महाराष्ट्र सेवा संघाचे त्रैमासिक

आपुलकी

वर्ष २२रे, अंक दुसरा, २०१४

संपादक : चंद्रशेखर वझे
कार्यकारी संपादक : सुषमा पाटणकर
संपादन साह्य : द. व. कुलकर्णी
विनोद सौदागर
रवींद्र लाड
इंदिरा कुलकर्णी
रजनी करंदीकर
अरुण भंडारे
प्रकाशक : महाराष्ट्र सेवा संघ, मुलुंड
पंडित जवाहरलाल नेहरू मार्ग-महाराष्ट्र सेवा संघ मार्ग
संयोग, मुलुंड (प.), मुंबई - ४०० ०८०
दूरभाष : ०२२- २५६८ १६३१/ २५६९ ०२२५
ई मेल : mss_mulund@rediffmail.com
रचना व मुद्रण साहाय्य : प्रदीप सप्रे
टंकलेखन व मुद्रण साहाय्य : मेघा भावे

अंतरंग

	पान क्र.
संपादकीय	२
आवर्जून टाळावे असे	२
नको पासपोर्ट....नको व्हिसा	४
पंचाईत	५
अनुकरणीय जपान	७
नवे बलुतेदार	९
प्रिय रसिक महोत्सव २०१४	१२
भारतीय संगीत, शरीरातील ७ चक्रे आणि आपले आरोग्य	१४
संस्थेत संपन्न झालेल्या कार्यक्रमांची माहिती	१६
स्व.दत्ताजी ताम्हणे यांना श्रद्धांजली	१६

'आपुलकी' चा अंक केवळ सभासदांसाठी उपलब्ध

या अंकातील लेखांतून व्यक्त होणारी मते सर्वस्वी लेखकांचीच असतात, 'आपुलकी' चे संपादक मंडळ त्यांच्याशी सहमत असेलच असे नाही.

संपादकीय - ‘आपुलकी’चे

‘नमो’ नमः ।

सर्व वाचकांचे मनापासून अभिनंदन. लोकसभेच्या निवडणुका नुकत्याच यशस्वीपणे पार पडल्या. त्यात जे मोठ्या प्रमाणावर मतदान झाले ते भारतीय लोकशाहीच्या परिपक्वतेचे लक्षण आहे. मुंबईसारख्या शहरातील नागरिकांच्या मानसिकतेत अजूनही सुधारणेला वाव आहे. त्यांची मतदानाच्या बाबतीतील उदासीनता कमी होणे आवश्यक आहे. तथापि महाराष्ट्र सेवा संघाशी संबंधित सर्व व्यक्ती आणि ‘आपुलकी’चे वाचक या बाबतीत खरे सुबुद्ध आणि कर्तव्यनिष्ठ आहेत असा आमचा विश्वास आहे.

निवडणुकीत कोण जिंकले हे तर महत्त्वाचे आहेच पण ज्या शिस्तीने, शांततेने आणि पारदर्शीपणे ही प्रक्रिया झाली ती अधिक महत्त्वाची. एवढ्या मोठ्या खंडप्राय देशात छोट्या-मोठ्या त्रुटी - उदा. काही मतदारांची नावे यादीतून गळणे, काही ठिकाणी थोडी अशांतता होणे - हे समजण्यासारखे आहे.

महाराष्ट्र सेवा संघ ही संस्था पक्षीय राजकारणापासून जाणीवपूर्वक अलिप्त राहते. त्यामुळे अमुक पक्ष किंवा अमुक व्यक्तीचा विजय झाला याचा आनंद हा वैयक्तिक प्रश्न आहे. मात्र ‘स्थिरता’ ही संस्थेच्या दृष्टीने अधिक मोठी उपलब्धी आहे.

तत्त्वनिष्ठा, देशभक्ती, स्वच्छ व्यवहार ह्याविषयी लिहिणे आणि बोलणे सोपे असते पण तसे आचरण करणे व्यवहारात शक्य होऊ नये अशी परिस्थिती दुर्दैवाने आपल्या देशात निर्माण झाली होती. त्यामुळे सज्जनांच्या मनात निराशेचे अंधकारमय सावट होते. भौतिक बाबतीत दुर्जनांचे रक्षण आणि ‘प्रगती’ याउलट सज्जनांना शिक्षा असे चित्र तयार झाले होते. चांगल्याची गळचेपी, दुष्कृत्यांना प्रतिष्ठा, धनसंपत्ती; दुर्बलांच्या वाट्याला अत्याचार, अन्याय, करूणता ही जगाची रीत झाली होती. न्यायनीतीची कल्पना साहित्यात मांडणे हा सुद्धा चेष्टेचा विषय बनला होता. ह्या दुष्टचक्रातून बाहेर पडण्याची तीव्र इच्छा महाराष्ट्र सेवा संघाला सदैव होती व आहे. म्हणूनच परस्परातील संशयाचे, अविश्वासाचे नाते दूर होऊन ‘आपुलकी’चे नाते दृढ व्हावे, साहित्य वाचल्यावर‘सकारात्मक, विधायक व प्रेरक’ मानसिकता वाढीस लागावी आणि आनंद मिळावा या भूमिकेतूनच ‘आपुलकी’ हे त्रैमासिक सुरू झाले. प्रस्तुतच्या अंकात श्रीमती माधुरी पाटणकरांचा जपानविषयीचा लेख या अर्थाने फारच औचित्यपूर्ण आहे. नवनिर्वाचित पंतप्रधान श्री. नरेंद्र मोदी अशी मनोवृत्ती आपल्या आचरणाने निर्माण करतील असा विश्वास तरूणाईला वाटत आहे हेही आशादायक चित्र आहे.

