

रंग मनाचे

कोड असणाऱ्या व्यक्तींच्या स्वमदत गटाचे संवादमाध्यम

श्वेता असोसिएशन

रजिस्ट्रेशन नं. महाराष्ट्र/११४४/२००१/पुणे

(स्थापना : २६ मार्च २००१)

सभासद संख्या २४६१

वर्ष : अकरावे अंक : एकोणिसावा

एप्रिल २०१६

मूल्य : रु. ५०/-

संपादक मंडळ :

डॉ. माया तुळपुळे, डॉ. मुक्ता तुळपुळे, अश्विनी देशपांडे

मुद्रणस्थळ :

पेजमेकर

१९१, कसबा पेठ, पुणे ४११ ०११.

दूरध्वनी : २४५७२१८३, ९८९०२१४८१३

पत्र व्यवहाराचा पत्ता :

श्वेता असोसिएशन,

c/o सहवास हॉस्पिटल, २६, सहवास सोसायटी,

कर्णेनगर, पुणे ४११०५२

दूरध्वनी :

०२०-२५४५८७६०

email - maya.myshweta@gmail.com

deepti@myshweta.org

website - www.myshweta.org

www:nitalthefilm.com

मुखपृष्ठ चित्रकार : अनुराधा ठाकूर

आमच्या इतर शाखांच्या संपर्कासाठी

१) मुंबई - दादर

सी.पी. शहा, c/o विनित प्रॉडक्ट्स, सी-४४ ३ रा मजला,
रॉयल इंडस्ट्रिअल इस्टेट, वडाळा, मुंबई ४०००३१.
फोन नं. : ०२२ २४१४९४९७, भ्रमणध्वनी : ९८३३८ ७३५३८

२) ठाणे

सौ. रश्मी दाभोलकर / सौ. सुरेखा कलघटगी
पेन्शनर्स हॉल, घंटाळी रोड,
नौपाडा, तीन पेट्रोल पंपाजवळ, ठाणे
भ्रमणध्वनी : ०९३२१३३६८०१, ०९८६९४३४५१७

३) नागपूर

संध्या दंडे, 'रेव्हीअरा' शॉप नं. ९, राजकमल कमर्शियल कॉम्प्लेक्स,
पंचशील चौक, धंतोली, नागपूर ४४००१२.
फोन नं. : ०७१२ २५६११००५, भ्रमणध्वनी ९२२५६६६८९१

४) औरंगाबाद

● श्री. राजन सावरीकर, प्लॉट नं. १, चैतन्य नगर हाऊसिंग सोसायटी,
एन्/७ एल्/२, कॉर्पोरेशन शाळेसमोर, सिडको, औरंगाबाद.
भ्रमणध्वनी : ९३२६३८६८३४, ८१४९१५६८८३

५) कोल्हापूर

डॉ. रचना संपत कुमार,
२२३ / ई, ताराबाई पार्क, कोल्हापूर ४१६ ००३
भ्रमणध्वनी : ०९६२३१०१००९

६) नाशिक

श्री. विनायकदादा पाटील/श्री. हेमंत जोशी, २ रा मजला,
गंगापूर पोलीस स्टेशनच्यावर, आनंदवल्ली, गंगापूर रोड, नाशिक - ४२२०१३.
फोन नं. : ०२५३ २३४४८४८, भ्रमणध्वनी : ९४२२४६९११

६) बेंगलोर

रेखा उदास, माणिक पटवर्धन
फोन नं. : ०८०-२२५५५२२७ भ्रमणध्वनी : ०९८८६०४६९८७

संपादकीय



प्रिय वाचक,

दि. ११, १२, १३ जून २०१५ रोजी फेअरमाँट वॉटर फ्रंट हॉटेल, व्हॅंक्युअर, कॅनडा येथे कॅनेडियन स्किन पेशंट असोसिएशननी एक परिषद आयोजित केली होती. जगातील २८ देशांमधील विविध १२५ त्वचा विकार सपोर्ट ग्रुप्स या परिषदेत सहभागी झाले होते. निवडक सपोर्ट ग्रुप्सना जाण्यायेण्याचा खर्च, निवासी व भोजन व्यवस्था खर्च आयोजकांतर्फे देण्यात आला. पहिल्या फेरीतच 'श्वेता असोसिएशन'ला हा सर्व खर्च देऊन मला आमंत्रित करण्यात आले.

पेशंट सपोर्ट ग्रुपसाठी आयोजित केलेली ही कदाचित पहिलीच जागतिक परिषद असेल. अमेरिका, इंग्लंड, फ्रान्स, इटली, स्पेन, कॅनडा, साऊथ आफ्रिका, ऑस्ट्रेलिया, ब्राझील, चीन, जपान, घाना अशा २८ देशांमधून त्वचा विकार असलेले आणि त्याविषयक काम करणाऱ्या १२५ संस्थांचे प्रतिनिधी एकत्र आले होते. विविध देश, विविध वंश, विविध भाषा! त्वचाविकार हाच सर्वांमध्ये समान धागा होता. उत्साहाने भारलेल्या, अतिशय नेटके आयोजन असलेल्या या परिषदेचे वर्णन करायला शब्द अपुरे पडतील. निवासी व्यवस्था युनिव्हर्सिटी ऑफ ब्रिटिश कोलंबिया येथील वसतीगृहात करण्यात आली होती. युनिव्हर्सिटीचा भव्य परिसर, रम्य बागा, दाट झाडी, उत्तम सुरक्षा व्यवस्था! काम करणारे क्वचितच नजरेस पडायचे. विद्यार्थ्यांना राहण्याकरिता एका मजल्यावर ६ ते ८ खोल्या, छोटे किचन, चहा नाश्ता घेण्यासाठी खोली, सामायिक संडास-बाथरूम अशी '4 Star' हॉटेल सारखी व्यवस्था होती.

परिषदेचे मुख्य आकर्षण होते, ते म्हणजे जगभरातील उत्तमोत्तम वक्त्यांची 'स्वमदत गट यशस्वीपणे कसे चालवावेत' या विषयावर मार्गदर्शनपर भाषणे, अतिशय उपयुक्त कार्यशाळा, चर्चासत्रे, 'कोड' या विषयावर प्रेक्षकांना सामील करून केलेला नाट्यप्रयोग आणि बरेच काही.

पहिल्या दिवशी स्वागतपर भाषणानंतर 'The Importance of Patient Leadership' या विषयावर डेन्मार्क येथील श्रीमती गीटे आटो यांचे मार्गदर्शनपर भाषण अतिशय उत्कृष्ट झाले. Burning questions या सत्रात प्रतिनिधींना (त्यांना सर्वांत महत्त्वाचा वाटणारा) एकच प्रश्न विचारण्याची मुभा दिली होती. संचालक बिल डेमस्टर आणि प्रतिनिधींमधील एक दोन व्यक्ती प्रश्नाचे उत्तर शोधण्याचा प्रयत्न करीत असत. या चर्चेद्वारे अनेक संस्थांना त्यांच्या प्रश्नांची उकल झाल्याचे समाधान मिळाले. Building block to sustain patient support and advocacy organization हे चर्चासत्र बार्बरा अॅनी हॉच, जीनो ब्रोमीट, ख्रीस फिलिप्स आणि डॉ. इव्हा मारिआ यांनी स्वमदत गट अतिशय चांगले काम करत असताना देखील बंद का पडतात आणि ते बंद पडू नयेत म्हणून काय उपाय योजावेत, यावर सुंदर मार्गदर्शन केले. 'Social Media, 101' या सत्रात ज्युलीसा

व्हीआना आणि पेर अॅहॅनील यांनी सोशल मिडियाशी तुमचा संवाद कसा वाढवावा आणि संस्थेची माहिती पिडीत व्यक्ती आणि जनतेसमोर योग्य स्वरूपात कशी पोचवावी यावर मार्गदर्शन केले.

'Fund Raising' या कार्यशाळेत ख्रीस फिलीप आणि सुसान थॉन्टन यांनी देणग्या मिळविण्याबाबत काय धोरणे आखावीत, आपले काम देणगीदारांपर्यंत कसे पोचवावे आणि कार्य वाढवायचे असेल तर संस्थेला आर्थिक मदत किती गरजेची आहे याची सविस्तर माहिती दिली. 'Social Media Practicum' या कार्यशाळेत ज्युलिसा व्हीएना यांनी संस्थेतील मरगळ झटकून कार्यात टवटवी आणि प्रसन्नता आणण्यासाठी कसे ध्येयवेडे होऊन काम करणे गरजेचे आहे. ते सांगितले. 'Attracting and Keeping Volunteers' या कार्यशाळेत ज्युली पॉवर्स यांनी स्वयंसेवकांना कसे आकृष्ट करावे, कसे शिकवावे आणि कामाला उद्युक्त कसे करावे यावर मार्गदर्शन केले. रॉयल डॅनिश एजन्सीने ग्राऊज मार्कटन येथे रात्रीचे भोजन आणि राऊंड टेबल चर्चासत्र आयोजित केले होते. फर्नस, पार्सन आणि इतर झाडांनी वेढलेल्या पहाडाचे आणि त्यावर जाणाऱ्या रोपवेचे सौंदर्य आणि त्यावरून दिसलेल्या मावळतीचा सूर्य अवर्णनीय होता.

दुसऱ्या दिवशी 'Perspectives of Advocacy from the Top' या भाषणात पेशंट ग्रुप्सनी सर्वोच्च निर्णय प्रक्रियेवर कसा दबाव टाकावा, सत्तेत असणाऱ्यांकडून उपयोगी निर्णय कसे करून घ्यावेत या संदर्भात सोरयासिस संदर्भातील अनुभव सांगितले. 'Hot Dermatology Topic' या चर्चासत्रात त्वचारोग विषयक नवनवीन संशोधन, त्यातील संशोधक आणि रुग्णांचा सहभाग या नवीन बदलत्या समीकरणाबद्दल चर्चा केली. 'Research Models Patient Engagement and Designs' या चर्चासत्रात Patient Guided Research आणि Patient group चा उपचार पद्धतीतील सहभाग हा विषय विस्ताराने मांडला गेला. 'Advocacy 101 : Issues that matter and best practices' या बील डेमस्टर यांच्या चर्चासत्रात प्रत्यक्षात यशस्वी होण्यासाठी सेवाभावी संस्थांनी काय पावले उचलावीत आणि पेशंटसूनी एकत्र येऊन आवाज उठवला तर काय बदल घडू शकतील यावर मार्गदर्शन केले. 'Sticky Website - Creating Captivating Content' या कार्यशाळेत रिचर्ड वेस्ट यांनी लोक वेबसाईट पुन्हा पुन्हा का बघतात, वेबसाईट आकर्षक आणि कायम नवनवीन विषय देणारी कशी असावी आणि लोकांनी ती पुन्हा पुन्हा बघावी यासाठी त्यांना कसे सहभागी करून घ्यावे यावर उत्तम मार्गदर्शन केले. 'Media Training' या कार्यशाळेत झेडीका ब्युरीक आणि अॅलन फ्रायर यांनी 'तुम्हास मुलाखत द्यायची असल्यास तुमचा संदेश लोकांपर्यंत कसा पोचवाल' याबद्दल मार्गदर्शन केले. ८-१० इच्छुक प्रतिनिधींना बोलावून त्यांची मुलाखत घेऊन ती लगेच सभागृहातील सर्वांना दाखवून त्यावर टिप्पणी केली. सर्वोत्कृष्ट मुलाखत म्हणून माझ्या मुलाखतीचा काही भाग कॅनेडियन टीव्ही वर दाखविण्यात आला. 'Advocacy Practicum' या कार्यशाळेत संस्थेच्या चालकांनी आणि निर्णयक्षम व्यक्तींनी काय करावे आणि काय करू नये याची मार्गदर्शक तत्त्वे विशद केली.

शेवटच्या दिवशी दान पॅलोटा या अमेरिकन तज्ञांनी सेवाभावी संस्थांनी सेवाक्षेत्रातील बदल यावर

अतिशय प्रभावी भाषण दिले. सेवाक्षेत्रात मूलभूत बदल केल्यास आपण जगाला बदलू शकतो असे सांगितले. 'ना नफा ना तोटा' या सूत्रांवर चालणाऱ्या संस्था त्यांचे संपूर्ण काम लोकांपर्यंत पोचवू शकत नाहीत. पैसे वाचवण्याच्या नादात आणि नैतिकतेच्या काही चुकीच्या कल्पनांमुळे ते लोकांपर्यंत पोचण्यात कमी पडतात आणि त्यांच्या अत्युच्च उद्दिष्टांपर्यंत पोहोचू शकत नाहीत. सद्यस्थितीत सेवाभावी संस्था त्यांच्या उत्पन्नाचा ५% भाग लोकांपर्यंत पोहोचण्यासाठी खर्च करतात. हा भाग २०% पर्यंत वाढवायला पाहिजे असे त्यांनी सांगितले. 'Building Ethical Strategic Alliance with Industry' या चर्चासत्रात लिओ फार्मा सेलीन, अँबी, GSK या फार्मा कंपन्यांनी कोणत्या पद्धतीने कॉर्पोरेट क्षेत्र अनुदान देण्याबाबत विचार करते हे सांगितले. 'Highlight Excellence in Awareness Campaign' या चर्चासत्रात International Federation of Psoriasis Association ने गेली १० वर्षे अथक प्रयत्न करून सोरियासिस या विकाराला WHO कडून Non Communicable Disease म्हणून कशी मान्यता मिळवून घेतली याचे सविस्तर वर्णन केले. इतर ग्रुप्सनी त्यामधून बोध घ्यावा अशी विनंती केली. International Advocacy for Dermatology Creating International Association, Expanding Horizons या चर्चासत्रात वेगवेगळ्या त्वचा विकारांच्या गटांनी एकत्र येऊन जागतिक स्तरावर काम करण्याचे ठरविले.

राष्ट्रीय आणि जागतिक स्तरावर असे उपक्रम अधिक नेमाने राबविण्याची गरज आहे. त्यायोगे सपोर्ट ग्रुप्स अधिक जोमाने काम करू शकतील. उपस्थित सर्व सभासदांनी या परिषदेतून आमच्या ज्ञानात खूप भर पडली आणि आम्ही एक सजग, सुदृढ, नवा दृष्टिकोन प्राप्त केला आहे, यापुढे आमच्या संस्थांची कामे अधिक चांगल्या प्रकारे करू शकू असा आत्मविश्वास प्रकट केला. या परिषदेचे हेच उद्दिष्ट आणि साध्य होते !!

डॉ. माया तुळपुळे

जनरल सर्जन

संस्थापिका, श्वेता असोसिएशन

रंगाचा स्पर्श

म्हणजे आम्ही आपले होस्टन फ्रीझीयन! समोर बसलेला तरुण पेशंट श्याम फुरंगटून बोलला. मी मनात म्हणाले - किंवा डांगी! उघडपणे फक्त हसले. मला काहीसे समाधानही वाटले. पेशंट कोडाचा होता. तो त्याचे नातेवाईक व मी असे भेटलो होतो. मला जे सांगायचे होते ते त्याला व्यवस्थित कळले होते हे माझ्या लक्षात आले त्याच्या बोलण्यावरून कळले होते आणि काही काळाने वळणार याची खात्री होती. मग त्याची समस्या उरली नसणार.

असं म्हणतात, या जगातील सर्वात मोठ्या समस्यांचे मूळ अगदी छोटे आहे. अणू, गर्भ आणि रंगाचा स्पर्श. (atom, ovum & touch of pigment) हे किती खरे आहे ना! विशेषतः रंगाचा स्पर्श. त्वचेला रंग किती कमी किंवा जास्त आहे - तो रंग तपकिरी, काळा, पिवळा, लाल, पांढरा - कसा आहे, यावर जगाचे राजकारण आणि समाजकारण ठरत असते. त्वचेचा रंग खूप कमी असला-नसला किंवा खूप जास्त असला तर लोकांनी चिंताग्रस्त व्हावे व त्यावर उपचार शोधावे हे समजण्यासारखे आहे. पण ज्यांच्या त्वचेचा रंग नैसर्गिक-निरोगी आहे त्यांनीही चिंताग्रस्त व्हावे ही मजेची गोष्ट आहे. ज्यांची कातडी गोरीपान ते लोक सावळे होण्यासाठी धडपडतात (टॉल, डार्क, हँडसम!) आणि श्यामल-सुंदर त्वचेचे लोक, दूध-हळदीपासून सापडेल त्या उपायांनी गौर-आरस्पानी कांतीसाठी झटत असतात. इतके की त्वचेचा रंग जगाचे अर्थकारणही ठरवित असतो असे वाटू लागते.

