an effect on the drives.

Norepinephrine and serotonin effect upon dopamine and oxytocin release in certain pathways.

Finally, cortisol. Cortisol is higher to those who are recently in love.

This is what causes the whole stress and fear and wanting to 'impress' the other.

So love is basically a combination of

Dopamine

Norepinephrine - or commonly known as

Adrenaline

Serotonin

Oxytocin

Vasopressin

Personally, I consider love is a chain of chemical reactions that puts us into relations. You need to remove dryness of love by accepting needs to improve these chemical chains mostly by accepting person as it is and also accepting the needs of the mind and body to keep both psychologically fit. There is a need of thinking beyond self and thinking of both involved which will makes love more beautiful than ever.

Friendship is a relationship of mutual affection between two people need to sustain these chemical influences on body to keep relationship healthy, sometimes you need to accelerate or deaccelerate the reactions to cope up with situations instead of ignoring or blaming aging or blaming counterpart or friend. Here I always remember the definition of stress.



“Stress is the emotional and physical strain caused by our response to pressure from the outside world.”

Strain in a relationship causes stress and stress in turn depresses these love hormones in the body causes issues in relationship or love so the definition of stress is very important especially it indicates that it's our response to pressure from outside world so you cannot blame others.

Passionate love is what people typically consider being in love. It includes feelings of passion and an intense loving for someone, to the point they might obsessively think about wanting to be in each other's arms.

Companionate love. It's not felt as intensely, but it's complex and connects feelings of emotional intimacy and commitment with a deep attachment toward the romantic partner. Love is an emotion that keeps people bonded and committed to one another.

There is very miraculous thing in body chemistry. Body is not only Mistry but it's also a chemistry. Hormonal changes in Different type of relationships are different. Hormones and Hormonal levels varies with respect to gender, relation and affection.

Love puts two different persons with different gender in relationship. Sexual desire is one way to show love to your spouse in your cohesive life. If both are involved mentally it is pleasurable experience otherwise it's just a physical act. Emotional and physical needs of the body are satisfied through this act. Love and sex are two different things if they come together it is pleasurable.

Science has proven that they are connected. The part of your brain that handles emotions is where sexual desire comes from. Both emotional love and sexual desire are from the insular cortex of brain. Science also explains that this makes sex even better when you are in love because you are getting a double dose of the chemicals that make you feel good, which is called as Oxytocin effect. Sexual desire is one way to show love to another person. You can have sex without love being present, but then sex is just sex. There is nothing more to it. Even if you physically enjoy it, there will be a level of emptiness and stress that comes with making love when love is absent. There is no real meaning to it. You know that it leads to nothing else. However, when you love the person that you are with, it takes the sexual experience to a deeper level. Emotional needs are being met as well as physical needs. There are plenty of jokes in society. If your spouse refuses to have sex with you, the message you are communicating is that you don't desire them physically, which makes them feel that you do not love them either, Then partner can begin to withdraw from the relationship, which then leaves the other person feeling unloved as well. This causes distances, arguments, and hurt feelings throughout. Problems That Can Arise When You Try to disconnect the two things is Emotional emptiness & misunderstanding. What are the solutions then? Getting back in touch with your partner, renew relationship, start new hobby together, increase communication, accept the weakness in your partner, communicate your issue big or small.

Two things are very important in life, friendship, close friendship & love. Always keep your mind positive to keep things going in correct way.

“ALWAYS REACH MATURITY IN YOUR FRIENDSHIP,
RELATIONSHIP OR IN LOVE

&

YOUR BODY WILL AUTOMATICALLY RESPOND TO IT BY
GIVING SATISFACTION AND CALMNESS TO YOUR MIND.”

संध्या छाया भुलविती हृदया

डॉ आसावरी गोखले

९८५०८९८९५८

प्रफुल्लित लालबुंद, तेजःपुंज सोनेरी, नारिंगी-भगव्याच्या असंख्य छटा असा सगळा रंगकल्लोळ चहूकडे उसळला होता, आणि नेमकं कुठे लक्ष द्यावं ते ठरत नव्हतं. इतका लोभस पेचप्रसंग उद्भवला होता की, हसूच येत होतं.

ऑक्टोबर महिना होता आणि बॉस्टनपासून उत्तरेला, न्यू हॅंपशायर भागात आम्ही फिरत होतो. आपण रंगांधळे नाही याबद्दल देवाप्रती कृतज्ञतेने मन भरून आले होते. डोंगरचे डोंगर रंगपंचमीतल्या अवखळ मुलांसारखे रसरशीत रंगांनी न्हाले होते. लाल पिवळ्या रंगांमध्ये एखादे हिरवेकंच झाडेही खुलून दिसत होते. या सर्वांना गर्द निळ्या आभाळाने तोलून धरले होते. एखाद्या शुभ्र ढगाचा हंस लहरत आला की त्या चित्रचौकटीला पूर्णत्व येत होते. रस्त्याच्या दोन्ही बाजूंना, मैलोन् मैल आणि तासन् तास हे अप्रतिम चित्र धावत होते. आम्ही त्याचा आकंठ आस्वाद घेत होतो.

पाहता पाहता मनात येत होते, ही जादू कशी काय घडत असेल? सर्व झाडे रंग नाही बदलत. सूचीपर्णी तसेच हिरवेगार राहातात. सपाट पाने रंग बदलतात. त्यातला मुख्य मेपल. सुडौल महिरपी आकृती आणि लाल भगव्या छटा यांनी ती पाने गोजिरी दिसतात. ओक, सोअरवुड, स्वीटगम यांसारखी झाडेही अशीच लाल-नारिंगी सजतात. झळझळीत सोनेरी रंगही फारच रूबाबदार दिसतो. अॅस्पन, अॅश, पॉपलर, बर्च, अल्डर वगैरे मंडळी या सोनेरी खजिन्याचे मालक असतात. गोल्डस्पायर झिंको नावाचा सोनमनोरा तर नजर खिळवून ठेवतो.

मोठमोठाल्या गगनचुंबी वृक्षांप्रमाणेच झुडपे व वेलीसुध्दा 'हम भी कुछ कम नहीं' म्हणत या रंगजत्रेत सामिल होतात. दोन मोठ्या झाडांच्या मधल्या जागेत यांचा रंगसंसार थाटलेला असतो. ओकलीफ हायड्रॅंजियासारखी झुडपे लालचुटुक, तर ब्लू मफिन्स, स्मोकबुशसारखी झुडपे जांभळ्या निळसर रंगाकडे झुकतात. सुमक, फॉर्सिथिया, स्पायरिया वगैरे सोनेरी कारंजी उडवितात. झाडांवर चढणाऱ्या वेलीसुध्दा 'रंग दे, मुझे रंग दे' गात असतात. व्हर्जिनीया, बोस्टन आयव्हीच्या लालचुटुक वल्लरी झाडांच्या खोडांना सजवितात.

जंगलांमधल्या पायवाटांवरसुध्दा सोनेरी पिवळे गालिचे अंथरलेले होते. त्यावर लाल केशरी बुट्टे खुलत होते.

निसर्गाचा हा रंगमहोत्सव पाहून नजर तृप्त झाली अगदी! केवळ आपल्या नयनसौख्यासाठी हा खटाटोप असेल का त्या हिरव्या जिवांचा? आणि नेमकं काय घडत असेल? हे शोधताना खूपच वेगळी कहाणी लक्षात आली.

पानांचा पिवळा रंग हा कॅरॉटिनाइडस् नावाच्या रसायनांमुळे असतो. तो निसर्गतः असतोच तिथे. फक्त हरितद्रव्ये (क्लोरोफिल्लस) पानात भरपूर असतात तेव्हा तो झाकला जातो व दिसत नाही. झाडांचा साखर कारखाना(पिष्टमय अन्नपदार्थांचा) तेव्हा जोरात चालू असतो. पावसाळा संपून शरद-हेमंत वगैरे कोरडे व थंड मोसम सुरू होतात तेव्हा ते काम मंदावते. ओलावा राखून ठेवणे जास्त महत्वाचे असते. पानांच्या देठापाशी बुचासारख्या पेशी वाढतात आणि पानात हरितद्रव्य पाठविणे बंद होते. उलट असलेले हरितद्रव्य आणि अन्नही परत फांदीकडे-खोडाकडे नेले जाते. मग पानाचा मूळ पिवळा-सोनेरी रंग झगमगू लागतो आणि रंगोत्सव सुरू होतो!!

लाल केशरी रंग मात्र मुद्दाम तयार केले जातात. अँथोसायनीन नावाचे रंगद्रव्य मेपल आणि इतर काही जातींच्या झाडांच्या पानांमध्ये तयार होते. त्यामुळे झाडांचा तो लाल श्रृंगार होतो. काही वेळा पिवळा मिसळून केशरी-भगवा किंवा

जांभळट, निळसर असेही रंग येतात. हरितद्रव्य गेलेले असतेच. अर्थात सुंदर दिसण्याची इच्छा काही त्यामागे नसते हं!

प्रखर सूर्यप्रकाश आणि कठोर थंडी वगैरेपासून पानांचा बचाव करण्यासाठी हे प्रयत्न असतात. काही वेळा आयत्या अन्नावर डल्ला मारायला येणाऱ्या किटकांना निवारण्याचाही हेतु असतो. पुढे हिवाळा, बर्फ वगैरे येऊ घातलेले असतात. तेव्हा आपली तब्येत राखणे, अन्नाची बेगमी करणे, पाणी वाचविणे अशी तयारी वृक्षमंडळींची चालू असते! पुढील महिना दोन महिन्यांत त्या पानांच्या देठापाशी खास पेशी वाढून बूच पूर्ण लागेल. पाने तपकिरी-वाळकी होतील. मग केव्हातरी वाऱ्याच्या जोरदार झुळुकीने ते थकले जीव आपली कुडी भूमातेच्या स्वाधीन करतील.

वृक्षांना त्याचे दुःख नक्कीच होईल. ते वाऱ्याला म्हणतील-

‘वाऱ्यारे, तू एवढा जोरात वाहू नको रे-

त्यामुळे माझी पिकली पाने गळून पडतील-

आणि त्यांना वाटेल ती मला नकोशी झाली आहेत--’

पण हे पुढचे पुढे! त्याआधी वय विसरून रंगाचे तरंग उठवून लावण्यमहोत्सव साजरा करणे ही खरी गंमत आहे. ‘संध्याछाया’ मग हृदयाला ‘भिवविण्या’ ऐवजी ‘भुलवू’ लागतील!

कोई अर्थ नहीं....

मार्था मेरिडोस (ब्राज़ील)

नित जीवन के संघर्षों से
जब टूट चुका हो अन्तर्मन,

तब सुख के मिले समन्दर का
रह जाता कोई अर्थ नहीं ॥

जब फसल सूख कर जल के बिन
तिनका -तिनका बन गिर जाये,

फिर होने वाली वर्षा का
रह जाता कोई अर्थ नहीं ॥

सम्बन्ध कोई भी हों लेकिन
यदि दुःख में साथ न दें अपना,

फिर सुख में उन सम्बन्धों का
रह जाता कोई अर्थ नहीं ॥

छोटी-छोटी खुशियों के क्षण
निकले जाते हैं रोज़ जहां,

फिर सुख की नित्य प्रतीक्षा का
रह जाता कोई अर्थ नहीं ॥

मन कटुवाणी से आहत हो
भीतर तक छलनी हो जाये,

फिर बाद कहे प्रिय वचनों का
रह जाता कोई अर्थ नहीं ॥

सुख-साधन चाहे जितने हों
पर काया रोगों का घर हो,

फिर उन अगनित सुविधाओं का
रह जाता कोई अर्थ नहीं!!!

(इस कविता के लिए नोबेल पुरस्कार प्राप्त हुआ)

रंग मनाचे-मना मनाचे

सौ. माधुरी बनसोड

१८९०६६९२२९

संत साहित्यात रामदासस्वामींचे 'मनाचे श्लोक' जसे महत्वाचे तसे, सर्वच संतांनी मनाला उपदेश केलेले काव्य आजही उपयुक्तच आहे. भागवतधर्माच्या परंपरेत कळसस्थान प्राप्त झालेल्या जगतगुरू तुकाराम महाराजांचे मनाशी संबंधित काही अभंग आपण पाहू.

समाजातल्या साध्या - भोळ्या, ज्ञानी- अज्ञानी जनतेला तुकोबांनी आपल्या अभंगातून उपदेश केला. सुभाषितात्मक वचनांनी नटलेली, संसारी जिवांना आपलिशी वाटणारी, सहजपणे मनाला भिडणारी, रसाळ अशी त्यांची अभंगरचना आहे. मनाबद्दल ते म्हणतात,

“तुका म्हणे होय मनासि संवाद ।

आपुलाचि वाद आपणांसि ॥”

माणसाचं मन सदैव विचारांत गुरफटलेलं असतं. ते जसं दुसऱ्यांशी बोलतं तसं स्वतःशीही संवाद करत असतं. आपली ज्ञानेंद्रियं, कर्मेंद्रियं मनाच्या तालावरच नाचतात, कृती करतात. हे 'मन' माणसाला कधी चिंतनशील बनवतं तर कधी बेताल वर्तन करायला प्रवृत्त करतं. मनामुळेच माणूस विवेकानंद होतो तर विवेकशून्यही वागतो. मनाच्या चांगुलपणामुळे त्याची प्रगती होते तर कलुषित मनामुळे तो अधोगतीकडे झुकतो.

आपल्याला जर ध्येयाप्रत जायचे असेल, आपले कल्याण व्हावे असे वाटत असेल तर आपणच आपल्याशी संवाद साधला पाहिजे, वेळ प्रसंगी आपण आपल्याशी वादही घातला पाहिजे. जिभेला बोलायला लावणारे, हातांना पायांना कृती करायला लावणारे अंतर्मन चिंतनशील असले पाहिजे. रुचलं म्हणून स्वीकारलं तर नेहमी कल्याणच होतं असं नसतं. त्यासाठी अगोदर आपलं मन कसं आहे? हे समजून घ्यायला हवे.

तुकाराम महाराज म्हणतात त्याप्रमाणे

“मन माझे चपळ, न राहे निश्चळ ।

घडी एकी पळ स्थिर नाही ॥

आता तू उदास नव्हे नारायणा ।

धावे मज दीना गांजियेले ॥

धाव घाली पुढे इंद्रियांचे ओढी ।

केले तडजोडी चित्त माझे ॥

तुका म्हणे माझा न चले सायास ।

राहिलो हे आस धरूनी तुझी ॥

याचा अर्थ असा, “माझं मन चंचल असल्याने क्षणभरही स्थिर रहात नाही. हे नारायणा तू माझ्याबाबतीत उदास राहू नकोस. माझे गरिबाचे रक्षण करण्यासाठी ये. या मनाच्या त्रासामुळे मी फार गांजून गेलो आहे. माझ्या सर्व इंद्रियांना विविध विषयांची ओढ असल्याने मन एकसारखे त्यांच्यामामे धावत असते. त्याला आवर घालण्याचा माझा प्रयत्न यशस्वी होत नाही; म्हणून देवा मी तुझी आस धरली आहे.

तुकाराम महाराजांसारख्या संतांनी चंचल मनाला आवर घालण्यासाठी परमेश्वराच्या कृपेची इच्छा व्यक्त केली आहे. तिथे तुमच्या आमच्यासारख्या सामान्य लोकांची काय स्थिती ! आपण देवाजवळ नाही तर निदान संत सज्जन लोकांना अशी विनंती करू शकतो. त्यांच्या संगतीत राहून आपल्या मोहात अडकलेल्या चंचल मनाला स्थिर, निश्चल करू शकतो.



आपलं मन जर आनंदी, समाधानी नसेल तर सोन्यासारखे सुख विषाप्रमाणे वाटेल. घर, दार, पत्नी, मुलं, मिळणारी सामाजिक प्रतिष्ठा, मिळालेला पैसा आपल्याला कमी वाटत असतो. आणखी हवं अशी हाव असते. मन तळमळत असेल तर चंदनाने ही अंग भाजून निघेल. कोणत्याही उपचारांनी दुःखच वाटेल, हे सांगताना तुकोबा म्हणतात,

“मनाच्या तळमळे । चंदनेही अंग पोळे ॥

तुका म्हणे दुजा ॥ उपचार पीडा पूजा ॥

भावतधर्मिय संतांनी आपल्या चित्तशुद्धीवर फार भर दिला आहे. मानवाचे मन कुठेही लागते, पण चांगल्या ठिकाणी ते जाणीवपूर्वक लावावे लागते. बघा ना शिव्या, अपशब्द नुसते ऐकले तरी मनात बसतात नि लगेच तोंडात येतात. पहा श्लोक, सुवचने, सुभाषिते प्रयत्नपूर्वक पाठ करावी लागतात. मन एकदा कुविचार करायला लागलं की माणसाची विनाशाकडेच वाटचाल होऊ लागते. म्हणूनच कोणताही संकल्प करणारे मन शुभंकर असावे लागते, भावनाशून्य झालेले मन सहृदयी बनवावे लागते. दुष्ट विचारांनी भरलेले मन मंगलकारक व्हावे लागते. त्यासाठी मनाची मशागत करावी लागते. जीवनात सर्व मंगलइच्छा पूर्ण व्हाव्या असं वाटत असेल तर मनाला वश करावे लागते, मनाशी मैत्री करावी लागते, कारण -

“मन करारे प्रसन्न । सर्व सिद्धीचे कारण ॥

मोक्ष अथवा बंधन । सुख समाधान इच्छा ते ॥

मन प्रतिमा स्थापली । मने मना पूजा केली ॥

मने इच्छा पुरविली । मन माऊली सकळांची ॥

मन गुरु आणि शिष्य । करी आपुलेचि दास्य ॥

प्रसन्न आपआपणांस । गति अथवा अधोगती ॥

साधक, वाचक, पंडीत । श्रोते, वक्ते ऐका मात गोष्ट ॥

नाही नाही आनुदैवत । तुका म्हणे दुसरे ॥

साधक, पंडित, वाचक, श्रोते, वक्ते अशा सर्व प्रकारच्या लोकांना तुकाराम महाराज मनाची महती सांगतात. मनाला ते गुरू-शिष्य, माता-बालक म्हणतात, मनासारखे दुसरे दैवत नाहीसे सांगतात. म्हणूनच माणसाचे मन निर्मळ, पवित्र, शुद्ध असेल तर त्याचे आचरणही तसे होत असते. म्हणून मन निर्मळ असावे; नितळ असावे. नितळ मन असावे म्हणजे नेमकं काय ? तर मनात कोणताही दुजाभाव, द्वेष, मत्सर, हेवा नसावा. लोभ, क्रोध, मद, मोह इ. षड्विकारांपासून मनाला दूर ठेवण्याचा प्रयत्न करावा. नितळ, निर्मळ मन म्हणजे खळखळता झरा, मंद वेगाने वाहणारा सुखद वारा. निर्मळ मन म्हणजे चंद्राची शीतलता तर उगवत्या सूर्याची उबदार किरण, अशी अनुभूती निर्मळ मनाने येते. हे निर्मळ मन गरिबाची थड्या करत नाही किंवा सौंदर्यात कुरूपता शोधत नाही. अशुद्ध-अपवित्र-अमंगल भावनांच्या कोंडाळ्यात हे मन गुरफटत नाही, अडकत नाही. तुकाराम महाराजांचे अभंग वाचून वाचकांचे मन निर्मळ बनण्याचा नक्कीच प्रयत्न करेल हीच तर काळाची गरज आहे. असं झालं म्हणजे,

“आनंदाचे डोही आनंद तरंग

आनंदची अंग आनंदाचे”

अशी मनाची आणि मानवाची स्थिती होईल. तुकाराम महाराजांचे अभंग आजही अ-भंग विचारांचेच आहेत.



॥ श्री महर्षि दधिची नमः ॥

डॉ. अरूण हळबे

९४२३४८६३४३

खूप वर्षांपासून नेत्रदान व देहदान प्रचलित आहेच. परंतु आता वैद्यकशास्त्रांतील आधुनिक तंत्रज्ञानाने अवयवदानही शक्य झालंय ! दानाचे महत्त्व आपणास परिचित आहेच, पण मृत्युपश्चातही ईश्वरी देणगी मिळालेला देह, नेत्र, त्वचा, हृदय, किडनी व यकृत इ. अनेक अवयव गरजू रूग्णांस देऊन आपण त्यांचे जीवन सुसह्य, समृद्ध करू शकतो. एकापरीने आपण अंशतः देहरूपाने जगू शकतो. मोक्षप्राप्तीही मिळते. याला सर्व धर्मांची - हिंदू, इस्लाम, ख्रिश्चन, बौद्ध संमती आहे, हे मी अधिकृतपणे ठाम सांगतो. आता ते कसे करायचे ते पाहू.

आद्य देहदाता महर्षि दधिची ! महर्षि दधिचीने योगबलाने प्राणत्याग करून इंद्रदेवास आपल्या शक्तिशाली अस्थी दान केल्या. तदनंतर विश्वकर्माने त्यापासून इंद्रासाठी वज्र बनवले. त्या दैवी शक्तिमान अस्त्रांच्या सहाय्याने इंद्रदेवाने तिन्ही लोकांना त्रस्त करणाऱ्या वृत्रासुराचा नाश करून तिन्ही लोक मुक्त केले. या पुराणकथेनुसार महर्षि दधिची हा आद्य देहदाता!

आपणही जिवंतपणी रक्तदान करून गरजू रूग्णांना मदत करू शकतो. रक्तदान, वय वर्षे १८ ते ६५ वयाची कोणीही व्यक्ती करू शकते. सर्व योग्य तपासणी डॉक्टरकडून करून नंतर फक्त ३०० मि.ली. एवढेच रक्त एकावेळी घेतात. त्यायोगे आपले रक्तद्रव्य (हिमोग्लोबीन) एकदम प्रमाणात रहाते. १४ ग्रॅम! आपण निरोगी राहू शकतो. वर्षातून ३ महिन्यांच्या अंतराने ४ वेळा रक्तदान करू शकता. पुण्यात २५ रक्तपेढ्या कार्यरत आहेत, त्यातील जवळच्या रक्तपेढीत अवश्य रक्तदान करा !

तसेच जिवंतपणी आपण निरोगी असल्यास यकृत (लिव्हर) चा छोटासा भाग नातेवाईक/इतरांना गरजेप्रमाणे दान करू शकता.

निसर्गाने आपणांस दोन मूत्रपिंडे (किडनी) दिली आहेत. त्यातून गरजू रूग्णांस १ किडनी दान करून उरलेले आयुष्य निर्वेधपणे जगू शकता.

तसेच जिवंतपणी त्वचादान - मांड्या, पाठ, पोट, छाती वरील त्वचा आपल्या जवळच्या रूग्णांस गरजेप्रमाणे दान करू शकता. दान केलेल्या त्वचेच्या जागी पूर्ण नॉर्मल त्वचा येते.

देहदान

हे फक्त मृत्युपश्चातच ! अनेक वर्षे प्रचलित आहे. मात्र लोकसंख्येच्या प्रमाणात अत्यंत अल्प आहे. खेदजनक ! वैद्यकशास्त्राच्या विद्यार्थ्यांस शरीररचना (अॅनाटॉमी) शास्त्रामध्ये प्रत्यक्ष ज्ञानासाठी अत्यंत आवश्यक ! तेव्हा उत्तम प्रशिक्षित डॉक्टर शिकून तयार होण्यासाठी देहदान अत्यंत गरजेचे आहे. आपल्या शहरातील ५-६ वैद्यकीय महाविद्यालयांत देहदान स्वीकारतात. मात्र मृत्युपश्चात लवकरात लवकर देहदान करावे. मृत्युपश्चात देह कुजण्याची प्रक्रिया सुरू व्हायच्या आत, म्हणजे दोन तासांत तरी देहदान करावे. त्यायोगे देह टिकण्यासाठीच्या औषधी प्रक्रिया करण्यास वेळ मिळतो. आपल्या जवळील वैद्यकीय महाविद्यालयाचा टेलिफोन नंबर घरी मोठ्या ठळक अक्षरांत लिहून ठेवावा. वारसांच्या माहितीसाठी तसे प्रकटन प्रतिज्ञापत्र घरी ठळक जागी लावावे.

देहदानासाठी मृत्युदाखला अवश्य लागतो. अपघाती मृत्यु, क्षयरोग, गँगरीन, कावीळ, एच.आय.व्ही., डेंग्यू, बेड सोअर्स अशा कारणांनी मृत्यु आल्यास पूर्वी ठरवून सुध्दा देहदान स्वीकारले जात नाही.