‘राजा कालस्य कारणम्’ म्हणजे राजाच काळावर परिणाम करीत असतो. म्हणूनच इतिहासा - तले कालखंड हे त्या त्या राजाच्या नावाने ओळखले जातात. प्रजातंत्रात प्रजाजन हेच राजे असतात. हे म्हणायला सोपे असते पण व्यवहारात कठीण असते. सत्ता उपभोगणारे राज्यकर्ते खऱ्या राजाला-म्हणजे सामान्यजनांना निद्रिस्त अवस्थेत ठेवतात. कारण जनता जागरूक नसणे यातच त्यांचा स्वार्थ असतो.

असो. बऱ्याच वर्षांनी एक स्थिरतेचे आणि प्रगतीचे आशादायक चित्र निर्माण झाले आहे. पण नवे पंतप्रधान, नवे सरकार सर्व काही करेल अशा भ्रमात आपण राहता कामा नये. जर या नवीन परिस्थितीची इच्छित फळे मिळायला हवी असतील तर आपण सतत सतर्क आणि सक्रिय राहावे लागेल.

आपल्या छोट्या-छोट्या दैनंदिन गोष्टींतून देशभक्ती व्यक्त तर होतेच पण देशाची मोठी सेवा होते, याची जाणीव ठेवावी लागेल. उदा. शिस्त आणि स्वच्छता, रस्त्याने चालणे, वाहने चालविणे, कार्यालयात जाण्यापासून सर्व व्यवहार योग्य वेळेत मन लावून करणे, दूरध्वनी योग्य रीतीने वापरणे, घर, परिसर स्वच्छ ठेवणे-एवढेच कशाला, मंदिर किंवा सार्वजिनिक ठिकाणी आपण वहाणा कशा रीतीने काढून ठेवतो यातूनही शिस्त आणि संस्कार दिसतात. ह्या सात्त्विकतेचे आणि शिस्तीचे आगळेच महत्त्व असते.

त्या अनुभवातून मनोबळ वाढते आणि सकारात्मक, विधायक आणि प्रेरक शक्ती सक्रिय होतात. ‘काय टाळावे’ हा श्रीमती वैशंपायन यांचा लेख काहीसा बाळबोध वाटेल ; पण दुर्दैवाने आज मोठ्या (वयाने) माणसांना हे सर्व सांगणे गरजेचे झाले आहे. केवळ महाराष्ट्र सेवा संघाच्या विविधांगी उपक्रमात सहभागी झालात तरी आपण या सुराज्य निर्मितीच्या प्रक्रियेशी जोडले जाल. सेवा संघाचे सर्व कार्यक्रम नियोजित वेळेत सुरू करून नियोजित वेळेत समाप्त करणे ह्या वरकरणी साध्या वाटणाऱ्या पण मोठे जीवनमूल्य असणाऱ्या गोष्टीतही सहकार्य करा. इतरांनाही सेवा संघाच्या कार्यप्रवाहात सहभागी करा. असे सेवा संघ जागोजागी निर्माण झाले तर जीवनाची गुणवत्ता वाढून ते आनंदमय होण्यास वेळ लागणार नाही.

एकदा लोकमान्य टिळकांना खगोलशास्त्रावरील एक प्रदीर्घ लेख तातडीने छापून हवा होता म्हणून ते त्या वेळच्या टाईम्स ऑफ इंडियाच्या मुद्रणालयात गेले. त्यांना दोन दिवसात हवी असलेली छपाई तिथल्या अधिकाऱ्याने दोन तासात केल्यामुळे लोकमान्य अचंबित झाले तेव्हा तो गोरा अधिकारी म्हणाला ‘आम्ही मूठभर इंग्रज तुमच्यावर का राज्य करू शकतो हे मला आपल्याला दाखवायचे होते.’ यात लोकमान्यांना उणेपणा आणण्याचा उद्देश नाही. पण सामान्य नागरिकांमध्ये देशाविषयी ही भावना जोपर्यंत निर्माण होत नाही तोपर्यंत कितीही टिळक सावरकर , गांधीजी अशी उत्तुंग व्यक्तीमत्त्वे झाली तरी काही उपयोग नाही.

अमेरिकेचे अध्यक्ष बराक ओबामा यांनी घोषणा दिली ‘यस, वुई कॅन!’ मोदीजींनी त्यात जोड दिली -‘यस, वुई कॅन, अॅन्ड वुई विल!’ आपल्यात क्षमता आहेच; पण ती वापरण्याची इच्छाशक्ती तितकीच महत्त्वाची आहे.