काळे-किंवा पांढरे डाग असतील तर उपचार केले जातातच. विशेषतः पांढरे डाग-ज्यामुळे माणसे हवालदिल होतात. कारण कोड या प्रकाराला जे सामाजिक कलंकाचे वलय आहे त्याला तोड नाही. शतकाशतकांच्या गैरसमजुती, पापपुण्याच्या कल्पना वगैरेंमुळे संबंधित व्यक्तीला जो अतोनात मानसिक त्रास होतो त्यातून एखाद्याला मानसिक आजार जडला तर नवल नाही. जिवंत माणसे हा त्रास भोगतातच, पण मृत व्यक्तीही यातून सुटत नाही. कोण्या एका आटपाट नगरात अशी समजूत होती की कोड आलेल्या व्यक्तीला दफन केल्यास पाऊस पडत नाही. एकदा अशाच एकाला त्याच्या धर्माप्रमाणे दफन केले गेले. योगायोगाने त्यावर्षी त्या नगरात आवर्षण पडले. बिचाऱ्या अंधश्रद्धेला लोकांनी-नातेवाईकांनी त्याला काढून दहन केले आणि म्हणे लगेच धो धो पाऊस पडला. लोकांच्या अंधश्रद्धेला अशा तऱ्हेने खत नव्हे पण पाणी घालणाऱ्या वरुणराजाला काय म्हणावे! त्याचा लहरापणातर सदैव चालूच असतो. दुष्काळ, पूर, गारपीट, वादळे सुरुच असतात.

कोडासारखे दिसणारे डाग इतरही कारणांमुळे येत असतात. अल्बीनीझम, पायबाल्डीझमसारखे आजार, पांढरे तीळ, शरीरातील अंतस्त्राव (Hormones) स्त्रवणाऱ्या ग्रंथींचे आजार, आहारातील

घटकांची कमतरता किंवा ती शोषण्याची शरीराची असमर्थता इ. अनेक कारणे असतात. काही विशिष्ट रसायनांच्या संपर्कामुळेही पांढरे डाग येऊ शकतात. काही त्वचा गोरी करण्यासाठी वापरली जाणारी रसायने, फेनॉलसारखी रसायने (जी फरशी धुण्यासाठी वापरतात किंवा काही साबणांमध्येही असतात.) फोटोग्राफीत वापरली जाणारी रसायने, हिक्तापावरील औषधे, छपाईसाठी वापरलेली शाई, काही झाडे-वनस्पती, रबरातील रसायने (म्हणजे वायरींवरील रबरी आवरणे, चिकटपट्ट्या, निरोध-रसायने, रबरी हातमोजे, कपडे, बाहुल्या इ. वस्तूंच्या संपर्कामुळे)- यातील कशाची अॅलर्जी असेल जर पांढरे डाग येतात. काही भाजलेल्या, खरचटलेल्या खोल जखमा बऱ्या होताना काहींचे काळे तर काहींचे पांढरे डाग राहू शकतात. कुष्ठरोग हा जंतूंच्या प्रादुर्भावामुळे होणारा आजार. त्याच्या काही प्रकारात पांढुरके डाग असतात खरे, पण इतरही लक्षणे असतात. त्याच्या नावाची आणि कोडाची गल्लत होणे ही लोकसमजुतीतली फार मोठी चूक आहे. पांढऱ्या डागांच्या कारणांप्रमाणे त्यांचे उपचारही वेगवेगळे असतात.

कोडाचे काही प्रकार अनुवांशिक असतात खरे, पण ते संसर्गजन्य नसते. कोडाच्या डागाशी, निरोगी माणसाची त्वचा एक वर्ष जरी बांधून ठेवली तरी पांढरा रंग याचा त्याला जाणार नाही. बरं, अनुवांशिक म्हणजे कोडाच्या व्यक्तीच्या सर्व किंवा काही मुलांना ते येईलच असेही नाही. कदाचित सर्वच मुले सर्वसामान्य रंगाची असू शकतात. अजून एक गोष्ट-सर्व लोकसंख्येमध्ये-पूर्ण समाजामध्ये एक टक्का चान्स आहे की केव्हाही कुणालाही-तुम्हाला-कुणालाही कोडाचा डाग येऊ शकतो. कोड आलेल्या व्यक्तीच्या त्वचेच्या काही भागात रंगपेशी नसतात इतकेच. बाकी त्याच्या त्वचेत, रक्तात किंवा शरीराच्या कुठल्याही भागात दोष नसतो. काही अनुवांशिक आजारात लग्न करू नये किंवा निदान मूल होऊ देऊ नये असा सल्ला दिला जातो तसे या बाबतीत मुळीच नाही. पेशंटचे स्वतःचे किंवा त्याच्या नातेवाईकाचे लग्न ठरविण्यात वैद्यकीयदृष्ट्या अडचण काहीच नसते. सामाजिक धारणा मात्र सर्वांनी मिळून बदलायला हवी. कोड आहे म्हणून एखाद्याला कमीपणा येणे हे समाजाच्याच अज्ञानाचे, अंधश्रद्धेचे द्योतक आहे. आपल्यामुळे अशा एखाद्या व्यक्तीला मानसिक किंवा इतर काहीही त्रास होऊ नये म्हणून प्रत्येकाने खबरदारी घ्यायला हवी. नाहीतर त्या व्यक्तीवर विनाकारण अन्याय होईल. खरंतर - काळे-पांढरे डाग असलेले प्राणी जसे असू शकतात उदा. मांजर, गाय (होस्टन फ्रीझीयन किंवा डांगी), घोडा, कुत्रा (डालमॅशियन) तसेच हे समजले पाहिजे.

हे सर्व श्यामला व त्याच्या कुटुंबियांना मी सांगितले होते. त्यांना ते व्यवस्थित कळलेही होते. माझे काम एका टप्प्यापर्यंत झाले होते. म्हणूनच श्यामची जी रुसकी तक्रार - म्हणजे आम्ही होस्टन फ्रीझीयन - ही पुढच्या टप्प्याची सुरुवात होती. आपले सर्व अंग एकाच रंगाचे दिसावी इच्छा सहाजिकच आहे. जरी उपचारांनी अनुवांशिकता बदलत नसली तरी रंग येऊ शकतो. त्यासाठी उपचार करतातच. अखरे सुंदर दिसणे-छान दिसणे हा मुद्दा आहेच नां पांढरे डाग संख्येने कमी, आकाराने लहान असतील तर उपचार लवकर यशस्वी होतात. मोठ्या आकाराचे आणि जास्त संख्येत असले तर उपचारांना प्रतिसाद वेगवेगळ्या प्रमाणात

मिळतो. काही वेळा, पांढरा रंग जास्त नी तपकिरी रंग कमी असला तर उलटे उपचार करून तपकिरी डाग घालविले जातात. एखाद्याच हटवादी डागाला प्लॅस्टिक सर्जरी होऊ शकते. कधी कधी, झाकलेल्या भागात एखादाच न पसरणारा डाग असेल तर कुणी कुणी त्याकडे दुर्लक्ष करून तसाच सोडतात. बाकी आयुर्वेदापासून लेसरपर्यंत उपचारांची भली मोठी फौज आपल्या दिमतीला हजर आहेच उघडया भागातील त्वचेवरचे डाग मेकअपने झाकून टाकणे हाही एक व्यवहारी उपाय आहे. त्यामुळे दैनंदिन वावरातील अवघलेपणा स्पष्टीकरणे टळू शकतात.

हे सर्व मी माझ्या पेशंटला - श्यामला सांगणारच होते, पण मला त्याला आज अजूनही काहीतरी सांगायचे होते. आज त्याच्याबरोबर त्याचा एक मित्र होता. त्याने हातभर गोंदलेले दिसत होते. ते हिरवे-निळे-लाल रंग तो मजेत मिरवित होता. माझ्यासारख्या काही लोकांच्या सौंदर्यकल्पनेत ते बसत नसले तरी त्याच्या सौंदर्यकल्पनेत बसत होते. त्याच्यासारखे आणखीही बरेचजण त्या चित्रकलेला सुंदर समजत असतील. आफ्रिकेतील काही टोळ्यांमध्ये चित्रविचित्र रंगांनी चेहरे-अंग रंगविणे गैर समजत नाहीत. मग श्यामने होस्टन फ्रीझीयन असण्यात कमीपणा का मानावा? गीर, खिलारी, डांगी किंवा डालमॅशियन असे काहीही रंग असले तरी प्राणीजगतात त्याचे दुःख नसते. आपण बुवा असे आहोत. देवाने आपल्याला हे रंग दिलेले आहेत. त्यांचा स्वीकार प्राणीजगतात सुखाने केला जातो.

स्वीकार आपल्या अस्तित्वाचा-आपल्या रंगाचा स्वीकार. तो मनापासून करायला शिकायला हवे. मग दुःखाचे कारण राहाणार नाही. माणूस म्हणून आपला दर्जा रंगामुळे बदलत नाही. आपले दिसणे कुणाला आवडत नसेल तर तो त्याचा प्रश्न आहे. आपला नव्हे. ज्याला आपल्या रंगाबद्दल अडचण नसेल तो आपला मित्र, आपला जोडीदार बनेल. असेच लोक आपले कुटुंब, आपला समाज बनेल. हा स्वीकाराचा संयमी समजूतदार दृष्टीकोन समाजातही निर्माण होईल तेव्हा तो समाजही शहाणा-मॅच्युअर्ड बनेल-आणि जगभरातही हा स्वीकाराचा दृष्टीकोन पसरला तर मोठया जागतिक समस्यांचे एक कारण-रंगाचा स्पर्श-नाहीसेही होऊ शकेल. करू या?



डॉ. सौ. आसावरी गोखले
(लेखिका पुण्यातील प्रथम स्त्रीरोगतज्ञ आहेत)

Vitiligo is termed 'Shvitra' in Ayurveda

The documentation of the disease dates long back since the period of Charaka Samhita that is around pre-2nd century CE. Surely the occurrence must be at least a century prior to the documentation.

Ayurveda considers this disease as an element of skin diseases only. The demarcation of the Shvitra and the other skin diseases lies in the nature of the disease. The Shvitra is devoid of any Exudates. It is not life threatening itself and it is neither bears any potential to transform into any further complications.

Types of Shvita:

According to the discolouration of the skin, shvitra is said to be of three types.

1. manifests with red colour (Rakta) is call as Daarun`a.
2. manifests with copper colour (Taamra) is called as Vaarun`a.
3. manifests with which colour (S`hveta) is called as S`hvitra.

For intervention purposes the Classification is as follows :-

1. Vaataja : dry to touch, slightly red coloured),
2. Pittaja copper coloured, resembling to the colour of lotus leaf, creates burning sensation along the site, shades out the skin hairs.
3. Kaphaja : white coloured, solid/thick to touch with itching, unctuous.

The prognosis according to ayurveda has varied levels

Asaadhya (not curable)

1. many non demark able patches
2. hair colour turning red and /or white
3. more than a year old
4. caused due to burning
5. located at private parts or lips or at the palmer surface of hand

Saadhya (Curable)

1. hair colour not turned red
2. not much spread
3. Pallor
4. recently found
5. black hair
6. demarcated patches
7. Not caused due to burning

Before proceeding to the treatment part, some clarification about the ayurvedic approach seems necessary. Ayurveda believes in personal medicine and customized solutions for each and every disease. The ayurveda practitioners analyse the disease and then analysis of the individual leads to detailing and selection of modalities for the individual.

However the Latest works on shivtra shows encouraging results of some herbs or formulations of herbs.

The treatment protocol of Shvitra is four fold.

The first level intervention is called the 'shodhana' literally meaning the purification. It involves processes such as vamana (the process of medicated emesis), virechana (the process of medicated purgation), basti (the process of medicated enema), nasya (medicated nasal administration) and the raktamokshan (removal of blood). These processes need to be customized for an individual according to the constitution of individual, the causes, the manifestation level and some other parameters. The detailing of each procedure again varies from person to person. These processes are to be carried out under strict supervision of an ayurvedic expert.

This level forms the base for further intervention and helps to control the further spread of the shivtra.

The next level is of local application of medicines to erupt the skin followed by puncturing of the eruption. The puncture leads to exudation of fluid through the patch. This level also needs due care and strict supervision. The eruption is followed by healing applications.

The next level is of local application of medicines for curative purposes.

The fourth level is of local application to regain the colour of the skin.

All the levels carry a lot of customization. A variety of medications in various forms is available in ayurveda.

This approach is classical ayurveda approach based on the 'Panchakarma'.

The another approach of ayurveda is of herb-mineral medicines. These are also available as internal medicine and local applications. These medicines again need to be customized.

Apart from the treatment part, ayurveda focuses for the observation of diet modification for control and cure of the disease. The priority modification is total refraining from 'viruddha ahar' (literally means opposite food). Some examples of viruddha ahar currently found in society are

- * Fruits and milk combinations in form of milk shakes
- * Soft drinks/wine/hard drinks with cheese
- * Bakery product with milk
- * Salted foods and milk
- * Mixed fruit dishes

The list is unending. Thus it is advised to get food habits corrected and modified from an ayurvedic expert.

Dr. Shriprasad Bavadekar

BAMS, PHD(Ayurveda)

Email : shribavadekar@gmail.com

(Author is Ayurvedic Research Scholare)

Peeling the layer off white patches on skin

One of the peculiar skin diseases we are investigating at CSIR-IGIB is the appearance of milky white patches on the skin. Though this disorder, called Leucoderma or Vitiligo, is prevalent worldwide, it is apparent in pigmented Indian skin.

Science still does not fully explain the mechanism behind the development of Leucoderma. We know that the white patches appear - mostly on sun-exposed parts because of loss of certain cells called melanocytes. What causes the disappearance of these cells is not known. There might be multiple triggers behind it, including autoimmunity, a condition in which the body's immune system destroys own cells, but presently we do not understand them.

These white patches have a tendency to spread. About five years ago, we at IGIB began our investigation into why these localised patches of skin remain de-pigmented. What causes them to spread and whether they could be stopped. If you realise, when there is a wound or injury, during the early phase of recovery, there is a white patch. Melanocytes migrate to these regions, re-establish themselves, and restore pigmentation. Why does this not happen in Vitiligo?

One of the methods we employed was comparing skin tissues from the affected region with those in the neighbouring unaffected skin. Our finding, which has been communicated for publication, suggests that the upper layer of our skin, called Epidermis, gets changed with time. This could be the body's response to protect damage of skin from ultra violet light etc. The epidermis, apart from melanocyte, has keratinocytes, which shed off every 28 days. Our studies suggest that in Vitiligo, modified keratinocytes develop a kind of deformity in the local tissue that prevents melanocyte migration.

Now we are trying to find out how these patches spread. We have realised that buffaloes can be used for our studies as vitiligo in these animals is similar to humans. This work is being done with BAIF at Pune.

We would need at least another five years to be able to comprehend this process in Vitiligo. A team of about 20 Scientists and Researchers at IGIB is currently involved in this research and a number of other institutes, including CSIR-National Chemical Laboratory, Pune, National Institute of Immunology, New Delhi and clinical collaborators from Ram Manohar Lohia and DY Patil Medical College, are our partners.

Rajesh Gokhale

Director,
CSIR-Institute of Genomics and
Integrative Biology, New Delhi

आता 'इच्छामरणा'चे काय ?