Down the Memory Lane



Francis Dibrito, Vinayakdada Patil, Dr. Anil Avchat - 10/2/2004



Picnic group photo 2004



16 May 2005 - Cycle Rally Walkathon - Good Luck Chowk Pune



Dr. Anil Avchat, Dr. Vidya Bal, Jayshree Kuber 10/4/2005



Dr. Lonkar speaking on 10/4/2005



Dr. Anil Avchat & Yamaji Malkar 9/12/2007



Mayor Deepti Chaudhari 1/11/2009

Down the Memory Lane



Dr. Maya Tulpule with Padmashree Baba Amte at Anandvan



1st World Vitiligo Congress Sept 2010 Milan (Italy)



Kolhapur Melava 27/3/2011 Mr. Laxmikant Deshmukh, Kanchan Parulekar, Mohan Mullerkar



Vinayankdada Patil, Actress Indrani Mukharji, Dr. Sadanand Nayak, Nashik 16/10/2011



Medha Kulkarni, Dr. Yogesh Gurjar



Dr. Mohan Agashe, Dr. T. Salim, Dr. Patwardhan, Dr. Agarkhedkar - 16/5/2013



Inauguration of Phototherapy unit, Pune June 2016 Rtn Kiran Kumbhar, Dr. Anil Awachat, Dr. Yashwant Tawade



Group Photo Matrimonial Meet 27/11/2016

Down the Memory Lane



Pune Melav Swayamprabha Mohite Patil - 28/4/2007



Padmashree Arvind Gupta & Dr. Maya Tulpule



Street Play Rounds and Circles - 1/5/2008



Jacky Shroff, Dr. Anil Avchat - 19/5/2008



Nagpur Matrimonial Meet
Dr. Prashant Agnihotri, Dada Tukdev - 23/3/2008



Vilas Chaphekar, Sudhir Gadgil 24/5/2009



Felicitation of Dr. P. G. Tulpule
by Shri Vilas Chaphekar 2009



Dajikaka Gadgil - 5/12/2010

Down the Memory Lane



Nital 1st shot may 2004



Makeup of Devika Daftardar for Nital



Nital Release by Padamashree Sudha Murty - 2/2/2006



Nital Press Conference



Sadashiv Amrapurkar



Dr. H. V. Sardesai, Dr. Anil Avchat, Dr. Maya Tulpule



Deepa Lagu - 4/1/2009



Shree Ashokdada Javdekar

नेत्रदान

हे देखील मृत्युपश्चातच ! आपला संकल्प दृढपणे आपल्या वारसांस अवश्य सांगावा. संमती घ्यावी. पुण्यात ११ नेत्रपेढ्या कार्यरत आहेत. त्यापैकी जवळच्या नेत्रपेढीचे नाव, पत्ता, फोन नंबर घरांत सर्वांना दिसेल अशा ठिकाणी जरूर लावावा. नेत्रदान मात्र दोन तासात (मृत्युपश्चात) करावे. डोळ्यातील फक्त पारदर्शक बुबुळ (कोर्निया) दानासाठी उपयुक्त! बाकीच्या कुठल्याही भागांचा उपयोग नसतो. बुबुळ कोरडे (ड्राय) होऊ नये यासाठी पुढील काळजी घ्यावी. देहाचे मस्तक उशीवर ठेवावे, डोळे मिटल्या स्थितीत ठेवावे, त्यावर पाणी, खोबरेल तेल, दुधाच्या कापूस वा कापडाच्या पट्ट्या ठेवाव्या. A.C. चालू, पंखा बंद ठेवावा. डेथ सर्टिफिकेट, HIV, डेंग्यु, जंतुसंसर्ग, कॅन्सर नसल्याचे सर्टिफिकेट अवश्य ठेवावे.

फोन केल्यावर नेत्रपेढीतील डॉक्टर त्वरीत येऊन त्यांच्या क्षमतेप्रमाणे बुबुळ किंवा डोळा काढून नेतील. देहाला कोणातीही विद्रूपता येत नाही.

श्रीलंकेसारखा छोटा देश आपली गरज भागवून जवळील इतर देशांना कोर्निया निर्यात करतो. तेथे प्रत्येक मृत व्यक्तीचे नेत्रदान केले जाते. सरकारी नियमानुसार आपल्याकडेही असा नियम होण्यासाठी मोठ्या प्रमाणात प्रयत्न हवेत.

त्वचादान

नेत्रदानाइतकंच महत्त्वाचे ! कर्णाने कवचकुंडले दान केली होती इंद्रदेवास ! मात्र हे शक्य होते मृत्युपश्चात देह त्वचापेटीत नेल्यास. तद्नंतर त्वचा कडक होऊन काढता येत नाही. संबंध शरिराची आपादमस्तक त्वचा काढत नाहीत. तर फक्त पोट, पाठ, मांडी, छाती यावरची त्वचा काढता येते, उपयुक्त असते. तदपश्चात पूर्ण ट्रेसिंग करूनच मृतदेह वारसांच्या हवाली करतात. रक्ताचा टिपूसही दिसत नाही ! त्वचा व नेत्रदानानंतर देहदान करता येते. काहीही हरकत नसते. अर्थातच क्षयरोग, संसर्गजन्य रोग, कॅन्सर, कावीळ इ. रोगग्रस्त देहाचे त्वचादान स्वीकारत नाहीत. “कोड” असल्यास त्वचादान करता येते कारण त्वचा निरोगी असते फक्त रंगद्रव्याचा अभाव असतो. ४०-५०% भाजलेल्या रूग्णांस त्वचादान नवजीवन देऊ शकते ! पुण्यात सूर्य हॉस्पिटल, दिनानाथ व सह्याद्री येथे त्वचा पेढ्या आहेत.

अवयवदान

आधुनिक वैद्यकशास्त्राच्या मदतीने आता मृत्युपश्चात अवयवदानही शक्य झाले ! मृत्युपश्चात आपल्याला ईश्वरी देणगी मिळालेले निरोगी जिवंत अवयव अन्य रूग्णांचे जीवन सुसह्य, आनंदी, उपयुक्त करू शकतात. किती दिव्य, समाधानी भावना आहे!! मात्र हे शक्य आहे फक्त मृत्युपूर्व व्यक्ति हॉस्पिटलमध्ये अतिदक्षता केंद्रात दाखल असेल तरच. बऱ्याचदा रूग्ण मेंदूमृत (Brain Dead) झाला तरी हृदय, फुफ्फुसे, इतर अवयव जिवंत असतात, त्यांना प्राणवायू व उर्जा (सलाईनद्वारे) पुरवठा चालू असतो. अशा वेळी अतिदक्षता केंद्रप्रमुख, न्यूरोसर्जन, न्युरोफिजिशियन, प्रमुख, फिजिशियन व रूग्णाचे डॉक्टर यांच्या उपस्थितीत रूग्ण मेंदूमृत झाल्याची खात्री करतात. ४-६ तासांनी दुसरी टीमही तपासणी करून खात्री करते व तद्नंतर वारसांच्या संमतीने समुपदेशनानंतर अवयवदानाचा सल्ला दिला जातो. वारसांच्या सही, संमतीने दखलपात्र हॉस्पिटलमध्येच अवयवदानाची सर्जरी केली जाते. तज्ञ सर्जनसूच्या मदतीने. तत्पूर्वी ZTCC या सरकारी संस्थेस कळवले जाते व ZTCC च्या यादीप्रमाणेच अवयव कुठल्या रूग्णांस द्यायचे हे ठरवितात, मग तो रूग्ण इतर शहरांत/राज्यांत असेल तरी! अवयवदात्यास कुणाला दान करायचे हा हक्क नसतो, किंबहुना अवयव घेणाऱ्या रूग्णांचे नाव/पत्ता गुप्त असतो. सरकारी नियमाप्रमाणे अवयव काढणाऱ्या शस्त्रक्रियेचा अवयवदात्यांस काहीही खर्च नसतो. अवयवदानानंतर देह ट्रेसिंग करून वारसांच्या स्वाधीन केला जातो. अवयवदानाद्वारे मृत्युपश्चातही आपण अंशतः जिवंत असतो.

मात्र हे कुणी करावे ?

पूर्ण वाढ झालेल्या १८ वर्षांवरील कुणीही व्यक्तीने ! आता त्यांत आधुनिक वैद्यकशास्त्राप्रमाणे वयाची अट नाही. नुकतेच नवजात (३० तासांच्या) बालकाचेही अवयवदान मात्यापित्याने केल्याची बातमी आपण वाचली असेलच.

कुणी करू नये ?

क्षयरोगी, अनियंत्रित मधुमेही, जंतुसंसर्ग (septicemia) व्यक्ती, एड्सग्रस्त, जागृत कर्करोगी यांनी !

मोठ्या गैरसमज

अवयवदान, नेत्रदान, त्वचादान केल्याने पुढील जन्मी तसेच व्यंग राहिल ! तसा भोळसट समज ! अहो, पुढचा जन्म मनुष्यजन्मच मिळणार याची खात्री आहे का ? उलट या जन्मीच्या या दिव्य पुण्यकर्माने पुढचा जन्म मनुष्यजीव मिळाल्यास जास्त तेजस्वी, दिव्य, निरोगी देह मिळेल.

कोणते अवयवदान करता येते ?

मूत्रपिंडे, हृदय व त्याच्या झडपा, फुफ्फुसे, स्वादुपिंड, बीजांडकोश (Ovary), आतडी, पारदर्शक त्वचा (पडदा), इतर अस्थींचे महत्वाचे भाग. साधारणतः एका देहदानाने ४३ रूग्णांस फायदा होऊ शकतो.

जर आपणांस किंवा कोणत्याही रूग्णांस अवयवांची गरज असेल तर गुणवत्ता प्राप्त (Accredited) हॉस्पिटलमार्फतच ZTCC कडे त्याची मागणी नोंद करू शकता.

फटका

डॉ. अनिल अवचट

९८२२०६१०६४

असू दे पांढरे डाग समद्या अंगावर
त्याला आपलंसं करू आता लाजनार न्हाय ॥१॥
खचनार न्हाय नशिबाला बोल न्हाय ।
चिंता करू करू मन आता कोरनार न्हाय ॥२॥
डाक्टर सांगती तसे घेऊ उपचार ।
पन समद्यात मोठी आपली हिम्मत हाय ॥३॥

असुदेत डाग नाही व्हनार बेजार ।
आमच्या दुःखाचा बाजार आता मांडणार न्हाय ॥४॥
नका करू हो कणव आता झालीय जाणीव ।
घट्ट पायावर उभं आम्ही ढळणार न्हाय ॥५॥
जगू डागाच्या सहित, करू दुसऱ्या मदत ।
मन करून आभाळ, खुशी वाटणार हाय ॥६॥

निरोप

डॉ. महेंद्र बागुल

९८८१२९८३४५

निरोपाची वेळ झाली तसे तो म्हणाला, चल मित्रा येतो मी..!

मी दचकून त्याच्याकडे पाहिले आणि म्हणालो, येतो काय जातो म्हण.. नीघ बाबा आता!

तसे तो कसनुसं हसला आणि खिन्न होत म्हणाला असे का म्हणतोयसं? जाणाऱ्याने नेहमी 'येतो मी!' असे म्हणायचे असते, असे तुमचे वडीलधारे म्हणताना ऐकत आलोय मी गेले वर्षभर..! म्हणून मी म्हणालो. तसे ही अतिथ्याला भावपूर्ण निरोप देत परत येण्यासाठी गळ घालणारी तुमची संस्कृती मला फार भावली रे! आणि मनुष्य प्राण्याचे माहित नाही, पण माझे सांगतो.. खरच का, 'येतो मी' म्हटले तरी मी परत येणार आहे? नाही रे.. अरे ह्या तुमच्या दिनदर्शिकेच्या विश्वात मी खरोखरच एक मुसाफिरच आहे नाही का..!! मीच काय माझे पुर्वीचे आणि येणारे भाऊबंद देखील असेच अतिथी. एवढेच काय मित्रा, राग मानू नकोस पण तू तरी कोण आहेस रे ह्या भूमंडलावर? अतिथीच ना? जाऊ देत मी जाता जाता तुला काही तत्त्वज्ञानाचे पाठ पढवणार नाहीये. पण हा निरोपातील कोरडेपणा खटकतोय रे मला... ते का? नाही, मला थोडीशी कल्पना आहे त्याची पण तू जरा सांगशील? बघ मित्र म्हणालोय तुला! मैत्रीच्या नात्याने सारं.. सारं मनातल सांगून टाक.. पुन्हा नाही रे कधीही आपली भेट होणार, आणि होऊ पण नये हे मीच सांगतोय. त्यामुळे जाता जाता मी ह्या शेवटच्या भेटीत सर्व प्रश्न, आरोप, किल्मिषं.. दूर करून जाईन म्हणतोय.

त्याच्या ह्या बोलण्यातील उदासपणाने मला जरा वाईटही वाटत होते पण तत्क्षणी त्याचा हा साळसूद पणा मला राग ही आणत होता. मी उसळून म्हणालो, राहू दे राहू दे तुझा हा साळसुदपणा आणि मित्रा.. मित्रा.. काय लावलेस मित्र असा असतो होय..? अरे तुझ्या मनालाच विचार तू किती अपराध केलेतं... 'जनाची नाही तर मनाची तरी लाज बाळग जरा...!' अक्षरशः थैमान घातलेस तू तुझ्या संपूर्ण वास्तव्यात.. अरे नराधमा! किती आयुष्यांची आहूती गिळलीयेस तू! किती माणसांना, संसारांना देशोधडीला लावलेयेस तू.. अगदी होत्याचे नव्हते करून टाकलेस, किती निष्पाप, गोरगरीबांना छळलयस तू! अन्नाला पारखं केलयस..!! जाऊ दे, नको आता त्या कटू आठवणी.. आम्ही त्या विसरून पुन्हा सावरतोय आता...म्हणे अतिथी! असा असतो होय अतिथी? जा बाबा जा..! असे म्हणत मी त्याला कोपरापासून हात जोडत त्याच्या पासून तोंड फिरवत म्हणालो. मला आता त्याच्या अस्तित्वाचा एक एक क्षण त्रासदायक होत होता.

क्षणभर वातावरणात एक अस्वस्थ शांतता पसरली.. आणि त्याच्या एका दीर्घ सुस्काऱ्याने ती भंग पावली. पाठोपाठ त्याचे जड शब्द कानी पडले.. खरयं तुझं.., मला अपेक्षितच तू बोललास.. तूच काय सारं जगच हे बोलतयं, सारे माझा तिटकारा करताहेत व मी कधी एकदाचा जातोय ह्याची वाट बघताहेत... शक्य असते तर माझ्या xxxxxx लाथ मारून मला हाकलले असते तुम्ही. पण ते करता येत नाही म्हणून असहाय्यता अनुभवताहेत आणि बघ ना आज तो क्षण आलाच.. मी उद्या पासून पुढे कधीच तुम्हा कुणालाही माझे शापित तोंड दाखवणार नाही. मला ही हे कलंकित व शापित असे लांछन असह्य झालेय.. पण काय करू माझा नाईलाज आहे. अरे ते निष्पाप, असहाय जीव, एकेक श्वासासाठी झगडताना बघताना मला कोण यातना होत होत्या हे तुम्हाला मी सांगून नाही पटणार..! ते आपांनाच अस्पृश्य वाटणारे असहाय जीव, त्यांचे ते निष्प्राण कलेवर.. अक्षरशः विल्हेवाट म्हणावे असे बेवारशाप्रमाणे त्यांचे



अंत्यसंस्कार, हातावरचे पोट असणाऱ्यांचे हाल, जगण्याच्या लढाईसाठीची ती अन्नाच्या अभावाने पोट खपाटीला घेत चालणारी फरफट, स्थिरस्थावर असलेल्यांचे बुडालेले कामधंदे, बेरोजगारी,.. धुळीला मिळालेली धडपडणाऱ्या तरूणांची स्वप्ने, जिवाची पर्वा न करता आपले जीवन डावाला लावत रुग्णांना जीवन देण्यासाठी मृत्यूशी दोन हात करत लढणारे ते योद्धे डॉक्टर, परिचारिका, आरोग्यसेवक आणि ह्या लढाईत स्वतः च्या प्राणांची त्यांनी दिलेली आहुती , तसेच सफाई कामगार, मानवाच्या भलाईसाठी कायदाव्यवस्थेसाठी दिवसरात्र झटणारे पोलीस कर्मचारी आणि याहून काय काय भयंकर.. सारे सारे मी बघत होतो आणि रोज मरत होतो. पण.... मी देखील असहाय होतो! हे ऐकताच माझा संताप अनावर झाला. माझ्या भरत आलेल्या मनाच्या जखमांवरील खपल्या त्याने तो काळ आठवून काढल्या होत्या.. आणि तरी तो स्वतः ला असहाय्य म्हणत त्या भळभळणाऱ्या जखमांवर मीठ चोळत होता.. मी सर्कन त्वेषाने त्याच्या कडे वळत म्हणालो किती निष्ठूर आणि निर्लज्ज आहेस रे..! तू आणि असहाय्य!! कुत्सितपणे हसत मी विचारले ते कसे बुवा ?

बरे झाले तूच हा प्रश्न विचारला, मला यावरच काही सांगायचे होते ते तू ऐक आणि नंतर खुशाल माझ्याबद्दल जे काही मत बनवायचे असेल ते बनव..! तो शांतपणे म्हणाला व पुढे बोलू लागला, मी अनिच्छेने त्याचे बोलणे ऐकू लागलो.

मित्रा, मी स्वतःला असहाय या साठी म्हणतोय कारण मी तर केवळ एक ३६५ दिवसांचा काळ आहे ज्याला तुम्ही वर्ष म्हणता, आणि ह्या पृथ्वीतलावर युगेन युगे मी धावतोच आहे. पण येथील खरा कर्ता हा निसर्ग आहे, जो अथकपणे सर्व चराचरांसाठी इमाने इतबारे ही सृष्टी चालवत आहे. पण साऱ्यांच्या कल्याणासाठी त्याचेही काही नियम आहेत. आणि त्यालाच पूरक असे नितीनियम तुमच्या पूर्वजांनी बनवले आहेत ज्याला संस्कृती म्हणता येईल. आता तूच मनाला प्रश्न विचार ही संस्कृती.. हे नितीनियम तुम्ही लोकं हळूहळू विसरत चालले आहात की नाही? ह्या निसर्ग संपदेचा अव्याहतपणे तुम्ही न्हास करत चालला आहात की नाही? झाडी, वृक्ष, नदी - नाले, डोंगर-दऱ्या यांना तुम्ही नष्ट करत आहात, प्रदूषण वाढवत पर्यावरणाचा सारा समतोल कोण बिघडवतोय? अरे या साऱ्यांवर जेवढा मानवाचा तेवढाच समस्त चराचरांचा हक्क आहे ना? मग ही ओरबाडण्याची, सर्वत्र घाण - अस्वच्छता करण्याची स्वार्थी वृत्ती का? याचा अर्थ जगणे सुसह्य करण्यासाठी काही बदलच करायचे नाही असे मला म्हणायचे नाहीये.. परंतु मर्यादांचे पालन केले गेले पाहिजे. ते अमर्याद झाले की निसर्ग देखील कोपतो आणि तुम्हाला जाणीव करून देण्यासाठी मधून मधून पूर, भूकंप, दुष्काळ, रोगराई अशाद्वारे आपला संदेश देत असतो.आणि ह्यात वृक्ष वल्ली प्राणिमात्रांबरोबर अनेक निष्पाप देखील भरडले जातात. अनेक वेळा ह्या आपत्तीचे स्वरूप मर्यादित असते परंतु ह्या वेळी संपूर्ण जगालाच संदेश देण्यासाठी. ही आताची महामारी 'करोना विषाणू' च्या रुपात सर्वत्र पसरली असावी असा एक विचार नाही का मनात येत? आणि हे सर्व माझ्याच कारकिर्दीत घडतेय आणि त्यात मी सन २०२० दोषी धरला जातोय..! जे घडले आणि घडतय त्याबद्दल मलाही दुःख आहे परंतु ह्या नकारात्मक गोष्टींबरोबरच काही सकारात्मक गोष्टी घडल्या याचे समाधान आहे. जसे की तुम्हा लोकांना स्वच्छतेचे महत्त्व कळले, तुमच्या पूर्वजांनी जे सांस्कृतिक नियम घालून दिले होते त्याचे तुम्हीच काय तर संपूर्ण जगाने पालन करायला सुरुवात केली, कमी साधनसंपत्तीत,जगता येते हे कळले, मर्यादित सात्विक किंवा शरीरोपयोगी आहाराचे, नैसर्गिक वनसंपदेचे - वनौषधींचे घरातील वापराचे महत्त्व कळले, आपले तंदुरुस्त शरीर हीच रंग मनाचे



खरी संपत्ती आहे याचे अनेकांना भान आले, बचत-काटकसर कशी करावी व का करावी हे अनेकांना समजले. स्वैराचार, ऐहिक सुखांचा पाठलाग करणे किती व्यर्थ आहे याची जाणीव झाली, आपले आप्तजन, आपला परिवार यांच्याबरोबरचा सहवास वाढून त्यांचे महत्व कळले अनेकांना नव नवीन कल्पना सुचून त्यातून अर्थार्जन करण्याच्या नव्या संधी निर्माण झाल्या. आणि सगळ्यात महत्त्वाचे म्हणजे माणसा माणसातील माणुसकी पुन्हा जागृत झाली, माणसातील देवाचे दर्शन घडले, मदत करायची भावना वाढीस लागून नात्यांची वीण पुन्हा घट्ट होत गेली. हेच तर तुमच्या पूर्वजांना अभिप्रेत नव्हते का? असो, अजून नाही तुला जास्त त्रास देत, पण आता माझे मन हलके झाले आहे. आता हे तुम्ही ठरवायचे की मला २०२० ला विसरून जायचे की एक कठोर पण योग्य मार्गदर्शन देणारा शिक्षक म्हणून लक्षात ठेवायचे..!!

मी भारावल्यासारखा त्याच्या सांगण्यातील नाण्याची दुसरी बाजू ऐकत होतो. माझाही राग निवला होता..व आपण उगाचच ह्याला दोष दिला ह्या विचाराने खजील होत त्याच्याकडे दिलगिरी व्यक्त करत म्हणालो, मित्रा तुझा हा दृष्टिकोन मी नक्की लक्षात ठेवेन व त्यावर मंथन करण्याबद्दल इतरांना ही सांगेन.. आणि तुला निरोप देताना तुझ्या भाऊबंदाचे नव्या उमेदीने स्वागत करेन.. नीट जा!

मित्रा.. जाणाऱ्याला 'रिटर्न गिफ्ट' तुम्ही लोकं देताना मी बघितले आहे, तुझ्या ह्या आश्वासक शब्दांतून मला तू ते दिलेस.. धन्यवाद. पण मी देखील तुमच्यासाठी ह्या कोरोनाच्या मुसक्या आवळण्याकरता 'व्हॅक्सीन' रुपी भेट तुमच्या सगळ्यांसाठी येणाऱ्या माझ्या पाठच्या भावाबरोबर पाठवत आहे..!

येणारे नववर्ष २०२१ तुम्हा सगळ्यांना सुख समृद्धीचे व आरोग्यदायी जावो...! निघतो मी..!! तो म्हणाला आणि डोळ्यासमोरून नाहीसा झाला.

श्रद्धांजली

स्वाती सतीश दाणी



आमची एक मैत्रिण, श्वेता असोसिएशनची खंदी कार्यकर्ती ११ नोव्हेंबर २०२० रोजी हृदयविकाराचा तीव्र झटका येऊन अचानक सर्वांना सोडून गेली. तिचं असं ५७ व्या वर्षी अवेळी जाणं सर्वांना चटका लावून गेलं. कायम हसारी, उत्साहानी सळसळणारी, कोणत्याही प्रकारच्या मदतीसाठी तत्पर असणारी तिची मूर्ती नजरेसमोरून हलत नाही. तिची उणीव कायम भासत राहिल.

पुत्र डॉ संकेत आणि नचिकेत, स्नुषा डॉ मुक्ता आणि डॉनियल व सर्व कुटुंबियांच्या दुःखात आम्ही सहभागी आहोत. ओम् शांती ...

“गिरीसागर टूर्स” च्या गेल्या २४ वर्षांच्या प्रवासात किती वेगवेगळ्या मानसिकतेचे पर्यटक भेटलेकोणी सतत वाढत्या वयातल्या गुडघ्यांसारखे कुरकुरणारे, तर कोणी अगदी आनंदी कावळा, कोणी स्वतःमध्येच मग्न, तर कोणी सतत दुसऱ्याचा विचार करणारे, कोणी पाहताक्षणीच प्रेमात पडावे असे, तर कोणी ३ दिवसांच्या ट्रीप मध्ये कुणाशीही जवळीक न साधणारे, कुणी अखंड बडबडत राहणारे, तर कोणी अगदी मूग गिळून गप्प बसणारे - निसर्गाच्या सान्निध्यातही न खुलणारे, कोणी वाढत्या वयात कसं वागावं, ह्याचा वस्तुपाठ घालून देणारे, तर कोणी कसं वागू नये, ह्या विषयी सावध करणारेइतकी विविधता असूनसुद्धा एका बाबतीत एकता होती, ती म्हणजे माझ्यावरचा ‘विश्वास’. वीणा सोबत आहे ना, मग काहीच काळजीचं कारण नाही. कुठल्याही परिस्थितीत ती योग्य मार्ग काढणार आणि ट्रीप यशस्वी करणार .ह्या विश्वासावर तर इथपर्यंत पोहोचू शकले आणि ह्या माझ्या विस्तारलेल्या कुटुंबात अगदी रमून गेले. प्रत्यक्ष रक्ताच्या नात्यांनी दिली नसेल, इतकी जवळीक, प्रेम, स्नेह ‘गिरीसागर’ च्या कुटुंबाने मला दिला. काही काळासाठी ह्या कुटुंबातलीच एक झालेली - “अनाहिता”. नावाप्रमाणेच तन - मनानें सुंदर , कुणाचंही ‘अहित’ न चिंतणारी !