..... चंद्रशेखर ना. वझे

आवर्जून टाळावे असे

समाज हे एकत्र कुटुंबाचे विशाल रूप आहे. व्यक्ती - व्यक्ती मिळून समष्टी (समाज) हे समाजाचे सूत्र आहे. ज्या समाजात आपण राहतो त्या समाजाकडून आपल्या काही अपेक्षा असतात; त्याचप्रमाणे त्या समाजाविषयी आपली काही कर्तव्येही असतात. उत्तम समाज घडणीसाठी काय काय करणे टाळावे याचा विचार आपण केला पाहिजे. घर हे समाजाचे छोटे स्वरूप आहे. आपल्या वागण्यात, स्वभावात ज्या वाईट गोष्टी आहेत; की ज्यामुळे घराचे स्वास्थ्य बिघडेल ते सर्व आपण टाळले पाहिजे. उदा. दुसऱ्यांशी तुसडेपणाने बोलणे, अपमान करणे, टोमणे मारणे, स्वार्थीपणा करणे, चिडचिड करणे. रागीट स्वभाव. यासारख्या आपल्यातील दुर्गुणांना आपण आवर्जून टाळले पाहिजे. आपण व्यसने टाळली पाहिजेत. दारूच्या व्यसनामुळे संपूर्ण कुटुंब उद्ध्वस्त होते. पान, तंबाखू खाऊन रस्त्यावर थुंकू नये. आपल्या थुंकीत रोगांचे जंतू असू शकतात. त्याचा संसर्ग इतर वाटसरूंना होऊ शकतो. शिवाय थुंकीवरून पाय घसरून कोणी पडले तर त्यामुळे पायाचे हाड मोडण्याचा संभव असतो. मटका, सट्टा खेळणे हे ही विघातकच आहेत. चटकन् श्रीमंत होण्याचा मोह आपल्याला कंगाल केव्हा बनवतो हे कळतही नाही आणि जेव्हा कळते तेव्हा वेळ निघून गेलेली असते.

सरकारी अधिकाऱ्यांना, पोलिसांना अथवा कोणासही आपले काम करून घेण्यासाठी लाच देणे अथवा घेणे टाळावे कारण हा तर मोठा गुन्हा आहे.

सार्वजनिक सण, उत्सव साजरे करताना ध्वनिवर्धकाचा उपयोग गाणी वगैरे लावण्यासाठी केला जातो. त्या आवाजाने इतराना त्रास होतोच, त्याबरोबर हवेचे प्रदूषणही वाढते. म्हणून उच्च,तारस्वरात त्याचा उपयोग करणे टाळले पाहिजे. सार्वजनिक स्थानांची जसे बगीचा, रेल्वे स्टेशन , मंदिरे, सार्वजनिक शौचालये, वाचनालये यांची स्वच्छता आपण ठेवली पाहिजे. बागेत फिरताना तेथील फुले, पाने तोडणे, फांद्या वाकवणे हे

ही आपण टाळले पाहिजे. सार्वजनिक ठिकाणे ही आपली खाजगी मालमत्ता नव्हे. तेथील स्वच्छता, सुरक्षा यांचे रक्षणच केले पाहिजे.

आपल्या आसपास विविध धर्मांचे लोक राहतात. स्वतःचा धर्मच श्रेष्ठ आहे असे मानुन इतर धर्मीयांना अपमानित करू नये. शेवटी देव म्हणा , बुद्ध म्हणा, येशू म्हणा अथवा अल्ला म्हणा,ईश्वर एकच आहे. सर्व मानव समान आहेत. सर्वांच्या रक्ताचा रंग एकच आहे. मग ही धर्मा-धर्माची तेढ कशाला? ती आपण टाळली पाहिजे.

म्हणून जे जे चुकीचे आहे, समाजाचे, स्वतःचे व आपल्या कुटुंबाचे स्वास्थ्य घालविणारे आहे असे कोणतेही वर्तन आपण टाळले पाहिजे. ते आपले नैतिक कर्तव्य आहे व सामाजिक जबाबदारीही आहे.

सुनीता वैशंपायन
दूरध्वनी : ०२२ -२५६३१६७५

संस्थेचे सांस्कृतिक सभासदत्व

वर्षभरात मुलुंड व ऐरोली येथे मिळून उत्कृष्ट दर्जाचे सुमारे १०० कार्यक्रम सादर होतात. ते बहुतांश सर्वांसाठी विनामूल्य असतात. पण त्यांचा तपशील घरपोच मिळण्यासाठी आपण संस्थेचे सांस्कृतिक सभासद होऊ शकता. सर्व कुटुंबच नव्हे तर शेजाऱ्यापाजाऱ्यांनाही याचा लाभ होईल.

शुल्क अगदी नाममात्र :

मुलुंड - रु. ५५०/- प्रतिवर्ष
ऐरोली - रु. ३५०/- प्रतिवर्ष
आजीव सभासदत्वासाठी संस्थेकडे चौकशी करावी ही विनंती.

मान 'सिक' सल्ला

एक माणूस मानसिक रोग्यांच्या डॉक्टरकडे गेला - डॉक्टरांनी विचारलं,'तुम्ही काय कामधंदा करता?'
'मी मोटार मेकॅनिक आहे.'
'ठीक आहे - त्या बाकाखाली जाऊन उताणे पडा.'

नको पासपोर्ट...नको व्हिसा

आपल्या अगदी नेहमीच्या माहितीतले पक्षी म्हणजे कावळे, चिमण्या, कबुतरे आणि पोपट. हे पक्षी आपल्याला वर्षभर दिसतात कारण ते एकाच परिसरात कायम स्वरूपी वास्तव्य करणारे पक्षी आहेत. अगदी फारच असह्य म्हणजे त्या परिसरात न रहाण्यासारखी परिस्थिती आली उदा. प्रदूषण फार मोठ्या प्रमाणात वाढले की हे पक्षी नाइलाजाने आसपासच्या कमी प्रदूषण असलेल्या भागात स्थलांतर करतात.

पण थंडीच्या दिवसात आपल्याकडे अनेक नवे पक्षी येतात. ते अगदी अचानक आणि मोठ्या संख्येने दिसायला लागतात. कोठून येतात ते ? का येतात? थंडी संपली की परत कोठे जातात? चातक पक्षी कोठून येतो ? पावश्या कोठून येतो? गुलाबी मैना कोठून येतात?