अखेर ३०९ कलम रद्द करून सरकारने अमानवीय कायद्यांची मान्यता संपविण्याच्या दिशेने पहिले पाऊल टाकले असेच म्हणावे लागेल. जगणे हा मानवाचा केवळ मुलभूत अधिकार नसून, जगणे सुसह्य करण्याकरिता सर्व प्रकारच्या सुविधा मागण्याचासुद्धा त्याला अधिकार असावा. अगदी काही महिने वयाच्या लहान मुलालासुद्धा तुम्ही कडेवर उचलून घ्या व खाली वाकून आपल्या हाताची पकड थोडी ढिली सोडा. बघा त्याच्या इवल्याशा हाताची पकड तुमच्या कपड्यांवर घट्ट होते की नाही ते! स्वतःच्या जिवाची काळजी घेणे ही अत्यंत नैसर्गिक प्रक्रिया आहे व ती प्रत्येक जीवमात्रात बघायला मिळते. असे असूनसुद्धा एखादा माणूस स्वतःहून मरणाला कवटाळतो, असं का होतं?

आत्महत्या हा भेकडपणा आहे असे म्हटले जाते, कदाचित आत्महत्या करणाऱ्याला त्याच्या कृत्यापासून परावृत्त करण्याकरिता असे सांगणे ठीक आहे. परंतु स्वतःचे जीवन संपवून टाकण्यासाठी केलेले हे कृत्य तसे बघितल्यास प्रचंड निर्धाराने केलेले कृत्य असते. अशा कृत्याचे समर्थन करणे निश्चितच समाजाच्या हिताचे नाही. पण जगण्याबद्दलची प्रचंड नैसर्गिक ओढ बाजूला सारून मृत्युशी हातमिळवणी करणाऱ्या व्यक्तींची त्या वेळची मानसिकता नेमकी कशी असत असेल यावर संशोधनाची गरज आहे. त्याच्या समस्या समजून घेऊन त्या सोडविण्यासाठी त्याला मदत करणे अधिक आवश्यक आहे.

जगण्यामरण्याच्या सीमारेषेवर आणखी एक प्रश्न गेली अनेक वर्षे खिंतपत पडला आहे, तो आहे 'इच्छामरण'. स्वाभिमानाने जगण्याचा जसा माणसाला अधिकार आहे तसा स्वाभिमानाने मरण्याचा त्याला अधिकार नसावा का? मरणासन्न अवस्थेत वर्षानुवर्षे खिंतपत पडण्यापेक्षा त्या यातनांतून सुटका होणे महत्त्वाचे नाही का? एकीकडे आजारी मनुष्य अर्धमेल्या अवस्थेत हॉस्पिटलमध्ये कृत्रिम उपचारांवर दिवस काढत असताना दुसरीकडे त्याची काळजी घेता घेता व हॉस्पिटलची बिलं भरता भरता संपूर्ण कुटुंबाची वाताहात होते, हे सत्य नाकारून चालणार नाही. एखाद्या समाधानी व्यक्तीने असा विचार केला की मी आजपर्यंत सगळं आयुष्य अगदी सुखासमाधानाने जगलो आहे व आयुष्याच्या शेवटी गंभीर आजाराशी अयशस्वी सामना करत, कठीण यातना सहन करून इच्छा नसताना जगण्याची धडपड करण्यापेक्षा व आपल्या कुटुंबियांनासुद्धा त्रास देण्यापेक्षा शांतपणे समाधानाने मरण पत्करण्याचा मार्ग स्वीकारावा, तर त्याच्या या विचारांचा आदर करणे योग्य नाही का? दुसरीकडे संपूर्ण आयुष्य जगून झालेल्या एखाद्या वृद्ध व्यक्तीला मरणयातना भोगत का असेना पण फक्त तो जिवंत रहावा या अट्टाहासापायी लाखो रुपये कर्ज घेऊन खर्च करताना पैशाअभावी घरातील दोन तीन लहान मुलांच्या हक्कांच्या उज्वल भविष्यावर विपरीत परिणाम होतो हे मूलभूत अधिकाराच्या विरोधात

नाही का? अशा कायद्यांना अनेक देशात मान्यता आहे. आपल्याकडेसुद्धा अनेकांना अशा कायद्याची गरज आहे. आता ३०९ कलम रद्द करण्याच्या हालचालींमुळे अनेकांना आशेचा किरण दिसू लागला असेल. विरोधाची बाजू समजून घेऊन सारासार विचार करून 'इच्छामरणा'सारख्या उपायांनी कायद्याने मंजूरी मिळावी याकरिता समाजातील विविध स्तरातून प्रयत्न होण्याची गरज आहे.

मिलिंद खडकार
ट्रॅफिक इन्स्पेक्टर
सेंट्रल रेल्वे, पुणे विभाग
तळेगाव दाभाडे

My story

My earliest memories go back to a childhood of typical army life. Shifting base city to city every three years, making friends and bidding farewell, all with a smile. But Pune has always been the fondest memory, a city where we arrived and never left. I was a sports person right through high school, the never say die attitude a gift of the army background and resilient genetics. It was also in high school that I had my first diagnosis of Vitiligo. Amidst medical treatment and other home remedies, I vowed to myself to never let a cosmetic condition hamper my spirit ever. I juggle my life playing mom to two brats, running to realise and push my physical limits and being passionate about encouraging women to make fitness a part of their lives. As a mom, I have to shift between ninth std physics and nursery rhymes with equal enthusiasm .

Running has added meaning to my life in a way that cannot be put in words. Whether it's cutting a few seconds in a half marathon or pushing my body to cross the finish line in a 50 km ultra..... It all translates to resilience in life in general. As a fitness trainer, I passionately advocate that women make fitness a part of their lives and start investing time in themselves in their busy schedules as homemakers and career women. Vitiligo is more a mind game for a person to win and I hope to encourage those that I can.. To overcome inhibitions about their condition and achieve their personal goals. If I can have a positive influence on even one person, it would be achievement enough. We are only bound by the limits we place on ourselves... If we feed positive uplifting thoughts to our mind, there exist no limits to talent and potential within us.

Zareen Siddiqui

Fitness Trainer

Professional Marathon Runner

समीर दाते यांचा नवा शुक्रतारा



गेली काही वर्षे डॉ. माया तुळपुळे यांनी स्थापन केलेली व अतिशय समर्थपणे चालवलेली श्वेता असोसिएशन ही संस्था पांढऱ्या कोडाविषयी जनजागृतीचे फार मोठे काम करीत आहे. आज श्वेता असोसिएशनचा नावलौकिक पुण्यात व महाराष्ट्रातच नव्हे तर भारतात व परदेशातही पसरलेला आहे.

अठरा वर्षापूर्वी सहवास सोसायटीमध्ये रहायला आल्यापासून डॉ. माया तुळपुळे, श्री. श्रीराम तुळपुळे व त्यांच्या सर्व कुटुंबियांचे व आमचे म्हणजे रवी दाते यांच्या कुटुंबाचे अतिशय घनिष्ट संबंध आहेत. त्यामुळे आमचा मुलगा गायक समीर दाते याने नवा शुक्रतारा कार्यक्रमाची मुहूर्तमेढ पुण्यात रोवल्यानंतर डॉ. माया तुळपुळे यांनी समीरला श्वेता असोसिएशनच्या निधी उभारणीसाठी नवा शुक्रतारा कार्यक्रम सादर करण्याची विनंती केली. तेव्हा ह्या चांगल्या कार्याला मदत करण्याची संधी मिळाल्याबद्दल समीरला व आम्हा सर्वांनाच आनंद झाला.

दि. ६ फेब्रुवारीला यशवंतराव चव्हाण सभागृहात सायंकाळी ५ वाजता आमदार श्रीमती मेधा कुलकर्णी, श्री. प्रकाश जावडेकर यांच्या पत्नी श्रीमती प्राची जावडेकर, बिल्डर श्री. विलास जावडेकर, नगरसेवक श्री. राजाभाऊ बराटे, संगीतकार श्री. रवी दाते अशा अनेक मान्यवरांच्या उपस्थितीत व तुडुंब भरलेल्या श्रोतृवृंदासमोर नवा शुक्रतारा वारसा सुरांचा हा कार्यक्रम समीर रवी दाते यांनी सादर केला व रसिकांना मंत्रमुग्ध केले.

या कार्यक्रमाची संकल्पना व लेखन माझे म्हणजे ज्योती दाते यांचे असून निवेदन कु. अनुश्री फडणीस हिने केले. सहगायिका होत्या श्री. रवी दाते यांच्या शिष्या श्रीमती रेवा तिजारे.

समीर दाते यांना गायनाचा वारसा रक्तातूनच मिळाला आहे. समीरचे आजोबा कै. रामभैया दाते हे रसिकाग्रणी म्हणून महाराष्ट्राला सुपरिचित आहेत. मराठीतील ज्येष्ठ व श्रेष्ठ गायक श्री. अरुण दाते हे समीरचे काका. त्यांच्या एकाहून एक सुंदर आणि अर्थपूर्ण गीतांनी गेली ५५ वर्षे रसिक मनावर अधिराज्य गाजवले आहे. समीरचे वडील श्री. रवी दाते हे उत्तम संगीतकार म्हणून प्रसिद्ध असून अनेक कलाकार त्यांच्याकडून गझलगायकीचे शिक्षण घेत असतात. व्यवसायाने आर्किटेक्ट असूनही घराण्यातून चालत आलेला गायनकलेचा वारसा समीरनेही उत्तमरित्या जोपासला आहे. श्री. रवी दाते व श्री. सुरेश वाडकर यांच्याकडून संगीताचे धडे घेतल्यावर अनेक चित्रपटांसाठी समीरने पार्श्वगायन केलेले असून दूरदर्शनवरील अनेक कार्यक्रमांमधूनही तो गायला आहे. गेल्या पाच वर्षात त्याने व त्याची पत्नी दीपाली सोमैया दाते हिने तीनशेच्यावर सिनेसंगीतावर आधारित कार्यक्रम जगभरातील अनेक शहरांमधून सादर केलेले आहेत.

हिंदी सिनेसंगीताचे जरी अनेक कार्यक्रम सादर केलेले असले तरी मराठी रसिकांपुढे आपल्या घराण्यातील

संगीतकलेचा नजराणा पेश करण्यासची समीरची अनेक दिवसांपासून इच्छा होती. नवा शुक्रतारा वारसा सुरांचा ह्या कार्यक्रमाद्वारे त्याने ती प्रत्यक्षात उतरवली.

ह्या कार्यक्रमाच्या संहितेद्वारे श्री. अरुण दाते यांच्या सांगितिक कारकिर्दीचा आढावा घेण्यात आला. तसेच रामभैयांकडून मिळालेला वारसा श्री. रवी दाते यांची संगीतकार म्हणून वाटचाल व सरतेशेवटी समीर दाते यांचे संगीतक्षेत्रातील योगदान हा सर्व आलेख मांडण्यात आला. तरुण व ताज्या दमाची निवेदिका अनुश्री फडणीस हिने दमदार आवाज व उत्तम निवेदनाद्वारे रसिक श्रोत्यांवर छाप पाडली.

श्रीराम जयराम जय जय राम ह्या अरुण दाते यांनी गायलेल्या भक्तीगीताने सुरुवात करून स्वरांगेच्या काठावरती, दिवस तुझे हे फुलायचे, सखी शेजारणी, या जन्मावर या जगण्यावर शतदा प्रेम करावे, भातुकलीच्या खेळामधली अशी एकाहून एक सुंदर गाणी समीर दाते याने आपल्या सुरेल व गोड आवाजात सादर करून श्रोत्यांना मंत्रमुग्ध करून सोडले.

शुक्रतारा मंदवारा, संधीकाळी या अशा, सर्व सर्व विसरु दे व हात तुझा हातातुन ही चार सुधा मल्होत्रा, लता मंगेशकर, आशा भोसले व सुमन कल्याणपूर यांनी अरुण दाते यांच्याबरोबर गायलेली द्वंद्वगीते समीरने रेवा तिजारे हिच्याबरोबर सादर केली. रेवा तिजारे हिने आपल्या गोड व सुरेख आवाजाने समीरला उत्तम साथ दिली. कवी सुरेश भट यांनी लिहिलेली व संगीतकार रवी दाते यांनी स्वरबद्ध केलेली दोन गीते आताच अमृताची बरसून रात गेली व पहाटे पहाटे मला जाग आली समीरने आपल्या खास ढंगात पेश केली.

कार्यक्रमाच्या शेवटी समीरने स्वतः गायलेली व गिरिजा मराठे यांनी स्वरबद्ध केलेली कवी ग्रेस यांची कविता सांजधनाच्या मिटल्या ओळी, मिटले माझे नयन निळे सादर केली. तसेच मूळ शुक्रतारा गीताला मानवंदना म्हणून खास तयार करण्यात आलेले वर्षा तळवळकर यांनी लिहिलेले व गिरिजा मराठे यांनी स्वरबद्ध केलेले शुक्रतारा हा नवा हे गाणे सादर करून कार्यक्रमाची सांगता केली.

कार्यक्रमाच्या मध्यंतरात श्वेता असोसिएशनच्या विश्वस्त श्रीमती संध्या दंडे यांनी आपल्या प्रास्ताविकात श्रोत्यांना श्वेता असोसिएशन ह्या संस्थेची व कार्याची माहिती करून दिली. श्रीमती प्राची जावडेकर ह्या प्रमुख पाहुण्यांच्या हस्ते सर्व कलाकारांचा सत्कार करण्यात आला. श्वेता असोसिएशनच्या संस्थापिका व संचालिका डॉ. माया तुळपुळे यांनी आभार प्रदर्शन केले.

नवा शुक्रतारा ह्या कार्यक्रमाच्या व समीर दाते यांच्या सुमधूर गायनाच्या तसेच डॉ. माया तुळपुळे व श्वेता असोसिएशन करीत असलेल्या उल्लेखनीय समाजसेवेच्या स्मृती रसिक प्रेक्षकांच्या मनात दीर्घकाळ घर करून रहातील.

सौ. ज्योती रवी दाते
सुप्रसिद्ध लेखिका व पत्रकार

हृदयाचा संवाद

निशब्द शांतता होती. मिस्टीक व्हिलेज. नॅशनल आर्ट कॅम्प. स्टेजवर मुंबईच्या जे. जे. स्कूल ऑफ आर्टमधील एक प्राध्यापक उभे होते. शेजारी एक इझल. समोर जमलेल्या जनसमुदायावर त्यांची नजर भिरभिरत होती. त्यांचे पोर्ट्रेटचे प्रात्यक्षिक होणार होते. मॉडेल निवडण्यासाठी त्यांची शोधक नजर फिरत होती.

सूत्रसंचालिकेने त्यांच्या पोर्ट्रेटची इतकी स्तुती केली की त्यांचे मॉडेल म्हणून बसणे ही खरेच भाग्याची गोष्ट आहे हे त्यातून प्रतीत होत होते. त्यामुळे अनेकजण सरसावून बसले होते. सुंदर व तरुण मुला-मुलींकडे सर्वांचे लक्ष जात होते. बहुतेक त्यांच्यामधून मॉडेल निवडले जाईल असा जवळपास सर्वांचाच अंदाज होता.

पण सर्वांचाच अंदाज चुकला. निवडलेले मॉडेल म्हणजे प्राध्यापकांचे एकेकाळचे सर होते. वयस्कर, स्थूल शरीरयष्टी, काळेसावळे, अर्ध्या चेहऱ्यावर कोड आलेले ... प्रात्यक्षिक सुरु झाले. पोर्ट्रेटचे प्रात्यक्षिक म्हटल्यावर दिसणे आलेच. पण त्यापलिकडचा ओलावा, आपल्या सरांबद्दल मनात असलेले नितांत प्रेम त्यांच्या रंगांमधून उतरत होते, असे वाटत होते.