एका ‘होळी स्पेशल’ सहलीला आली होती. ह्या सहलीमध्ये कथक नृत्याची खास मैफिल असते, त्या ओढीने ती आलेली. १८/२० वर्षांची कोवळी पोर..... स्मार्ट, उत्साहाने रसरसलेली, बडबडी, मोकळ्या स्वभावाची, लाघवी, पाहताक्षणी जीव लावणारी. सहलीच्या ३ दिवसात सगळ्यांना आपलंसं केलं अनाहिताने. त्या ट्रीप मध्ये तीच माझी रूम पार्टनर होती, त्यामुळे मोकळ्या वेळात आमच्या मनसोक्त गप्पा झाल्या. वरून अवखळ वाटणारी ही मुलगी किती विचारी आहे, तिच्या करिअर विषयी किती जागरूक आहे, हे तिच्याशी बोलताना सतत जाणवत होतं. पुण्यातल्या प्रख्यात गुरूंकडे कथक नृत्याचं शिक्षण अगदी लहानपणापासून ती घेत होती आणि ह्याच क्षेत्रात तिला करिअर करायचं होतं, त्यासाठी मनापासून नृत्य साधना करत होती. ह्या नवीन पिढीचं खूप कौतुक वाटतं मला, ते ह्यासाठीच, की त्यांनी ठामपणे आपले मार्ग आखले आहेत, आवडीची क्षेत्रं निवडली आहेत आणि त्यात यशस्वी होण्यासाठी अखंड मेहेनत ही घेत आहेत, जशी अनाहिता घेत होती. ट्रीप नंतर अधून मधून आम्ही कॉफी प्यायला भेटायचो. पुढे पुढे कामाच्या व्यापात भेटणं कमी होत गेलं पण फोन मात्र नक्की व्हायचे. त्यावेळी ती भरभरून स्वतःच्या प्रगतीबद्दल सांगायची, कुठे कार्यक्रम प्रस्तुत केले असतील, तर त्याबद्दलही बोलायची. दरम्यानच्या काळात तिचं लग्न ठरलं. बाहेरगावी होतं, त्यामुळे मला जमलं नाही जायला. पण ती खूप आहे, संसारात रमली आहे, अशा बातम्या कानावर येत होत्या. पुढे हळूहळू फोन ही बंद होत गेले, संपर्क तुटत गेला. पण ती संसार, करीअर मध्ये गुरफटली असेल, असं समजून मी ही तिला फोन नाही केला. अशी ५/६ वर्षे मध्ये गेली

आणि परवा अचानक तिचा फोन आला. मला खूप आनंद झाला, पण तिचा आवाज ऐकून काहीतरी बिनसलंय हे नक्की जाणवलं. विचारलं, तशी म्हणाली, फोनवर नाही सांगता येणार. पुढच्या आठवड्यात येते तुम्हाला भेटायला. म्हटलं. ये नक्की. वाट पाहते. आठवडाभर तिच्या विचाराने मी अस्वस्थ. काय घडलं असेल ? उत्साहाचा धबधबा असणारी ही मुलगी, अशी संयत, मोजकं, तुटक का बोलत असावी ? काही समजत नव्हतं. म्हणूनच तिला भेटायची आस लागून राहिली होती. ठरल्याप्रमाणे ती आली. दारात उभी राहिली, आणि तिला बघून मी अक्षरशः अवाक झाले !

मला आधी भेटलेली अनाहिता आणि आत्ता माझ्यासमोर उभी असलेली अनाहिताकोणती खरी ? ती श्यामा की ही श्वेता ?

तिला घरात घेतलं, पाणी प्यायला दिलं.....तोपर्यंत मी ही सावरलं स्वतःला. तीही थोडीशी सैलावली. तिनेच सुरवात केली संभाषणाला, ताई, मला अशी बघून आश्चर्य वाटलं ना तुम्हाला ? पण हे कोडच माझ्या आयुष्याचं 'कोडं' होऊन बसलंय. लग्नानंतरचे फुलपंखी दिवस भुरकन उडून गेले. नवरा तर जिवापाड जपायचा मला, प्रेम करायचा. आनंदात होतो आम्ही . नंतर ३ वर्षांनी दिवस राहिले मला. खूप खुश होते घरचे सगळे. नुपूरच्या जन्मानंतर तर आनंदी आनंदसर्वत्र आनंद अशीच अवस्था. पण आनंदी आनंद , असं आयुष्य कधीच नसतं नावादळापूर्वीची शांतता असावी , तशी ही माझ्या आयुष्याच्या पडझडी आधीची आनंदाची नांदी. नुपूर ७/८ महिन्यांची असताना माझ्या अंगावर पहिल्यांदा पांढरा डाग दिसला आणि पाहता पाहता तो एक डाग जसजसा वाढत गेला, पसरत गेला, तसतशी माझ्या संसाराची घडी विस्कटत गेली.....तुटत गेली. बाह्यतः पूर्ण पांढरी झालेली मी माझ्या जवळच्या लोकांच्या मनातलं काळं नाही ओळखू शकले. माझ्या सौंदर्याचा चाहता असलेला माझा नवरा माझ्या ह्या रूपाकडे आता पाठ फिरवू लागला, माझ्याशी बोलणं तर दूरच पण माझ्याकडे बघणं सुद्धा टाळायला लागला. परिणाम व्हायचा तोच झाला. रीतसर घटस्फोट घेऊन आम्ही वेगळे झालो. नुपूरला घेऊन मी घर सोडलं आणि पुण्याला परतले.

आई बाबांचा आधार होता , म्हणूनच निभावलं सगळं .सेटल झाल्यावर इथे चरितार्थासाठी नृत्याचा क्लास सुरु केला. पण मन अस्वस्थ होतं सतत, रमत नव्हतं कशात. अंगावर कोड उठलं, त्याची इतकी मोठी शिक्षा मिळावी ? प्रख्यात नृत्यांगना होण्याचं तरुणपणी पाहिलेलं स्वप्न, संसारसारं काही उध्वस्त झालं होतं. पण आता वास्तव स्वीकारून पुढे पाऊल टाकणं क्रमप्राप्त होतं. शारीरिक कुठलीही कमतरता नसताना केवळ रंगाची कमी असल्याने खूप उपेक्षा सहन केली होती, त्याचे चटके सोसले होते. त्यामुळेच समाजातल्या उपेक्षित, दुर्बल घटकांसाठी, त्या मुलांसाठी काहीतरी करू या, असा विचार पक्का होत गेला. एकदा काय करायचं, हे ठरलं, की कसं करायचं , ह्यासाठी पावलं टाकली जातात, त्या पावलांना दिशा मिळते. तशी मलाही मिळाली. पुण्याजवळच्याच खेड्यात काही कारणाने बंद पडत असलेली शाळा मी चालवायला घेतली. एकच ध्येय समोर ठेवलं, ते मुलांच्या सर्वांगीण विकासाचं. केवळ पुस्तकी शिक्षण न देता अभिजात कलांची आधी ओळख मुलांना करून द्यायची. मुलांना त्यात इंटरेस्ट निर्माण झाला की, त्यातली एखादी कला विद्यार्थ्यांने निवडायची आणि त्यात पारंगत व्हायचं . पुढे जाऊन तर आपली पूर्वापार चालत आलेली गुरुकुल पद्धत आपण पुन्हा सुरु करायची, हे ध्येय ठेवलंय मी. ताई, तुमची आर्टिस्ट्री संस्था 'देणे समाजाचे' हा जो उपक्रम करते, त्या बद्दल खूप ऐकलंय. आमच्यासारख्या सामाजिक संस्थांना समाजापर्यंत पोहोचवून, त्यांना समाजाकडून वेगवेगळ्या प्रकारची मदत मिळवून देण्यासाठी हा उपक्रम खूपच सहाय्यकारी ठरतोय. म्हणूनच मी आवर्जून आज तुम्हाला भेटायला आलेय. माझ्या संस्थेला जर इथे सहभागी व्हायचं असेल, तर काय प्रक्रिया आहे, काय formalities आहेत, ते जाणून घ्यायचंय मला.

एका अवखळ नदीचं शांत प्रवाहात झालेलं रूपांतर अनुभवत होते मी. इतकं सारं घडूनसुद्धा डोळ्यातली चमक आणि अंगातली धमक शाबूत होती तिच्या, आणि हीच तिची बल स्थानं नव्या ध्येयापर्यंत घेऊन जाणार होती तिला. मनाने सुंदर असणारी अनाहिता आज मला आणखीनच सुंदर दिसायला लागली.....

काही दिवसांपूर्वीची गोष्ट

गौरी कानिटकर

९८९०००१३३०

काही दिवसांपूर्वीची गोष्ट ! एका मुलाची आई आमच्या 'अनुरूप' च्या ऑफिस मध्ये आली होती. गहूवर्णी, छान लेमन यलो रंगाची साडी नेसलेल्या, दिसायला तरतरीत पण चेहऱ्यावर मात्र कमालीची चिंता आणि नर्व्हस नेस . त्यांचा पूर्ण चेहरा आणि हातावर पांढरे डाग होते. त्या आत माझ्या केबिन मध्ये येऊन समोर बसल्या.

“माझा मुलगा लग्नाचा आहे. इंजिनीअर आहे. चांगला जॉब आहे त्याला. हा माझा एकुलता एक मुलगा. तुम्ही काय मदत करू शकता ?” त्या म्हणाल्या.

“कसं हवं आहे तुम्हाला ? तुमच्या अपेक्षा काय आहेत ?”

“चांगली शिकलेली, जॉब करणारी हवी. त्याला साजेशी हवी. आणि हो सगळ्यात महत्वाचं - माझ्या अंगावर हे पांढरे डाग असले न तरीही त्याची बायको मला नॉर्मलच हवी. तिच्यात कोणतीही कमतरता मला नकोय.” त्या ठामपणे म्हणाल्या.

“तिच्या नातेवाइकांना, आई वडिलांना , कुणाला काही कमतरता असेल तर चालेल का ?”

“नाही नाही मला तसलं ही काही नकोय.”

माझ्या कपाळावर जरा आठ्या पडल्या.

मी त्यांना म्हटले, “अहो समदुःखी असतील ना तर एकमेकांना जरा चांगलं समजून घेतात.”

पण त्या कोणतीच गोष्ट ऐकायला तयार नव्हत्या. मीही मग ताणून नाही धरलं. जरा वेळ आमच्या इकडच्या तिकडच्या गप्पा झाल्या. त्या गेली अनेक वर्षे मुंबई पुणे अपडाऊन करत होत्या, आणि त्यातल्या प्रदूषणामुळे त्यांच्या अंगावर अचानक पांढरे डाग यायला सुरुवात झाली होती. त्यांच्या माहेरी किंवा सासरी कुठेच या डागांची हिस्ट्री नव्हती.

आता आमची दोघींचीही जरा जास्त ओळख होत गेली..... बोलता बोलता त्यांच्या डोळ्यातून झराझरा अश्रू वाहायला लागले. मला कळना नेमकं काय झालं ? माझ्या बोलण्यातून काही चूक झाली होती का ? तसे मी विचारलेही. त्या नकारार्थी मान हलवत म्हणाल्या, “नाही हो, तुमचे काहीच चुकले नाही. पण हे अंगावर पांढरे डाग आले आणि ह्या डागांनी मला चांगलंच शिकवलं. आपलं कोण , परकं कोण ह्याची तर चांगलीच ओळख झाली. जी माणसं माझी माझी मी इतके दिवस म्हणत होते ती अचानक परकी झाल्याचे बघून जीव भांबावून गेला. कितीतरी दिवस असे कसं काय ही माणसं वागू शकतात, ह्याचे वैषम्य वाटण्यातच गेले. ह्या अशा वागणाऱ्या माणसांमध्ये पहिला कोण होता माहिती आहे ?”

“कोण” नकळतपणे माझा प्रश्न.

“माझा नवरा! दळभद्री नवरा!! ज्या दिवशी हे पांढरे डाग उठायला लागले त्या क्षणापासून ह्या माणसाने माझ्याशी बोलणे बंद केले. त्याच्या बरोबर मला बाहेर कुठेही नेणे त्याने बंद केले. त्या दिवसापासून त्याची झोपायची खोली देखील त्याने वेगळी केली. जणू माझा स्पर्श झाला तर त्यालाही हे डाग चिकटतील. ज्या घरासाठी, घरातल्या माणसांसाठी मी आयुष्यभर मुंबई पुणे रोज प्रवास करत अक्षरशः स्वतःला झिजवले. रोज पहाटे उठून त्याचा स्वयंपाक करून सिंहागड एक्सप्रेस गाठत असे आणि रात्री डेक्कन क्वीन ने येऊन धावत पळत घर गाठत असे. तरीही कधी दमले नाही, थकले नाही... पण त्याच माझ्या नवऱ्याने जेव्हा मला अव्हेरले त्यावेळी मणामणाचे ओझे पायावर असल्यासारखे पाय जडावले. मी थकले. आतून हलून गेले. आयुष्यात काहीच खरे नाही असे वाटत गेले. पण एक दिवस ठरवले, ह्या

खत्रूड माणसासाठी डोळ्यातून पाणी काढायचे नाही. माझी काहीच चूक नसताना आता रडायचे नाही.

ही अवहेलना मला माझ्या मुलाच्या वाट्याला यायला नकोय. खूप जीवघेणी असते हो ती... म्हणूनच मला त्याच्यासाठी नॉर्मल मुलगी हवीय. मघाशी मी बोलले त्याचा राग आला का तुम्हाला ?

मी मुंबई उपनगरात एक छोटासा फ्लॅट घेतला आहे. फक्त या मुलाच्या लग्नाच्या प्रतीक्षेत मी आहे. ते झाले की मी माझ्या नवऱ्याला घटस्फोट देणार आहे आणि एकटी तिथे जाऊन राहणार आहे. हे फक्त तुम्हाला सांगत्येय. अजून कुणालाच हे सांगितलेले नाही.''

एकताना माझ्या डोळ्यात पाणी तरळले. केवळ रंगद्रव्यांच्या कमतरतेमुळे येणाऱ्या डागांमुळे स्वतःच्या माणसांकडून जी उपेक्षित वागणूक मिळाली ती कमालीची वेदनादायक होती. जगाकडून अशा माणसांना अवहेलना सहन करावीच लागते, पण जेव्हा घरातलीच माणसं परक्याच्या पलीकडे अनोळखी होऊन जातात तो धक्का केव्हा मोठा असेल ? कसे ह्या बाईंनी सहन केले असेल. ? माझ्या मनात विचारांचे काहूर माजले. मनातल्या मनात त्यांच्या निर्धाराने उभे राहण्याला मी सलाम ठोकला.

.....आता त्यांच्या मुलाला त्यांना हवे तसे स्थळ मिळवून देण्याची जबाबदारी माझी होती.....

एक वर्ष असे ही

ना सुगंध लोणच्याचा
ना कप आईस्क्रीमचा
ना रस उसाचा
ना रस आंब्याचा

एक वर्ष असे ही...

ना लग्नाचे आमंत्रण,
ना हळदीचे जेवण,
ना मयतीचे आवताण
ना दहाव्याचे बोलावणं

एक वर्ष असे ही...

ना अपेक्षा साडीची
ना मागणी मेकअपची
ना खरेदी बुटांची
ना घडवणी दागिन्यांची

एक वर्ष असे ही...

नाही तिकिट रेल्वेचे
नाही आरक्षण बसचे,

नाही बुकिंग फ्लाइटचे
रिक्त होते रुम हॉटेलचे

एक वर्ष असे ही ..

ना वडिलांचे अंगण,
ना आईच्या हातचे वरण
ना मामाकडचे पुरण
ना काकाकडचे जेवण

एक वर्ष असे ही ..

ना मंदिराची घंटा,
ना दर्शनासाठी तंटा
ना दानधर्म भक्तांचा
ना प्रसाद देवाचा

एक वर्ष असे ही ..

नेहमीच राहिल या वर्षाची आठवण
पुन्हा कधीच येऊ नये असे वर्ष!!

“रंगबावरी” - इंदिरा संत

आरती मुकुंद देशपांडे

७७२००५०६५०

रंगरंगुल्या सानसानुल्या गवतफुला रे गवतफुला ।
असा कसा रे मला लागला सांग तुझा रे तुझा लळा।
मित्रासंगे माळावरती पतंग उडवित फिरताना ।
तुला पाहिले कुरणावरती डुलता-डुलता हलताना ।

कविथित्री इंदिरा संतांच्या या कवितेने बालपणी मनावर रंगचित्र कोरले ते आजतागायत कायम आहे. गवताच्या बारीक पांढऱ्या-गुलाबी नाजुक फुलांना पाहून इंदिराबाईंच मन आनंदित होतं आणि ते रंगबावरं मन रसिकांनाही साद घालतं. इंदिरा संतांच्या काव्यात रंग, गंध, स्पर्श, संवेदनेचा वारंवार प्रत्यय येतो. बाईंची कविता निसर्गाचे विविध रंग, गंध टिपते आणि मन वेडे करते. बाईंना निसर्गाचे आत्यंतिक वेड आहे. म्हणूनच त्यांनी आपल्या काव्यातून निसर्गाला टिपले आहे. ‘सहवास’, ‘शेला’, ‘मेंदी’, ‘मृगजळ’, ‘रंगबावरी’, ‘बाहुल्या’, ‘चित्कळा’ या संग्रहातील त्यांच्या कविता निसर्ग रंगवैविध्याने परिपूर्ण आहेत.

‘मरवा’ कवितेत त्या रंगांची उधळण करतात.

पुस्तकातील खुण कराया
दिले एकदा पिस पांढरे
पिसाहून सुकुमार काहिसे
देता घेता त्यात थरारे
असेच काही द्यावे घ्यावे
दिला एकदा ताजा मरवा
देता घेता त्यात मिसळला
गंध मनातील त्याहून हिरवा

‘हिरवा गंध’ जपताना बाईंच्या मनात आठवणींची गर्दी होते.

तो चहा गुलाबी
चर्चा खळखळणारी
तो पिवळा रस्ता
थड्ठा आवडणारी
ते तळे सावळे
झपाटलेले मौन
ती निळी अक्षरे
गुप्त आसवे दोन

सुख-दुःखाच्या विविधरंगी छटा बाईं अतिशय नाजुकपणे व तरलपणे शब्दांकित करतात.

हवा फुलांचा शेजार
बाईं हासत राहावे

काळजाच्या कुपीमध्ये

हवाबंद दुःख व्हावे

दुःखातही फुलांच्या शेजार मागणाऱ्या इंदिराबाई आनंदी राहण्याची सतत शिकवण देतात.

इंदिराबाईंचे व्यक्तिमत्व अत्यंत तरल, संवेदनशील, सोशिक, संयमी, कलाप्रेमी व सौंदर्यभोक्ते आहे. त्याचबरोबर निसर्गातल्या रंग, गंधावर असीम प्रेम करणारे आहे.

लवलव हिरवी गार पालवी
काट्यांची वर मोहक जाळी
घमघम करती लोलक पिवळे
फांदी तर काळोखी काळी
झिरमिळ करती शेंगा नाजूक
त्या साऱ्यातून झिरमिळ झरती
रंग नभाचे लोभसवाणे

‘बाभळीच्या’ दुर्लक्षित झाडात सौंदर्य शोधणाऱ्या इंदिराबाईंचं मन किती सौंदर्यासक्त होते याचा प्रत्यय वारंवार येतो.

निसर्गाची सृष्टी म्हणजे प्रामुख्याने रंग, गंध आणि रूपांची सृष्टी! त्या रूपाचे दर्शन जेवढे रमणीय त्याहीपेक्षा तिच्या रंगाची दर्शनियता अधिक चित्तवेधक. या रंगात सौंदर्य ओतप्रोत भरलेले असते. ते सौंदर्य टिपण्यासाठी, पिण्यासाठी रसिकाला कवयित्रीच्या मनात बुडी मारावी लागते. कलात्मक समरसतेनेच ते त्याला पहावे लागते. कित्येकदा तर न ओळखता येऊनही रसिकांना हे रंग वेडे करून टाकतात.

त्यांच्या काव्यरंगाच्या उधळणीतील हे काही रंग -

- १) गाण्यामधला भाव पोपटी
- २) गंध मनातील त्याहून हिरवा
- ३) शुभ्र पांढरी शरदातील दुपार
- ४) थंड गुलाबी कार्तिकातला
हवाहवासा स्पर्श तयाचा
- ५) सूर्य टाकतो जळात केशर
- ६) डोळ्यामधले लाल धुके ते
- ७) हिरवा माळ नि पिवळा मोहर

अशा अनेक निसर्गचित्रातून रंगाची धून आळवणाऱ्या ह्या रंगप्रतिमा. हिरव्या-पिवळ्या, काळ्या-पांढऱ्या, निळ्या-जांभळ्या, रेशीमकाळ्या रंगांचे इंद्रधनुष्य निर्माण करणाऱ्या आणि सुरेख निसर्गाला लोभसवाणे देखणेपण देऊन जाणाऱ्या आहेत. इंदिराबाईंच्या निसर्गप्रतिमा त्यांच्या काव्याला आणि रसिकाला रंगबावरे बनवितात. ह्या प्रतिमा काव्याच्या हातात काव्यात्मकतेचे सोनकांकण बांधतात. म्हणून ती रंग-गंधभरी, स्पर्श मुलायम शब्दप्रतिमा रसिकांच्या मनात सदैव ताजी टवटवीत सौंदर्य पुष्प बनून राहतात. न संपणारा सदैव वाढता गंध त्याच्या मनात दरवळून टाकतात.

कवितेला क्षितिज नसते, ती व्यापक विशाल आणि सखोल असते. म्हणून शब्दात मावणारी नसते. अव्यक्त व्यक्ताचा तो एक भाग असतो. कवी त्याला पकडण्याचा प्रयत्न करतो. ऋतुचक्र, क्षण, पाने, फुले, झाडे, दिवस-रात्र आणि अनेक घटना यातून निसर्ग, माणूस बहरत असतो. हे सगळे क्षण इंदिरा संतांची कविता स्वतःची मानते. आपल्या

शब्दाच्या चिमटीत घट्ट पकडून ठेते. आणि रंग-गंधाची उधळण करते.

शेवटी मनात एकच प्रश्न रूंजी घालतोय तो म्हणजे माणसाच्या शरीरावरील श्वेतरंगाला (कोड) आणि त्या रंगात दडलेल्या 'नितळ' मनाला स्वीकारायला आपले रंगबावरे मन का तयार होत नाही? समाज या रंगाचा केव्हा स्वीकार करणार? या रंगाकरीता जनजागृती करण्याची का वेळ येतेय? केवळ प्रश्न उपस्थित करून प्रश्न सुटणार नाहीत, तर त्या प्रश्नांच्या उत्तराकरता आपल्या मनातील गढूळ, कलुषित रंगाला दूर सारायला हवे. तरच स्वच्छ, सुंदर, पारदर्शी मनरंग तयार होईल. आणि त्यात कुठलाही रंग मिसळता येईल.

BROKEN IS BEAUTIFUL

श्वेता चक्रदेव

त्याचे झालंय असे की सोशल मीडियाचे पेव फुटल्यापासून जो तो मी कसा परफेक्ट आहे; मी, माझे घर, माझे मित्र, माझा नवरा/बायको, माझी मुलं, माझे करीअर, माझे वीकेंड्स, मी जातो तो भाजी बाजार सगळे कसे एकदम परफेक्ट आहे, हे दाखवायचा जो अट्टाहास चालू आहे ते पाहून असे वाटतं जगात इम्परफेक्ट नाहीच की काय काही?

आपल्याकडे कपाला चरा गेला किंवा एखाद्या प्लेटला तडा गेला तर बरेचदा ही मोडकी आहे, तुटकी आहे, तर कधी अशुभ म्हणून आपण फेकून देतो. जपानी संस्कृतीत एक **kintsugi** नावाची कला आहे. हे पडलेले चरे, तडे सोन्याने भरून टाकतात आणि ती वस्तू आता आधी पेशा मोलाची आणि सुंदर होते. ते चरे, तडे आता त्या वस्तूचा एक अविभाज्य अंग बनतात ज्यामुळे त्यांची किंमत वाढते. त्या गोष्टीचे इम्परफेक्शनच तिची किंमत वाढवतं.

Sometimes we are broken and that's okay.

नुकतीच मी एका आर्ट गॅलरीत जाऊन आले. तिथे एक पेंटिंग होते ज्यात एक आई होती आणि तिचे सगळे अंग भेगांनी भरले होते. डोक्याच्या भेगा संसाराच्या तापांनी पडलेल्या, स्तनांच्या भेगा मुलांना अमृत पाजून पडलेल्या, पोटाच्या भेगा पडलेल्या पुनरुत्पादन करून...या सगळ्या भेगा सोन्याने भरून टाकल्या होत्या आणि अगदी खरे सांगते ते तेज डोळ्यात मावणारे नव्हते. Broken is not only beautiful but sometimes better than new.

आपल्या आयुष्यात झालेली पडझड, आपल्या आयुष्यात मोडलेल्या गोष्टी, दुरुस्त केलेल्या गोष्टी, आलेली संकटे, केलेल्या चुका-घोडचुका आणि त्याची झालेली शिक्षा या सगळ्यांनी आपली किंमत अजून वाढते. आपल्या आयुष्यात आलेल्या अडचणी, संकटे यांनी आपल्याला अशा जखमा होतात की त्या भळाभळा वाहतात, त्याचे व्रण राहतात, पण रूमी म्हणतो तसे, The wound is the place where the light enters you.

म्हणजे आपण सगळेच तसे ब्रोकेन असतो ना! आपल्याला आकलनही होणार नाही, अशा आणि इतक्या प्रकारे माणसे ब्रोकेन असू शकतात, नव्हे असतातच. त्यांना मोकळ्या मनाने आणि मानाने आपल्या कवेत घ्यावे, त्यांच्या ब्रोकेन असण्यासकट! कारण,

Broken is Beautiful,
and we all are broken,
some are less, some are more
but broken and enlightened,
that's why should be treasured.

सुखी सहजीवन

दृष्टीदोष असलेले चंद्रकांत आणि पांढरे डाग असणाऱ्या शोभना यांची कहाणी

चंद्रकांत कुलकर्णी

१८३३०३०४८९

लग्नाच्या बाजारात फसवाफसवीचे अनेक प्रकार पाहायला किंवा ऐकायला मिळतात. पण आपल्या बाबतीत आपण वस्तुस्थितीची पूर्ण कल्पना देऊन ती स्वीकारणारी मुलगी मिळाली तरच लग्न करायचे व मुलीतील दोषही आपण पूर्णपणे स्वीकारायचे असे मी ठरवले होते. वयाच्या सहाव्या वर्षी दृष्टीतील दोष लक्षात आला, वयाच्या साठ पासष्ट वर्षापर्यंत थोडी तरी दृष्टी टिकून राहिली होती. आज माझे वय ६७ असून गेले २-४ वर्षे मला पूर्ण अंधत्वाचा अनुभव घ्यावा लागतो आहे.