या पाहुण्या पक्ष्यांपैकी बहुतेक जण हे आपल्या देशापेक्षा जास्त थंडी असलेल्या युरोप सैबेरिया सारख्या थंड हवेच्या देशातले रहिवासी असतात. तिकडे जेव्हा कडाक्याची थंडी पडते तेव्हा ती थंडी व झोंबरे वारे या पक्ष्यांना नकोसे वाटू लागतात. बर्फ पडतो. पाणी गोठते त्यामुळे खाणे मिळविणे कठीण होते. दिवसही लहान होतात, सूर्य लवकर मावळतो त्यामुळे खाणे शोधण्याचे तासही कमी होतात. मग उडण्याची एक अजब आणि प्रचंड क्षमता असलेले हे पक्षी आपल्या मायदेशाला तात्पुरता रामराम ठोकतात आणि हवेवर स्वार होऊन भारत, सिलोन, आफ्रिका अशा तुलनेने कमी थंडी असलेल्या देशात येऊन दाखल होतात आणि थंडी संपली की परत आपल्या मायदेशी रवाना होतात.

अगदी आपल्या देशातल्या देशातही हिमालयातले काही पक्षी थंडीच्या दिवसात महाराष्ट्र कर्नाटक केरळ पर्यंत येतात आणि थंडी संपली की हिमालयात परत जातात.

पक्ष्यांच्या या प्रवासाबाबतच्या काही काही गोष्टी अतिशय विस्मयकारक आणि आश्चर्याने थक्क करून सोडणाऱ्या आहेत.

या पक्ष्यांचा प्रवास सर्वसाधारणपणे ४०० ते ९०० मीटर उंचीवरून होतो. समुद्रावरून उडताना अडथळा नसतो म्हणून ते कमी उंचीवरून उडतात पण पर्वतावरून उडताना ते ३००० ते ६००० मीटर उंचीवरूनही उडतात. यांचा उडण्याचा वेग त्यांची जात व हवामानावर अवलंबून असतो. पण सर्वसाधारणवेग ताशी ६५ ते ८० कि.मी. असतो. काही पक्षी मध्ये मध्ये मुक्काम करत प्रवास पूर्ण करतात. तर काही पक्षी जराही न थांबता सलग उडतात. जपानमधील एक स्नाईप पक्षी समुद्रावरून नॉनस्टॉप ४८०० कि.मी. प्रवास करून ऑस्ट्रेलियात जातो. चातक पक्षी आफ्रिकेतून थेट भारतात येतो. आर्क्टिक टर्न हा पक्षी आर्क्टिक ते अंटार्क्टिक असा १७००० कि.मी. चा प्रवास करतो व तेवढाच प्रवास परत करून मूळ जागी परततो.

थंडी संपल्यावर मायदेशी परततांना आधी नर पक्षी नंतर काही दिवसांनी माद्या व नंतर वयाने कमी असलेली पिल्ले प्रवासाला निघतात. मायदेशी ते पक्षी घरटी बांधतात, अंडी घालतात पिल्ले वाढवून त्यांचे संगोपन करतात. पण परत थंडी पडल्यावर मात्र कमी थंड प्रदेशात जाताना त्यांचा क्रम उलट असतो. जेमतेम २ ते ३ महिने वयाची कसलाही पूर्व अनुभव नसलेली पिल्ले सर्वात आधी प्रवासाला सुरुवात करून बिनचूकपणे मुक्कामाला पोहोचतात. देवाने दिलेली 'उपजत बुद्धी'ची देणगी, वाऱ्याची दिशा, चुंबकीय लहरी, दिवसा उडताना सूर्याचे किरण ज्या विशिष्ट कोनात पृथ्वीवर पडतात त्याचा उपयोग, रात्री उडताना आकाशातील तारे व नक्षत्रसमूह या सर्वांचा यांना उडताना उपयोग होतो असा शास्त्रज्ञांचा शोध आहे.

हे पक्षी ठराविक जागीच येतात व ठराविक जागीच परत जातात एवढेच नव्हे तर त्यांचा प्रवासाला निघण्याचा व परतीचा दिवसही ठरलेलाच असतो. शास्त्रज्ञ त्यांच्या पायात हलक्या धातूच्या खुणा केलेल्या रिंग घालून संशोधन करतात. भरतपूरच्या अभयारण्यातून रिंग घातलेला एक पक्षी वर्षानुवर्षे त्याच तारखेला युरोपमधील एका विशिष्ट भागातील विशिष्ट घराच्या छपरावर जाऊन घरटे बांधतो. हिमालयात राहणारा एक विशिष्ट जातीचा 'धोबी' पक्षी २५०० किमीचा प्रवास करून सप्टेंबर महिन्यातील एका विशिष्ट तारखेला मुंबईतील एका विशिष्ट लॉनवर अवतरतो हा सर्व प्रकार अचंबित करणारा आहे.

पक्षी निरीक्षणाचा छंद ज्याला लागला त्याचे आयुष्यातले कितीतरी क्षण उजळून निघतात. पक्ष्यांचे रंगरूप, आकार, उडणे, त्यांचा किलबिलाट हे सगळेच अतिशय रमणीय आहे.