पोर्ट्रेट सुरु असताना नितळ सिनेमाची निर्माती, पुण्यातील स्वयंसेवी संघटनांच्या मंडळाची अध्यक्षा व माझी मैत्रिण डॉ. माया तुळपुळे योगायोगाने माझ्या शेजारी खुर्चीवर येऊन बसली. आमच्या थोड्या गप्पा झाल्यावर तिचे सगळे काम माझ्या डोळ्यांसमोर उभे राहिले. कोड आलेल्या लोकांसाठी तिने श्वेता असोसिएशन स्थापन केली होती. सुरुवातीच्या तिच्या एका कार्यकर्त्याचा अनुभव आजही माझ्या मनात ताजा आहे. तो कार्यकर्ता त्याच्या एका मित्राकडे कधी कधी जात असे. तो येऊन गेला की मित्राची आई घर धुवून घेत असे. एकदा ही गोष्ट मित्राच्या लक्षात आल्यावर त्याने त्याला बाहेरच भेटत जाऊया म्हणून सांगितले. अंगावर कोड आल्यामुळे मिळणारी ही वागणूक त्या कार्यकर्त्याच्या मनातून गेली नव्हती. असे अनेक अनुभव ... प्रत्येकाचे वेगळे. पण समाजाचा तिरस्कृत भाव एकच. असे सगळे अनुभव बरोबर घेऊन श्वेता असोसिएशनची वाटचाल चालू आहे. कोड आलेल्या लोकांसाठी त्यांनी त्वचेची कशी काळजी घ्यावी त्या दृष्टीने समुपदेशक वर्ग, वधु-वर सूचक मंडळ, कोडावर संशोधन प्रकल्प, त्यासाठी विविध डाटा गोळा करणे आदी अनेक बाबी आता श्वेताच्या माध्यमातून करण्यात येतात. यातूनच नितळ सिनेमाची निर्मिती झाली त्यास अनेक पुरस्कारही मिळाले.

दिसण्यापेक्षा असण्याची जाणीव दाखवूनही श्वेता समाजाभिमुख नाही. समाज अजून अंतर ठेवूनच आहे. दिसते तसे नसते हे वाचून, लिहून गुळगुळीत झालेले वाक्य सर्वांना माहित आहे पण तरी काय असते? याचा अनुभव घेण्यासाठी दिसणे हेही समाजात जरूरीचे झाले आहे आणि उगीचच चांगुलपणाच्या गोष्टी कृतीत

आणून आपले ऋण प्रतीत करावे लागते.

पोट्रेट आता जवळपास पूर्ण होत आले होते. फोटोग्राफ व पेंटिंग यात हाच फरक आहे की व्यक्तीच्या स्वभावाची वैशिष्ट्ये फोटोच्या चौकटीत येत नाहीत. पण पेंटिंगमध्ये ती आणता येतात. पोट्रेटमध्ये आपल्या सरांबद्दल असलेला चित्रकाराचा प्रेमभाव दिसून येत होता.

निवासी आर्ट कॅम्प असल्याने आम्ही ५ दिवस येथेच राहायला होतो. रात्री दहाच्या सुमारास मी व माझी मैत्रिण पाणी पिण्यासाठी मेसकडे चाललो होतो. रस्त्याच्या कडेला असलेल्या हिरवळीवर बाकावर दोघेजण गप्पा मारत असलेले दिसले. मंद प्रकाशात चेहऱ्यावरील कोड उठून दिसले. मघाशी मॉडेल म्हणून बसलेले सर व सध्या प्राध्यापक असलेला त्यांचा विद्यार्थी यांच्या नीरव शांततेत रात्रीच्या चंद्रप्रकाशात जिव्हाळ्याच्या गप्पा चालू होत्या, गुरुशिष्यांचा दिसण्यापलीकडील हृदयाचा संवाद सुरु होता.

अनुराधा ठाकूर
आंतरराष्ट्रीय किर्तीच्या चित्रकार
सावेडी, अहमदनगर

त्वचाविकार व आत्मभान

आत्मभान हा माझ्या मते बराचसा तत्वचिंतनात्मक विषय तर त्वचाविकार ही चक्रे त्वचेच्या आरोग्याची समस्या! पण तरीही या दोन्हीचा संबंध मात्र फार जवळचा असल्याचे दिसते. इतर विकारांच्या बाबत असे होत नाही. म्हणजे क्षय आणि आत्मभान किंवा दातदुखी आणि आत्मभान असे काही विषय संभवत नाहीत. याचे कारणच मुळी त्वचेला नि अर्थात तिच्या बरेवाईटपणाला आपण व्यक्तीच्या ओळखित दिलेले महत्वाचे स्थान! आणि त्यापायी करून घेतलेली स्वतःची परवड! आपण व्यक्तीच्या दिसण्याला नि तिच्या व्यक्तित्वाला इतके अविभक्त मानतो की मग आपल्या व्यक्तीमत्त्वविकासाचा मार्ग मेडिकल स्टोअरवरून जातो, सौंदर्यप्रसाधने नि त्वचारोग-मलमे खरीदण्यासाठी!

त्वचाविकार आणि आत्मभान या विषयाचा विस्तार करतांना प्रथम व्यक्तीची ओळख तिच्या दिसण्यावरून, त्वचेच्या रंग नि पोतावरून कशी ठरविली जाते हे मांडले आहे. त्वचाविषयक समस्यांमुळे व्यक्तीच्या भावजीवनात आणि समाजाशी असलेल्या संबंधात कसे भोवरे निर्माण होतात हे पुढे स्पष्ट केले आहे. एकंदरच आत्मभान म्हणजे नक्की काय, त्याचा नि त्वचेच्या रंगारूपाचा संबंध लावण्याची प्रचलीत पद्धत व्यक्तीची खरी ओळख पटविण्यास कशी सक्षम नाही हे पुढे सांगितले आहे. शेवटी व्यक्तीचे आत्मभान कशावर अधिष्ठित असावे यावर विचार मांडले आहेत. थोडक्यात त्वचाविकार आणि आत्मभान हे दोन परस्परांशी अजिबात संबंध नसलेले स्वतंत्र विषय आहेत नि त्यांच्यात असा संबंध लावणे हे व्यक्तीच्या आत्मसन्मानाला बाधा आणणारे तर आहेच शिवाय समाजाचे अवमूल्यन करणारे आहे, हे या लेखाचे प्रतिपाद्य आहे.

१. त्वचाविकार आणि व्यक्तीची ओळख

माणसाला निसर्गाकडून पाच ज्ञानेंद्रिये मिळाली आहेत. त्यामुळे माहिती मिळविण्यासाठी माणसाने त्यांच्यावर भिस्त ठेवणे साहजिकच आहे. दिसणे नि ऐकणे या क्रिया दुरून करता येण्यासारख्या नि म्हणून जास्त महत्वाच्या मानल्या जातात. म्हणूनच व्यक्तीची ओळख तिच्या दिसण्यावरून केली जाते. (प्रत्येक वेळी आवाज माहित असतोच असे नाही) उदाहरणार्थ, अब्दुल कलाम म्हटले की डोळ्यांसमोर ती विशिष्ट व्यक्ती येते. म्हणूनच व्यक्तीची ओळख तिच्या दिसण्यावरून पटणे हे तसे नैसर्गिकच म्हणता येईल.

पण घोटाळा होतो तो माहिती नि ज्ञान यात गल्लत करण्याच्या माणसाच्या स्वभावामुळे. ज्ञानेंद्रियांनी मिळविलेल्या माहितीचे विश्लेषण करून मेंदू ज्ञान मिळवितो. पण एकंदरितच विचार करायची सवयच सर्वसाधारणपणे नसल्याने मिळालेल्या माहितीलाच आपण ज्ञानाचे लेबल लावतो नि दिसणे हीच व्यक्तीची ओळख करून टाकतो. याचा सगळ्यात जास्त फटका बसतो तो स्वच्या ओळखीला! आत्मभान म्हणजे स्व

ची ओळख असल्याने व्यक्ती जेव्हा स्वतःचे मूल्यमापन दिसणे याच मोजपट्टीने करायला लागते, तेव्हा ती उन्नतीच्या पायऱ्या चढायचेच विसरते. एवढेच नाही तर केवळ दिसण्याला महत्त्व देण्याने न्युनगंडाच्या विळख्यात अडकते. त्यात जर कुठल्या त्वचाविकारांनी आक्रमण केलेच तर मग हा विळखा अधिकच घट्ट होतो.

२. त्वचाविकार - विज्ञान नि अंधःश्रद्धा

ज्या त्वचाविकारांनी माणसाला जळजळ, खाज वगैरेसारख्या त्रासाला तोंड द्यावे लागते तेव्हाचे माणसाचे त्रस्त होणे समजू शकते. योग्य औषधांनी यातून बाहेरही पडता येते. पण कोडासारखे काही त्वचाविकार तर अगदीच निरुपद्रवी असतात. त्वचेतील रंगद्रव्ये कमी झाल्याने त्वचेवर उमटणारे कोडाचे पांढरे डाग माणसाचे काहीच शारीरिक किंवा बौद्धिक नुकसान करत नाहीत हे एक वैज्ञानिक सत्य आहे. हा विकार सांसर्गिकही नाही. फक्त त्वचेच्या बाह्य रूपावर या विकाराचा परिणाम होतो. दुर्दैवाने आपल्या सौंदर्याच्या कल्पनाही साचेबद्ध असतात. वेगवेगळ्या रंगांचे डाग किंवा ठिपके असलेल्या पाळीव प्राण्यांचे कौतुक करणारी मनुष्यजात कोड असलेल्यांना मात्र वेगळी वागणूक देते. विवाह हा व्यक्तीच्या जीवनातला महत्त्वाचा टप्पा! पण कोडग्रस्त व्यक्तींच्या जीवनात हा बहुधा दुःखाध्याय ठरतो. विवाहापूर्वी कोड असेल तर लग्न जुळायला त्रास होतो. विवाहानंतर ही व्याधी उपटली तर बऱ्याचदा जोडीदार पाठ फिरवतो. (अर्थात यालाही अपवाद आहेतच. यातलाच एक उल्लेखनीय सन्मान्य अपवाद, सहचरीची निवड तिच्या त्वचेवरून नव्हे तर आत्मीक सौंदर्यावरून करणाऱ्या अरविंद गुप्ता सरांचा!)

कर्मकांडाळू समाज कोडाचे डाग ही पूर्वजन्मांच्या पापाची शिक्षा समजतो नि त्यासाठी सोळा सोमवारासारखी कडक व्रते सुचविली जातात. या असल्या अंधःश्रद्धांमुळे कोड असलेल्या माणसाला न केलेल्या अपराधांची शिक्षा भोगावी लागते. सुमती क्षेत्रमाडे यांनी लिहिलेल्या महाश्वेता कादंबरीत एका कोडग्रस्त मुलीची दुःखद जीवनकथा वर्णिली आहे. सुधा मुर्ती यांचीही याच नावाची व विषयावरची आशावादी संदेश देणारी कादंबरी सध्या वाचली जात आहे. या समस्येवरचा नितळ नावाचा एक सिनेमाही पाहिल्याचे स्मरते. या बाबतीत जनजागृतीसाठी अनेक मार्गांनी प्रयत्न होऊनही समाजाचे पूर्वग्रह बदलत नाहीत.

३. आत्मभान

माणसाच्या दिसण्यावरून त्याला इतरेजन ओळखतात हे आपण पाहिले. व्यक्तीने हीच फुटपट्टी स्व-ओळखीसाठी वापरली तर काय होईल/होते? अशी व्यक्ती फक्त आरशातल्या प्रतिमेलाच आपली ओळख समजते. ही प्रतिमा जास्तीतजास्त सुंदर दिसावी हेच मग व्यक्तीचे जीवन ध्येय उरते. त्यासाठी सौंदर्यप्रसाधने, पार्लर्सच्या खेपा वगैरे वगैरे अनेकविध उपाय शोधण्यात नि करण्यातच हे लोक त्यांचा वेळ खर्च करतात. (लोकांची ही मानसिकता हेरून मग अशा उत्पादनांच्या जाहिराती करायला अनेक दृक-श्राव्य माध्यमे टपून असतातच.) अशात जर एखाद्याला काही त्वचाविकार झाला तर तो लपवायला नि त्याच्यावर उपचार - जास्त

प्रमाणात चोरूनमारूनच - करण्यासाठी मग धांदल उडते. असे लोक बहुधा खोट्या जाहिरातींना बळी पडतात. असे काही घडले नाही तरी वयोमानाप्रमाणे त्वचेच्या रंगापोतात नि त्यामुळे रूपात होणारे बदल व्यक्तीला अस्वस्थ करतात. तारुण्य संपून वार्धक्याकडे निसर्गतःच होणारी वाटचाल अशांना नैराश्यग्रस्त करते. रूपलावण्याच्या भूलभूलैयात अडकून हे आयुष्यात बाकी काहीच करत नाहीत. हे जग किती सुंदर आहे नि मिळालेल्या आयुष्यात करण्यासारखे कितीतरी आहे याची त्यांना गंधवार्ताही नसते. जन्माला आला हेला नि पाणी वाहून मेला या म्हणीतला हेला निदान दुसऱ्यांसाठी पाणी तरी नेतो पण ही माणसे मात्र आरशात पहातच जगतात. यांना स्वतःची खरी ओळख कधी पटतच नाही, म्हणून आत्मभान येत नाही.

कोडग्रस्त माणसांनीही स्वतःची ओळख दिसण्यावरूनच करण्याच स्वीकारले तर त्यांची अवस्था अधिकच बिकट होते. समाजाने लादलेले एकाकीपण त्यांना नैराश्याकडे नि पुढे आत्मनाशाकडे नेते. केवळ एका गैरसमजावर आधारलेल्या स्व-मुल्यांकनामुळे सगळे आयुष्यच पणाला लागते.

निसर्गाची प्रत्येक कृती अकारण नसते हे एकदा समजून घेतले की बऱ्याच गोष्टी साध्या, सोप्या होतात. माणसाला स्वतःचा चेहरा आरशाशिवाय कधीच दिसत नाही यामागेही असेच तात्विक कारण आहे. स्वतःची ओळख माणसाने रूपावरून करू नये अशी निसर्गाची इच्छा आहे. माणसाला मिळालेल्या बुद्धी नि मनःशक्तीचा वापर करून खूप काही साध्य करता येते, आत्मीक उन्नतीची उंची गाठता येते. निसर्गाने दिलेल्या अंगभूत शक्ती वापरून हे जे काही माणूस घडवितो, ते त्याचे कर्तृत्वच त्याची खरी ओळख असते. अब्दुल कलामांची प्रतिमा पाहून व्यक्ती म्हणून आपण त्यांना ओळखतो पण त्याबरोबरच त्यांचे सारे कर्तृत्व आपल्याला आठवून जाते. ज्यांना रूपाची देणगी मिळालेली नाही किंवा कोड व इतर कुठल्या विकाराने तिला तडे गेले आहेत अशा व्यक्तींनी जर हा विचार स्वीकारला तर लोकांना काय वाटते हा विचार त्यांचे आत्मभान प्रदूषित करणार नाही आणि वैफल्य त्यांच्या वाटेला जाणार नाही.

४. त्वचामहात्म्य आणि आत्मभान

खरे तर त्वचा हे शरीराचे आवरण, आतील अवयवांना सुरक्षा नि आधार द्यायचे एक साधन! पण मनुष्यजातीने केवढे स्तोम माजवले आहे तिचे! त्वचेच्या गोऱ्या रंगाच्या आकर्षणापोटी किती आटापिटा केला जातो. गोरे होण्यासाठी स्त्री-पुरुषांनी वापरायच्या क्रीम्सच्या जाहिराती हे वेड अधोरेखित करतात. खरे तर गोरं रंग सर्वश्रेष्ठ मानण्याच्या मानसिकतेपायी आपण गुलामी भोगली आहे. गोऱ्यांनी इतर सगळ्यांना, पिवळ्यांनी काळ्यांना तुच्छ लेखणे हा आपला जागतीक इतिहास आहे.

भारतीय तत्वज्ञानाने को हं (मी कोण?) या आत्मभानात्मक प्रश्नाचे खूप सुंदर उत्तर दिलेले आहे. आत्म्याच्या उन्नयनासाठी मनुष्यजन्म लाभतो. प्रत्येक व्यक्ती या विश्वचैतन्याशी जोडली गेलेली असते. त्याचा भाग असते. म्हणूनच को हं चे उत्तर सो हं, त्या चैतन्याचा अंश, असेच असते. आत्म्याचे वस्त्र शरीर नि शरीराचे निसर्गदत्त वस्त्र म्हणजे त्वचा, असे असताना स्वतःची ओळख त्वचेशी निगडित ठेवणे हा केवढा

मूर्खपणा आहे.