मदतनीसांच्या सहाय्याने बी.ए.ची पदवी मिळाल्यावर मी टेलिफोन ऑपरेटरचा कोर्स केला. रेल्वेमध्ये अपंगांकरिता काही जागा राखीव असतात, त्यात मला टेलिफोन ऑपरेटरची नोकरी मिळाली. नोकरी मिळाल्यावर स्वाभाविकपणे आपले एक घर असावे, असेच माझे हे स्वप्न होते. कॉलेजमध्ये असताना अभ्यासलेल्या On Choosing a Wife या निबंधाचा प्रभाव माझ्यावर पडला होता व जोडीदाराबद्दलचे चित्र मनात हळुहळू स्पष्ट होऊ लागले होते. मला पूर्णपणे समजून घेणारी मुलगी हवी होती, पण तशी मुलगी मला भेटणार तरी कुठे? कॉलेजमध्ये बीएच्या वर्गात असंख्य मुली होत्या, पण त्यांच्याशी माझा फारसा परिचय कधी झाला नाही. माझ्या डोळ्यातील दोषामुळे कदाचित माझ्यात एक प्रकारचा न्यूनगंड निर्माण झाला होता व त्यामुळे मी बरा व माझा अभ्यास बरा अशीच माझी भूमिका होती. ठाण्याचे माजी नगराध्यक्ष श्री वसंतराव मराठे १९७५-७६ च्या सुमारास संमोहन विद्येने आजार बरे करण्याचे प्रयोग करत होते. मी माझ्या डोळ्यातील दोषांवर उपचार करण्याकरता त्यांच्याकडे जात असे व तेथेच शोभना ही तिच्या कोडावरील उपचाराकरता येत असे. संमोहन विद्येचे प्रयोग झाल्यावर अनेक मंडळी गप्पा मारत बसायची, त्यात कधीकधी कवी पी. सावळाराम, कवी म. पा. भावे व ठाण्यातील इतर प्रतिष्ठित मंडळी असत. तेथेच मला शोभाच्या अंगावर कोड असून लग्नाच्या बाबतीत समस्या निर्माण होत आहेत, असे कळले. मी माझ्याकडून तिच लग्न जमवण्याचाही प्रयत्न केला पण कोडामुळे तिला नकारच मिळत होता. मला तिचा स्वभाव, बोलणे - चालणे व विचार आवडत होते व अशा चांगल्या मुलीला समाजाकडून केवळ कोडामुळे नकार येतो, या गोष्टीचे दुःखही वाटत होते. कोड हा काही रोग नाही तर ती एक केवळ डिसऑर्डर आहे व त्याचा शारीरिक क्षमतांवर फारसा परिणाम होत नाही, ही गोष्ट लक्षात घ्यायला कोणीही तयार होत नव्हते. कोडामुळे बाह्य सौंदर्यावर थोडाफार परिणाम होतोही पण त्याला एवढे का महत्व दिले जाते, हे मला समजत नव्हते. हा समाजाचा दृष्टिकोन बदलला पाहिजे असे मला वाटत होते, पण हे काम इतके सोपे नव्हते आणि नाहीही. मी शोभापेक्षा वयाने लहान होतो व त्यामुळे मी तिच्याशी लग्नाचा विचार करणे मला संकोचाचे वाटत होते. वयातील फरक सोडला तर बाकी सर्व गोष्टी आमच्या जुळत होत्या. आयुष्यात तडजोड ही करावीच लागते, मग आपण ती तडजोड वयाच्या बाबतीत केली तर आपण निश्चित सुखी होऊ, असे मला वाटले. अखेर त्रयस्थ व्यक्तीच्यामार्फत मी लग्नाचा प्रस्ताव तिच्यासमोर मांडला व त्याचा तिने स्वीकारही केला. माझ्या घरून लग्नाला विरोध नव्हता, पण शोभाच्या घरून मात्र विरोध झाला. कोणत्याही कारणामुळे हे लग्न झाले नसते, तरी मी अंगावर कोड असणाऱ्या मुलीशीच लग्न करणार, असा माझा निश्चय झाला होता. परंतु पुढे घरच्यांच्या विरोधाला न जुमानता, आम्ही विवाहबद्ध झालो. यात आम्हाला आमच्या परिचयाच्या लोकांनी मदत केली व आधारही दिला.

मी माझ्या आई-वडिलांचा एकुलता एक मुलगा असल्यामुळे आम्ही सर्वजण एकत्र राहत होतो, त्यामुळे आम्हाला मोठा आधार होता. शोभाला आमच्या घरात कोडामुळे कधीही वाईट वागणूक मिळाली नाही. तिने माझ्या

आई-वडिलांची सेवा त्यांच्या आयुष्याच्या शेवटापर्यंत व्यवस्थित केली. माझ्या दृष्टिदोषामुळे व शोभाच्या कोडामुळे आम्हाला अपत्य होणे हे योग्य आहे किंवा नाही, याबद्दल मी बराच साशंक होतो. माझे मेव्हणे डॉक्टर प्रवीण पंडित यांनी दिलेला सल्ला मला अजूनही आठवतो, त्यांचे वाक्य होते - You should have a child. If everything goes well; you will be in paradise. If anything goes wrong; you accept it as a challenge. परमेश्वरी कृपेने आम्हाला पहिली मुलगी झाली. आज ती ४० वर्षांची असून; तिलाही २ वर्षांची गोड मुलगी आहे. माझ्या मुलीत कोणताही दृष्टीदोष व कोडासारखा दोष नाही ही विशेष उल्लेख करण्यासारखी गोष्ट. जीवनाचे समीकरण मांडताना मी म्हणतो की $P1 \times S1 = P2$ आणि $P2 \times SE = PE$. $P1$ म्हणजे समस्या व $S1$ म्हणजे सोल्युशन. आपण एखाद्या समस्येवर एखादे सोल्युशन काढतो व त्यामुळे पहिली समस्या संपते व दुसरी समस्या निर्माण होते, असे हे आयुष्याच्या अंतापर्यंत चालू असते. समस्यांबद्दल लक्षात ठेवण्यासारखी आणखी एक गोष्ट म्हणजे 3As - Accept, Adjust and Achieve. समस्या ही प्रथम स्वीकारावी लागते, त्यात अँडजेस्टमेंट करावी लागते व मगच आपण मात करू शकतो.

कुटुंबसंस्था ही समाजाचा पाया आहे व त्या संस्थेची सुरुवात विवाहातून होते. योग्य विवाहातून, योग्य कुटुंबे तयार होतात व यशस्वी कुटुंबातून योग्य समाजसुधारणा होते. विवाह ही एक वैयक्तिक बाब आहे, तशीच ती एक सामाजिक घटनाही आहे. प्रत्येकाला विवाहाचे वैयक्तिक स्वातंत्र्य आहे व त्याचबरोबर विवाह करताना सामाजिक भानही ठेवावे लागते. समाजाने सुद्धा वैयक्तिक गोष्टींमध्ये ढवळाढवळ करू नये, असे मला वाटते. दोन व्यक्ती विवाहबद्ध होऊन सुखी जीवन जगत असतील व समाजावर त्याचा अनिष्ट परिणाम होत नसेल, तर त्या विवाहास कोणी हरकत घेण्याचे कारण नाही. नितीमत्ता व कायदा याचे पालन होणे अर्थातच आवश्यक आहे.

मला असे वाटते की प्रत्येक लग्नात तडजोड ही करावीच लागते. व्यंग किंवा अपंगत्व असणाऱ्या व्यक्तींना अशी तडजोड जास्त प्रमाणात करावी लागते. पण त्यात तसे गैर काहीच नाही. काही अपंगत्व एकमेकांना पूरक असतात, उदाहरणार्थ एका व्यक्तीत डोळ्याचा दोष व दुसऱ्या व्यक्तीत हात किंवा पायात दोष अशा व्यक्ती विवाहबद्ध होऊन नक्कीच सुखी होऊ शकतात. माझ्या ओळखीत एका अंध मुलाचे मूक-बधिर मुलीशी लग्न झाले पण हा विवाह यशस्वी झाला नाही कारण त्यांच्यात योग्य तो सुसंवाद प्रस्थापित होऊ शकला नाही. विवाह यशस्वी होण्यासाठी सुसंवाद हा अतिशय आवश्यक आहे परस्परांबद्दल प्रेम, विश्वास, समजूतदारपणा, सहकार्य, त्यागाची भावना, सुख-दुःखात साथ देण्याची तयारी हे सर्व गुणही आवश्यक आहेत. तसेच पैसा, प्रतिष्ठा, मूलभूत गरजांची पूर्ती हा संसाराचा पाया असतो.

डोळ्यांची नजर हळूहळू कमी होत होती, तो माझ्या जीवनातील सर्वात तणावपूर्ण काळ होता. न दिसल्यामुळे होणारी अडचण यापेक्षा त्याचा मनस्थितीवर होणारा परिणाम हा जास्त त्रासदायक असतो. ह्या काळात माझ्या पत्नीने व कुटुंबाने दिलेली साथ, खूपच महत्वाची ठरली. मी वाचलेल्या पुस्तकांचा व विचारांचाही खूप उपयोग झाला. What happens to you is not important, how you look at it, is more important. जीवनात, 'जर असं असतं तर' किंवा 'असं नसतं तर' या विधानांचा काहीच उपयोग होत नाही; ते जसे आहे तसेच स्वीकारावे लागते.

जोडीदार निवडताना बाह्य रूपापेक्षा आंतरिक गुणांना अधिक महत्त्व द्यावे व अंगी समजूतदारपणा व सहनशीलता हे गुण बाणवावे. कवी अनिल यांच्या 'आणिबाणी' ह्या कवितेत संसारात येणाऱ्या अडचणी व त्यावर उपाय सांगितलेला आहे. शेवटच्या दोन ओळी अशा आहेत-

तसे काही जवळ नव्हते,
नुसते हाती हात होते.

शब्दांकन : कुलश्री वैद्य

आतला आवाज

सौ. वृंदा दिवाण

१६५७९९२३०५

भालचंद्रापुढे चहाचा कप ठेवून आईने त्याला विचारलेच “भालू, अरे कारखानेकाका काल पुन्हा येऊन गेले. विचारत होते, मुलगी कधी दाखवायला आणायची असे! त्यांना वार, वेळ तशी सांगायला हवी ना रे. सेलूहून त्यांचे मेहुणे मुलीला घेऊन येणार म्हणजे.”

“आई सध्या मलाच वेळ नाही. ह्या आठवडाभर तरी! एक मोठी डिलिव्हरी येणार आहे सामानाची मुंबईहून. तेव्हा... नंतर सांगतो मी तुला.”

ह्यावर निर्मलाबाई त्याची आई म्हणाली, “मला ना ह्या निरोपा निरोपीचाच कंटाळा येतो बघ. श्रीकांतच्या वेळी दीड दोन वर्षे तर मुली बघणे सुरू होते. जमले एकदाचे ‘आपले इतर घरांसारखे नाही आहेना भालू?’”

ती उसासत म्हणून गेली. तिचे डोळे पाणावले होतेच. “म्हणजे ! आपले काय वेगळे आहे आई?” त्याने विचारलेचं. “अरे माझे हे.... असें.... ते पाहुण्यांना सांगावे तरी पंचाईत आणि न सांगावे तरी पंचाईत. श्रीकांतसाठी कमी का स्थळे आली ? दहा, पंधराच्या वरच. पण माझे हे असे छापील ध्यान! लोक दचकतात रे मुली अशा घरी द्यायला. ‘तुला सांगते भालू लग्नाच्या वेळी फक्त भुवईवरच एक छोटा पांढरा ठिपका द्यावा तसा डाग होता रे मला, वाढत वाढत गेला. तीस बत्तीस वर्षांत ह्याने अंग व्यापले रे माझे ! मी काय करणार ? मला बैठकीत कुणी नवा माणूस आला की चहा द्यायला सुद्धा जायला नको वाटते रे”

त्याच्या आईचा गळा भरून आलेला होता. त्याला आईची दयाच आली. एक आई म्हणून, बायको म्हणून, ती कुठे कमी पडलेली नव्हती तरीही.

तो पाटावरून उठत म्हणाला, “हा इतका आठवडा जाऊ दे. मी सांगतो तुला त्यांना कधी बोलवायचे ते !” तो त्याच्या नेहमीच्या उद्योगाला लागला. अंधोळ, नाश्ता करून त्याला दुकानात जायचे होते. नाना दुकानात कधीच गेलेले होते. ह्याला त्यांना दुकानात वेळीच जाऊन त्यांची सुटका करायची होती. म्हणजे ते घरी येऊन नाश्ता, चहा, अंधोळ, देवपूजा करतील.

भालचंद्राने शिक्षण घेत असतानाच ठरवलेले होते की, आपण दादांसारखी नोकरी करायची नाही. गाव, घर सोडायचे नाहीच. पंधरावीस एकर शेती होती नांदेडपासून वीस किलोमीटरवर! ती पण बघायची होती, म्हणून त्याने शिकत असतानाच स्टेशनरी दुकान मेनरोडवर न टाकता शाळांच्या बाहेर टाकले होते. त्याला “फूडी” म्हणून पॅक वस्तुंचेही दुसरे दुकान टाकायचे होते. नाना अजून १०-१५ वर्षे तरी दोन पैकी एक दुकान संभाळू शकत होते. त्याचं गेल्या वर्षी पदवीपर्यंतचे शिक्षण संपले आणि मुली सांगून यायला लागल्या.

त्याने आठवडाभर कामातून वेळ काढून स्वतःशी विचार केला आणि आपला आतला आवाज ऐकला. त्याचा अर्थ जाणला आणि निर्णय घेतला.

त्याने आईवडिलांना समोर बसवून सांगितले की, “मी एका अटीवर लग्न करायला तयार आहे.” त्या दोघांनी एकमेकांकडे चमकूनच बघितले. निर्मलाबाईंच्या तर पाया खालची जमीनच सरकली. ती दोघे घाबरून गेलेली होती. हा लग्नच करणार नाही म्हणतो की काय असेही त्यांना वाटून गेले. तसा भालचंद्र हट्टीच होता. श्रीकांतसारखा नव्हताच.

“बोल बाबा ! तुझी अट सांग. सांगून टाक. विषयाचा तुकडा तरी पडेल. इतके भोग आजवर भोगले त्यात ह्या नव्याची भर म्हणेन मी.”

“आई..” तो थांबला. त्या दोघांचा अंदाज घेऊ लागला. वडिल पासष्टीचे तर आई साठीला आलेली अशी ती

दोघे पण समोर होते.

“मी लग्न करेन.... पण माझीही एक अट आहे.”

“सांगून मोकळा हो ना राजा.” वैतागाने आई बोलली. “मला मुलगी कोड आलेलीच हवी. मला कोड आलेली आई चालली तर बायको का चालू नये ? मला अशाच मुलीशी लग्न करायचे आहे. तिच्याही लग्नाचा प्रश्न असेलच ना ? मी एका मुलीचा तरी प्रश्न सोडवेन लग्नाचा काय ?”

त्याची आई व वडील त्याच्याकडे नवलाने बघतच राहिले. हे काही तरी विपरीतच घडत होते. त्यांच्याच घरात ते गडबडून गेले !

आणि त्यांना काही महिन्यांत तशी मुलगी व सून मिळाली.

मी पणा!

पु. ल. देशपांडे

एकदा मीपणा विकून पहा
जेव्हा कोणीही घेणार नाही
तेव्हा समजेल की किती फालतू गोष्ट आहे ही,
जी आपण इतके दिवस
बाळगत होतो..... ?
जगावं तर इतरांसाठी
स्वतःसाठी तर सगळेच
जगतात.....
ठेवावा तर शत्रूवर पण
विश्वास
घात तर सारेच करतात....!
दुःखामध्ये सुद्धा रहावं हसत
वेळ तर सर्वांचीच येते
झालं तर आयुष्याचं सोनं व्हावं
राख तर सर्वांचीच होते.



हा माझा अंत नाही

सुरेश भट

विझलो आज जरी मी,
हा माझा अंत नाही.....
पेटेन उद्या नव्याने,
हे सामर्थ्य नाशवंत नाही...
छाटले जरी पंख माझे,
पुन्हा उडेन मी.
अडवू शकेल मला,
अजुन अशी भिंत नाही ..
माझी झोपडी जाळण्याचे,
केलेत कैक कावे..
जवेल झोपडी अशी,
आग ती ज्वलंत नाही..
रोखण्यास वाट माझी,
वादळे होती आतूर..
डोळ्यांत जरी गेली धूळ,
थांबण्यास उसंत नाही..
येतील वादळे, खेटेल तुफान,
तरी वाट चालतो..
अडथळ्यांना भिवून अडखळणे,
पावलांना पसंत नाही

मला आठवतंय, लहानपणी अनेकदा, खरं तर सततच “अभी, जरा धीर धरावा, सगळ्याचीच कशी रे तुला घाई, घिसाडघाईने सगळंच विस्कटतं...” हे असं ऐकलं आहे, तुम्ही ही ऐकलं असेल. विशेषतः सणाच्या दिवशी नैवेद्यासाठी केलेला आवडीचा पदार्थ किंवा आणलेले नवे कपडे, वस्तू किंवा शाळेतून आल्यावर खेळायला पळायची अनिवार इच्छा आणि आईने हातपाय धू, दप्तर जागेवर ठेव, निदान दूध तरी पी आणि जरा सावकाश पी असा लावलेला धोशा...ही काही प्रमुख उदाहरणं! पण धीर का धरायचा हे त्यावेळी अजिबात कळायचं नाही, कारण हवं ते हवंच असायचं, अधीरता आणि लहान मूल हे समीकरणच असतं ना...!! आपण कितीही मोठे झालो तरी आपल्यातलं ते लहान मूल बरेचदा तसंच राहतं...अत्यंत अधीर !! लहान वयातल्या त्या शिकवणीपासून प्रौढ वयापर्यंत किंवा उतारवयात मरणपंथावर पोहोचेपर्यंत “सतत गीतामे कहा है समय से पहले भाग्य से अधिक किसी को कुछ नहीं मिलता...!!” या अंतिम सत्यापर्यंत आपल्याला सतत सांगायचा, समजवायचा प्रयत्न केला जात असतो की अधीर असू नये, सुधीर व्हावं...आपल्याला किती पटतं, जमतं हे अलाहिदा, पण का बरं हे सतत सांगितलं जातं ?

विचार करण्यासारखी गोष्ट आहे नक्कीच, कारण अधीर अथवा सुधीर असणं आपल्या व्यक्तिगत, कौटुंबिक, आणि सामाजिक वृत्तींशी निगडित असून आपल्या स्वतःवर, आपल्या कुटुंबावर, आणि आपल्या संघटित शक्तीवर खूप परिणाम करणारं आहे. सोप्या शब्दात बोलायचं म्हटलं तर अधीर म्हणजे धीर नेमका कुठे, किती, कसा, आणि का धरावा याचा कमी किंवा शून्य अंदाज असणं आणि सुधीर याच्या अगदी उलट म्हणजे या सगळ्याचा चपखल अंदाज असणं...!! वय लहान असो की मोठं, धीर योग्य प्रकारे धरता आला तर दिसणारा परिणाम आपोआप लक्ष वेधून घेतो आणि नाही आला तर अर्थातच तो एक हेटाळणीचा विषय होऊन बसतो !!

लहानपणी धरावे लागणारे धीर बरेचदा व्यक्तिगत, काही वेळा कौटुंबिक, आणि क्वचितच काही वेळा सामाजिक असतात, पण जसजसे आपण मोठे होत जातो तसं खऱ्या अर्थाने या “धीर धरणे” प्रकरणाशी आपला सामना व्हायला सुरुवात होते, यथावकाश त्याचं एक sophisticated नाव आपल्या परिचयाचं होतं "patience" आणि हे patience प्रकरण अनेकदा आपला चांगलाच patience try करतं आणि हे प्रकरण नीट tackle केलं गेलं नाही तर या ना त्या प्रकाराने आपला patient होऊ शकतो हे ही जाणवायला लागतं...!! आपल्यापैकी प्रत्येकानेच याचा अनुभव घेतला असणार, पण आपल्या या so-called patience ची सर्वात जास्त आणि सर्वात वाईट परीक्षा कोण घेतं माहितयं ? दुसरं-तिसरं कुणी नाही तर आपलं स्वतःचं मन...खरं सांगायचं तर आपल्या धीरवृत्तीचा जिथे जिथे म्हणून कस लागतो ना, तिथे तिथे खरं तर सगळ्याचं मूळ आपल्याच मनाशी असतं...!! करून पहा विचार, अगदी कुठलाही प्रसंग घ्या...नीट विचार केल्यास आपण एकाच जागी पोहोचतो की ही सगळी नाटकं या दुष्ट मनामुळेच घडली आहेत...विषय कुठलाही असो, हे बेरड जिथं तिथं जाऊन गुंततं आणि त्याच्या गुंत्यात आपण एकदा का अडकलो की हेच नालायक आपल्यासमक्ष अशी काही विचारचित्र उभं करतं की आपली विकेटच पडली पाहिजे...!! खरं तर हे अपरिहार्य नाही का, जसं आपलं मन, तसंच आपल्या आजूबाजूच्या प्रत्येक सजीव-निर्जीवाचं मन, आपल्यासारखंच ते समोरच्यालाही खेळवत असतं, मग अशक्य गुंता आणि ओढाताण होणारच ना...!!

या सगळ्यात आपलं एका अप्रतिम सुंदर विचाराकडे दुर्लक्ष व्हायची शक्यता असते की या सगळ्या गुंत्यातून योग्य रस्त्याकडे सुखरूप घेऊन जाणारी समृद्ध जाणीव देणारं सुद्धा आपलं मनच असतं की...!! आणि या वाटेकडे आपण



जाऊ की नाही हे ठरवू शकते ती आपली धीरता...अर्थात सुधीरता !! आणि म्हणूनच लहानपणापासून आपण खरं तर सगळीकडून हे धीर धरण्याचं टॉनिक घेत असतो. औषध लागलं तर उत्तम, आपण कायम छान patient राहू शकतो आणि नाही तर आपल्याला पुरता patient बनवणारा एखादा जीवघेणा अनुभव आयुष्य आपल्याला देतं आणि सुधीरतेच्या वाटेकडे ढकलण्याचा प्रयत्न करतं. या वळणावर आपली जाणीवपूर्वक केलेली निवड आपला पुढचा प्रवास कसा असेल हे ठरवते...!!

नेमका असा काहीसा हादरवून टाकणारा अनुभव आल्यावर, आपल्या दोलायमान अवस्थेत असणाऱ्या मनात उसळणाऱ्या विचारांचं अप्रतिम सुंदर नाट्य यथार्थपणे उभं करणारं आजचं गीत आहे...

गीताची सुरुवातच काही तरी घडलंय हे दाखवणाऱ्या vibraphone च्या एका नाजूक पण जाणवणाऱ्या आघाताने होते, आणि मग जे घडलंय त्याच्या आघाताने मनात अविरत आणि स्वैर उसळणारे कढ व्यक्त करणारी सरोदची एक खरोखरच उसळून येणारी सुरावट येते, मग मनात सुरू होणारं वादळ दाखवणारी ग्रुप व्हायोलिन्सची सुरावट येते, मग हा असाच खेळ परत परत खेळत सगळी सुरावट आता होणाऱ्या वेदना अपरिहार्य आहेत हे स्वीकारल्यासारखी षड्जावर येते आणि आता आपल्याला आपल्या मनाशी संवाद सुरू केलाच पाहिजे ही जाणीव वर आणणारी बासरीची आश्वासक सुरावट येते आणि आपण आपल्याच हक्काच्या भिडूला बोलतं करू पाहतो...

मन रे, तू काहे ना धीर धरे!!

मित्रा, सख्या मना, थांब रे बाबा जरा, थोडा धीर धर रे...

पहिल्याच ओळीतल्या धीर याच शब्दाला अधोरेखित करत सुरू होणारा आणि संपूर्ण गीतभर त्याच शांत, निरंतर, अविरत स्वरूपात साथ देणारा परिणामकारक ठेका एकाच वेळी मनाची हृदयस्थित धडधड, कातरता, आणि सर्वांच्या मुळाशी असलेलं मनाचंचं निर्विवाद अस्तित्व असं सगळंच दाखवत राहतो. मनाच्या अशा ओढाताणीत धीर धरणं अत्यावश्यकच असतं, कारण...

वो निर्मोही मोह ना जाने

(तू) जिनका मोह करे

समोरची व्यक्ती/परिस्थिती मला स्वीकारणारच नाहीये, कारण (कदाचित) genre वेगळा आहे, तेव्हा ऐक राजा, धीर धर...!!

मन रे, तू काहे ना धीर धरे...!!!

अशा वेळी कुणी आपल्याला, आपण आपल्या मनाला कितीही समजावलं तरी सतत वर येतच राहणारे कढ थांबत नाहीत, कारण प्रचंड त्रास झालेला असतो, एक दुखावलेपण सतत ठसठसत असतं...!! बरोबर हेच व्यक्त करणारा interlude जो अगदी सुरुवातीच्या सरोदसारखाच असतो फक्त आता ठेक्याच्या बंधनाने येतो, अगदी जसा हा त्रास ही मनाचाच, कढ ही मनानेच, मनातच, आणि विरणार ही तिथेच...!! मग यातूनच पुढची विचारधारा सुरू झाल्याचं दाखवणारा ग्रुप व्हायोलिन्स चा पीस येतो आणि मनाशी संवाद पुढे सरकतो आणि जाणिवेचा अंतर्भाव होतो...

इस जीवनकी चढती-ढलती धूपको किसने बांधा ?