डॉ. सुनील गणेश करंदीकर
भ्रमणध्वनी :९८३३१२३२८८

पंचाईत

'वा! अगदी मस्तच झाला आजचा कार्यक्रम','कार्यक्रम काय रंगला म्हणून सांगू, भट्टी एकदम जमून आली होती' किंवा मग नुसतंच 'छान झाला हं!','मजा आली, पण तुम्ही आमची फर्माईश पूर्ण नाही केली' अशा अनेकविध प्रतिक्रिया गाण्याच्या कार्यक्रमानंतर प्रेक्षकांकडून मिळतात. काहीजण रंगमंचावर भेटायला येतात, पण लांबूनच कलाकारांना न्याहळत थांबतात. एखाद्या कलाकाराचं लक्ष त्यांच्याकडे गेलंच तर ते केवळ हसतात. त्या हसण्यातही एक अवघडलेपण असतं. काहीजणांनी चिटोरा ते वही यापैकी जे मिळेल त्यावर, दिसेल त्या कलाकारांच्या सह्या घेण्याची मोहीम सुरू केलेली असते.

या सगळ्या प्रकारामध्ये अनेकदा बऱ्यापैकी अलिप्त असतो तो म्हणजे कार्यक्रमातला 'निवेदक' हा घटक. कार्यक्रम संपला तरी अनेक निवेदकांचं चिंतन -मनन चालूच असतं. आपण आज काय काय बोललो? नेहमीपेक्षा काय वेगळं बोललो? एक गाणं पुढच्या गाण्याशी कसं जोडलं? एखाद्या किश्श्याला प्रेक्षकांकडून कशी दाद मिळाली? गायकांकडून कशी दाद मिळाली ?निवेदन लांबलं, का योग्य झालं ?रंगतदार झालं, का अजून व्हायला हवं होतं? कार्यक्रमातले इतर गोंधळ आपण किती समर्थपणे सांभाळून घेऊ शकलो?

वगैरे वगैरे.

निवेदकालाही प्रेक्षक येऊन भेटत असतात. आपली मतं नोंदवत असतात. तारीफ करतात. पण त्याचबरोबर कार्यक्रमातल्या पसंत न पडलेल्या गोष्टी बोलून दाखवण्याचं ठिकाण म्हणजेही निवेदकच. मग निवेदकही आयोजक, इतर कलाकार आणि प्रेक्षकांच्या भावना यांना समजून घेत उत्तर देण्याचा प्रयत्न करतो.

गंमत अशी असते की निवेदकाला कोणालाच नाही म्हणायची सोय नसते. आयोजकाने काही सूचना केल्या, तर त्या पाळाव्या लागतात. मध्येच कुठल्या चिठ्ठया आल्या तर त्यांची दखल घ्यावी लागते. आयोजकांच्या मते माननीय असणारी एखादी व्यक्ती कार्यक्रमाला आली, की आपली सगळी बडबड बाजूला ठेवून आधी त्या व्यक्तीबद्दल बोलावं लागतं. मग कधी कधी हारतुऱ्यांमध्ये वेळ जातो. कधी अमुक एका गाडीचा नंबर सांगून ती हलवायच्या सूचना कराव्या लागतात. प्रेक्षकांमध्ये मोबाईल वाजला, गडबड सुरू झाली असेल, लहान मूल रडत असेल तर कोणालाही न दुखावता पण योग्य शब्दात आपला कार्यभाग साधावा लागतो. एवढं सगळं करून पुन्हा शिताफीने गाण्याकडे वळावं लागतं. या अशा विविध गोष्टींचा समावेश करूनही निवेदनाची लांबी न वाढवता आशयघन असं बोलायचं असतं.

याव्यतिरिक्तही अनेक गमती जमती होत असतात. गायकांच्या बाबतीत म्हणायचं झालं, तर त्यांना त्यांची बसलेली गाणी तीच आणि तशीच गायची असतात. फारच पट्टीचा गायक असेल तर तो त्या नेहमीच्या गाण्यामध्ये थोडी विविधता आणायचा प्रयत्न करतो. पण त्याने तसं करावंच असा कोणाचा हट्ट नसतो एखादं गाणं बसलं नसेल तर गायक तसं सरळ सांगतो. गाण्याचा क्रम बदलला तरी गायकांना त्यामुळे फारसा फरक पडत नाही पण यासगळ्यामध्ये निवेदक मात्र भरडला जातो. कार्यक्रमात अनेकदा गाणी अचानक बदलतात, वाढतात, कमी होतात, गाण्यांचा क्रम बदलतो; पण निवेदकाला ते सगळं गपगुमान सांभाळून घ्यायचं असतं. एखाद्या गाण्याचं माझं निवेदन तयार नाही असं निवेदकाला म्हणायची सोय नसते. कधी कधी तर आम्हाला रंगमंचावर बसल्यानंतर गाणी समजतात. तेव्हा तर मोठीच पंचाईत असते. चेहऱ्यावर हा ताण दिसू न देता, वाक्यांची आणि आशयाची जुळवाजुळव करत निवेदकाला बाजी मारायची असते.