या सगळ्या विवेचनावरून हे स्पष्ट होते की स्वतःची ओळख, मिळालेल्या त्वचेच्या रंगरूपावरून ठरविणे चुकीचे आणि स्वतःवर अन्याय करण्यासारखे आहे. कारण त्यामुळे व्यक्तीची माणूस म्हणून वाढ खुंटते. वैज्ञानिक दृष्टीकोन हेच सांगतो की त्वचाविकार ही आरोग्याची समस्या आहे तर आत्मभान ही माणसाच्या अंतरंगाची ओळख आहे. या दोन्ही गोष्टींचा एकमेकांशी काहीही संबंध नाही. हे सत्य स्विकारले तरच आपली आपल्याशी खरी ओळख होऊ शकेल.

५. उपसंहार

त्वचाविकार आणि आत्मभान या विषयाचा विचार दोन स्तरांवर होतो. एक म्हणजे समाजाचा व्यक्तीकडे पहाण्याचा दृष्टीकोन आणि व्यक्तीचा स्वतःकडे पहाण्याचा दृष्टीकोन. दोन्हीही माणसाच्या त्वचेच्या रंगरूपावर अवलंबून असू नये हे तर महत्वाचे आहेच पण त्याहून जास्त महत्वाचे हे आहे की माणसाने स्वतःला ओळखण्यासाठी दुसऱ्यांचे चष्मे वापरू नये.

माणसाची खरी ओळख त्याच्या अंतरंगावरून होते. बाह्यरूपावरून नाही. खूप आधी संत चोखामेळा सांगून गेले आहेत, उस डोंगा परी रस नव्हे डोंगा, काय भुललासी वरलिया रंगा, ज्यांना हे समजते त्यांचे आत्मभान नेहमीच जागरूक असते नि अशांनाच माणूसपण उमजते.

डॉ. शुभदा गद्रे

भ.ध्व. ८२३७८९५४२७

बी २१, कृतिका अपार्टमेंट, ९ वी गल्ली, डहाणूकर कॉलनी, कोथरूड.

श्वेतापर्यंतचा माझा प्रवास

मधे मी - म्हणजे माझ्या मैत्रीणींनी माझं नाव ५ किमी. धावण्यासाठी दिलं. ब्रेस्ट कॅन्सरला सपोर्ट म्हणून मीसुद्धा उत्साहात सहभागी झाले. मी आधी कधीही धावण्याच्या फंदात पडले नसले तरी योगासने, बॅडमिंटन आणि भरपूर चालणे इत्यादींचा सराव असल्यामुळे ३ किमी अंतर काहीच तयारी न करता छान पूर्ण केलं. पण त्यावेळी जी काही मजा आली त्यामुळे मी एकटीने आठवड्यातून १-२ वेळा जमेल तेव्हा रेसकोर्स वर जाऊन धावायला लागले. सुरवातीला २.२ किमी च्या एका राऊंडवरून ६-७ राऊंडसवर २ वर्षात कशी पोहोचले कळलच नाही. मधे मधे छत्रपती शिवाजी, पूणे इंटरनॅशनल वूमन्स डे, अवर मॅरॅथॉन अशा वर्षातून ५-६ वेळा १० किमी धावले. मॅ२०१५ च्या दरम्यान योगायोगाने गायत्री शर्मा ह्या आमच्या बिल्डींगमधील मेडिकल स्टूडंटमुळे फ्री रनर्स ग्रुपची ओळख झाली.

सुरवातीला पहारे ५ वाजता उठून ६ वाजता धावायला जाणं अगदी जीवावर यायचं. पण दुसऱ्या बाजुला पळण्यातली जी किक असते तिची पण ओढ वाटू लागली. नवीन मित्र मैत्रीणी मिळाले. आणि कॉलेज कट्ट्यावरचे दिवस पुन्हा एकदा आरजू कॅफे वर एन्जॉय करू लागले.

जितेंद्र नायर आणि पराग डोंगरे सरांच्या कोचिंगमध्ये आमच्या ग्रुपमधील माझ्यासारख्या पहिल्यांदाच हाफ मॅरॅथॉन करणाऱ्यांनी सातारा मॅरॅथॉन जो पूर्ण घाटातून रस्ता आहे त्याची तयारी सुरू केली. दर रविवारी आम्ही कोंढव्याच्या ज्योती हॉटेलपासून पूर्ण बोपदेव घाट धावून यायचो. सोबतीला पहिल्यांदाच २१.५ किमी साठी सराव करणारे मित्र मैत्रीणी तर होतेच पण सगळी अनुळवी मंडळीपण होती जी आम्हा प्रत्येकाबरोबर राहून आम्हाला पेस करतील.

सातारा मॅरॅथॉन २०१५हा एक रोमांचकारी आणि अविस्मरणीय अनुभव होता. मी २ तास २५ मिनीटात पूर्ण करून माझ्या कॅटॅगरीमध्ये ८वी आले. माझे सर जितेंद्र नायर व पराग डोंगरे आणि सगळे बरोबरीचे मित्र ह्यांची मी कायमची ऋणी राहीन ह्या अप्रतिम अनुभवाबद्दल.

त्यानंतर धावणे ही आमच्या घरातील सर्वांचीच लाईफस्टाईल झाली आहे. विवेकनी पण आम्हाला जॉईन केल आणि मुळातच तो स्पोर्ट्समन असल्यामुळे अवघ्या १ महिन्याच्या तयारी नंतर हाफ मॅरॅथॉन केवळ २ तासात पूर्ण केली त्यानी.

फ्री रनर्स ह्या ग्रुपकडे बघून सोसायटीमधलेपण बरेच जण आम्हाला जॉईन झाले. त्यातच आम्हाला ठिकठिकाणहून मॅरॅथॉन ऑर्गनाईज करण्यासाठी लोकांच्या एनक्वायरीज येऊ लागल्या. ४ ऑक्टोबर २०१५ ला आमच्या ग्रुपनी FICCE साठी मोठ्या प्रमाणावर मॅरॅथॉन केली. ज्यामध्ये जवळ जवळ ६००० लोक सहभागी झाले होते. सरांच्या उत्कृष्ट प्रशिक्षणामुळे पहिलाच प्रकल्प असूनही अतिशय छान रित्या पार पडला.

सगळ्यांनी खूप कौतूक केलं.

१५ जानेवारी २०१६ ला सरांनी जाहीर केलं की आपण २९ जानेवारीला श्वेतासाठी झरीनच्या कुशल नेतृत्वाखाली इव्हेंट करणार आहोत. त्यावेळी व्हिटीलिंगो म्हणजे नक्की काय हेसुद्धा माहिती नव्हतं. माझ्यावर व्हालेंटिअर कोऑर्डिनेशन त्यांना वेगवेगळी कामे नेमून देणे आणि पूर्ण इव्हेंटच प्लॅनिंग करणे ही जबाबदारी देण्यात आली. आणि मग रिसर्च सुरू केला. श्वेतांनी कोड असणाऱ्यांसाठी जे काही प्रोग्रॅम्स केले ते पाहून थक्क झालो. मग माझी ओळख झाली एका साध्या, अतिशय गोड व सालस व्यक्तीशी - डॉ. माया तुळपुळे यांच्याशी. त्यांच्यासोबत काम करताना इतकं छान वाटायचे. त्यांच हळूवार, प्रेमळ बोलणं आपोआपच तन्मयतेने काम करावस वाटायचं. त्याचबरोबर मुक्ताचा सळसळता उत्साह.. कोणताही काम अगदी कसलही असलं तरी स्वतः पूर्ण करण्याची जिद्द बघून सध्याची युवा पिढी किती इन्स्पायर्ड आहे ते लक्षात आलं. डॉ. माया तुळपुळेंशी छान गट्टी जमली. किती सहजतेने त्यांनी डॉ. मायांना सगळीकडे साथ दिली. त्यांच पूर्ण नेटवर्क व सहकारी वर्ग आम्हाला मदत करत होता. त्यांच्यात एक वेगळच बाँडिंग होतं. आपुलकी होती.

अतिशय थोड्या वेळात तयारी करूनही FICCI चा ५-६००० लोकांच्या सहभागाचा अनुभव पाठीशी असल्यामुळे यावेळी आम्ही अगदी सहजतेने प्लॅनिंग करू शकलो.

शेवटच्या २ दिवसात सगळेचजण एकदम कामात गर्क झाले. आदल्या दिवशी डॉ. माया, मुक्ता व मामू यांच्यासोबत सगळ्या सामानाची मांडणी व एक फायनल रिव्ह्यू घेण्यासाठी मी, जावेद व विंझी तळजाईला पोहोचलो. डॉ. मायांनी यादीप्रमाणे सगळ्याच गोष्टींची व्यवस्था चोख केली होती. मुक्ताने पूर्ण दिवस खपून सगळे फ्लेक्स व दिशा दाखवणारे बोर्डस्चे स्वतः केले होते ते पूर्ण रस्त्यावर जाऊन लावले होते. आयत्यावेळी पाण्याचे भले मोठे डिस्पेंसर, हायड्रेशन पॉईंटला कसे पोहोचवणार असा प्रश्न आला. तो मामूंनी पाण्याचे पोर्टेबल पिंप नळासहित आणून सोडवला.

सकाळी ६ वाजता १० किमी. ७.२०ला ५ किमी व ७.३० ला ३ किमी.ची वेळ होती. ऑन स्पॉट रजिस्ट्रेशन पाऊण तास आधीपासून सुरू असल्यामुळे सकाळी ६.१५ पर्यंत आम्ही पूर्णपणे तयार असणं आवश्यक होतं. प्रश्न होता तो पहाटे ५ च्या आधी सगळं सामान स्टोरेज रुममधून मुख्य व्हेन्युवर अंधारात कसे हलवणार... शिवाय रजिस्ट्रेशन डेस्क, रेड क्रॉस डेस्क, अॅम्ब्युलन्स, मेडिकल किट, रुटीनवरचे २-३ हायड्रेशन पॉईंटस् हे सगळ आम्हाला ६च्या आत तयार ठेवणं आवश्यक होतं. तळजाईवर फक्त मुख्य प्रवेशद्वारापर्यंतच वाहने नेऊ शकत होतो. आतमध्ये आम्हाला २ सायकल्स न्यायला परवानगी होती. त्यामुळे सगळ्या व्हॉलेंटियरच्या मदतीने हे सगळ करणं अशक्य नव्हतं. पण अंधारात तळजाईच्या खडबडीत रस्त्यावर चॅलेंजींग होतं. पण डॉ मायांच्या निर्धारकडे बघून सगळ्यांनीच हे आव्हान स्विकारलं. साधारण २५ जणांची फ्री रनर्सची टीम, क्रिडासंकुलातील सहकारी, डॉ. मायांचे सहकारी, डॉ. नवरंगे, काका ह्या सगळ्यांच्या एकत्रित प्रयत्नामुळे सगळ्या गोष्टी वेळेत उत्तम रितीने पार पाडल्या.

व्हेन्यू वर आम्हाला सामानासाठी एक खोली मिळाली. आणि सकाळी ५ पर्यंत सगळं सामान तिथे पोहोचलंही. जावेदभाईंनी सगळ्या सामानाची हायड्रेशन स्टेशन, रजिस्ट्रेशन डेस्क इत्यादीसाठी जी वाटणी केली होती त्या त्या गोष्टी अजय, राहूल, अवी, विनय, यांच्या रूट व हायड्रेशन टीम ने तत्परतेने अरेंज केल्या. डॉ नितीन व नाझ ने मेडल्स आणि किट डिस्ट्रीब्यूशनची तयारी केली. इथे आम्हाला मुंबईहून आलेल्या टीमची खूप मदत झाली. रेडक्रॉस ची टीमसुद्धा डॉ. राजकुमार शहा यांच्या मार्गदर्शनाखाली तयार होती.

सकाळी ६ पासूनच लोकांची गर्दी सुरू झाली. आत्तापर्यंत ५०० रजिस्ट्रेशनस् झाली होती. त्यामुळे त्या दिवशी फारतर १०० ची अपेक्षा होती. पण चकक २०० ते २५० स्पॉट रजिस्ट्रेशनस् मुळे सगळ्यांच्या उत्साहाला उधाण आलं.

मुक्ता आज एकदम रिलॅक्स्ड दिसत होती. अगदी पळण्याच्या तयारीत अरेंज शर्ट आणि शॉर्ट्समध्ये खुपच खुलून दिसत होती. डॉ. मायांनी मला कोडविषयक एक सुंदर राईटअप पण दिला होता. माईक हातात आला आणि माझ्या अनाऊंसमेंटस् सुरू झाल्या. १० किमीचा फ्लॅग ऑफ आमचे सर जितेंद्रन नायर, ८.५ किमीचा डॉ. अलका मांडके, तर ३ किमीचा डॉ. माया तुळपुळे यांच्या हस्ते झाला. बऱ्यापैकी कठीण रूट असूनही २७ वर्षांच्या नितीन ने फक्त ३८ मिनीटात १० किमी अंतर पूर्ण केले. टायमिंगची जबाबदारी अनुभवी कौस्तुभच्या टीमने लिलया पार पाडली. बघता बघता १ - दिड तासात सगळे रनर्स अंतर पूर्ण धावल्याचं फिलींग घेऊन परत येऊ लागले. मेडल घेतल्यानंतर फिनिश लाईनजवळ आय. एम. जी. फिनीशरचा फोटो घेताना एक वेगळच समाधान.... प्रत्येकाच्या चेहऱ्यावर झळकत होतं.

आज जवळ जवळ ४०० लोक पहिल्यांदाच धावले होते. तो आनंद नवीन धावणाऱ्यांच्या चेहऱ्यावरून ओसंडून वहात होता. तर सौ नवरंगे सारख्या अनुभवी पण आज नवीन १० किमीचा टप्पा पार केल्याच्या खुशीत कित्येक जण दिसत होते.

शेवटी डॉ. मायांनी छोटसं सगळ्यांचे आभार मानणारं गोड भाषण केलं. पुन्हा एकदा सर्वांनी सामानाची आवराआवरी केली. निरोप घेताना डॉ. मायांच्या चेहऱ्यावर सगळं काही छान पार पाडल्याचे समाधान व कौतुकाचे भाव खूप काही सांगून गेले. मामूंशी एकमेकांच्या टच मध्ये राहण्याचे प्रामिस करून निघालो.

खरच व्हिटीलीगो इव्हेंटच्या निमित्ताने किती छान अनुभव मिळवून दिला व किती नवीन नाती जोडून दिली. आज कमीत कमी सहभागी झालेल्या ७०० जण व त्यांच्या कुटुंबियांमध्ये कोड म्हणजे काय आणि त्याबद्दलचे अनेक गैरसमज दूर करून त्यांना आपलसं करून घेऊन पुन्हा नव्याने नाती जोडण्याचा एक प्रयत्न उपक्रम यशस्वी झाला. आपण आज काहीतरी छान केल्याचं स्मित डोळ्यात उमटलं.

सौ. हेमा पांडे

डायरेक्टर : टीकवूड कॅम्पिंग रिसॉर्ट

फ्री रनर्स ग्रुप

आशामाई अशोकदादा जावडेकर



आशाताई ही माझी मोठी बहिण मला गुरूस्थानी होती. तिच्यासारखी व्यक्ती मला मोठी बहिण म्हणून लाभली. म्हणून मी स्वतःला भाग्यवान समजते. तिच्या सहवासात मी लहानाची मोठी झाले आणि तिच्या व्यक्तीमत्त्वाचा माझ्यावर प्रचंड प्रभाव पडला.

जेव्हा तिच्या आठवणी लिहायचे ठरवले तेव्हा तिच्या अनेक गुणांच्या स्मृतींनी मनाचा तांब्या काठोकाठ भरू लागला. विचारांची खूप गर्दी व्हायला लागली की जी कागदावर उतरवणे अवघड झाले. शेवटी मी तिच्या सर्वात जास्त जाणवलेल्या गुणांवर लिखाण केंद्रित करायचे ठरवले तो गुण म्हणजे तिची शेअरिंग करण्याची वृत्ती आशामाईचे सगळे आयुष्य तिच्या जवळ असलेले वाटून देण्यातच गेलं किंबहुना मृत्यूनंतरही तिने तिच्या संपत्तीचे विभाजन केले.