या जीवनातले उतार-चढाव कुणी थांबवू शकलंय का ?

रंग पे किसने पहरे डाले ?

रूप को किसने बांधा ?

शरिराचं, मनाचं, वृत्तींचं रंगरूप कुणी वेसण घालून धरून ठेवू शकलं आहे का ?

काहे ये जतन करे ????

मग जर हे सगळं कळतंय, तर या सगळ्यात किती आणि का अडकायचं ???

मन रे तू काहे ना धीर धरे...!!!

पुन्हा तोच सगळा घायाळ झाल्याचा, विस्कटून गेल्याचा अनुभव देणारी तीच सुरावट मनाची अवस्था अधिक गडद करून जाते आणि विचारधारा अधिक प्रगल्भ होते...

उतना ही उपकार समझ

कोई जितना साथ निभा दे !!

आपला प्रत्येक व्यक्ती, परिस्थितीशी येणारा संबंध, आपल्याला माहीत नसलं तरी विधिलिखित असतो, त्यामुळे जेवढं मिळालं तितकंच नशीब होतं हे समजून घे...

जनम-मरण का मेल है सपना

ये सपना बिसुरा दे !!

आपल्याला स्वप्नवत सुंदर वाटणारं हे आयुष्य खरं तर जन्म-मरणाची एक चाकोरी आहे तेव्हा तिच्या पलीकडे बघायचा प्रयत्न कर, कारण...

कोई ना संग मरे !!!

शेवटी एकटंच यायचं आणि एकटंच जायचं आहे, तेव्हा आजूबाजूला घडणाऱ्या घटनांना एक स्वप्न मानून विसरून जा, त्याबद्दल सुख-दुःख वाटून घेत बसण्यात आयुष्य वाया न घालवता खऱ्या अर्थाने सुधीर हो...

मन रे, तू काहे न धीर धरे !!

वो निर्मोही मोह ना जाने

(तू) जिनका मोह करे

मन रे, तू काहे न धीर धरे !!

इथे मात्र या ओळीवर आपलं मन ज्ञानसंपन्न विचारांनी शांत व्हायला लागल्यासारखा ठेका थांबतो, तरी काही कढ उचंबळून येतातच पण आपण सुधीर होऊन मन घट्ट करून त्यांना निग्रहाने खाली बसवतो हे व्यक्त करणारी सरोदची पुन्हा एक सुरुवातीसारखीच मनमोहक सुरावट येते, पण आता त्यात फक्त उसळून येणं नसतं, तर एक-दोन अप्रतिम सुंदर झोके घेत अंतिमतः षड्जावर जाऊन शांतपणे विसावणं ही असतं...

साठच्या दशकात आलेल्या चित्रलेखा या चित्रपटातून आलेलं आणि आपल्या मनावर राज्य करता करता आपल्याला बरंच काही शिकवून जाणारं हे गीत..!! माझे लाडके संगीतकार सिद्धहस्त रोशन साहेब, जीवनातले अनेक चटकें देणारे अनुभव परिणामकारक रित्या शब्दबद्ध करण्याची हातोटी असणारे शायर साहिर लुधियानवी साहेब, आणि अत्यंत मधुर आणि मनाला हात घालणारा स्वर आणि कंठ लाभलेले माझे idol रफीसाहेब या तिघांचाही समसमान वाटा आहे या गीताच्या परिणामकारकतेमध्ये !!! शब्द जितके सच्चे आणि अनुभवसमृद्ध तितकाच परिणामकारक स्वरसाज आणि वाद्यमेळ आणि तितकंच जीव ओतून केलेलं कथन, सगळंच अद्भुत !! रफीसाहेबांच्या माझ्या सगळ्यात आवडत्या गीतांपैकी हे पहिल्या दहात नक्कीच !! सरोदचा अभावाने आढळणारा आणि समर्पक वावर आणि वापर, मादल या तसं छोट्याश्या दिसणाऱ्या पण सुरेख परिणाम साधणाऱ्या तालवाद्याचा परिणामकारक वापर, आणि सरोद, बासरी, सतार, आणि ग्रुप व्हायोलिन्स यांचा शब्दांच्या मागे आणि दोन ओळींमध्ये seconds स्वरूपात केलेला, जाणवेल न जाणवेल पण परिणाम अफाट साधेल असा वापर या सर्व गोष्टी या गाण्याच्या महत्त्वाच्या आणि वेगळेपणाच्या बाजू ठरतील !! रोशनजी, साहिर साहेब, आणि रफीसाहेब यांना त्रिवार प्रणिपात...!!!

MOR F-TI

हा शब्द लॅटिन भाषेतला आहे. याचा उच्चार कसा करतात मला माहित नाही. मी **आमोर फाती** असा करतोय. याचा अर्थ आहे **नशिबाचा स्वीकार**.

आपल्या आयुष्यात घडून गेलेली प्रत्येक गोष्ट मग ती वाईट असली, नुकसान करणारी असली तरीही ती तशी घडणे आवश्यक होते. अशा दृष्टिकोनातून ती गोष्ट स्वीकारणे. ती गोष्ट आवडली नाही तरीही ती स्वीकारणे. अगदी ज्ञान तत्वज्ञानात सांगितलेल्या शांततेने, प्रसन्नतेने स्वीकारणे.

थॉमस एडिसन जेवत होता. तेवढ्यात एक माणूस धावत आला. त्याने वाईट बातमी आणली होती. एडिसनच्या प्रयोगशाळेला आग लागली होती.

एडिसनने त्याला कसा प्रतिसाद दिला असेल असे वाटते ?

अरे देवा, काय हे... माझं नशिबच फुटकं... माझी सगळी मेहनत वाया गेली... अशी ?, की त्याने खूप चिडून, बिथरून, आरडाओरड केली असेल ?

पण यापैकी काहीच घडलं नाही. एडिसनने आपल्या मुलाला हाक मारली आणि म्हणाला, 'अरे तुझ्या आईला आधी बोलाव, तिला अशी आग परत पहायला मिळणार नाही.' स्वाभाविकपणे मुलाला हेच वाटले की आपल्या बापाचे डोके फिरले, वेडा झाला बाबा. आजवर केलेली सर्व मेहनत आगीत भस्मसात होत होती आणि एडिसन शांत होता. तो शांतपणे म्हणाला आग लागली हे बरं झालं माझ्या सगळ्या चुका आणि इतर अनावश्यक गोष्टी जळून गेल्या.

आमोर फाती म्हणजे काय, याचं हे उत्तम उदाहरण म्हणता येईल - आपल्या आयुष्यात घडून गेलेल्या गोष्टी खऱ्या स्वरूपात आनंदाने स्वीकारणे.

६७ वर्षांचा एडिसन विमनस्क, हताश, उदास काहीच न होता नव्या उत्साहाने कामाला लागला. आगीत भस्मसात झालेली संपत्ती त्याने दसपटीने परत मिळवली.

मी या **आमोर फाती** कल्पनेच्या प्रेमातच पडलोय. का माहितेय ? कारण आपलं नशिब स्विकारण्यातली ताकद मला समजलीय. यात अक्षरशः एवढी प्रचंड ताकद आहे की आपल्याला काहीच अशक्य वाटत नाही. प्रत्येक गोष्ट होण्यामागे काही कारण असतं आणि ती गोष्ट सकारात्मकतेने स्वीकारणे हे तुमच्या हातात असते.

कदाचित तुमचा जॉब गेला असेल, कदाचित तुमची आयुष्यभराची कमाई कोणी लुबाडली असेल, कदाचित तुमच्या सर्वात प्रिय व्यक्तिला असाध्य रोग झाला असेल, कदाचित तुम्हाला कोणी अत्यंत वाईट वागणुक दिली असेल, कदाचित आयुष्याने तुमच्यासमोर असे आव्हान उभे केले असेल ज्यातून तुमची सुटका नाही, तुम्ही हे सगळं हसत स्वीकारता आणि त्यातूनच नव्या उर्जेने पुढे जाता याला **आमोर फाती** म्हणतात.

तुमच्या बाबतीत अशा गोष्टी घडल्याच तर तेव्हा तुम्हाला ओके किंवा चांगल वाटावं हा या लेखाचा उद्देश नाही. काहीही घडलं तरी तुम्हाला ते ग्रेट वाटावं आणि तुम्ही ते हसत स्वीकारावं हा उद्देश आहे.

जर ते घडलं तर ते घडणारच होतं आणि त्यातून तुम्ही स्वतःचा फायदा करून घ्यावा हा आहे.

एखादी आपत्ती आली असतांना शांत रहाणं हे अनेकसर्गिक वाटतं. पण तेव्हा शांत रहा.

जेव्हा आपल्याला हरल्यासारखं वाटेल तेव्हा ते शांत रहाणं च जोमाने प्रवास करण्यासाठी नविन उर्जा देणारं ठरेल. बस आता, झालं तेवढं खूप झालं असं वाटेल तेव्हा ते शांत रहाणं नवं इंधन देणारं ठरेल.

सगळं विपरित घडत असतांना ते शांत रहाणं थिंक बिग सांगणारं ठरेल.

हताशता आली असतांना ते शांत रहाणं तुमच्या चेहऱ्यावर हसू उमटवणारं ठरेल.

आमोर फाती हा कोणत्याही प्रतिकूल परिस्थितीवर यशस्वी रित्या मात करण्याचा पहिला टप्पा आहे.

कुणासाठी किती केलं हे लक्षात ठेवण्यापेक्षा, आपल्यासाठी कुणी किती केलं हे लक्षात ठेवलं की जगणं अगदी सोप्य होतं...

- सौजन्य : आंतरजाल

श्रीमंतीचे झाड

राजन सावरीकर

९५६१०८५५५०

आज पहाटे पहाटेच जाग आली,बाहेर गच्चीवर येवून उभा राहिलो. शांत, सकाळच्या थंड वातावरणात मनाची अवस्था विलक्षण असते. पक्ष्यांचा किलबिलाट, सोनेरी सूर्यप्रकाश, मंद वाऱ्याच्या झुळुका आणि चाफ्याच्या फुलांचा मंद सुगंध! या सगळ्यांचा परिणाम आपल्यावर होतोच! रंग, गंध, स्वर आणि स्पर्शाची शाल लपेटून मन उन्मनी अवस्थेत जाते. अशाच अवस्थेतील माझे लक्ष अचानक अंब्याच्या बोडक्या खुंटाकडे गेले.त्या खुंटावर कोवळी पालवी हलल्यासारखी वाटली म्हणून जरा काळजीपूर्वक बघितलं खरंच तिथं चार सोनेरी पानं हलत होती.आश्चर्याचा धक्काच बसला, डोळ्यांवर विश्वास बसेना. मन आनंद आनंद छायो! सकाळी सकाळीच मला मिळालेली अमूल्य भेट होती .

दोन अडीच महिन्यांपूर्वी जोरदार वादळ आले आणि त्याचा परिणाम म्हणून तीन चार हजार कैऱ्यासहीत आमच्या आंब्याचा देखणा, डेरेदार मुकुट तुटून पडला, तो नेमका चिकूच्या झाडावर. ते दोन्हीही चाफ्याच्या झाडावर पडले आणि एका क्षणात तिन्ही झाडं जमीनदोस्त झाली.त्याच बरोबरच आमच्या घराच्या एका बाजुची हिरवाई नष्ट झाली.ती बाजु एकदम भकास वाटू लागली. Expose होणे म्हणजे काय असते ते जाणवले. एकाएकी गरीब झाल्यासारखे वाटलं .

वयपरतवे गरीबी श्रीमंतीच्या संकल्पना बदलत जात असाव्यात. कारण आजकाल मलाही घरातल्या फ्रीज मध्ये पातेले भरून दुध बघुन, भरपूर केशरकाड्या असणारे घट्टे श्रीखंड किंवा अगदीच औरंगाबाद सारख्या ठिकाणी घरात भरपूर पाणी असलं तरी श्रीमंत असल्यासारखे वाटतं. मग बाळकैऱ्यांनी लगडलेले ते झाड बघुन अंगावर श्रीमंतीचे मुठभर मांस चढले नाहीतर नवलच.

बरीच वर्षे झाली असावीत, निदान दहा तर नक्कीच, एका कोपऱ्यात आंब्याचे ते छोटेसं रोप आलं. आपोआप आलेलं रोप ते बिचारंच होतं. नशिबात कोणताही सोहळा नव्हता तरीही वाढतच राहिले खत पाण्याविनाही फोफावले. झाडांचीही जिजीविषा ?



श्रद्धांजली

डॉ शीतल आमटे-करजगी



एका कर्तबगार, हुशार, लाघवी, व्यक्तीला अकाली श्रद्धांजली वहावी लागत आहे.
डॉ विकास आमटे, डॉ. भारती, डॉ प्रकाश, डॉ मंदा आणि सर्व कुटुंबियांच्या दुःखात
आम्ही सहभागी आहोत. ओम शांती!

रियाज़

प्रभा अत्रे

रियाज़ स्वतःसाठी असतो.
चालून आलेल्या पायवाटेचा
तो शोध असतो.
शोध एका क्षणांत लागत नाही.
अनेक प्रसंगांपैकी एखादा सिद्ध होतो.
तो सिद्ध होणारा क्षण सापडेपर्यंत आपण
त्या शोधाच्या सान्निध्यात असतो.
त्या झपाटणाऱ्या वेडाचा
सहवास हेच संगीत.
रियाज़ म्हणजे नामस्मरण !
कार्यक्रम म्हणजे आरती.
कार्यक्रमाला अनेकजण येतात.
त्यांचे उद्देशही वेगळे असतात.
आरतीमध्ये देहभान हरणारे
फार थोडे.
आरती म्हणणाराही
प्रत्येकवेळी हरवतोच असं नाही.
नामस्मरण
केवळ स्वतःसाठी असतं.
नामजप करणारे आपणच.
ऐकणारेही आपणच.
मीच गायक, मीच श्रोता.
मीच माझ्यावर नाराज़ व्हायचं.
मीच खूश व्हायचं.
खूश होण्याचे क्षण कमी असतात.

कारण स्वतःला प्रसन्न करणं
फार अवघड असतं.
प्रत्येक वेळी तुमच्यापेक्षा
उंच शिखर तुम्हाला खुणावतं.
मैफलीत तसं नसतं.
तुम्ही जीव ओतून गायलात
तरी ऐकणाराला सगळं गाणं ऐकू जात नाही.
प्रत्येकाला वैयक्तिक कुवतीप्रमाणे
स्वरांची ओळख झालेली असते.
तेवढंच गाणं त्यांच्यापर्यंत पोहोचतं.
तर काही रसिकांची उंची अफाट असते.
तिथं आपल्याला जाता येत नाही.
मग जशी टीका सहन होत नाही,
तशी नावाजणीही पेलत नाही.
मैफल तुमच्या मालकीची नसते.
तिचं यशापयश
अनेकांच्या स्वाधीन असतं.
मैफल संपूर्ण यशस्वी झाली
तरीही काही जागा
श्रोत्यांना हेरताच आल्या नाहीत,
हे शल्य मागं उरतं.
ज्या व्यक्तीने
संगीताचा व्यासंग केला आहे,
त्याला स्वरास्वरामागील
रियाज़ ऐकू येत असतो..



आदरांजली : विनायकदादा पाटील

डॉ माया तुळपुळे

१९२३७०९२१०



१० फेब्रुवारी २००४, वार मंगळवार!

विनायकदादांची पहिली भेट! निमित्त होते डॉ अनिता अवचट स्मृती संघर्ष पुरस्काराचे! डॉ अनिल अवचटांच्या मुक्तांगण मित्रपरिवारातर्फे दरवर्षी हा पुरस्कार देण्यात येतो. २००४ च्या पुरस्कारासाठी माझी आणि फ्रान्सिस दिब्रिटो यांची निवड झाली होती. विनायकदादांनी हा पुरस्कार प्रदान केला. त्यांचे नाव ऐकले होते ते काँग्रेसचे नेते, माजी मंत्री आणि निफाड तालुक्यात त्यांनी सहकारी तत्वावर केलेली जॅट्रोफाची हजारो एकर लागवड या संदर्भात! साधा झब्बा पायजमा, उंच सडसडीत शरीरयष्टी, चेहऱ्यावर मंदस्मित आणि खानदानी अदब ! कोणत्याही अँगलने हा माणूस राजकारणी वाटत नव्हता. डॉ आनंद नाडकर्णींनी त्यानंतर माझी मुलाखत घेतली, ती त्यांनी लक्षपूर्वक ऐकली. कार्यक्रमानंतर 'नाशिकमध्ये कधीही काहीही मदत लागली तर सांगा' म्हणाले.

स्वयंसेवी संस्थांना सारखी मदत लागतेच! २००६ फेब्रुवारीला श्वेता निर्मित 'नितळ' सिनेमा पुण्यात रिलीज झाला. कुणी डिस्ट्रिब्युटर हात लावायला तयार नव्हता. मग आम्हीच जमेल तसा काही शहरात तो प्रदर्शित केला. बहुतेक थिएटर मालकांचं गणित फक्त पैशावर अवलंबून असतं, सामाजिक बांधिलकी वगैरे शब्द त्यांच्या कोशात देखील नसतात. नाशिक साठी आम्ही दादांना साकडं घातलं. त्यांनी 'सर्कल' थिएटर चे मालक माझे स्नेही आहेत त्यांना विचारतो म्हणून सांगितले. दादांना कोणी नाही म्हणणं शक्यच नव्हतं. सर्कल थिएटरमध्ये 'नितळ' एक आठवड्यासाठी ३ ऑगस्ट २००७ रोजी प्रदर्शित झाला. उद्घाटन, प्रसिद्धी सर्व जबाबदारी दादांनी स्वीकारली. पुण्याहून सुमित्रा भावे, सुनील सुकथनकर आणि मी गेलो होतो. कार्यक्रम सुंदर झाला. चांगल्या कामाला राजकारणी मंडळींनी मदत केली पाहिजे, हे दादांचे तत्व होते.

श्वेता असोसिएशन आणि आय एम ए नाशिकचे मान्यवर यांच्या पुढाकाराने १६ ऑक्टोबर २०११ रोजी नाशिकमध्ये जाहीर सभा आयोजित करण्यात येणार होती. अध्यक्षस्थानी अर्थातच विनायकदादा होते. आदल्या दिवशी दादांचा फोन! माझ्या शेजारी जेष्ठ अभिनेत्री इंद्राणी मुखर्जी राहतात. आम्ही सकाळी सर्वजण फिरायला जातो. त्यांनाही कार्यक्रमाला घेऊन येतो. मी दादांना म्हटलं, सोने पे सुहाग! अध्यक्षीय भाषणात दादांनी सांगितले की, 'श्वेता ही सेवाभावी संस्था वेगाने वाढत आहे. आम्ही सर्व मदत करायला तयार आहोत.' श्वेताच्या ऑफिसला नाशिकमध्ये जागा नाही हे लक्षात आल्यावर त्यांनी गंगापूर पोलिसस्टेशनच्यावर आनंदवल्ली गाणगापूर रोड, नाशिक येथील त्यांची ऑफिसची जागा वापरायला दिली.

जानेवारी २०१५ मध्ये श्वेताची आणखी एक जाहीर सभा झाली. विनायकदादा अध्यक्ष असणे अनिवार्य होते. त्यांच्या मराठा विद्या प्रसारक संस्थेचे प्राचार्य श्री विनायक काजवे यांना दादा आवर्जून घेऊन आले. शेतकरी कुटुंबातील श्री काजवे उच्चशिक्षित असून, त्यांना पांढरे डाग होते. विनायकदादा यांनी त्यांचे मनोगत व्यक्त करताना म्हटले,



‘राजकारण आणि सेवाभावी संस्था नाण्याच्या दोन बाजू आहेत. जोडा कुठे चावतो ते घालणाऱ्यालाच समजते, तेव्हा अशी माणसं काम करतात तेव्हा राजकर्त्यांचे काम त्याच्यामागे उभं राहणं हे आहे. डॉ तुळपुळे ह्यांच्यासारखी माणसं तपाला बसली की त्यांचं संरक्षण करणं हे समाजाचं काम आहे. चॅरिटीला ऑर्गनाइज्ड स्वरूप दिले पाहिजे. एक माणूस सर्व काम करू शकत नाही, सर्व समाजानी एकत्र येऊन काम काम केले पाहिजे. आम्ही तुमच्याबरोबर सावलीप्रमाणे राहू.’ गेल्या वर्षी जानेवारी महिन्याच्या पहिल्या आठवड्यात दादांचा मला फोन आला. येवला इथे शिवपुत्र राजे हे काँग्रेसचे कार्यकर्ते राज्यव्यापी मेळावा आयोजित करणार आहेत. मी प्रकृती अस्वास्थ्यामुळे जाऊ शकत नाही, माझ्याऐवजी तुमचे नाव मी सुचवले आहे. रस्ता थोडा खराब आहे पण तुम्ही जावं अशी माझी इच्छा आहे. मी राजकारणी किंवा कार्यकर्ती नसून देखील दादांनी माझं नाव सुचवलं याचच मला अप्रूप वाटलं. ठरल्याप्रमाणे मी आणि श्वेताचे एक ट्रस्टी श्रीकांत व मीरा चाफळकर येवला इथे कार्यक्रमाला गेलो. शिवपुत्र छत्रपती संभाजीराजे बहुउद्देशीय संस्था नाशिक, महात्मा फुले नाट्यमंदिर, विंचूर रोड, येवला येथे कार्यक्रम होता. राज्याच्या कानाकोपऱ्यातून कार्यकर्ते, नेतेमंडळी आणि त्यांचे समर्थक आले होते. जगन्नाथ माधवराव पाटील हे संस्थापक होते. सर्वत्र उत्साही वातावरण होते. जोरकस भाषणे झाली, माझेही भाषण झाले. संस्थेची माहितीपत्रके आणि रंग मनाचे मुखपत्र आम्ही सर्वांना दिले.

दुसऱ्या दिवशी नाशिकला दादांना भेटायला त्यांच्या ‘बाबुल’ १, कदंबवन येथील घरी भेटायला गेलो. दादा बागेत खुर्ची टाकून सकाळचे ऊन खात बसले होते. त्यांच्या पत्नी सरोज ह्यांचे १३ मे २०१९ ला निधन झाल्यानंतर आम्ही प्रथमच भेटत होतो. मनात थोडे अवघडलेपण होते. मी आजारी होतो पण हार्ट सर्जरीनंतर ती अचानकच गेली, दादा म्हणाले आणि विषय संपवला. काही गरीब लहान मुले मुली बागेत बागडत होती. त्यांच्या आया सोसायटीत घरकाम करतात, कामावर जाताना यांना माझ्या घरी सोडतात आणि घरी जाताना घेऊन जातात दादांनी माहिती दिली. त्यातल्या एका चुणचुणीत मुलीला त्यांनी एका उंच वृक्षावर वस्तीला आलेला घुबड आम्हाला दाखवायला पिटाळलं. दादांच्या बागेत अनेक दुर्मिळ झाडे होती, त्यातली ब्राझीलची गाभुळलेली चिंच आम्हाला खायला घातली.

नाशिकमध्ये पांढऱ्या डागांच्या उपचारासाठी फोटोथेरपी युनिट बसवायचे आहे असे मी दादांना सांगितले. दादांनी लगेच फोन करून नाशिकमध्ये अशी मशिन्स कुठे आहेत ह्याची चौकशी केली. मेडिकल कॉलेजच्या स्किन डिपार्टमेंटच्या हेड आणि कॉलेजच्या डीन ला फोन करून ही मशिन्स कधी बसवणार असे विचारले? आणि त्यांच्याकडून लवकरात लवकर ही सोय उपलब्ध करून देण्याचे वचनही घेतले.

काही दिवसांपूर्वीच नाशिकमध्ये गारपीट होऊन द्राक्षांचे मोठे नुकसान, अशी ब्रेकिंग न्युज होती. त्या संदर्भात मी विचारले असता दादा म्हणाले, ‘पाव एकर क्षेत्र गारपीटने उध्वस्त झाले, बाकी सर्व द्राक्षं शाबूत आहेत. चॅनेलवाले अर्धवट बातम्या देतात.’ दादांना सर्व खरी खरी माहिती होती.

शेती, कला, काव्य, शास्त्र, विनोद त्यांना अवगत होते. सर्व विषयांचे दादांकडे अपडेट्स असायचे. सर्व क्षेत्रात काम करणारी माणसे त्यांनी जोडली होती. ‘हिमचाफा’ डॉक्युमेंटरीच्या निमित्ताने ९/१० ऑगस्टला त्यांच्याशी संपर्क झाला. कोरोना पार्श्वभूमीवर ‘कशी आहेस माया?’ असा त्यांनी प्रश्न विचारला. १९ ऑगस्टला वाढदिवसाच्या दादांना शुभेच्छा पाठवल्या. त्यालाही त्यांचे लगेच उत्तर आले.

२३ ऑक्टोबरला त्यांची निधनवार्ता आली. एक उत्तुंग व्यक्तिमत्व असलेला आमचा सखा पाठीराखा गेला. ही पोरकेपणाची भावना हृदयात कायम राहणार आहे...

श्वेता असोसिएशनच्या दिनांक २० जानेवारी २००२ या पहिल्या जाहीर कार्यक्रमाविषयक केलेल्या नोंदी!

परवाच एका स्वमदत- सपोर्ट ग्रुपच्या सभेला जाण्याचा योग्य आला. हा गट होता पांढऱ्या कोडाच्या व्यंगग्रस्त मंडळींचा! प्रथमच अशा प्रकारची मंडळी एकत्र भेटली होती. त्यामुळे म्हणा किंवा एकूणच मानसिकता थोडी गंडग्रस्त म्हणा, म्हणून वातावरणात थोडासा भकास-बुजरेपणा होता. संयोजक वगळता सभेतल्या इतरांचा इच्छा असूनही सहभाग कमी होता. इच्छा असून म्हटले कारण या सभेत म्हणावे तसे पार्टीसिपेशन नव्हते. पुढपुढच्या मीटिंग्ज मध्ये तो होत जाईल आणि थोडा मोकळेपणा येत जाईल असे वाटते.