तोच कार्यक्रम, तीच गाणी असं जरी असलं तरी निवेदकाने मात्र दरवेळी काहीतरी वेगळं बोललं पाहिजे अशी इतर कलाकारांची अपेक्षा असते. त्यातही आयोजकांची, गायकांची नानाविध बंधनं असतात. ज्या संस्थेने कार्यक्रम आयोजित केला असेल त्या संस्थेचा उल्लेख आला पाहिजे. तिच्या कार्याबद्दल सांगितलं गेलं पाहिजे. अमुक वाजता मध्यांतर झालं पाहिजे, तमुक वाजता कार्यक्रम संपला पाहिजे, संस्थेच्या पुढच्या कार्यक्रमांबद्दल सांगितलं पाहिजे. अशा आयोजकांच्या अपेक्षा असतात. गाणं कुठलं आहे हे कळू न देता गाण्याबद्दल बोललं पाहिजे. गाणं कोण गाणार आहे त्याचं नाव प्रत्येकवेळी सांगितलं पाहिजे, किंवा सांगू नये. गाण्याचा जो विषय आहे, त्यालाच धरून बोलावं- पण गाणं गाईपर्यंत गुलदस्त्यातच रहावं. कमी बोलावं, जेणेकरून गाणी कापावी लागणार नाहीत. वादक वाद्यांची जुळवाजुळव करत असतील तर बोलून तो वेळ भरून काढावा. पण ते तयार असतील तर मात्र निवेदन लगेच गुंडाळावं. अशा गायकांच्या अपेक्षा असतात.

अनेकदा निवेदक बोलत असताना तबलेवाला ठॉक् ठॉक् करत तबला लावून घेत असतो. पेटीवाल्याने स्वर दिलेला असतो, साईड ऱ्हिदम वाजवणाऱ्या कलाकाराची पुढच्या गाण्यासाठी लागणाऱ्या वाद्यांची जुळवाजुळव चाललेली असते; त्यमुळे मधेच खंजिरी , झांजा, डफ, डफली अशा विविध वाद्यांपैकी कुठल्याही वाद्याचा आवाज येऊ शकतो. गायक कधी कधी एकमेकांशी बोलत असतात किंवा पुढचं गाणं गुणगुणून बघत असतात. ते निवेदकाच्या शेजारीच असल्यामुळे ती गुणगुण निवेदकाच्या कानात रूंजी घालत असते. या साऱ्या पार्श्वभूमीत निवेदकाला रंगतदार बोलायचं असतं. त्यातून 'नेहमीच राया तुमची घाई'अशा एखाद्या फक्कड लावणीनंतर 'गेले ते दिन गेले' सारखं धीरगंभीर

गाणं आलं तर मग निवेदक संपलाच. कारण गाण्यांचा क्रम लावताना त्याला बिचाऱ्याला विचारातच घेतलेलं नसतं.

एका कार्यक्रमात माझी मोठीच गंमत झाली. एका मैदानाच्या उद्घाटनाचा तो कार्यक्रम होता. शिवसेनेचे कार्याध्यक्ष उद्घाटनाला येणार होते. ते येईपर्यंत देशभक्तिपर गीतांचा कार्यक्रम होता. त्यांचे आगमन होण्याच्या आधी आम्हाला आयोजक सांगणार होते, मग लगेचच 'जय जय महाराष्ट्र माझा' हे गाणं आम्हाला घ्यायचं होतं. कार्यक्रम बरा होत होता. 'ए मेरे वतन के लोगो' हे गाणं गायिका गाणार होती. त्याबद्दल मी बोलत होते. देशभक्ती, देशप्रेम, वीरांचे बलिदान, सैनिकांचं - जवानांचं गुणगान असं सगळं बोलत बोलत लतादीदींचा ह्रदयात घर करणारा आवाज आणि हे गाणं ऐकताना नकळत ओघळणारे भारतीयांचे अश्रू असं मी शेवटचं वाक्य बोलले. मी हे वाक्य बोलत असतानाच एक कार्यकर्ता धापा टाकत आला आणि गायकाच्या कानात घाईघाईत काहीतरी पुटपुटला आणि माझं शेवटचं वाक्य संपतं न संपतं तोच त्यांनी गाणं सुरू केलं - 'जय जय महाराष्ट्र माझा' मला क्षणभर काही कळेचना. चेहऱ्यावर हताशपणा आणि मनातली चिडचिड दाबत मी त्या गाण्यात सामील झाले. कार्याध्यक्षांचं आगमन झालं. आम्ही रंगमंचावरून खाली उतरलो आणि मोठ्यांदा ध्वनिमुद्रिका लागली 'ए मेरे वतन के लोगो, जरा आँख मे भर लो पानी...' मनात म्हटलं, एरवी निवेदक बोलत असतानाही मधेच त्याला थांबवून एखादी गोष्ट सांगणारे आयोजक नको त्या वेळी असे फितूर होतात आणि बिचाऱ्या निवेदकाची फजिती होते. परिस्थिती सांभाळून घेण्यासाठी अक्षरशः एक वाक्य बोलण्याचा अवधीही मला कोणी दिला नाही.

अशा अनेकविध प्रसंगांनी निवेदकाचं गाठोडं अनुभवसंपन्न होत असतं. हे वेगवेगळे अनुभव त्याला केवळ कार्यक्रमच नाही तर आयुष्याकडे बघण्याचा दृष्टिकोन देत असतात. त्याची सहनशक्ती समजूतदारपणा, प्रसंगावधान आणि भाषेचा कस वाढवत असतात. माझंही हे चिमुकलं रंगमंचीय निवेदनविश्व अशाच विविधांगी अनुभवांनी समृद्ध होवो आणि प्रत्येक प्रसंगातून सावरण्यासाठी मायबाप रसिकांचा आशीर्वादाचा , शुभेच्छांचा हात माझ्या पाठीवर राहो ही शारदेचरणी विनम्र प्रार्थना.