ती अतिशय शिस्तबद्ध होती. खेळाची पण तिला खूप आवड होती. तिला ४थीची आणि ७वीची स्कॉलरशीप मिळाली होती. तसेच १०वीला कोल्हापूर विभागातून तिने प्रथम क्रमांक पटकावला होता. सीओईपी मध्ये सिव्हील इंजिनिअरींगचे शिक्षण घेताना तिने स्वतःला कुठल्याही सवलतीची अपेक्षा केली नाही. त्या काळातदेखील ती वर्ग मित्रांबरोबर अतिशय मोकळेपणाने आणि निःसंकोचपणे वागायची आणि त्याचा उल्लेख ती गमतीने मी मोदकातली करंजी आहे असा करायची.

आशाताईची नोकरी सुरू झाली आणि आम्ही दोघी बहिणी शिक्षणासाठी पुण्यात आलो. आमचा सर्व खर्च आणि जबाबदारी तिने उचलली. काटकसर कशी करावी आणि आहे त्या परिस्थितीत आनंदाने कसे रहावे याचे आदर्श तिने स्वतःच्या वागणुकीने आमच्या पुढे ठेवले. तिची रहाणी अतिशय साधी पण व्यवस्थित होती. नेहमी स्वच्छ, सुती, न चुरगळलेल्या स्वतः धुतलेल्या साड्या नेसायची. मंगळसूत्र सोडल्यास कुठलाही दागिना तिने कधी वापरला नाही. ती स्वतःबद्दल फार कमी बोलायची. मनाविरुद्ध घडलेल्या घटना, नोकरीतील ताणतणाव, आयुष्यातील दुःखद प्रसंग यांची तिने कधीच वाच्यता केली नाही. ती चित्र फार सुंदर काढायची. वाढदिवसाला स्वतः चित्र काढून शुभेच्छा पत्र पाठवायची. तिला चांगले साहित्य वाचण्याचीही खूप आवड होती. तिच्याकडे उत्तमोत्तम पुस्तकांचा खजिना होता. वाचलेले चांगले पुस्तक घरातील सर्वांनी वाचावं अशी तिची इच्छा असायची. ती अतिशय सुंदर गायची. कॉलेजमध्ये असताना गाण्याच्या स्पर्धेत तिला बक्षिसे मिळाली होती. तिला रेकीची आवड होती. आणि रेकी मास्टर्स झाल्यावर ती क्लासेस पण चालवायची. जमलेल्या फी चे पैसे

चांगल्या संस्थांना वाटून टाकायची. ती निसर्गप्रिमी होती. वेगवेगळ्या ग्रुप्सबरोबर ट्रेकिंग आणि ट्रीप्सला जायची. तिला हिमालयात जायला खूप आवडायचे. तिचा मित्रपरिवार प्रचंड होता. ती दुसऱ्यांचे गुण पटकन टिपायची. त्यांचे कौतुक करायची. आणि त्यांच्या सुखदुःखात सामिल व्हायची. अशोकदादांकडे श्रद्धेने येणारे सारेजण तिच्या मित्रपरिवारातदेखील सामील होत.

सिंहिल इंजिनिअर म्हणून तिची कारकिर्द वरचेवर बहरत गेली. ती फार चांगली अॅडमिनीस्ट्रेटर होती. टाऊन प्लॅनिंग ऑफिसर म्हणून पिंपरी-चिंचवड, ठाणे, औरंगाबाद येथे त्यांनी केलेल्या कामाचा विशेष उल्लेख करावा लागेल. ती अतिशय स्वच्छ, परोपकारी, प्रेमळ आणि संवेदनाशील होती. त्यामुळे सर्व सहकाऱ्यांमध्ये लोकप्रिय होती. आपल्या तत्वांना बाधा न आणता एखादी गोष्ट योग्य रितीने कोणालाही न दुखविता कशी पूर्णत्वाला न्यायची याची कला तिला अवगत होती. तिचे प्लॅनिंग अतिशय काटेकोर आणि अप्रतिम असायचे.

आशामाई आणि अशोकदादांच्या संसाराला फार मोठी वैचारिक पातळी होती. तिने खऱ्या अर्थाने आपले आयुष्य त्यांना समर्पित केले होते. अशोकदादांच्या प्रवचनांना पाँडेचेरित तसेच नैनितालमध्ये ती आवर्जून भक्तिभावाने जात असे. अशोकदादांच्या श्रद्धांजलीचा कार्यक्रम अतिशय व्यवस्थितपणे आखून तिने यशस्वीपणे पार पाडला.

अनेक सेवाभावी संस्थांना स्वतः भेटी देऊन त्यांच्या सुरवातीच्या काळात त्यांना पायावर उभे रहाण्याकरता मानसिक आणि आर्थिक बळ देण्याचे प्रचंड काम तिने केले. मृत्यूनंतरही तिने कोल्हापूरच्या हेल्पर्स ऑफ हॅण्डिकॅप्ड, पुण्याच्या वंचित विकास आणि श्वेता असोसिएशन, पाँडिचेरीची साकार संस्था, अंधांसाठी असलेली स्नेहांकित संस्था यांना ५० लाख रुपये वाटून दिले. लहान मोठ्या आणखी कित्येक संस्था आणि अनेक व्यक्ति तिच्या छत्रछायेखाली असतील त्याची गणतीच नाही. अनेक गरजू मुलामुलींची शिक्षणे तिने पार पाडली. त्यातील काही जणांनी इंजिनिअर होण्याइतपत प्रगती केली आहे.

अशी अनेकांची आयुष्ये उजळून टाकणारी, संपन्न व्यक्तिमत्त्व असणाऱ्या ज्येष्ठ भगिनीला ही आदरांजली.

डॉ. सौ. शोभा नल्लरवार

विभाग प्रमुख, डिपार्टमेंट ऑफ फिजिऑलॉजी

धारवाड मेडिकल कॉलेज

अहवाल

(१ एप्रिल २०१५ ते ३१ मार्च २०१६)

१) २६ एप्रिल २०१५

श्वेता असोसिएशन आणि इंडियन मेडिकल असोसिएशन, सोलापूर शाखा यांच्या संयुक्त विद्यमाने जाहीर सभा आणि वधुवर मेळावा घेण्यात आला. स्किन सिटी आणि जानकी मेडिकल फाऊंडेशनचे डॉ. नितीन ढेपे यांचे याप्रसंगी बहुमोल सहाय्य मिळाले. सोलापुरात प्रथमच श्वेताचा वधुवर मेळावा आयोजित करण्यात आला होता.

व्यासपीठावर I.M.A. सोलापूर शाखेचे अध्यक्ष डॉ. संजीव भंडारी, माजी अध्यक्ष डॉ. गिरीश कुमठेकर, कार्यक्रमाचे अध्यक्ष डॉ. राम अराणकर, I.M.A. सोलापूर शाखेच्या कार्यवाहक डॉ. यशश्री जोग आणि डॉ. शशिकांत गांजळे आणि वैद्य विक्रम पंडित उपस्थित होते. डॉ. माया तुळपुळे यांनी प्रास्ताविकात श्वेता असोसिएशनला राष्ट्रीय आणि आंतरराष्ट्रीय पातळीवर मान्यता मिळाली असल्याचे सांगितले. “ज्या सोलापूर शहरात कोडविषयक माहिती पत्रके लोक हातात घ्यायला कचरत होते तेथे आज जाहीर सभा आणि वधुवर मेळावा होतो आहे हे कौतुकास्पद आहे. श्वेताच्या १४ वर्षांच्या कार्यक्रमात सामाजिक कलंक (Social stigma) कमी झालेला निदर्शनास येतोय. समाजप्रबोधन हीच काळाची खरी गरज आहे” असे सांगितले. डॉ. संजीव भंडारी यांनी I.M.A. सोलापूर शाखा सामाजिक बांधिलकीच्या जाणिवेने सर्वसामान्य जनतेसाठी हा कार्यक्रम राबवित आहे असे सांगितले. डॉ. गिरीश कुमठेकर यांनी गेल्या वर्षी त्यांच्या अध्यक्षीय कार्यकालात हा उपक्रम घेण्याचे ठरविले होते आणि I.M.A. ची प्रतिमा अशा सामाजिक उपक्रमांमुळे अधिक चांगली होण्यास मदत होईल असे सांगितले. त्यांनी या प्रसंगी श्वेता असोसिएशनला रु. ५,०००/- ची देणगी दिली. अध्यक्ष डॉ. राम अराणकर यांनी I.M.A. ‘आओ गाव चले’ ‘टीबी विषयक जनजागृती’ असे अनेक सामाजिक उपक्रम राबवित असल्याचे सांगितले. त्याचबरोबर हाही उपक्रम राबविण्यात यावा असे सांगितले. त्यांनीही श्वेता असोसिएशनला रु. १,००१/-ची देणगी दिली. त्यांनी इंदापूर येथील शिक्षण संस्थेच्या मुख्याध्यापिकांचे उदाहरण दिले. अतिशय उत्तम प्रशासक आणि शिस्तप्रिय प्राचार्या म्हणून नावलौकिक असलेल्या व्यक्तित्वाच्या पांढऱ्या डागांकडे कुणाचे लक्ष गेले नाही. दिसण्यापेक्षा कर्तृत्वालाच महत्त्व आहे असे त्यांनी सांगितले. वैद्य विक्रम पंडित यांनी श्वेता असोसिएशनच्या कार्यक्रमाची प्रशंसा केली. स्किन सिटीचे सोलापूर शहर प्रमुख डॉ. नितीन ढेपे यांचा सत्कार करण्यात आला. याप्रसंगी सोलापूरातील त्वचारोगतज्ञ सुप्रसिद्ध शल्यचिकित्सक डॉ. माणिक गट्टे आणि डॉ. आशा सांगोलकर यांची उपस्थिती लक्षणीय होती. कार्यक्रमाचे नियोजन करण्यात श्री. सुरेन जोशी, सौ. प्रतिमा आणि श्री. सुनिल जोशी, श्री. विनायकराव

कुलकर्णी यांचा बहुमोल हातभार लागला.

सोलापूर वधुवर मेळाव्यात १६ वधुवरांची नोंदणी झाली. श्री. मंदार ओक यांनी सूत्रसंचालन केले. श्री. उदय घायाळ यांनी आभार प्रदर्शन केले. श्री. मंदार ओक व माधवी देवडकर या दोघांनी श्वेताचा फटका सादर केला. सौ. गीता घायाळ व सौ. संगिता कोन्हाळे उपस्थित होत्या.

२) ३ मे २०१५

लोकमान्य सभागृह, केसरी वाडा, पुणे येथे श्वेता असोसिएशनची जाहीर सभा आणि वधुवर मेळावा आयोजित केला होता. डॉ. योगेश गुर्जर कार्यक्रमाचे अध्यक्ष म्हणून लाभले होते. 'मेक माय ड्रीम' फाउंडेशनच्या मेधाताई कुलकर्णी प्रमुख पाहुण्या म्हणून उपस्थित होत्या. सभेचे सूत्रसंचालन सुप्रसिद्ध निवेदिका, सूत्रसंचालिका, मुलाखतकार आणि 'साद' उपक्रम केंद्राच्या संचालिका सौ. विनया देसाई यांनी केले. नेपाळ आणि उत्तर भारतातील भूकंपग्रस्तांना श्रद्धांजली वाहून कार्यक्रमाची सुरुवात झाली. 'नितळ' चित्रपटातील 'पानी सा निर्मल हो' ही प्रार्थना श्वेताची सभासद शिल्पा आमोदे हिने उत्तमरित्या सादर करून वातावरण निर्मिती केली. मान्यवरांच्या सत्कारानंतर डॉ. माया तुळपुळे यांचे प्रास्ताविक भाषण झाले. त्यांनी श्वेताच्या मागील १४ वर्षांचा विस्तृत आढावा घेऊन दरवर्षी नवनवीन उपक्रम राबविले अशी माहिती दिली. १४ फेब्रुवारी २०१६ साली श्वेताच्या १५ वर्षांच्या पूर्तीनिमित्त जाहीरसभा आयोजित करून जगातील पांढऱ्या डागांच्या प्रमुख स्वमदत गटांना आमंत्रित करण्याचे ठरविले आहे असे सांगितले. या प्रकल्पाच्या सिद्धीसाठी सर्वांनी सहभाग द्यावा अशी विनंती केली आहे. 'मेक माय ड्रीम' फाउंडेशन संस्थेचे शारिरीक अपंगत्व असलेले सभासद दरवर्षी सिंहगड चढून जातात. आपल्या सभासदांना काही शारिरीक दुःख आणि व्यंग नसताना देखील आपण पांढऱ्या डागांचा बाऊ करतो ही मानसिकता बदलण्याची गरज आहे असे सांगितले.

मेधा कुलकर्णी यांनी कोड हा दृष्टीचा दोष नसून दृष्टीकोनाचा प्रश्न आहे असे सांगितले. आम्ही शरिराने नसलो तरी मनाने खंबीर आणि सक्षम आहोत आणि जीवन उत्तम तऱ्हेने जगण्यासाठी तेच महत्त्वाचे आहे, असे सांगितले.

अध्यक्ष डॉ. योगेश गुर्जर यांनी डॉ. नितू मांडके यांच्या सोबत अनेक संशोधन प्रकल्पांवर काम केले आहे. सध्या ते जनुकीय बिघाड कसे होतात यावरील संशोधन प्रकल्पांवर काम करित आहेत. त्यांनी अनेक समर्पक उदाहरणांच्या सहाय्याने अतिशय सोप्या भाषेत आणि प्रेक्षकांशी खेळीमेळीने संवाद साधत या विषयावर अर्थपूर्ण माहिती दिली. मी तळागाळात काम करणारा माणूस आहे आणि श्वेताच्या सर्व उपक्रमांना कार्यकर्ता म्हणून मदत करीन असे आश्वासनही दिले. याप्रसंगी 'मेक माय ड्रीम' फाउंडेशनचे सदस्य आणि उत्कृष्ट संवादिनीवादक श्री. इरफान यांचा सत्कार करण्यात आला तसेच श्वेताचे हितचिंतक आणि देणगीदार सौ. ज्योती आणि श्री. कैलास चाटी यांचाही सत्कार करण्यात आला. श्री. उदय घायाळ यांच्या आभार प्रदर्शनाने सभेची सांगता झाली. मध्यंतरानंतर वधुवर

मेळाव्याच्या प्रारंभी श्री. प्रीतम माहुरे आणि सौ. निकीता माहुरे या श्वेतातर्फे विवाह जमलेल्या वधुवरांचा सत्कार करण्यात आला. वधुवर मंडळाचे सूत्रसंचालन श्री. उदय घायाळ यांनी केले. माधवी देवडकर यांनी याकामी सहाय्य केले. मेळाव्यासाठी ६६ जणांची नोंदणी झाली. मेळाव्यासाठी मुंबई, औरंगाबाद, जळगाव, भंडारा, धुळे, वाई, नांदेड, नागपूर, अकोला, कर्जत, नाशिक, जयसिंगपूर, लातूर, सांगली, सोलापूर या ठिकाणाहून वधुवरांची उपस्थिती होती. परिचयानंतर वधुवरांच्या आणि पालकांच्या प्रत्यक्ष गाठीभेटीचा उपक्रम राबविण्यात आला. त्याला उत्तम प्रतिसाद मिळाला. मेळाव्याचे फलित म्हणून ५ ते ६ विवाह जमण्याच्या मार्गावर आहेत.

३) ८ मे २०१५

डॉ. माया तुळपुळे यांची आकाशवाणीसाठी दूरध्वनीवरून मुलाखत घेण्यात आली. ती १८ व १९ मे २०१५ रोजी सकाळी प्रसारित करण्यात आली.