अशा सपोर्ट ग्रुपमध्ये थोडे तुम्ही बोला म्हणून मला बोलावले होते. शिवाय एक आणखीही कारण होते. ‘मैत्रिण’ सदरात या विषयाचा उल्लेख करून सपोर्ट ग्रुपचा पत्ता फोन देण्याचं काम मी केले होते. आणि म्हणूनच हा ग्रुप तिथे जमण्याला, नव्यांना काही अॅक्टिव्हिटी सुरु व्हायला मी निमित्त झाले होते. पुष्कळांना मला भेटायची/पहायची उत्सुकता होती. प्रत्यक्षात कोणी स्वतः भेटून बोलायला पुढे आले नाहीत. परंतु त्यांनी तशी इच्छा संयोजकांजवळ व्यक्त केली होती असे कळले.

या सभेत फारसा औपचारिकपणा पाळला नव्हता उदा. स्टेजवर टेबले मांडणे, हार तुरे इ. तसेच संयोजक अननुभवी, आणायला त्यांना जमले नव्हते एवढे खरे! परंतु त्यांचा मनापासूनचा प्रामाणिक प्रयत्न सर्वापर्यंत पोचत होता, पोचला होता.

विविध डॉक्टरांची विषयाच्या विविध अंगाविषयी भाषणे झाली. यात कन्सिलिंग मेकअपचे सामर्थ्य आणि प्रात्यक्षिक दाखविण्यात आले, विक्रम गायकवाडांनी ते केले. यालाही मॉडेल म्हणून कसे बसे १-२ लोक पुढे झाले असो.

विषयाबद्दल बोलताना त्यांनी आणि इतर डॉक्टरांनी देखील आम्ही या कामासाठी मनःपूर्वक सहयोग देऊ आम्हाला केव्हाही सल्ल्यासाठी, मदतीसाठी बोलवा असे जाहीर वचन दिले. यात कुठे तरी दयेचा, कणवेचा सूर वाटला.

इथचं मला वाटते सूक्ष्मपणे काही चुकले आहे.

अर्थात सुरवात म्हणून हे ठीकच झाले. हळूहळू यात बदल होईलच!

पण बदल होईल मी म्हणते तो एकतर्फी थोडाच होईल ?

दुसऱ्या बाजूने मंडळी एकत्र आली की काही गोष्टी अटळपणे होतात. त्यामध्ये त्यांची मानसिकता फक्त सकारात्मकच बदलेल असे थोडेच आहे ?

थोडी भीड चेपेल, मग मोकळेपणा येईल. मग मेकअपचे तंत्रज्ञान शिकतील-वापरतील-मग त्यांची ती रोजची गरज होईल-मग ते किमती कमी करा-सवलती घ्या इ. म्हणू लागतील. संघटित होण्यामागे मानसिक आधार देणे मानसिक बळ वाढवणे हा हेतू तर असतोच. पण पुढे पुढे त्यात संघटित होऊन-हळूहळू-सवलतींसाठी संघर्ष होऊ लागले, तर पश्च वेगळा होऊ लागतो. त्यांनी एकत्र जरूर यावे पण वेगळ्या सवलती मागणे किंवा त्यांनाच म्हणून देऊ केल्या तर घेणे टाळावे.

जेव्हा आपण आपल्याला असलेल्या व्यंगाची किंमत चुकवायला तयार होतो तेव्हाच आपण ह्यावर खऱ्या अर्थाने मात करतो.

अर्थात इतरांना जशी सल्ल्याची फी पडते, कॉस्मेटिक्सची किंमत पडते ती तशीच मला असुदे, असे जेव्हा मंडळींना म्हणता येईल तेव्हाच त्यांना हा प्रश्न स्वतःहून आतून सोडवण्यात यश येईल.

मला अमूक कमी आहे ना? मग मलाच याची भरपाई करायला हवी हे ज्याला पटले तोच त्यातून बाहेर पडला. 'तुम्ही नको का मला मदत करायला' हा प्रश्न त्यांनी विचारायचा नसून मदत देणाऱ्याला वाटला पडला पाहिजे. तरच त्यात खरी मदत. या मंडळींनी खरेदी केल्याने कॉस्मेटिकचा खप अचानक वाढला आणि उत्पादन वाढवावे लागून जास्त फायदा होत गेल्यामुळे त्याच्या किमती कमी होणे, करणे वेगळे आणि लोकांनी मागणी केल्यामुळे त्या करणे वेगळे. यातला सूक्ष्म भेद लक्षात घेतला जावा.

या लोकांनी काही विशेष मागणी करू नये आणि देणाऱ्यांनी मागणीची वाट पाहू नये असे घडेल तेव्हाच या मदत-सपोर्ट ग्रुपचा हेतू साध्य झाला असे म्हणता येईल.

नितळ नावातच खूप काही असलेला मुव्ही.

श्रुती भाग्यश्री भास्कर



साल आठवत नाही, पण कदाचित २००४ च्या दरम्यान आलेला 'नितळ' मुव्ही माझ्या मनाच्या खूप जवळचा आहे. दीपा श्रीराम, विक्रम गोखले, उत्तरा बावकर, विजय तेंडुलकर, नीना कुलकर्णी, ज्योती सुभाष, रवींद्र मंकणी आणि रीमा लागू अशी तगडी स्टारकास्ट त्याच्या उलट शेखर कुलकर्णी, देविका दप्तरदार, सारंग साठ्ये, अमृता सुभाष ह्यासारखी नवीन कास्ट. स्टोरी वाटती तेवढी

सिम्पल नाही. एका प्रतिथयश कुटुंबातला डॉक्टर मुलगा सर्वगुणसंपन्न पण कोड असणाऱ्या मुलीला घरात घेऊन येतो. त्या नंतर घरात उठलेले पेल्यातलं वादळ आणि नायिकेचा त्या घरातल्या प्रत्येकाला समजून घेण्याचा प्रयत्न.

मनाला भिडणारे संवाद, गोष्टींना बघण्याची दोन पिढ्यांची वेगळी दृष्टी, पांढरपेशा समाजात असलेल्या बायकांची अव्यक्त घुसमट, खूप सुंदर रित्या दाखवली आहे.

सुनील सुकथनकार आणि सुमित्रा भावे ह्यांचे मिडास स्पर्शी दिग्दर्शन.

मला आवडलेला संवाद म्हणजे अमृता सुभाष देविकाला म्हणते, 'तुम्ही संघर्ष करा, तुमच्या हक्कासाठी लढा!' तेव्हा देविका म्हणते, 'लढून हक्क मिळतील, पण स्वीकार नाही. जर स्वीकारायचे असेल तर मने आतून बदलली पाहिजेत.'

ह्या सगळ्यावर किशोर कदमची छोटीशी पण उल्लेखनीय भूमिका. नायिकेवर अव्यक्त प्रेम करणारा एक कार्यकर्ता. शेवटी प्रेमाची कबुली देऊन सुध्दा अव्यक्तच राहिलेला प्रेमी.

ह्या मुव्ही बदल किती लिहावं तेवढे कमी. नात्याच्या गुंतागुंतीमधले अनेक कंगोरे ह्यात कुणा एकाच्या पारड्यात न टाकता त्रयस्थपणे मांडण्याचा प्रयत्न केला आहे. व्यावसायिक यश मिळाले नाही पण अनेक फेस्टिव्हल आणि परिषदांमध्ये ह्या मुव्हीला खूप नावाजले गेले आहे.

So What !

संध्या दंडे

१०२८२३३११३

आपल्या श्वेता असोसिएशन मुखपत्राचे नाव 'रंग मनाचे' हे खरोखर खूप बोलके नाव आहे. मन ही आपल्या शरीरातील स्वतंत्र अस्तित्व नसणारा अवयव ! पण तरीही हेच मन आपले आयुष्य नियंत्रित करित असते. तसंच रंगांचं ! सगळेच रंग सुंदर असतात, प्रत्येक रंगाचे गुणधर्म असतात आणि आपण जी रंगसंगती, आपले कपडे, चित्रं, घराची ऑफिसची सजावट यासाठी वापरतो ते अर्थातच आपली मनोवृत्ती दाखवणारे असतात. काळा आणि पांढरा हे दोन्ही मूळ रंग (प्रायमरी कलर्स) नाहीत. पण या दोन रंगांची हलकीशी छटाही कोणतीही रंगसंगती बदलून टाकते. एखादे रंगमरवरी शिला जितके सुंदर दिसते तितकेच काळ्या पाषाणातील शिल्पही मोहक असते. या ठिकाणी आपण रंगाचे सौंदर्य बघत नसतो तर आपण दाद देतो ती शिल्पकाराच्या कलाकौशल्याला पण मनुष्याच्या बाबतीत मात्र आपण उलटे करतो. आपण म्हणजे भारतीय! खरं तर मेलॅनीनच्या वेगवेगळ्या प्रमाणांमुळे भारतीय लोकांमध्ये त्वचेचे किती रंग आपण बघतो. अगदी संगमरवरी गोरा रंग, गव्हाळ रंगाच्या कितीतरी छटा, तांबूस, तपकीरी ते अगदी काळ्याच्या जवळ पोचणारा डार्क ब्राऊन ! पण आपण अडकतो ते 'गोन्या रंगात'. आपल्या अंगावर काळे डाग आले तरी ते चिंता वाढवतात आणि पांढरे डाग आले तर आपलं व्यावहारिक आणि भावनिक जगच उलथं पालथं होतं. कारण दोन्ही पैकी काहीही झालं तरी आपण स्वतः ते जागरूकपणे स्वीकारलेलं नसतं. आपल्याच 'मनानी' हे नाकारलं असतं म्हणून आपल्या भोवतीच जगही आपल्या शरीरावरचे पांढरे किंवा काळे डाग स्वीकारत नाही आणि मग आपलाच आपल्याशी संघर्ष सुरू होतो. 'Why me?'

खरं तर कोणताही विकार (disorder) किंवा आजार (disease) झाल्यावर 'मलाच का असं झालं' म्हणून स्वतःचा त्राग करणं, स्वतःचाच राग करणं हे निरर्थक आहे. 'मलाच का मधला 'च' हा फार त्रासदायक असतो आणि हा प्रश्न बाजूल ठेवून वास्तव डोळसपणे स्वीकारून जगणं तर त्याहून कठीण असतं, पण अशक्य नक्कीच नसतं (हे मी स्वानुभवावरून लिहिते आहे.) आज Vitiligo किंवा Auto immune disorder या प्रकारात मोडणारे जे विकार आहेत किंवा काहीही आगापीछा नसतांना उद्भवणारे इतर विकार किंवा आजार आहेत. ते स्वीकारून लाकडे, आयुष्यात इतरांना न मिळालेली शिकायची संधी असा विचार केला व त्यावर मात करण्याचा प्रयत्न केला तर 'मलाच का' ची बोच बरेच कमी होऊ शकते असे मला वाटते.

सौंदर्यशास्त्र तज्ञ हा व्यवसाय व श्वेता असोसिएशनची एक कार्यकर्ती या नात्याने चेहऱ्यावर पांढरे किंवा काळे डाग (Hyper pigmentation) असलेल्या लोकांशी संपर्क येतो. तेव्हा एक गोष्ट लक्षात आली की फार कमी लोक चेहऱ्यावर येऊ लागलेल्या काळ्या किंवा पांढऱ्या डागांमुळे; मनावर, विचारांवर निराशेची काजळी चढू देत नाहीत. मनात इतरही रंगाची उधळण होऊ देतात, आयुष्य रस घेऊन जगतात, स्वतःला परिपूर्ण करतात.

श्वेता असोसिएशनच्या ब्रीदवाक्यातील Why me? so what यातील 'So What' पर्यंत पोचणं सुखकर व्हावं असाच आपला सर्वांचा दृष्टीकोन व त्यासाठी प्रयत्न रहायला हवा आणि यात कुटुंबाचा मोलाचा सहभाग असावा.

पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तींची वाईट पद्धतीने कुचेष्टा करणाऱ्या एका गृहस्थांना बोटारवर पांढुरके चट्टे आले. सगळ्या पॅथीचे डॉक्टर्स झाले. तेवढ्यात मुलीचे लग्न ठरले. लग्नत हे चट्टे दिसू नये यासाठी concealer घ्यायला ते माझ्याकडे आले. डोळ्यात पाणी (प्रामाणिक) आणून ते म्हणाले की, 'तो' मी आधी कुचेष्टा करायचो, पण त्यांची व्यथा माझ्या अनुभवानी आली आणि मी बदललो', सल्ले खूप मिळतात पण लढाई आपलीच असते व मार्गही आपण शोधायचा असतो.

श्वेता शाखांचा आढावा

कोल्हापूर शाखा

३० एप्रिल २००७ रोजी श्वेता असोसिएशन निर्मित 'नितळ' चित्रपटाला एक शानदार समारंभात मुख्यमंत्री विलासराव देशमुख, उपमुख्यमंत्री आर आर पाटील, माधुरी दीक्षित यांच्या उपस्थितीत सर्वोत्कृष्ट मराठी चित्रपटाचे पारितोषिक मिळाले.

१ मे २००७ रोजी शाखा स्थापनेनिमित्त बैठक घेण्यात आली. डॉ माया तुळपुळे, पत्रकार उदय कुलकर्णी, त्वचारोगतज्ञ डॉ चौगुले, सोनाली नवांगुळ, निनाद आणि नुपूर काळे सहभागी झाले होते.

२२ जून २००७ पार्वती थिएटर कोल्हापूर येथे 'नितळ' चा खास शो आयोजित केला होता. मा.लीलाताई पाटील, नसीमा हुरझूक, उदय घायाळ, डॉ आर आर चौगुले, डॉ सावनी चौगुले, सोनाली नवांगुळ आणि अनेक मान्यवर उपस्थित होते. सर्वांना चित्रपट भावला.

२३ जून २००७ पत्रकार परिषद घेण्यात आली. कोल्हापूर आकाशवाणी वरून डॉ माया तुळपुळे यांची निनाद आणि नुपूर काळे यांनी घेतलेली मुलाखत प्रसारित करण्यात आली.

२७ मार्च २०११ शाहू स्मारक भवनात जाहीर सभा घेण्यात आली. जिल्हाधिकारी लक्ष्मीकांत देशमुख, स्वयंसिद्धा' च्या संचालिका कांचनताई परुळेकर, रोटरी गव्हर्नर श्री मोहन मुल्लेरकर, डॉ माया तुळपुळे यांनी मार्गदर्शन केले. श्वेता पुणे चे सभासद जयश्री साबळे यांनी सूत्रसंचालन आणि मंदार ओक यांनी आभार प्रदर्शन केले. 'कोड हा विकार नक्की असतो तरी काय?' पुस्तिकेच्या दुसऱ्या आवृत्तीचे प्रकाशन करण्यात आले.

२ जून २०१३ शाहू स्मारक भवन येथे जाहीर सभा व दुसरा वधुवर मेळावा संपन्न झाला. कोल्हापूरच्या अप्पर सुप्रिटेन्डन्ट ऑफ पोलीस ज्योतिप्रिया सिंग अध्यक्ष होत्या.आणि रचना संपत संयोजक होत्या. उदय व गीता घायाळ, अश्विनी देशपांडे, संगीत कोन्हाळे पुण्याहून उपस्थित होत्या. मेळाव्याला ४२ वधुवर उपस्थित होते. पुणे,सातारा,सांगली, बेळगाव,कऱ्हाड,मिरज,गडिंगलज,कागल येथून लोक आले होते.

१७ ऑगस्ट २०१४ शाहू स्मारक येथे कोल्हापुरातील ३१ वधुवर मेळावा व जाहीर सभा संपन्न झाली.जिल्हा परीक्षा व अनुरक्षण संघटना कोल्हापूरचे उपाध्यक्ष श्री सुरेश शिपूरकर अध्यक्ष म्हणून लाभले होते. त्वचारोगतज्ञ डॉ रचना संपतकुमार यांनी सर्व आयोजन केले होते.जगन्नाथ कुलकर्णी ह्यांनी जाहिरातींची जबाबदारी पेलली. वधुवर मेळाव्यास नागपूर, पुणे, कोल्हापूर, सातारा, मिरज, बेळगाव,नाशिक, वसई, ठाणे व उस्मानाबाद येथून २७ मुलामुलींची उपस्थिती होती. पुण्याहून डॉ माया तुळपुळे, डॉ मुक्ता तुळपुळे, उदय घायाळ, संगीता कोन्हाळे आणि मंदार ओक उपस्थित होते.

२६ मे २०१८ शाहू स्मारक भवन येथे जाहीर सभा व वधुवर मेळावा घेण्यात आला. डॉ शरद भुताडिया, कोल्हापुरातील जेष्ठ प्रॅक्टिशनर आणि श्री पी डी देशपांडे हेल्पर्स ऑफ हँडीकॅप प्रमुख अतिथी होते. डॉ रचना संपत यांचे नियोजन होते. वधुवर मेळाव्यात ४० मुलामुलींचा सहभाग होता. प्रथमच असे घडले की मुलींपेक्षा मुलांची संख्या जास्त होती.

१२ जानेवारी २०२० चांदवाणी हॉल येथे जाहीर सभा आणि वधुवर मेळावा पार पडला. सुप्रसिद्ध स्त्री रोगतज्ञ



डॉ सोनाली देशमुख अध्यक्षस्थानी सभेची सर्व जबाबदारी डॉ रचना संपत यांनी घेतली होती. शिल्पा जोशी पुणे यांनी स्वागतगीत सादर केले. अश्विनी देशपांडे पुणे ह्यांनी श्वेतातर्फे प्रास्ताविक केले. रुपाली मगर आणि स्वाती बक्षी पुणे यांनी नावनोंदणीची जबाबदारी पार पाडली. मेळाव्यात ६० मुलामुलींचा सहभाग होता.

ठाणे-मुंबई शाखा

६ सप्टेंबर २००७ ठाणे येथील इन्स्टिट्यूट ऑफ सायकॉलॉजिकल हेल्थच्या नवीन इमारतीत 'नितळ' चा शो आणि डॉ माया तुळपुळे यांचे भाषण व प्रश्नोत्तरे असा कार्यक्रम झाला. आय.पी.एच. चे अध्यक्ष डॉ आनंद नाडकर्णी यांनी श्वेताच्या मासिक बैठकीसाठी जागा उपलब्ध करून दिली. महिन्यातील एका रविवारी तिथे जमून कामाला सुरवात झाली. डॉ नाडकर्णीचे सर्व प्रकारे साहाय्य मिळाले. त्यांचे आम्ही आभारी आहोत.

२८ ऑक्टोबर २००७ रोजी मुंबई येथील शाखेचे उदघाटन झाले. IADVL मुंबई शाखेचे सचिव डॉ किरण गोडसे यांनी पुढाकार घेतला. कार्यक्रमाला मुंबईतील मान्यवर त्वचारोगतज्ज्ञ डॉ उदय खोपकर, डॉ रघुनंदन तोरसेकर, डॉ सुहास पुरोहित, डॉ बी के शहा, डॉ रुचिता व डॉ सी पी शहा उपस्थित होते. डॉ किरण गोडसे यांनी त्यांच्या दादर येथील कन्सल्टिंग रूममध्ये रविवारी सकाळी ११ ते १ त्यांच्या रुग्णांच्या समुपदेशनासाठी परवानगी दिली. श्वेताच्या अश्विनी देशपांडे आणि आशिष महाजन यांनी ही जबाबदारी स्वीकारली.

२८ डिसेंबर २००८ श्वेताचे ठाणे येथील ऑफिस सुरु झाले. श्री विलास पलांडे यांच्या प्रयत्नांनी घंटाळी येथील आमदार श्री सावंत यांचे कडून पेन्शनर हॉल, सहयोग मंदिर रोड, ठाणे (पश्चिम) येथे दुसऱ्या मजल्यावरील एक खोली कार्यालय म्हणून वापरास मिळाली. शैलेश भावे यांनी फर्निचर दिले. श्री व सौ पलांडे, श्री ऋषिकेश रानडे, सौ रश्मी दाभोलकर यांनी कार्यालयाची जबाबदारी स्वीकारली. संध्याकाळी ५ ते ७ कामकाज सुरु झाले. पुणे येथून डॉ माया तुळपुळे, विमल कुलकर्णी व शिल्पा आमोदे उपस्थित होत्या.

१३/१४, १९/२०, २७/२८ ऑक्टोबर आणि ३/४ नोव्हेंबर २००८ श्वेताच्या सभासदांनी IPH येथे Rational Emotive Behavior Training Course (REBT) ला नोंदणी करून तो पूर्ण केला. दिप्ती कुलकर्णी, आशिष महाजन, रंजना पुरोहित, डॉ. तन्वी कुलकर्णी यांची श्वेताने ५०% फी भरून नोंदणी केली.

६ जुलै २००८ मुंबई सेंट्रल रेल्वे स्टेशनवरील टीव्ही वर 'नितळ' दाखवण्यात आला.

८ जानेवारी २०१२ सहयोग मंदिर ठाणे येथे जाहीर सभा व वधुवर मेळावा संपन्न झाला. डॉ माया तुळपुळे यांनी संस्थेची उद्दिष्टे सांगितली. रोटरी क्लब चे श्री उल्हास दांडेकर, IPH च्या डॉ अनुराधा सोवनी, त्वचारोगतज्ज्ञ डॉ रघुनंदन तोरसेकर उदघाटक होते. ह्या सर्वांनी संस्थेला शुभेच्छा दिल्या. ठाणे शाखेचे श्री पलांडे यांनी आभारप्रदर्शन केले.

९ मार्च २०१४ सहयोग मंदिर घंटाळी ठाणे येथे वधुवर मेळावा पार पडला. ठाणे शाखेचे श्री विलास पलांडे यांनी शाखेच्या कार्याचा आढावा घेतला. श्री उदय घायाळ पुणे यांनी वधूवरांनी आरोग्य, परस्पर संमती, समजूतदारपणा यांचा लग्न जुळवताना विचार व्हावा असे सांगितले. मेळाव्याला ठाणे, मुंबई, पनवेल, नाशिक, पुणे, नागपूर, अकोला येथून ४१ वधूवरांची उपस्थिती होती. ८ ते १० विवाह जमण्याची शक्यता आहे. सूत्रसंचालन गीता घायाळ, पुणे यांनी केले. नावनोंदणी अश्विनी देशपांडे आणि संगीता कोन्हाळे यांनी केली.

१२ नोव्हेंबर २०१७ श्वेता जाहीर सभा आणि वधुवर मेळावा दादर येथील कित्ते भंडारी सभागृहात आयोजित करण्यात

आला होता. प्रमुख पाहुणे जेष्ठ पत्रकार डॉ उदय निरगुडकर आणि रघुनंदन तोरसेकर उपस्थित होते. डॉ निरगुडकर यांनी स्वतःचे उदाहरण देऊन आत्मविश्वास आणि लढाऊ वृत्तीने कठीण परिस्थितीवर मात करता येते असे सांगितले. डॉ तोरसेकरांनी नवीन उपचारपद्धतीबद्दल माहिती दिली. डॉ माया तुळपुळे यांनी प्रास्ताविक केले. संस्थेच्या उपाध्यक्ष माधुरी फडके यांनी सूत्रसंचालन केले. उदय घायाळ यांनी मेळाव्याचे संचलन केले. मेळाव्याला नवी मुंबई, कल्याण, कोपरखैरणे, ऐरोली, खारघर, पुणे, औरंगाबाद, अकोला, अलिबाग, चिपळूण येथून वधुवर उपस्थित होते.

औरंगाबाद शाखा

२० डिसेंबर २००२ : रोजी श्वेता असोसिएशनच्या औरंगाबाद शाखेची स्थापना झाली. आमचे आधारस्तंभ त्वचारोगतज्ञ डॉ यशवंत तावडे यांनी पुढाकार घेऊन त्यांचे औरंगाबाद येथील साहाय्यक त्वचारोगतज्ञ डॉ अनिरुद्ध गुळाणीकर यांना मुख्य जवाबदारी घेण्याची विनंती केली औरंगाबाद टाऊन प्लॅनिंग च्या माजी इंजिनिअर आशाताई जावडेकर यांनी पुढाकार घेऊन विदुला सुकळीकर, संचालिका मस्ती की नयी पाठशाला, लेखिका डॉ छाया महाजन, सुप्रसिद्ध साहित्यिक डॉ ब्रम्हानंद देशपांडे यांना सहभागी करून घेतले. आय एम ए औरंगाबाद शाखेचे डॉ कुलकर्णी यांचा प्रमुख सहभाग होता.

शाखेच्या उदघाटनासाठी डॉ यशवंत तावडे, डॉ माया तुळपुळे, आशाताई जावडेकर, माधुरी फडके पुण्याहून आले होते. मोफत त्वचारोग तपासणी शिबीर झाले.

१४ फेब्रुवारी २००९ : आशाताई जावडेकर यांच्या आर्थिक सहकार्याने व पुढाकाराने औरंगाबाद इंडियन मेडिकल असोसिएशन हॉलमध्ये 'नितळ' चित्रपट दाखवण्यात आला, त्यानंतर जाहीर सभा झाली. ब्रम्हानंद देशपांडे, डॉ अनिरुद्ध गुळाणीकर, प्राचार्य छाया महाजन, डॉ भगवान महाजन, विदुला व विजय सुकळीकर आणि राजन सावरीकर उपस्थित होते. संस्थेचे काम विदुलाताई सुकळीकर आणि राजन सावरीकर यांनी बघण्याचे मान्य केले. श्री ब्रम्हानंद आणि विदुलाताईनी पाठ्य पुस्तकात धडा लिहण्याचे कबूल केले. पुण्याहून डॉ माया तुळपुळे, आशाताई जावडेकर व अश्विनी देशपांडे उपस्थित होत्या.