सौ. श्रेयसी वझे-मंत्रवादी
९८६७२५०८५१

अनुकरणीय जपान

मध्यम उंची, सडपातळ बांधा नितळ - गोरी कांती, सरळ केस आणि बारीक डोळे! एका साच्यातून काढलेली वाटावीत अशी ही जपानी माणसं. जपानी मनाची जडणघडणसुद्धा अशीच साचेबद्ध पद्धतीने होत असावी. बहुसंख्य जपानी माणसे शिस्तप्रिय स्वच्छताप्रेमी, नम्र आणि सततोद्योगी असतात. या गुणांची साक्ष जगाला वेळोवेळी पटली आहे. प्रतिकूल भौगोलिक परिस्थिती मुळे जपानमध्ये नैसर्गिक साधनसंपत्ती कमी आहे. भाज्या-फळफळावळ अशा अनेक दैनंदिन गोष्टींसाठी आयातीवर अवलंबून असलेल्या या छोट्या बेटाने ह्याच गुणांच्या जोरावर इलेक्ट्रॉनिक - इलेक्ट्रिकल उत्पादनांमध्ये मात्र जगात आघाडी घेतली आहे.

हिरोशिमावर कोसळलेल्या मानवनिर्मित संकटावर त्यांच्या ह्याच गुणांमुळे जपानी लोक मात करू शकले. हिरोशिमाचं आजचं रूप पाहून, हे शहर काही वर्षांपूर्वी बेचिराख झालं होतं, यावर विश्वास बसणार नाही. बॉम्बस्फोटात शिल्लक राहिलेल्या एकमेव इमारतीचा सांगाडा 'स्मृतिस्थळ' म्हणून जतन करतानाच, भविष्यात अशा घटना होऊ नयेत म्हणून, तिथेच अणुबॉम्बला विरोध दर्शविणारं 'शांतिउद्यान' विकसित केलं गेलं आहे. त्या दुर्दैवी घटनेच्या भीषणतेची जाणीव करून देणारी ध्वनिचित्रफीत तेथे दाखवली जाते. काही श्रद्धाळू जपानी मनं कागदाच्या १००० क्रेनपक्ष्याच्या माळा त्या उद्यानात अर्पण करतात आणि 'पुढे सर्व काही चांगलं होईल' असं स्वतःलाच आश्वस्त करतात.

त्याचवेळी देशप्रेम सतत जागतं ठेवणारी ही जपानी मनं,'केल्याने होत आहे रे...' हे ही जाणतात. सततच्या भूकंप-त्सुनामीसारख्या संकटांपुढेही हार न मानता भूकंपविरोधी घरेच नव्हे तर ३३३ मीटर उंचीचा, भूकंपातही न पडणारा 'टोकिओ टॉवर' बांधतात. (आपल्या मुंबईतल्या, भ्रष्टाचाराच्या पायावर उभ्या असलेल्या टॉवर्सपुढे मात्र वेगळाच 'आदर्श' आहे.)

प्रशासनातील शिस्त किती चांगली फळं देते हे जपानमधली शहरं बघताना जाणवतं. जलमार्ग, लोहमार्ग आणि रस्ते यांचं सुरेख नियोजन केलेलं आहे. जपानी लोकांच्या अंगची शिस्त जागोजाग प्रत्ययाला येते. बँका, पोस्ट-ऑफिस, बसस्टॉप तिकिटांच्या खिडक्या अशा ठिकाणी तर मुंबईकरही रांगा लावतात. पण रेल्वेगाडीत चढण्यासाठी रांगा लावण्याची मुंबईत कल्पनासुद्धा करणं शक्य नाही. सरासरी ताशी ४००कि.मी. वेगाने धावणाऱ्या शिंकान्सेन(बुलेटट्रेन्स) काही क्षणच स्टेशनवर थांबतात. पण प्रवासी उतरण्या-चढण्यासाठी क्रिया अत्यंत शिस्तीत होत असल्यामुळे कितीही गर्दी असली तरी गोंधळ नसतो. एक बुलेट ट्रेन वर्षाला सरासरी १२०००फेऱ्या मारते आणि तिचा उशीरा येण्याचा वेळ आहे सरासरी ३५ सेकंद!! उशीर झाला तर प्रवाशांची माफी मागितली जाते. या गाड्या अत्यंत स्वच्छ असतात. बहुतेक गाड्यांमद्ये धूम्रपान निषिद्ध असते. प्रवाशांचे फोन गाडीत 'सायलेंट मोड' वर असतात. फोनवर ई-मेल चेक करणं, नेट-सर्फिंग करणं ह्या गोष्टी जरूर करतात, पण प्रवासी फोनवर बोलत नाहीत. पूर्ण गाडी स्वच्छ, शांत असते.

भारताबाहेर सहसा अस्वच्छता आढळत नाहीच. सार्वजनिक ठिकाणी कचऱ्याचे ढीग दिसत नाहीत. उलट जागोजाग असलेल्या शोभिवंत फुलांच्या कुंड्या मन प्रसन्न करतात. कचरा -व्यवस्थापनात जपान जगात पहिल्या क्रमांकावर आहे. रिड्यूस, रीयूज,रीसायकल ह्या तीन 'आर' चा प्रभावी वापर जपानमध्ये केला जातो. वैयक्तिक आणि सार्वजनिक पातळीवर कचरा हा विभाजन करूनच टाकला जातो. रस्त्याने जाताना कोणीही धूम्रपान करत नाही. रस्त्याच्या कडेला अंदाजे ५ फूट उंचीचे अॅश ट्रे ठेवलेले असतात. तलफ आली की लोक अशा ठिकाणी उभे राहूनच धूम्रपान करतात. 'सार्वजनिक ठिकाणी कचरा टाकल्यास दंड' असे काही जपानच्या बाबतीत ऐकिवात नाही. इमारतीच्या कॉरिडॉरमध्ये, रस्त्यात कुठे कागदाचा कपटा जरी दिसला तरी लोक-प्रामुख्याने ज्येष्ठ नागरिक - तो उचलून कचरापेटीत टाकतात, स्वच्छता या लोकांच्या अंगातच भिनली आहे. अन्यथा, जंगलात आपल्या कुत्र्याने केलेली विष्ठा टिश्यू पेपरने उचलून आपल्या जवळच्या कचऱ्याच्या पिशवीत टाकणारी वृद्धा दृष्टीस पडली नसती!