४) २४ मे २०१५

आय.एम.ए., पुणे येथे जागतिक कोड दिन साजरा करण्यात आला. त्या निमित्ताने IADVL, ZIMA आणि श्वेता असोसिएशन यांनी डॉ. नितू मांडके आय. एम. ए. हाऊस येथे एक चर्चासत्र आयोजित केले होते.

पहिल्या सत्रात डॉ. शरद मुतालिक, यांचे 'स्टेरॉईडस् (Steroids) पेशंटना द्यावीत का नाही' या विषयावर मार्गदर्शनपर भाषण झाले. डॉ. दीपक कुलकर्णी यांनी हाच मुद्दा आणखी विस्तारीत स्वरूपात चर्चेला घेतला. त्यात उपचार, प्रतिजैविके, मलम किती काळ लावावीत त्यावर प्रकाश टाकला. डॉ. अमित केळकर आणि डॉ. विद्यासागर घाटे यांचा चर्चासत्रात सक्रिय सहभाग होता. डॉ. रोहिणी गायकवाड यांचे 'कुष्ठरोगात काय करावे व काय करू नये' या विषयावरील मार्गदर्शन मोलाचे होते. दुसऱ्या सत्रामध्ये 'एच.आय.व्ही. एडस्च्या पेशंटचे समुपदेशन' या विषयावरील चर्चासत्रात डॉ. अनिता वेगास, डॉ. अनघा दूधभाते, डॉ. विनय कुलकर्णी, डॉ. प्रवीण भरतीया, डॉ. धनश्री भिडे यांचा सक्रीय सहभाग होता.

अध्यक्षीय भाषणात डॉ. अविनाश भुतकर यांनी पेशंटस् व त्यांचे नातेवाईक यांचा डॉक्टरांशी असलेला व्यवहार व डॉक्टरांची सुरक्षा यावर उपस्थितांशी संवाद साधला. आय.एम.ए.चे सचिव डॉ. संजय पाटील यांनी उपस्थित डॉक्टरांचे स्वागत केले. डॉ. अविनाश दलाल आणि डॉ. पद्मा अय्यर यांनी कार्यक्रमाच्या आयोजनात सहभाग घेतला होता. आभार प्रदर्शन डॉ. अनिता निमकर यांनी केले. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन डर्मेटॉलॉजीची PG विद्यार्थीनी डॉ. मुक्ता तुळपुळे यांनी केले.

श्वेता असोसिएशनतर्फे संगीता कोन्हाळे व अश्विनी देशपांडे उपस्थित होत्या. त्यांनी सर्व उपस्थितांना श्वेता असोसिएशनच्या कार्याची माहिती दिली.

५) ११, १२, १३ जून २०१५ International Dermatology Patient Organization Conference IDPDC 2015 Vencouver, Canada येथे डॉ. माया तुळपुळे यांचा सहभाग.

६) २५ जून २०१५ (World Vitiligo Day, 2015 - Delhi)

हॉटेल मेट्रोपोलिस, कॅनॉट प्लेस, दिल्ली येथे पत्रकार परिषद

डॉ. वेंकटराम मैसूर (National President, IADVL), डॉ. रजत कंधारी (सेक्रेटरी IADVL दिल्ली), डॉ. मुकेश गिरीधारी (प्रेसिडेंट, IADVL दिल्ली), डॉ. रश्मी सरकार (नॅशनल सेक्रेटरी IADVL) यांनी पत्रकारांना संबोधित केले. डॉ. रजत कंधारी यांनी पत्रकारांचे स्वागत करून Vitiligo बदल माहिती दिली. डॉ. मुकेश गिरीधारी यांनी Vitiligo वर प्रेझेंटेशन सादर केले. डॉ. वेंकट मैसूर यांनी Vitiligo Mission या IADVL ने हाती घेतलेल्या कार्यक्रमाची माहिती सांगितली. Vitiligo Mission चे अध्यक्ष डॉ. दारिंदर प्रसाद, PGI चंदीगढ हे असून डॉ. उमाशंकर, बेंगलोर हे सेक्रेटरी आहेत. ही १० जणांची कमिटी या पुढील काळात Vitiligo बदल असलेले गैरसमज दूर करण्याबद्दल कार्यरत राहिल. मिशनची काही उद्दिष्टे अशी आहेत.

- सामाजिक कलंक आणि डिस्क्रिमिनेशन दूर करणे.
- फोटोथेरेपी सर्व तालुक्यांच्या ठिकाणी आणि लहान गावात वाजवी दरात उपलब्ध करून देणे.
- आर्म फोर्सेस मध्ये Vitiligo असल्यास नोकरी दिली जात नाही. त्याविरुद्ध आवाज उठविणे.
- Vitiligo ला Non-Communicable Disease म्हणून जाहीर करणे.
- Vitiligo उपचारांसाठी insurance मिळवून देणे.
- सेमिनार, वेबिनार देशभरात विविध ठिकाणी आयोजित करणे.
- या प्रसंगी प्रथमच Vitiligo वर वेबिनार आयोजित करण्यात आला होता. इंडियन डर्माटॉलॉजिकल असोसिएशनच्या देशभरातील सर्व शाखांमध्ये त्याचे प्रसारण झाले. डॉ. माया तुळपुळे यांनी या वेबिनारमध्ये 'Vitiligo Support in India' या विषयावर प्रेझेंटेशन दिले.

७) २९ जून २०१५

रायसोनी कॉलेज ऑफ इंजिनिअरिंग अँड बिझनेस मॅनेजमेंट, वाघोली येथे CSA (Community Social Awareness) कार्यक्रमांतर्गत संस्थेचे Director ब्रिगेडिअर के. के. व्ही. खानझोडे यांनी डॉ. माया तुळपुळे यांचे प्रेझेंटेशन आणि प्रश्नोत्तराचा तास असा दोन तासांचा कार्यक्रम आयोजित केला होता. कार्यक्रमात श्वेताच्या सर्व उपक्रमांची माहिती देऊन World Vitiligo Alliance, Mission Vitiligo आणि Vitifest 2016 बद्दल सविस्तर माहिती सांगितली. सामाजिक जाणिवेतून या विद्यार्थ्यांनी त्वचेवरील पांढऱ्या डागांकडे बघावे आणि श्वेता असोसिएशनचे अँबेसडर व्हावे असे आवाहन केले गेले. विद्यार्थ्यांनी अनेक प्रश्न विचारून Vitiligo बदल माहिती घेतली. विद्यार्थी प्रतिनिधीने आभार मानल्यावर कार्यक्रमाची सांगता झाली.

८) १२ ऑगस्ट २०१५

दुपारी ४ वाजता सखीमंचातर्फे हॉटेल J. W. Marriott, सेनापती बापट रोड, पुणे येथे सुमारे ३० यशस्वी उद्योजिका, सामाजिक कार्यकर्त्या, पत्रकार आणि प्रथितयश विचारवंत स्त्रियांचा मेळावा आयोजित करण्यात आला होता. आमदार सौ. मेधाताई कुलकर्णी अध्यक्षस्थानी होत्या. चेन्नाराम डायबेटीक इन्स्टिट्यूटच्या डॉ. भट, डॉ. माया तुळपुळे, डॉ. जयश्री तोडकर, मायमर मेडिकल कॉलेजच्या डॉ. नागरे, डॉ. वैजयंती पटवर्धन आदि मान्यवरांचा सहभाग होता.

- सगळ्यांनी आपापली ओळख आणि कार्यक्षेत्रांची ओळख करून दिली.
- 'आजची स्त्री खरंच स्वतंत्र आहे का?' यावर मते मांडण्यात आली.
- दीपिका पादुकोनच्या व्हिडिओवर चर्चा झाली. हा सवंग प्रसिद्धीसाठी केलेला व्हिडीओ आहे यात काही तथ्य नाही आणि तरुण पिढीला संस्काराचे महत्त्व सांगायला हवे असे चर्चेत निष्पन्न झाले.
- स्त्रियांना बॉस झाल्यावर (CEO) येणारे अनुभव आणि त्यांच्या हाताखाली काम करणारे स्त्रीपुरुष यांच्याकडून मिळणारी वागणूक यावर चर्चा झाली.

९) २८ ते ३० नोव्हेंबर २०१५

गरवारे कॉलेज, कर्वे रस्ता, पुणे येथे शारदाशक्ती यांच्यातर्फे स्त्री आरोग्य या राष्ट्रीय परिषदेच्या डॉ. माया तुळपुळे Organizing Chairman होत्या. परिषदेचे उद्घाटन केंद्रीय आरोग्य मंत्री डॉ. जे.पी. नड्डा यांच्या हस्ते झाले. या कार्यक्रमांतर्गत महिला आणि बाल आरोग्याला सरकारने अधिक महत्त्व दिले पाहिजे असे डॉ. नड्डा यांनी सांगितले. महिला सुदृढ असतील तरच देश सशक्त होऊ शकतो.

या कार्यक्रमाला संस्थेचे अध्यक्ष, शास्त्रज्ञ डॉ. विजय भटकर इंडियन इन्स्टिट्यूटचे आपिर पूनावाला, डॉ. सुधा तिवारी, राष्ट्रीय शिक्षण मंडळाचे अध्यक्ष व्ही.व्ही. डोईफोडे, डॉ. लीना जावडेकर, बँक ऑफ महाराष्ट्राच्या सुखिता भावे उपस्थित होत्या. श्वेता असोसिएशनच्या अध्यक्षा डॉ. माया तुळपुळे यांनी मनोगत व्यक्त करताना सांगितले की प्रत्येक क्षेत्रात महिला आघाडीवर आहेत. त्यांनी अनेक क्षेत्रात स्वतःच्या कर्तृत्वाचा वेगळा ठसा उमटविला आहे त्यामुळे ही नारी युगाची सुरवात आहे.

श्वेताची सर्व माहितीपत्रके, पुस्तिका आणि नितळ चित्रपटाची सी.डी. डॉ. माया तुळपुळे यांनी माननीय आरोग्यमंत्र्यांना दिली आणि श्वेताच्या कार्याची सविस्तर माहिती दिली. एक विनंती पत्रक देऊन पांढरे डाग किंवा कोडाला cosmetic disorders या सदरातून non communicable diseases या सदरात समाविष्ट करण्याची विनंती केली. या संबंधी विचार करण्याचे डॉ. जे.पी. नड्डा यांनी मान्य केले. या संदर्भात आरोग्य खात्याकडून पत्रव्यवहाराला सुरवात झाली आहे ही आनंदाची बाब आहे.

या परिषदेला श्वेता असोसिएशनतर्फे डॉ. माया तुळपुळे, संगिता कोहाळे, अश्विनी देशपांडे उपस्थित होत्या.

३१ जानेवारी २०१६

३१ जानेवारी २०१६ रोजी रन फॉर व्हिटिलीगो ही मिनी मॅरथॉन श्वेतातर्फे प्रथमच आयोजित करण्यात आली होती. स्पर्धेचे आयोजन आणि नियोजन यामध्ये फ्री रनर्स पुणे यांचा मोठा सहभाग होता. आय.एम.ए. पुणे, IADVL पुणे, पुणे डॉक्टर्स चॅरिटेबल ट्रस्ट, रोटरी क्लब ऑफ पुणे मेट्रो, डॉ. नितू मांडके चॅरिटेबल ट्रस्ट, जन कल्याण रक्तपेढी, शारदा शक्ती, मेक माय ड्रीम फाऊंडेशन, आपुलकी सांस्कृतिक संस्था आदि मान्यवर संस्था यात सहभागी होत्या.

या उपक्रमासाठी डॉ. जयंत नवरंगे यांचे विशेष मार्गदर्शन लाभले. स्किनोव्हेशन इंडिया मुंबई, मायक्रोस्किन इंडियाचे श्री. हर्ष सुंदरराजन, FDC कंपनीचे श्री. चंदावरकर, दि कॉसमॉस को. ऑप. बँक लि., वैद्य खडिवाले, डॉ. पद्मा अय्यर, माधवी देवडकर, डॉ. जयंत नवरंगे, डॉ. अरुण हळबे, डॉ. शरद आगरखेडकर, डॉ. माया तुळपुळे, डॉ. हेमंत करंदीकर, डॉ. दिलीप सारडा यांचे आर्थिक सहाय्य लाभले. संस्था त्यांची ऋणी आहे. तसेच दर्शन मेडिकल, उमेश प्रोव्हिजन स्टोअर्स यांचेही आम्ही ऋणी आहोत.

मिनी मॅरथॉन आयोजित करण्याचा अनुभव नसताना अनेकांच्या सहाय्यामुळे अपेक्षेपेक्षा जास्त प्रतिसाद मिळाला. सुमारे ७३० स्त्री-पुरुष, लहान मुले-मुली, ज्येष्ठ नागरिक, तसेच ५ अपंग व्यक्ती यात सहभागी झाल्या होत्या. कोंढवा येथील सोसायटीच्या सुमारे १६० बोहरी मुस्लीम समाज्याच्या स्त्री-पुरुषांनी स्वतःहून पुढे येऊन घेतलेला सक्रीय सहभाग लक्षणिय होता. भोरची २५ तरुण मुले, मुंबईहून आकांक्षा मुळूक सोबत आलेला आय.टी.ग्रुप, रोटरी क्लब पुणे मेट्रोचे अध्यक्ष श्रीकिरण कुंभार सचिव वर्षा डवले आणि २५ सहकारी, वेताळ टेकडी येथे नियमितपणे जाणारा श्री विश्वास पटवर्धनयांचा ग्रुप, शारदा शक्ती, ब्लेझ ब्युटी पार्लर, रेड क्रॉस सोसायटी, अशी अनेकांची नावे घेता येतील. रोटरी क्लब ऑफ पुणे मेट्रोचे श्री माधव तिळगूळकर यांनी नायजेरिया येथे त्यांच्या २५ सहकाऱ्यांसह Run of Vitiligo साठी पळून ही मिनी मॅरथॉन आंतरराष्ट्रीय पातळीवर आयोजित केली. त्यांचे तितके आभार थोडेच आहेत.

पुणे महानगर पालिकेच्या सहकारनगर प्रभागातील क्रीडाप्रेमी नगरसेवक श्री. सुभाष जगताप आणि सहकाऱ्यांचे या प्रसंगी विशेष सहाय्य लाभले. त्याबद्दल आम्ही त्यांचे आभारी आहोत. महाराष्ट्र टाईम्स आणि लोकमत या वृत्तपत्रांनी लेख आणि माहिती वेळोवेळी प्रसिद्ध करून जे सहाकार्य केले त्याबद्दल आम्ही त्याने आभारी आहोत. श्री. श्रीरंग धर्माधिकारी आणि सौ. राधिका धर्माधिकारी यांनी पत्रके आणि फ्लेक्सचे सर्व काम केल्याबद्दल त्यांचे आणि निलांजन आर्टस् यांनी मेडलस् पुरवल्याबद्दल त्यांचेही आभारी आहोत. ही मिनी मॅरथॉन यशस्वी करण्यात डॉ. जयंत नवरंगे, डॉ. मुक्ता तुळपुळे, श्वेताच्या कार्यकर्त्या सो. अश्विनी देशपांडे व सौ. संगिता कोन्हाळे आणि फ्री रनर्स चे श्री. जितेंद्र नायर, श्री. समिर शेख, श्री अविनाश बावकर, झरिन शेख, हेमा पांडे यांचा सिंहाचा वाटा होता.

१० किमी., ५ किमी व ३ किमी. पळणे आणि ५ किमी, १० किमी चालणे असे स्पर्धेचे स्वरूप होते. डॉ. श्री. जितेंद्र नायर, डॉ. माया तुळपुळे, डॉ. अलका मांडके यांनी फ्लॅग ऑफ केले.

१० किमी स्पर्धेत राहुल शिंदे यांनी प्रथम क्रमांक पटकावला. अविनाश दाने यांनी द्वितीय व रमेश चिचिलकर यांनी तृतीय क्रमांक पटकावला. ज्येष्ठ उद्योगपती अरुण फिरोदिया व डॉ. जयश्री फिरोदिया यांच्या हस्ते पुरस्कार वितरण करण्यात आले.