९ डिसेंबर २०१२ : आ एम ए हॉल जाहीर सभा मोफत व्हिटीलीगो शिबीर डॉ गुळाणीकर व राजन सावरीकर यांनी आयोजित केले होते.

१४ मे २०१३ : भक्ती गणेश मंदिर सिडको येथे औरंगाबाद येथील पहिला वधुवर मेळावा घेण्यात आला. रघुनाथ कुलकर्णी नागपूर, राजन सावरीकर, गीता घायाळ, अश्विनी देशपांडे, संगीता कोन्हाळे यांचा प्रमुख सहभाग होता. अध्यक्षस्थानी MSW संस्थेच्या प्राचार्या हेमलता कुलकर्णी होत्या. औरंगाबाद, जालना, बीड, निफाड येथून ८० वधूवरांनी उपस्थिती लावली.

औरंगाबाद शाखेला स्वयंसेवकांची नितांत गरज आहे. इच्छुकांनी संस्थेशी संपर्क साधावा ही विनंती.

नाशिक

३ ऑगस्ट २००७ 'सर्कल' थिएटर ला एक आठवड्यासाठी 'नितळ' चित्रपट रिलीज झाला. श्री विनायकदादा पाटील, सुमित्रा भावे, सुनील सुकथनकर, डॉ माया तुळपुळे, नाशिकमधील मान्यवर मोहन व्यवहारे, डॉ कल्पना व्यवहारे, श्री व

सौ शहा, डॉ श्रीकांत पूर्णपात्रे, डॉ श्रद्धा वाळवेकर, डॉ मीना मालेगावकर, डॉ सुरेश शास्त्री आदी मान्यवर उपस्थित होते. १६ ऑक्टोबर २०११ आय एम ए हाऊस, नाशिक येथे राज्यव्यापी वधुवर मेळावा आयोजित करण्यात आला. माननीय विनायकदादा पाटील, डॉ श्रीकांत पूर्णपात्रे यांचा पुढाकार होता. अध्यक्ष आय एम ए नाशिक डॉ निवेदिता पवार, अभिनेत्री इंद्राणी मुखर्जी, त्वचारोग तज्ज्ञ डॉ सदानंद नायक, विनायकदादा पाटील, डॉ माया तुळपुळे यांची भाषणे झाली. विनायकदादांनी श्वेता ही संस्था वेगाने वाढत आहे आणि आम्ही सर्व मदत करायला तयार आहोत असे सांगितले, तसेच गंगानगर येथील जागा ऑफिससाठी वापरण्यास दिली. वधुवर मेळाव्याला मुंबई, कल्याण, श्रीरामपूर, नगर, सटाणा, पुणे इत्यादी भागातून ७० मुलामुलींनी भाग घेतला. उदय घायाळ आणि जयश्री साबळे यांनी सूत्रसंचालन केले. नाशिकच्या श्री हेमंत जोशी यांनी शाखेची जबाबदारी स्वीकारली. नाशिकचे श्री मोहन व्यवहारे व डॉ कल्पना व्यवहारे यांची मोलाची मदत झाली. पुण्याहून जयश्री साबळे, श्री उदय घायाळ, सौ गीता घायाळ, दीप्ती कुलकर्णी आले होते.

१८ जानेवारी २०१५ आए एम ए हॉल शालिमार् चौक येथे जाहीर सभा व वधुवर मेळावा संपन्न झाला. डॉ रवी वानखेडकर आए एम ए HBI डायरेक्टर, मराठा विद्या प्रसारक संस्थेचे प्राचार्य श्री ज्ञानेश्वर काजवे, श्री विनायकदादा पाटील आणि डॉ माया तुळपुळे रंगमंचावर उपस्थित होते. नाशिक श्वेता संस्थेचे आधारस्तंभ विनायकदादा म्हणाले की राजकारण आणि स्वयंसेवी संस्था नाण्याच्या दोन बाजू आहेत. जोडा कुठे चावतो ते घालणाऱ्यालाच समजते. अशी माणसं काम करतात तेव्हा त्यांच्या मागे राज्यकर्त्यांनी उभे राहिले पाहिजे. डॉ तुळपुळे ह्यांच्यासारखी माणसं तपाला बसली की त्यांचं संरक्षण करणं हे समाजाचं काम आहे. चॅरिटीला ऑर्गनाइज्ड स्वरूप दिले पाहिजे. एक माणूस सर्व काम करू शकत नाही, सर्व NGO नी एकत्र येऊन काम काम केले पाहिजे. आम्ही तुमच्याबरोबर सावलीप्रमाणे राहू असे आश्वासन दिले. ज्ञानेश्वर काजवे ह्यांना पांढरे डाग आहेत. शेतकरी कुटुंबातील असून उच्चशिक्षण घेऊन त्यांनी शिक्षकी पेशा स्वीकारला आहे. त्यांच्या शाळेतील व संपर्कातील ज्यांना पांढरे डाग आहेत त्यांची माहिती गोळा करून संस्थेला मदत करण्याचे त्यांनी आश्वासन दिले. डॉ रवी वानखेडकर यांनी श्वेता अत्यंत मनापासून राष्ट्रीय आंतराष्ट्रीय पातळीवर काम करणारी संस्था आहे, ह्याचे कौतुक केले.

सूत्रसंचालन उदय घायाळ व गीता घायाळ ह्यांनी केले. नाशिक शाखेचे श्री हेमंत जोशी यांचे विशेष आभार मानले. कार्यक्रमाला नाशिक येथील डॉ श्रद्धा वाळवेकर, डॉ श्रीकांत पूर्णपात्रे, डॉ मीना मालेगावकर, डॉ मीना वानखेडकर उपस्थित होते. मेळाव्याला नाशिक, पुणे, मुंबई, धुळे, जळगाव, भंडारा, बुलढाणा येथून मुलेमुली उपस्थित होते. दोन मुलांनी ज्यांना स्वतःला डाग नाहीत तरी देखील पांढरे डाग असलेल्या मुलींशी विवाह करण्याची तयारी दाखवली, हा सकारात्मक बदल सुखावणारा वाटला.

नागपूर शाखा

श्वेता संस्थेच्या स्थापनेपासूनच ही शाखा कार्यरत आहे. श्वेताचे 'थिंक टँक' प्रा श्री मा कुलकर्णी, डॉ गो.मा.कुलकर्णी यांच्या मार्गदर्शनाखाली संध्या दंडे, सतीश दंडे, रघुनाथ कुलकर्णी, डॉ संजीवनी केळकर, मधुकर बोबडे व डॉ प्रशांत अग्निहोत्री इत्यादी मान्यवरांनी संस्थेची धुरा सांभाळली. शाखा प्रमुख संध्या दंडे ह्यांच्या पंचशील चौकातील 'रिव्हिएरा ब्युटी पार्लर' ऑफिस मधून कामकाज चालते. येथे वधुवर मंडळ नावनॉदणी, कौन्सिलिंग, मेकअप इत्यादी सुविधा



त्यांनी उपलब्ध केल्या आहेत. रघुनाथ कुलकर्णी यांनी संस्थेच्या प्रसार, प्रचार आणि देणग्या गोळा करण्याचे फार मोठे काम केले.

२३ मार्च २००८ रोजी संध्या दंडे यांच्या अथक प्रयत्नामुळे पहिला वधुवर मेळावा आयोजित करण्यात आला होता. त्याला डॉ गो.मा.कुलकर्णी, श्री दादा तुकदेव, डॉ माया तुळपुळे, डॉ प्रशांत अग्निहोत्री, डॉ संजीवनी केळकर, श्री सतीश दंडे आदी मान्यवर उपस्थित होते. निष्ठावान कार्यकर्ते श्री रघुनाथ कुलकर्णी ह्यांचा सत्कार करण्यात आला. वधुवर मेळाव्यासाठी नागपूर व्यतिरिक्त वाराणसी, छिंदवाडा, यवतमाळ, अकोला, बैतुल, चंद्रपूर, रामटेक येथून एकूण ८५ मुलेमुली सहभागी झाली होती.

१२ ऑगस्ट २००७ डॉ संजीवनी केळकर यांच्या पुढाकाराने 'सुदामा' थिएटर येथे 'नितळ' चा खास शो आयोजित करण्यात आला होता. रोटरी क्लबच्या अध्यक्षा राजलक्ष्मी भोसले उपस्थित होत्या. प्रेक्षकांचा उत्फुर्त सहभाग मिळाला.

६ जून २०१४ सायंटिफिक सभागृहात 'नितळ' चित्रपट प्रदर्शन व त्या अनुषंगाने डॉ माया तुळपुळे यांचे भाषण आणि प्रश्नोत्तराचा कार्यक्रम आयोजित करण्यात आला होता. संस्थेचे अध्यक्ष श्री सतीश दंडे, रश्मी बडगे व सुजाता देव यांनी उदघाटन केले. संध्या दंडे यांनी सूत्रसंचालन केले.

२५ जानेवारी २०१५ श्वेता आणि गुलमोहोर संस्थेच्या संयुक्त विद्यमाने नागपूर मधील दुसरा वधुवर मेळावा देवी अहिल्या मंदिर, धंतोली येथे आयोजित करण्यात आला होता. श्री आयुर्वेद महाविद्यालयाच्या प्राचार्या डॉ मनीषा कोठेकर अध्यक्ष होत्या. श्री सतीश दंडे, डॉ माया तुळपुळे, रोशनी कोसेकर, माधवी पालमवार, डॉ प्रशांत अग्निहोत्री यांचा प्रमुख सहभाग होता. वधुवर नावनोंदणीसाठी संगीता कोन्हाळे पुणे यांनी सर्व जबाबदारी समर्थपणे पेलली. वधुवर मेळाव्याचे संचालन श्री उदय घायाळ पुणे यांनी केले. एकूण ४८ मुलामुलींचा सहभाग होता. मुलांची उपस्थिती कमी होती. या कार्यक्रमाच्या आयोजनात आणि सफल करण्यात संध्या दंडे यांचा सिंहाचा वाटा होता. पत्रकार परिषद, व्यक्तिगत गाठीभेटी, वृत्तपत्रातील जाहिराती, देणग्या गोळा करणे एवढेच नव्हे तर पोस्टर्स लावण्यापासून सर्व जबाबदाऱ्या त्यांनी एक हाती पार पाडल्या.

१२ जानेवारी २०२० श्वेता असोसिएशन, पुणे तर्फे रिव्हाईझ्ड स्किन क्लिनिक प्रताप नगर येथे फोटोथेरेपी आणि एक्झायमर लेझर मशीन लोकार्पण सोहळा संपन्न झाला. रिव्हाईज्ड स्किन क्लिनिक च्या डॉ मंजिरी ओक, डॉ सुशील पांडे, डॉ मिलिंद बोरकर यांनी मशीनचा यथायोग्य उपयोग करण्याची जबाबदारी पेलल्यामुळेच हे शक्य झाले. डॉ विकास आमटे प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. प्राज फाउंडेशन पुणेच्या मॅनेजिंग ट्रस्टी परिमल चौधरी यांनी सी एस आर फंडातून मशीनसाठी निधी उपलब्ध करून दिला. एम आर एम इन्फोबिझ्नेस चे संस्थापक श्री कृष्णकुमार डागा यांनी युनिट मेनटेनन्ससाठी देणगी दिली. कार्यक्रमाला नागपुरातील मान्यवर डॉ श्रीकांत चोरघडे, डॉ बिपीन मेहता, डॉ सावजी, डॉ सालोडकर, डॉ चावजी, डॉ राजे, श्वेता ट्रस्टी श्रीकृष्ण कुलकर्णी, अँड चंद्रशेखर कप्तान, ब्रिगेडियर खानझोडे, डॉ सतीश व डॉ कृष्णा काळे आदी उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डॉ संजीवनी केळकर यांनी केले.

फोटोथेरेपी युनिट सुरु झाल्यावर कोरोनामुळे लॉकडाऊन झाले. अनेक अडचणीतून वाट काढत युनिटला बऱ्यापैकी यश मिळाले आहे. आजवर एकूण ४७ रुग्णांनी या उपचाराचा लाभ घेतला. २९ जण एक्सझायमर लेझर आणि १८ जण नॅरो बँड यूव्हीबी उपचार घेत आहेत. जास्तीत जास्त रुग्णांपर्यंत ही माहिती पोचविण्याचा आमचा प्रयत्न आहे.

बेंगलोर शाखा

२२,२३,२४ एप्रिल २०११ बेंगलोर येथे भारतातील पहिली कोडविषयक परिषद Vitolicon 2011, इगल टोन रिसॉर्ट येथे आयोजित करण्यात आली होती. भारतातून महाराष्ट्र, दिल्ली, गुजराथ, कलकत्ता, कर्नाटक, आंध्रप्रदेशातून तसेच अमेरिका, इंग्लंड, सौदी अरेबिया, फ्रान्स येथून व्हिटीलीगोवर काम करणारे ३६० त्वचारोगतज्ञ उपस्थित होते. डॉ किरण शॉ मुजुमदार यांच्या हस्ते परिषदेचे उदघाटन झाले. संध्याकाळच्या सत्रात 'स्वमदत गटांची आवश्यकता व त्यांचा प्रवास' या विषयावर परिसंवाद आयोजित करण्यात आला होता. डॉ माया तुळपुळे, डॉ अंजनाप्पा, डॉ भास्कर, आणि श्री नवीन तरु यांचा सहभाग होता. नॅशनल व्हिटीलीगो फौंडेशन स्थापन करण्यास सर्वांचा पाठिंबा मिळाला. कोडाला भारतीय भाषेत काय म्हणावे, सामाजिक, आर्थिक, कायदेविषयक बाबी, संशोधन, जनजागृती आदी मुद्द्यांवर चर्चा झाली. श्वेता असोसिएशनने अल्पावधीत जे काम केले त्याबद्दल संस्थेचा व डॉ माया तुळपुळे यांचा गौरव करण्यात आला. कार्यक्रमाला चांगला प्रतिसाद मिळाला.

६ नोव्हेंबर २०११ महाराष्ट्र मंडळ सभागृह बेंगलोर येथे जाहीर सभा व वधुवर मेळावा संपन्न झाला. पुण्याहून डॉ माया तुळपुळे, अश्विनी देशपांडे आणि गौरी दामले उपस्थित होत्या. बेंगलोर येथील त्वचारोगतज्ञ डॉ व्यंकट म्हैसूर, डॉ सांगोली, डॉ उमाशंकर, डॉ विद्या, आर्किटेक्ट सुरेश उदास व सौ रेखा उदास, माणिक पटवर्धन महाराष्ट्र मंडळ वधुवर मंडळ बेंगलोर आदी मान्यवर उपस्थित होते. गौरी दामले ह्यांनी इंग्रजीत श्वेताच्या कार्याची ओळख करून दिली. डॉ माया तुळपुळे ह्यांनी बेंगलोर येथील त्वचारोगतज्ञ, पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्ती व वधुवर मंडळे ह्यांना श्वेताच्या कार्यात सहभाग घेण्याची विनंती केली. उपचार व वधुवर मंडळे एवढंच कार्यक्षेत्र न ठेवता अनेक पातळींवरून काम करण्याचे आवाहन केले. निवृत्त जिल्हा डिस्ट्रिक्ट जज श्री नाडगौडा हे प्रमुख पाहुणे म्हणून उपस्थित होते. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन माणिक पटवर्धन आणि अश्विनी देशपांडे ह्यांनी कानडीत केले.

मे २०११ बेंगलोर मधील प्रसिद्ध त्वचारोगतज्ञ डॉ व्यंकट म्हैसूर आणि त्यांचे विद्यार्थी यांनी श्वेताचे काम सुरु करण्यास प्रोत्साहन दिले. श्वेताची माहिती पत्रके, पुस्तिका, फॉर्मस कानडीत भाषांतरित करण्याची गरज भासली. प्रसिद्ध लेखिका उमाताई कुलकर्णी आणि श्री विरुपाक्ष कुलकर्णी यांनी ही जबाबदारी पेलली आणि अल्प काळात पूर्णत्वास नेली. कानडी प्रिंटिंग कुठे करायचे हा प्रश्न श्री प्रसाद वसंतगडकर यांनी सोडविला आणि परशुराम प्रोसेस, पुणे मध्ये प्रिंटिंग झाले. आमचे नातलग आणि स्नेही श्री व सौ उदास त्यांचे मित्र चित्रकार उदय पळणीटकर आणि महाराष्ट्र मंडळ वधुवर मंडळाच्या माणिक पटवर्धन यांनी शाखेची जबाबदारी घेतली. उदासांच्या इस्रो कॉलनी येथील घरी ऑफिस करण्यात आले. दुर्दैवाने एकाच वर्षी कर्करोगाने दोघांचे देहावसान झाले. त्यांचे इथे पुण्यस्मरण करतो. आता आम्हाला कार्यकर्त्यांची गरज आहे.

Activity Report 2020-21

- **World Vitiligo Day : 25th June 2020**
Webinar on "Vitiligo -Rising awareness, Encouraging life!" Was conducted by Dr Sunil Tolat and Dr Mukta Tulpule. Very interactive and informative session on Vitiligo was conducted, in first half an hour, followed by live participation by Shweta Associations Dr Maya Tulpule, Prakash Dumbre, Kanchan Belsare, Mandar Oak, Deepti Kulkarni and Jayashree Sable. Glenmark pharmaceutical hosted the event.
- **Launching of You Tube Channel : 5th October 2020**
Channel Name - Shweta Vitiligo Support was launched by Vrushali Kinagi under the guidance of Mr Nipun Dharmadhikari, Shardul Kadam and Prashant. Weekly videos are uploaded by Shweta Association.
- **VIPOC 2020:** an International Conference was organized online on 4th Dec 2020 from 4.30 pm to 8.30 pm representatives of 25 countries participated. Shweta Association was the host. On 5th and 6th Dec members joined Virtual Vitiligo International Symposium (VIS2020)
- **Virtual Run For Vitiligo : 31st January 2021**
This annual marathon was conducted virtually by Shweta Association. LSoM and Vishwa Runners were co organizers. 250 Members participated. Online certificates were distributed.

Where The Mind is Without Fear

- Rabindranath Tagore

Where the mind is without fear
and the head is held high
Where knowledge is free
Where the world has not
been broken up into fragments
By narrow domestic walls
Where words come out from
the depth of truth
Where tireless striving
stretches its arms towards perfection
Where the clear stream of reason
has not lost its way
Into the dreary desert sand of dead habit
Where the mind is led forward by thee
Into ever-widening thought and action
Into that heaven of freedom, my Father,
let my country awake.

'श्रीवत्स'

रंजना काळे

९८५०६३७०६८

ओल्या मातीची ममता अशी निष्ठुर हो झाली
तिच्या बीजाच्या नशिबी आले जिणे माळरानी
नाही अन्न नाही पाणी ना मायेची पाखर
कसातरी धरी तग तो कोवळा अंकूर
त्या वाटेने चालला होता एक वाटसरू
त्याचे मन कनवाळू
त्या अंकुरा पाहता त्याचे मन हेलावले
प्रेमभराने त्यास त्याने हृदयी धरले
स्पर्श लाभता मायेचा तो अंकुर सुखावे
आता नाही मी पोरका
एकमेकांसाठी जगावे

Vitiligo International Patient Organization Conference

VIPOC 2020

Virtual VIPOC 2020 was conducted on 4th Dec 2020 from 4.30pm to 8.30 pm. Shweta Association was the host for this International Conference. This event was scheduled at Bangalore on 4th, 5th & 6th Dec 2020 at Hotel Taj, Bangalore Airport. But due to Covid pandemic it was decided to conduct it virtually. The conference will take place in Dec 2021 at Bangalore if the conditions permit. 25 Vitiligo organizations were registered for the conference.

VIPOC President Mr Jean Marie Meurant welcomed all and participants had warm interaction with each other. In 1st session Patient Organization representatives briefed on the work being done in their respective countries.

- Indian Perspective was presented by VIPOC Vice President and Founder President of Shweta Association, Dr Maya Tulpule. She said that social stigma is a big challenge for us. India hosts higher percentage of Vitiligo people and early onset of Vitiligo is a big issue. Shweta Association is trying to improve quality of life of people having Vitiligo by various means like Counseling, Marriage bureau, Employment bureau, NBUVB and Excimer laser treatment at affordable cost. To raise social awareness Marathon, 'Run for Vitiligo', Cycle Rallies, Walkathon, Public meeting, annual news letter publication 'Rang Manache' and other projects are conducted.
- German perspective was represented by Mr Georg Pliszewski. He informed that German government pays 60000/- Euros per year to all the NGOs. A big annual get together is organized by their association once a year.
- Mr Paul Monteiro from Netherlands was suffering from Covid 19 and could not attend the virtual session. So his notes were read out by Mr Georg.
- French perspective was represented by Ms Nicole Maquignon of Association Francaise du Vitiligo from Paris. She informed that AFV has members from all over the France. On Saturday special sessions are arranged for makeup and they are attended in big numbers. AFV has toll free number on which they get lot of queries. They publish news letter every month and organize annual days.
- From Tunisia Myriam Lamine said that they have started the Self Help Group recently and it is in the budding stage. There is no facility for Phototherapy in their country and people have to travel to other countries to get phototherapy.
- Gaone Thong from Africa said that due to color contrast there is a lot of discrimination in the society, she had to fight a lot at her working place to retain the job.

Next session was "Why to advocate for Vitiligo, Role of Patient Organization and VIPOC."

Dr Maya Tulpule was the speaker & she elaborated in detail on advocacy. She said that in India Vitiligo is known for at least 5000 years. People confuse it with Leprosy. We need to educate society about medical facts and stress that it is not a contagious disease. Health department should participate in public awareness. Phototherapy should be made available all over the country at affordable cost. Our efforts are to pursue health authorities to change the category of Vitiligo from Cosmetic disorder to Non Communicable disorder to avail the facility of insurance benefit.

The round table conference 'Why to and how to deal with scientists and researchers for Vitiligo patients' was a brain storming session.

VIPOC President J.M.Meurant presented his vision of New Agenda for 2021.

Mr George proposed vote of Thanks.

रन फॉर व्हिटीलीगो

सालाबादप्रमाणे यंदाही रन जानेवारी महिन्याच्या शेवटच्या रविवारी ३१ जानेवारी २०२१ रोजी पार पडला. कोरोना पार्श्वभूमीवर यंदा व्हर्चुअल रन घेण्यात आला. एल सोम नी त्यांचा जानेवारीचा रन श्वेता बरोबर संपन्न केला. ही रन मोफत होती, ऑनलाईन रजिस्ट्रेशनस् झाली. पुणे, मुंबई, नागपूर येथील लोक सहभागी झाले होते. सर्वांना हा नवीन अनुभव होता.

सहवास हॉस्पिटल येथून कोरोना संदर्भात पूर्ण खबरदारी घेऊन फ्लॅग ऑफ करण्यात आले. एल सोम चे संस्थापक राकेश मेहता, रन डिरेक्टर, रोहन देशमुख संस्थापक डी एस के विश्व रनर्स ग्रुप व रनर्स अभिजित काळे, किरण मोहिते, रामेश्वर गायकवाड, सतीश मंडलिक, श्वेता असोसिएशनच्या अध्यक्ष डॉ माया तुळपुळे, श्रीराम तुळपुळे, श्रीकांत व मीरा चाफळकर, डॉ मुक्ता आणि डॉ संकेत दाणी, रुपाली मगर, अक्षय व प्रसाद वसंतगडकर, प्राची शिंदे, स्वाती बक्षी, अश्विनी देशपांडे व वृषाली किणगी उपस्थित होते.

डॉ जयंत नवरंगे (पेट्रन रन फॉर व्हिटीलीगो), डॉ अमित पारसनीस ५ किमी व डॉ गणेश पांडे आणि डॉगी केशव १२ किमी, निखिल शाह एल सोम चे ह्यांनी सहभाग घेतला. तसेच डॉ प्रद्युम्न वैद्य त्वचारोगतज्ञ, भूषण घोळवे, डॉ मोहन जोशी प्राचार्य टिळक आयुर्वेद कॉलेज ८ किमी मध्ये सहभाग घेतला. डॉ विवेक बिल्लमपल्ली हे १४ किमी, रनर हेमा पांडे १२ किमी धावले. सुधींद्र हरिभट एल सो म इन्चार्ज यांनी २१ कि.मी चा टप्पा पूर्ण केला.

आय एम ए माजी अध्यक्ष डॉ पद्मा अय्यर ५ कि मी, डॉ. संजय पाटील १० कि मी, सर्जन डॉ संजीवनी केळकर नागपूर ५ कि मी, शरयू कुलकर्णी मुंबई १० कि मी, डॉ महेंद्र बागुल व टेकडी टीम विनोद कुलकर्णी, सूर्यकांत कुलकर्णी, शीतल मुकादम, श्रीपाद इनामदार, राजेंद्र धूत, हनुमंत वळसे, विजय कुलकर्णी, अरविंद कदम, मधुरा पै, राजीव इनामदार, विलास तांबोळी ३ ते ५ किमी धावले.

आदित्य कुलकर्णी, भक्ती साबणे, सोनिया मुळे, संजीव मुळे, शीतल म्हस्के, दीपक पिंपरकर, प्रणव शिंदे, ओंकार शिंदे, प्राची कदम, नेहा झोरे, मिलिंद खडक्कार आणि सहभाग अनेक लोकांचा होता. सर्वांना ऑनलाईन सर्टिफिकेट देण्यात आली.

A GIRL WITH VITILIGO

Dr Suman Dhakar
AIIMS, Bhopal

I'm black and white. My skin is canvas of these colors

They find it weird But I see it beautiful.

They try me to feel bad. But I always be happy as I look different from them.

They say I no longer belong to their society. But I say this society no longer belongs to me.

As it has no eye to see the beauty of my heart, beauty of my mind & beauty which exists deep inside my skin.

I don't care about what they think about me I just think that what

I feel about myself & I feel that..... I'm beautiful by heart, Strong by body,

Intelligent by mind, & confident enough to deal my issues on my own

My skin colors are blessing to me as they helped me to recognize myself.

So, who you are to let me feel down ?

Just stop staring and let me fly & let live my dreams with my beautiful colors.

Narrow Band UVA / UVB Phototherapy and Excimer Laser

पांदरे डाग आणि इतरही काही त्वचा विकारांसाठी ही जगन्मान्य उपचार पद्धती आहे. सूर्यकिरणांच्या अल्ट्राव्हायलेट ए आणि बी प्रकारातील ३११ ते ३१२ ह्या वेव्हलेन्थचे किरण आणि एक्झायमर लेझर म्हणजे फोकसुड फोटोथेरपी अतिशय उपयुक्त आहे. सर्वात महत्वाची गोष्ट म्हणजे ही ट्रीटमेंट घेण्यासाठी बऱ्याच वेळा पोटातून गोळ्या घेण्याची गरज नसते. काही प्रकारची मलमे लावून हे उपचार घेता येतात. त्यामुळे लहान मुलांना आणि गर्भवती महिलांना देखील हे उपचार सुरक्षितपणे देता येतात. श्वेता असोसिएशननी ही सोय माफक दरात करून द्यावी असे डॉ मुक्ता तुळपुळे ह्यांनी सुचवले. त्यानुसार रोटरी क्लब ऑफ पुणे मेट्रोने आणि तत्कालीन अध्यक्ष श्री किरण कुंभार ह्यांच्या पुढाकाराने हे मशीन १८ जून २०१६ रोजी सहवास हॉस्पिटल येथे बसविण्यात आले. त्याच्या लोकार्पण सोहळ्याला डॉ अनिल अवचट आणि डॉ यशवंत तावडे उपस्थित होते.

एक्झायमर लेझर हे लहान डागांसाठी अतिशय उपयुक्त आहे. मराठी चित्रपट महामंडळाच्या CSR निधीतून मा. मंत्री श्री प्रकाश जावडेकर यांनी दिलेल्या निधीत भर घालून हे मशीन १४ मे २०१८ मध्ये विकत घेण्यात आले. सेवावर्धिनी संस्थेच्या विभावरी पाचपोर यांचे या कामी मोलाचे सहकार्य लाभले. या दोन्ही मशिन्समुळे आमच्या कार्याला आणखी एक नवा आयाम मिळाला आहे.

फोटोथेरपीची सेवा सुरुवातीला सहा महिने विनामूल्य देण्यात आली. आता रु. ५०/- प्रति सीटिंग इतक्या माफक दरात फोटोथेरपी आणि रु. १००/- प्रति शॉट ह्या दरात एक्झायमर लेझर सोमवार ते शनिवार सकाळी ८.३० ते रात्री ८.३० ह्या वेळेत ही सेवा उपलब्ध आहे. आजवर २६५ लोकांनी या सेवेचा लाभ घेतला आहे.

नागपूरला NBUVB मशीन आणि एक्झायमर लेझर मशीन प्राज फौंडेशनच्या परिमल चौधरी यांच्या देणगीतून उपलब्ध झाले. डॉ मंजिरी ओक यांच्या रिव्हाईज स्किन क्लिनिक, प्रतापनगर येथे ते बसवण्यात आले. लोकार्पण सोहळा १२ जानेवारी २०२० रोजी डॉ विकास आमटे आणि परिमल चौधरी यांच्या हस्ते पार पडला. जानेवारी २०२० ते मार्च २०२१ मध्ये ४७ पेशंटनी ही ट्रीटमेंट घेतली. लॉकडाऊनच्या काळातही उत्तम प्रतिसाद मिळाला हे विशेष !

Appeal for Donation

Shweta Association is a registered charitable trust working for betterment of people having Vitiligo (कोड) for last 20 years for our various projects like Counselling, Matrimonial assistance, Employment Bureau, Cosmetic Camouflage, Phototherapy and Excimer Laser treatment and various awareness programs like Public Meetings, Publications and marathon Run For Vitiligo.

We need funding! Please donate generously towards this social cause.

For Donation:

Bank Details: Shweta Association
Cosmos Bank, Ganesh Nagar Branch
Saving Account
Acc.No – 009204201210721
IFSC Code – COSB0000009
Google Pay No- 9284652032

श्वेता वधुवर मंडळ

श्वेता वधुवर मंडळाची स्थापना सप्टेंबर २००२ ला झाली. पांढरे डाग असणाऱ्या मुलामुलींचा आणि पांढरे डाग असणाऱ्या पालकांच्या मुलामुलींचा लग्नाचा प्रश्न फारच अवघड होता. त्यामुळे हा उपक्रम तुम्ही सुरूच करा अशी जबरदस्त मागणी होती. लग्न जुळविण्याचा किंवा वधुवर मेळावे घेण्याचा काहीच अनुभव नव्हता. लग्नाळू मुलामुलींच्या पालकांच्या सहभागाने पुण्यातील मुख्य वधुवर मंडळांना संपर्क साधायला सुरवात केली. रोहिणी, माधुरी, स्वामिनी, शुभविश्व, अनुरूप इत्यादी वधुवर मंडळांनी संपूर्ण मदतीचे आश्वासन दिले. वसंतराव काणे यांनी रोहिणी स्वयंवर अंकात आमच्या १२-१३ मुलींची निशुल्क जाहिरात दिली. माधुरीच्या भारत भवन येथे संपन्न झालेल्या मेळाव्यात १५ पांढरे डाग असणारी मुलेमुली सहभागी झाली होती. त्यातून ३ मुलींची लग्ने जमली आणि आमचा उत्साह वाढला. २००३ साली दिवाळी अंकात श्री वसंतराव काणे यांनी श्वेताची जाहिरात छापली. त्याला चांगला प्रतिसाद आला. आणखी दोन मेळावे 'माधुरी' संस्थेबरोबर झाले.

१२ सप्टेंबर २००४ रोजी श्वेताचा पहिला वधुवर मेळावा उद्यान प्रसाद मंगल कार्यालय, सदाशिव पेठ, पुणे येथे पार पडला. डॉ अनिल अवचट आणि सुनीता व अरविंद गुप्ता, डॉ विभावरी, डॉ नवनीत शहा मंचावर उपस्थित होते. वंदना सुधीर कुलकर्णी ह्यांनी त्यांची मुलाखत घेतली. १२० वधुवरांच्या सहभाग होता. १० ते १२ लग्न निश्चितच जमली. या मेळाव्या आधी वधुवर मेळावा कसा conduct करावा ह्याचा अभ्यास करण्यासाठी आमच्या डॉ विद्या अय्यर, अश्विनी देशपांडे, श्री व सौ कुलकर्णी टीमने ५ ते ७ वेगवेगळ्या वधुवर मेळाव्यांना हजेरी लावली, टिपण काढली. त्याचा अभ्यास करून आम्ही स्वतःची नियमावली तयार केली. इतर मेळाव्यांच्या हॉल मध्ये नोंदणी फी भरून नंबर दिला जाई. स्टेजवरून संचालक नंबर पुकारित. मग तो मुलगा किंवा मुलगी आपल्या जागेवर उभे राहत असे. संचालक त्यांची माहिती वाचून दाखवीत. मग ती व्यक्ती जागेवर बसत असे. आम्ही सर्व मुलामुलींना स्टेजवर बोलवायचे, त्यांना स्वतःची माहिती वाचून दाखवण्यास सांगायचे असे ठरवले. या मागे दोन उद्देश होते. एक म्हणजे पांढरे डाग असणाऱ्या मुलामुलींना स्टेजवर येण्याची संधी आमच्याशिवाय कोण देणार? दुसरे, म्हणजे त्यांच्या बाह्यदर्शनाबरोबर त्यांचे सादरीकरण, त्यांचे व्यक्तिमत्व, त्यांचे जोडीदाराबाबत विचार त्यांच्याच तोंडून ऐकावेत. सुरवातीला थोड्याशा बुजणाऱ्या मुलीदेखील नंतर काय आत्मविश्वासाने बोलू लागतात!

या मेळाव्याच्या जाहिराती सकाळ, मटा, पुढारी, लोकमत इत्यादी वर्तमानपत्रातून महाराष्ट्रातील प्रमुख शहरांच्या आवृत्तीत देण्यात येतात. लग्न हा एक महत्वाचा हळवा टप्पा असल्यामुळे आणि पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तींसाठी अवघड प्रक्रिया असल्यामुळे पहिल्या मेळाव्यापासून खूप चांगला प्रतिसाद मिळाला. दूरदूरच्या गावांमधून येणाऱ्या लोकांना, कोड म्हणजे नक्की काय आहे, संस्था काय काम करते याची माहिती व्हावी ह्यासाठी एक ५०-६० मिनिटाचा छोटेखानी कार्यक्रम आयोजित करण्याचे योजिले. पांढरे डाग असूनही स्वकर्तृत्वाने जीवनात यश संपादलेल्या व्यक्तींना मंचावर बोलतं करून प्रेक्षकवर्गाला सकारात्मक दृष्टिकोन आणि ऊर्जा देण्याचा आमचा प्रयास असतो. सामाजिक भान आणि बांधिलकी असलेले अनेक मान्यवर अशा कार्यक्रमात उपस्थित होतात आणि त्यांनी बऱ्याच मुलामुलींना प्रेरित केले. मान्यवरांच्या मांदियाळीत डॉ अनिल अवचट, डॉ अरविंद व सुनीता गुप्ता, डॉ विभावरी व नवनीत शहा, विद्याताई बाळ, वसंतराव काणे, सदाशिव अमरापूरकर, अच्युत गोडबोले, सुमित्रा भावे, सुनील सुकथनकर, दाजीकाका गाडगीळ, दीपा लागू, गजानन परांजपे, जॅकी श्रॉफ, स्वयंप्रभा मोहिते पाटील, विलास चाफेकर, सुधीर गाडगीळ, विवेक सावंत, डॉ एस के पुन्शी, विनायकदादा पाटील, मेधाताई कुलकर्णी, कांचन परुळेकर, लक्ष्मीकांत देशमुख, पी डी देशपांडे, सोनाली नवांगुळ, संध्या टांकसाळे, वीणा जोशी, दीप्ती चौधरी, मुक्ता टिळक, पुष्पा नडे, रेणुताई गावस्कर, गौरी कानिटकर, राकेश मेहता, डॉ यशवंत तावडे, डॉ रघुनंदन तोरसेकर, डॉ नरेंद्र पटवर्धन, डॉ अजय चंदनवाले, डॉ जयंत नवरंगे, डॉ योगेश गुर्जर, डॉ माधवी मेहेंदळे, डॉ उदय निरगुडकर, निपुण धर्माधिकारी, ऐश्वर्या घायदार, डॉ प्रशांत अग्निहोत्री, डॉ मनीषा कोठेकर ही यादी आणखी खूप मोठी आहे. जागेअभावी सर्वांचीच नावे घेणे शक्य नाही.



पहिल्याच मेळाव्याला १२० मुलेमुली प्रत्यक्ष हजार होती. काही मुलामुलींचे विशेषतः मुलांचे फक्त पालकच हजार होते, मुलगे हजर नव्हते. पहिल्या मेळाव्यात २० मुले १०० मुली होत्या. शेवटच्या कोल्हापूरच्या मेळाव्यात ३५ मुले व २५ मुली हजर होत्या. हे बदललेले प्रमाण बघून थोडी जनजागृती झाल्यासारखी वाटली. वरचष्मा संकल्पनेतून समाज बाहेर पडतोय असं वाटलं.

आमच्याकडील नोंदणी तीन उपविभागात होते. स्वतःला पांढरे डाग असणारे वधुवर, घरात पालक किंवा इतरांना पांढरे डाग असणारी अव्यंग मुलंमुली, ज्यांना स्वतःला पांढरे डाग नाहीत अशी पण पांढरे डाग असणाऱ्या व्यक्तीशी लग्न करू इच्छिणारी मुले मुली. सुरवातीला ७ ते ८ वर्षात घरात कोणालातरी पांढरे डाग आहेत म्हणून लग्न न जमणाऱ्या मुलामुलींची संख्या सर्वात जास्त होती. त्यामानाने ज्यांना स्वतःला पांढरे डाग आहेत अशी मुलेमुली कमी होती. स्वतःला काहीही उणीव नसताना अशा मुलामुलींशी लग्न करणाऱ्यांची संख्या बोटारंवर मोजण्याइतकी होती. २० वर्षांनंतर ज्यांच्या घरात कोणालातरी पांढरे डाग आहेत अशा मुलामुलींची संख्या खूपच कमी झाली. ह्याचा अन्वयार्थ असा काढता येईल की पांढऱ्या डागांबद्दल सामाजिक जागरूकता आणि स्वीकृती वाढली आहे. पूर्वी आठवड्याला पालकांच्या आठ दहा जोड्यातरी पॅनिक होऊन येत असत. आमच्या मुलाला मुलगी आवडली आहे पण तिच्या घरात कोणालातरी पांढरे डाग आहेत हे लग्न मोडावे का काय करावे? त्यांना समुपदेशन करून आम्ही त्यांचे मन वळवत असू. खूप मुलामुलींनी आम्ही 'नितळ' चित्रपट तुमच्याकडून DVD घेऊन सगळ्या कुटुंबाला एकत्र बसून दाखवला आणि पुढे बोलायची गरजच उरली नाही असे सांगितले. आज अशा भेदरलेल्या पालकांची एखादी जोडी ४ ते ६ महिन्यातून क्वचितच येते. आणखी एक चांगली गोष्ट म्हणजे अशा मुलामुलींची लग्न सर्वसामान्य मुलांप्रमाणे इतर वधुवर मंडळातून देखील ठरत आहेत.

पांढरे डाग असणाऱ्या मुलामुलींची पूर्वी नोंदणी कमी असण्याचे एक कारण आपल्याला पांढरे डाग आले म्हणजे जीवनातील सर्व सुख आपल्याला पारखी झाली आणि एखाद्या व्रतस्थ व्यक्तीसारखे उरलेले आयुष्य जगावे लागणार अशी सर्वसामान्य धारणा होती. काही वधुवर मंडळात मुलाला किंवा मुलीला पांढरे डाग आहेत असे लिहिल्यावर फॉर्म तोंडावर फेकून देणे, आमच्याकडे अशी सोय नाही असे सांगणे असे प्रकारही घडत असत. आता हे सर्व नक्कीच बदलले आहे. आमची मुलंमुली त्यांचे आयुष्य सर्वसामान्यांसारखी जगायला तयार आहेत. आजवर ५ ते ६ मुलींची लग्न पांढरे डाग नसलेल्या मुलांशी झाली आहेत. प्रेमविवाह केलेल्या अशा बऱ्याच जोड्या आजकाल सापडतात.

आजवर ४० हून अधिक मेळावे आयोजित केले गेले आहेत आणि त्यासाठी पुणे, मुंबई, दादर, नगर, सातारा सांगली, मिरज, बेळगाव, अकलूज, कागल, कऱ्हाड, गडिंगलज, कोल्हापूर, नाशिक, जालना, बीड, निफाड, ठाणे, दादर, अमरावती, छिंदवाडा, यवतमाळ, चंद्रपूर, बैतुल, रामटेक, बंगलोर, गोवा, भंडारा, अकोला अमरावती, धुळे, सटाणा, बुलढाणा, नागपूर, औरंगाबाद, वसई, ठाणे, बनारस व दिल्ली इथून मुलामुलींनी हजेरी लावली.

कालानुरूप २०१३ साली आम्ही online नोंदणीची सोय उपलब्ध करून दिली. त्यामुळे देशभरातून कोणालाही आपापल्या घरून नोंदणी करणे शक्य झाले. कित्येक मुलामुलींना आम्ही पाहिले देखील नाही त्यांची परस्पर लग्ने जमली.

अधिक तपशिलात शिरल्यावर असे लक्षात आले की पुणे, मुंबई किंवा मोठ्या शहरातल्या मुलींना लहान गावातला मुलगा किंवा घर पत्करणे अवघड वाटते. म्हणून विकेंद्रीकरणाची प्रक्रिया सुरु झाली आणि कोल्हापूर, नागपूर, औरंगाबाद, नाशिक, ठाणे, दादर, अमरावती, बंगलोर येथे मेळावे आयोजित केले गेले. त्याला उत्तम प्रतिसाद मिळून मेळाव्यात लग्न जमण्याचे प्रमाण वाढले.

२०२० वर्षात कोरोनाची संपूर्ण जगच बदलून टाकलय. त्यामुळे सभा, वधुवर मेळावे कशाचेच आयोजन करता आले नाही. अशा अवघड परिस्थितीत देखील ५६ ते ५७ मुलामुलींची नोंदणी झाली. एप्रिल पर्यंत कोरोना संपेल असे वाटून मेळाव्याची सर्व तयारी केली होती पण ते शक्य होईल असे आज दिसत नाही. त्यामुळे online वधुवर मेळावे भरविण्याचे ठरविले आहे. ते आयोजित करणे आणि उपवर मुलामुलींनी सहभागी होणे हाही एक नवा अनुभव असणार आहे. चला तर मग त्या दिशेने पावले टाकूयात.....

On World Vitiligo Day

Dr. Monica Malhotra,
Dr. Varun Malhotra
AIIMS Bhopal

The colour of my skin is two colours,
not one
People stare at my skin like it is strange
and stung,
I felt out of place, like a weed in a garden,
It's tough to live like this, but I still have
pardon,
I have friends and family that love
and care,
Whenever I'm sad about it, they're always
there
There's no need to cry over the difference
I have,
All I know I'm never alone and
God is my path,
He shows me the way around
the sadness,
He helps me become stronger
and fearless
I stand proud in my place, whether
people like it or not
I may be different, but doesn't
make me stop

स्त्री

डॉ. श्रीकांत पूर्णपात्रे
१८२२०९८८३२

स्त्री म्हणजे माया
स्त्री म्हणजे छाया
विश्व कवेत घेणारी
मूर्तिमंत आदिमाया

स्त्री म्हणजे तपस्या
स्त्री म्हणजे त्याग
कोपाआड दडलेला
स्नेहमयी अनुराग

स्त्री म्हणजे माता
स्त्री म्हणजे समता
आणि सोशिकतेची
अभूतपूर्व क्षमता

स्त्री म्हणजे भक्ती
स्त्री म्हणजे प्रीती
कोमलांगी दडलेली
सर्जनशील शक्ती

स्त्री क्षमाशील धरती
स्त्री मांगल्याची मूर्ती
जगत जननी ही तर
परमेश्वराची प्रतिकृती

नका पाहू तिचा अंत
नका करू तिचा घात
संहारक काली तुमचे
भस्म करील क्षणार्धात

आमचे देणगीदार

१ एप्रिल २०२० ते ३१ मार्च २०२१

१)	१७/९/२०२०	गार्गी देवधर, पुणे	५,०००/-
२)	२७/९/२०२०	पुरुषोत्तम देसाई, पुणे	३,०००/-
३)	५/११/२०२०	सौ. कौमुदी बनहट्टी, पुणे	१०,०००/-
४)	२७/११/२०२०	संजीव नीलकंठ देशपांडे, भाग्यश्री देशपांडे, पुणे	१०,०००/-
५)	१०/१२/२०२०	प्राप्ती केसरकर, गोवा	५,०००/-
६)	१९/१/२०२१	धांडे पॅथलॅब डायग्नॉस्टिक्स प्रा. लि., पुणे	१०,०००/-
७)	२०/१/२०२१	डॉ. यशवंत तावडे, पुणे	५०,०००/-
८)	२०/१/२०२१	हितचिंतक, नागपूर	१०,०००/-
९)	३०/१/२०२१	डॉ. पद्मा अय्यर, पुणे	५,००१/-
१०)	२३/२/२०२१	कॉसमॉस को ऑपरेटिव्ह बँक, गणेशनगर, पुणे	२,०००/-
११)	२४/२/२०२१	रामपद्म गोडबोले प्रतिष्ठान, पुणे	२,५०,०००/-
१२)	२४/२/२०२१	डॉ. सुरेश शास्त्री, मालेगाव	५,०००/-
१३)	१२/३/२०२१	डॉ. प्रकाश पांडे स्मरणार्थ, रोहिणी पांडे व ज्योती चाटी कडून, पुणे	५,०००/-
१४)	२२/३/२०२१	डॉ. हेमलता के. मोरजारिया, राजकोट	५०,०००/-

शैता असोसिएशन वॅशिष्टचे

- भारतातील कोड असणाऱ्या व्यक्तींचा पहिला रजिस्टर्ड स्वमदत गट.
- संस्थेच्या ५ व्या वर्षी २००६ मध्ये, 'नितळ' चित्रपटाची निर्मिती. कोड ह्या विषयावरचा पहिला मराठी चित्रपट! अनेक पारितोषिके आणि चित्रपट मोहत्सवात गौरव!
- कोड असणाऱ्या व्यक्ती किंवा घरात कोणाला डाग असणाऱ्या व्यक्तीचे वधुवर मंडळ. ऑनलाईन सेवा उपलब्ध.
- भारतातील पहिली मॅरेथॉन रन फॉर व्हिटीलीगो.
- अतिशय माफक दरात फोटोथेरेपी आणि एक्साइमर लेझर सुविधा उपलब्ध.

श्वेताच्या इतर शाखांच्या संपर्कासाठी

१. मुंबई-ठाणे

उर्जिता फडके

A-१, ४०५ ग्रीन वूड्स, हबटाऊन सोसायटी वर्तक नगर, ठाणे (पश्चिम) ४००६०१.

भ्रमणध्वनी- ९८५०२१७८९८

श्रीकृष्ण कुलकर्णी

४, कामाक्षी, १७, गोशाळा रोड, मुलुंड (पश्चिम), मुंबई ४०००८०. भ्रमणध्वनी- ९१३६०३४५१७

२. नागपूर

ऑफिस : संध्या दंडे, रेव्हिएरा शॉप नं९, राजकमल कमर्शियल कॉम्प्लेक्स, पंचशील चौक धंतोली, नागपूर ४४००१२. भ्रमणध्वनी- ९०२८२३३११३

फोटोथेरेपी युनिट : डॉ मंजिरी ओक

रिव्हाईझ स्किन क्लिनिक

४०१, देवदत्त अपार्टमेंट, ७० अत्रे ले आउट, प्रतापनगर, नागपूर ४४००२२. भ्रमणध्वनी-९८२२९४११३१

३. औरंगाबाद

श्री राजन सावरीकर, प्लॉट नं १, चैतन्यनगर हौसिंग सोसायटी, एन/७ एल /२, कॉर्पोरेशन शाळेसमोर सिडको, औरंगाबाद ४३१००३. भ्रमणध्वनी- ९५६१०८५५५०

प्रा. हेमा कुलकर्णी

प्लॉट नं.१६६, N3, CIDCO, औरंगाबाद ४३१००३. भ्रमणध्वनी- ९४२३३९२६९०

४. कोल्हापूर

डॉ रचना संपत

२२३/इ, ताराबाई पार्क, कोल्हापूर ४१६००३. भ्रमणध्वनी- ०९६२३१०१००९

अनुजा गिरीष नेटके

५६१/१६, न्यू मोरे कॉलनी, संभाजीनगर, कोल्हापूर ४१६०१२. भ्रमणध्वनी - ९४२२०४३५५०

५. नाशिक

डॉ श्रीकांत पूर्णपात्रे

‘राजस’, शिवाजी नगर, पुणे रोड, मुक्ताई हॉस्पिटल जवळ, नाशिक ४२२००६. भ्रमणध्वनी- ९८२२०९८८३२

डॉ सुरेश शास्त्री

विवेकानंद दृष्टी हॉस्पिटल, टिपरे कॉलनी, कॅम्प रोड, मालेगाव, जिल्हा नाशिक ४२३१०५.

भ्रमणध्वनी ९४२२२००२३४.

Down the Memory Lane



Felicitation of Anutai Wagh



Felicitation of Dr. Sanjeev Dole



Visit of Padmashree Ravindra Kolhe & Mrunalini Chitale



Lamp lightning by Shri Sudhir Gadgil and Sou Gouri Kanitkar



Sursakhi program organised on 08.03.2017



39th Shwetas Public Meet with Actor & director Nipun Dharmadhikari



Shrikant Chaphalkar, Aarti Prabhu, Aksha Tiwari, Dr Jayant Navrange, Yogesh Gurjar and Dr Maya Tulpule on 15.04.2018 melava



Rang manache release - Shri.Uday Ghayal, Dr.Ajay Chandanwale, Dr.Maya Tulpule, Shri.Shreekant Chaphalkar,Ashwini Deshpande



Shrikant Chaphalkar, Renutai Gawaskar, Aishwarya Ghaidar and Dr Tulpule on 18.11.2018 for public meeting



Mukta Tilak as a chief guest on 29.10.2017



Dr Manjiri Oak, Dr Sushil Pande, Parimal Chaudhari, Dr Vikas Amte, Shri Daga, Dr Maya Tulpule, Dr Milind Borkar



Inauguration of Phototherapy unit, Nagpur January 2020 Padmashree Vikas Amte & Parimal Chaudhari

Virtual Run for Vitiligo 31/1/2021



Flag off



Dr. Mahendra Bagul & Tekadi Group



Adv. Akshay Vasantgadkar



Dr. Padma Iyer



Dr. Sanjeevani Kelkar, Nagpur



Vishwa Runners



Asmita Dongarwar, Mumbai



Sharayu Kulkarni, Mumbai



Dr. Pradyumnya Vaidya



Komal Rajesh Chauhan



Dr. Ganesh Pande with Dog Keshav



Dr. Rakesh Mehta & Dr. Maya Tulpule

ऐच्छिक मूल्य ₹ १००/-