११) ६ फेब्रुवारी २०१६

यशवंतराव चव्हाण सभागृह, कोथरूड, पुणे येथे समीर दाते यांचा 'नवा शुक्रतारा' हा कार्यक्रम सायंकाळी ५ वा. आयोजित करण्यात आला होता.

१२) २७ फेब्रुवारी २०१६

सकाळ मिडीया ग्रुपच्या सकाळ इंटरनॅशनल लर्निंग सेंटर येथे दुपारी ३ ते ६ नितळ चित्रपटाचा खेळ आयोजित करण्यात आला होता. या कार्यक्रमांतर्गत काही सामाजिक आशय असलेले चित्रपट तरुण व होतकरु विद्यार्थी जे निर्मिती क्षेत्रात काम करू इच्छितात त्यांच्यासाठी दाखविले जातात.

कार्यक्रमाच्या सुरवातीला सकाळचे श्री. श्रीराम शिंदे यांनी नितळच्या निर्मात्या व श्वेता असोसिएशनच्या अध्यक्षा डॉ. माया तुळपुळे यांचे स्वागत करून त्यांची ओळख करून दिली व स्वतःचा अनुभव सांगितला. जेव्हा कोड असलेल्या मुलीशी लग्न करण्याचा निर्णय त्यांनी घेतला त्यावेळी घराच्यांना नितळ चित्रपट दाखविला. त्यामुळे त्यांना कुटुंबाचे मन वळविण्यात यश आले व त्यांनी मुलीचा स्वीकार केला.

यानंतर नितळ चित्रपट विद्यार्थ्यांना दाखविण्यात आला व नितळच्या निर्मितीचा प्रवास डॉ. माया तुळपुळे यांनी उपस्थितांना उलगडून दाखविला. चित्रपट बघितल्यानंतर विद्यार्थ्यांशी प्रश्नोत्तरांच्या स्वरूपात संवाद साधला. मराठी चित्रपटाच्या निर्मितीपेक्षा वितरण खूप कठीण आहे. मराठी चित्रपटांना चित्रपटगृहे उपलब्ध होत नाहीत. पण या चित्रपटामुळे एका वेळी हजारो, लाखो लोकांपर्यंत पोहचू शकतो याची ग्वाही डॉ. तुळपुळे यांनी दिली.

सुप्रसिध्द दिग्दर्शक श्री. प्रसाद इनामदार आवर्जून उपस्थित होते.

आभार प्रदर्शनाने कार्यक्रमाची सांगता झाली.

१३) २८ फेब्रुवारी २०१६

सहाद्री वाहिनीच्या 'सखी सहाद्री' कार्यक्रमांतर्गत 'कोडाचे समज व गैरसमज' या सदराखाली श्वेता असोसिएशनच्या अध्यक्षा डॉ. माया तुळपुळे यांची प्रदीर्घ मुलाखत घेण्यात आली.

यावेळी श्वेता असोसिएशनचे मुख्य उद्दिष्ट सांगून त्यांच्या उपक्रमाची माहिती दिली. तसेच श्रोत्यांच्या प्रश्नांना उत्तरे देताना त्यांनी समर्पक शास्त्रीय माहिती दिली.

हा कार्यक्रम २८ फेब्रुवारी रोजी दुपारी १ ते २ या वेळेत प्रसारित करण्यात आला.

१४) १६ मार्च २०१६

श्वेता असोसिएशनच्या देणगीदार व हितचिंतक आशाताई जावडेकर यांच्या प्रथम स्मृतीनिमित्त 'स्फूर्ती' सोहळा हा कार्यक्रम १२ मार्च २०१६ रोजी मनोहर मंगल कार्यालय, एरंडवणे, पुणे येथे संध्याकाळी ६ वाजता जावडेकर परिवारातर्फे आयोजित करण्यात आला होता.

श्वेता असोसिएशन स्थापन झाल्यापासून त्या संस्थेशी निगडीत होत्या. संस्थेच्या प्रत्येक कार्यक्रमांला उपस्थित राहून वेळोवेळी मदतीचा हात त्यांनी पुढे केला.

त्या महाराष्ट्र राज्य नगरविकास संचालनालयाच्या माजी सहसंचालिका म्हणून कार्यरत होत्या. नागरी अभियांत्रिकीची पदवी संपादन करणाऱ्या भारतातील दुसऱ्या महिला पदवीधर होत्या. विविध सामाजिक संस्थांना त्या वेळोवेळी मदत करित असत.

मृत्युपत्राद्वारे त्यांची संपत्ती त्यांनी विविध सामाजिक संस्थांना दान केली. या वेळी अरबिंदो सेंटर फॉर अॅडव्हान्स रिसर्च चे डॉ. आनंद रेड्डी, स्नेहांकितचे राहुल देशमुख, श्वेताच्या अध्यक्षा डॉ. माया तुळपुळे, हेल्पर्स ऑफ द हॅंडिकॅपच्या प्रमुख नसीमा हरजूक, वंचित विकासचे संचालक श्री. विलास चाफेकर उपस्थित होते. या सर्व संस्थांना आशाताईंनी भरघोस मदत दिली.

आपल्या आजुबाजूला पैशानी श्रीमंत माणसे खूप असतात पण आशाताईंसारखी मनाची श्रीमंती असणारी व दुसऱ्यांना सतत मदत करणारी, सामाजिक बांधिलकी जपणारी माणसे क्वचितच आढळतात. त्यांच्या मदतीतून अनेक उपक्रम राबविले जातात. या उपक्रमांच्या रूपात त्या संस्थेत कायमच आठवणीत राहतील, असे डॉ. माया तुळपुळे यांनी सत्कार प्रसंगी सांगितले.

६ फेब्रुवारी २०१६

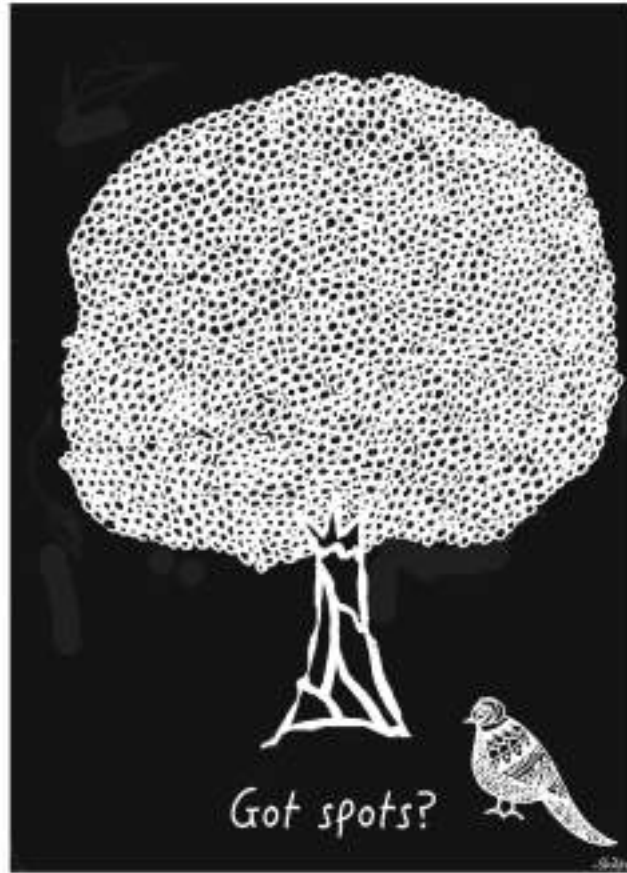
यशवंतराव चव्हाण नाट्यगृह कोथरुड येथे श्री. समीर दाते यांचा नवा शुक्रतारा हा कार्यक्रम संस्थेच्या आर्थिक सहाय्याकरिता आयोजित करण्यात आला होता. या कार्यक्रमासाठी सौ. प्राची प्रकाश जावडेकर अध्यक्षस्थानी होत्या. कोथरुड विभागाच्या आमदार प्रा. सौ. मेधा विश्राम कुलकर्णी प्रमुख अतिथी म्हणून उपस्थित होत्या. बिल्डर श्री. विलास जावडेकर, नगरसेवक श्री राजाभाऊ बराटे तसेच संगीतकार श्री. रवि दाते हे मान्यवर उपस्थित होते. कार्यक्रमांला रसिकांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला. या कार्यक्रमासाठी महाराष्ट्र नॉलेज कॉर्पोरेशन पुणे, श्री. श्रीराम तुळपुळे, श्री. वसंत सोमण, श्री विलास जावडेकर, अभिजात ट्रस्ट, श्री. श्रीकांत चाफळकर, श्री. शरदचंद्र जोशी, श्री वामन जोगळेकर,

चॅम्पीयन डीलर्स प्रा. लि., विदर्भवासी पुणे निवासी संस्था, श्री महिला गृह उद्योग लिज्जत पापड, श्री. मनोज जैन, श्री आनंद बापट, श्री. विनायक कुलकर्णी, श्री रवी दाते, श्री किशोर कोंडूरकर, श्री. सत्यप्रकाश सिन्हा, श्रीमती आरोही बर्वे, श्रीमती अरुंधती आठवले, श्रीमती शीला कुलकर्णी, श्रीमती रश्मी वळतकर, सुहास देसाई, श्रीमती वासंती शहाणे, श्री शरद दिक्षीत, श्री. पुरूषोत्तम देसाई, श्री. बाळकृष्ण प्रभुणे, श्रीमती शांता पानसरे, श्रीमती आशा लांबे, श्रीमती रंजना देवल, श्रीमती अश्विनी पंडीत आणि सौ. मीना राठोड यांचे आर्थिक सहाय्य लाभले. आम्ही त्यांचे ऋणी आहोत.

डॉ. माया तुळपुळे

जनरल सर्जन

संस्थापिका, श्वेता असोसिएशन



आमचे देणगीदार

(१ एप्रिल २०१५ ते ३१ मार्च २०१६)

१)	२१/४/२०१५	सौ. आरती देशपांडे, पुणे	१०,०००/-
२)	२६/४/२०१५	डॉ. गिरीश कुमठेकर, सोलापूर	५,०००/-
३)	२६/४/२०१५	डॉ. राम अराणकर, सोलापूर	१,१११/-
४)	२६/४/२०१५	डॉ. आशा सांगोळकर, सोलापूर	१,०००/-
५)	१४/५/२०१५	डॉ. सत्येंदु सहा, नागपूर	१०,०००/-
६)	२०/६/२०१५	श्री. गोविंदराव देशमुख, पुणे	६,००१/-
७)	२६/६/२०१५	श्रीमती पुष्पाताई भोसेकर, पुणे	५०१/-
८)	२६/६/२०१५	श्रीमती दीपलक्ष्मी केसरकर, गोवा	५,०००/-
९)	२२/१०/२०१५	डॉ. माया तुळपुळे, पुणे	१,०००/-
१०)	१७/१२/२०१५	वैद्य खडीवाले प. य., पुणे	१०,०००/-
११)	१८/१२/२०१५	डॉ. जयंत नवरंगे, पुणे	१,०००/-
१२)	१८/१२/२०१५	श्रीमती माधवी देवडकर, पुणे	५,०००/-
१३)	२३/१२/२०१५	डॉ. पद्मा अय्यर, पुणे	१०,००१/-
१४)	३१/१२/२०१५	डॉ. अरुण हळबे, पुणे	१,०००/-
१५)	३१/१२/२०१५	डॉ. शरद आगरखेडकर, पुणे	१,०००/-
१६)	०६/०१/२०१६	श्री सत्यप्रकाश सिन्हा, पुणे	१,०००/-
१७)	१९/०१/२०१६	श्री. विलास जावडेकर, पुणे	१०,०००/-
१८)	२६/०१/२०१६	श्रीमती आरोही बर्वे, पुणे	१,०००/-
१९)	२६/०१/२०१६	श्री. श्रीकांत चाफळकर, पुणे	५,०००/-
२०)	२९/०१/२०१६	श्री. श्रीराम तुळपुळे, पुणे	१५,०००/-
२१)	२९/०१/२०१६	श्री. शरदचंद्र जोशी, पुणे	५,०००/-
२२)	२९/०१/२०१६	श्री. वामन जोगळेकर, पुणे	५,०००/-
२३)	२९/०१/२०१६	श्रीमती अरुंधती आठवले, पुणे	१,०००/-
२४)	२९/०१/२०१६	श्रीमती आशा लांबे, पुणे	५००/-
२५)	३१/०१/२०१६	श्रीमती रंजना देवल, पुणे	५००/-
२६)	०२/०२/२०१६	अभिजात ट्रस्ट, पुणे	१०,०००/-
२७)	०२/०२/२०१६	चॅम्पीयन डीलर्स प्रा.लि., पुणे	५,०००/-
२८)	०३/०२/२०१६	डॉ हेमंत करंदीकर, पुणे	१,०००/-

२९)	०३/०२/२०१६	विदर्भवासी पुणे निवासी संस्था, पुणे	५,०००/-
३०)	०४/०२/२०१६	डॉ. दिलीप सारडा, पुणे	१,०००/-
३१)	०४/०२/२०१६	श्रीमती शीला कुलकर्णी, पुणे	१,०००/-
३२)	०४/०२/२०१६	श्रीमती रश्मी वळतकर, पुणे	१,५००/-
३३)	०४/०२/२०१६	श्री. सुहास देसाई, पुणे	१,०००/-
३४)	०४/०२/२०१६	श्रीमती वासंती शहाणे, पुणे	१,०००/-
३५)	०४/०२/२०१६	श्री महिला गृह उद्योग लिज्जत पापड, पुणे	५,०००/-
३६)	०५/०२/२०१६	श्रीमती अश्विनी पंडित, पुणे	५००/-
३७)	०५/०२/२०१६	श्री. किशोर कोठूरकर, पुणे	२,०००/-
३८)	०५/०२/२०१६	सौ. मीना राठोड, पुणे	५००/-
३९)	०६/०२/२०१६	श्रीमती वर्षा डवले, पुणे	५००/-
४०)	०८/०२/२०१६	श्री. मनोज जैन, पुणे	५,०००/-
४१)	०८/०२/२०१६	श्री. शरद दीक्षित, पुणे	१,०००/-
४२)	०८/०२/२०१६	श्री. वसंत सोमण, मुंबई	११,०००/-
४३)	०८/०२/२०१६	श्री. सौरभ धानोरकर, पुणे	५००/-
४४)	०९/०२/२०१६	महाराष्ट्र नॉलेज कॉर्पोरेशन, पुणे	२५,०००/-
४५)	१०/०२/२०१६	श्रीमती अपूर्वा दाते, पुणे	२००/-
४६)	१२/०२/२०१६	श्री. आनंद बापट, पुणे	५,०००/-
४७)	१६/०२/२०१६	श्री. विश्वास पटवर्धन, पुणे	१,०००/-
४८)	१६/०२/२०१६	स्किनोव्हेशन इंडिया, मुंबई	२५,०००/-
४९)	२०/०२/२०१६	डॉ. माया तुळपुळे, पुणे	३,०००/-
५०)	२०/०२/२०१६	श्री. सचिन खलिपे, पुणे	५००/-
५१)	२५/०२/२०१६	श्री. अमोल वाले, पुणे	५००/-
५२)	०१/०३/२०१६	डॉ. अदिती तारे, कल्याण	३,०००/-
५३)	०४/०३/२०१६	दि कॉसमॉस को.ऑ.बँक लि., पुणे	५,०००/-
५४)	०४/०३/२०१६	श्री. पुरुषोत्तम देसाई, पुणे	१,०००/-
५५)	०९/०३/२०१६	श्री. बाळकृष्ण प्रभुणे, पुणे	१,००१/-
५६)	०९/०३/२०१६	श्रीमती शांता पानसरे, पुणे	१,०००/-
५७)	१२/०३/२०१६	श्री. हर्षल तावडे, मुंबई	५००/-
५८)	१४/०३/२०१६	आशा, अशोक जावडेकर (स्मृतीप्रित्यर्थ), पुणे	६,००,०००/-
५९)	१४/०२/२०१६	श्री. विनायक कुलकर्णी, पुणे	५,००१/-
६०)	२२/०३/२०१६	श्री. रवि दाते, पुणे	३०००/-

श्वेता वधुवर मेळावा

३ मे २०१५