ज्येष्ठ नागरिकांची संख्या जपानमध्ये खूप आहे. हे लोक दीर्घायुषी आहेत. सतत काम करत राहणं हे त्यामागचं रहस्य असावं!'नम्रता' हे जपानी माणसाच्या दैनंदिन जीवनाचं जणू अविभाज्य अंग! जपानी अभिवादन कमरेत वाकून केले जाते हे सगळेच जाणतात. पण, कोणत्या व्यक्तीला, कोणत्या प्रसंगी किती अंशात झुकून मान द्यायचा हे ही ठरलेलं आहे! म्हणजे नम्रतासुद्धा शिस्तीत पाळावी लागते. आदरार्थी बोलण्याच्यासुद्धा विविध पातळ्या त्यांच्या भाषेत आहेत. समोरच्या व्यक्तीच्या श्रेष्ठतेप्रमाणे वापरली जाणारी 'तू-तूम्ही-आपण' अशी द्वितीयपुरूषवाचक सर्वनामं मराठीत आहेत. जपानी भाषेत तशी तर ती आहेतच, पण प्रसंगानुसार आणि लिंगभेदानुसार वापरली जाणारी प्रथमपुरूषवाचक सर्वनामंही आहेत. पण ते लोक 'मी-मी' कमीच करतात. कोणतीही कृती करताना 'दुसऱ्यांना त्रास होणार नाही ना' हा विचार सर्वात आधी केला जातो.

शिस्त, स्वच्छता अगदी नम्रतेचे धडे सुद्धा फार लहान वयापासून दिले जातात. जपानी शाळांमध्ये साफसफाई करणारा वेगळा कर्मचारी वर्ग नसतो. संपूर्ण शाळेची स्वच्छता मुले आणि शिक्षक मिळून करतात.

लहानपणापासून उद्योगी वृत्तीचं बाळकडू मिळालेला जपानी माणूस आयुष्य समरसून जगतो. आठवडाभर अथक परिश्रम केल्यावर शनिवार-रविवार मौजमजेसाठी राखून ठेवलेले असतात. 'मद्य'

अपरिहार्य!! गिर्यारोहण, समुद्रपर्यटन याबरोबरच ते चित्रपट, संगीत यांचेही भोक्ते आहेत. टी.व्ही. वरच्या मालिकांचं वेड त्यांच्याकडेही आहे. पण त्या मालिका खरंच वेड लावणाऱ्या असतात. कौटुंबिक नातेसंबंधांपासून ते राजकीय उलथापालथीपर्यंत, हलक्याफुलक्या मनोरंजनापासून ते हेरगिरीपर्यंत अशा विविध विषयांवरच्या मालिका सादर केल्या जातात.'जपानची पहिली अंटार्क्टिका मोहीम','गुन्हेगारांना शोधण्यासाठी होणारी मानसशास्त्रज्ञांची मदत 'हे' उदाहरणादाखल काही विषय सांगता येतील. विशेष म्हणजे ह्या मालिका १०-१२ भागांत संपतात. सर्व मालिका इंटरनेटवर सबटायटल्ससहित उपलब्ध आहेत. आपल्याकडच्या मालिका निर्मात्यांनी त्या अवश्य पाहिल्या पाहिजेत असं वाटतं. (निदान प्रेक्षकांनी तरी सासू-सुनेतून बाहेर पडून अशा मालिका जरूर पाहाव्यात असा माझा अनाहूत सल्ला आहे.)

बऱ्याच देशांमध्ये दरवर्षी 'ह्या वर्षातील लोकप्रिय' शब्द ठरवला जातो. आपल्याकडे 'नमो' किंवा 'आप', 'पप्पू' असे शब्द गेल्या वर्षी लोकप्रिय ठरले. प्रा. ओसामु हायांशी ह्यांचे 'इत्सु यारू का?' , 'इमा देशो!' हे शब्द इ.स.२०१३ मध्ये जपानभर गाजले. त्याचा अर्थ 'कधी करणार?''ताबडतोब!' आपल्या 'कल करे सो आज, आज करे सो अब' ह्या उक्तीशी साधर्म्य सांगणारे हे बोल. निसर्गाचा वरदहस्त असलेल्या, समृद्ध परंपरा लाभलेल्या पण काहीशा सुस्त झालेल्या आपल्या देशालाही असं जागृत करायला हवंय, म्हणजे 'विकसनशील राष्ट्र' ते 'विकसित राष्ट्र' हा प्रवास सुकर होईल.

माधुरी पाटणकर
९८६९५७४१००

बू 'लेट' ट्रेन
बार्शी लाईट रेल्वेच्या वेगाबद्दल अशी एक गोष्ट सांगतात की एक माणूस आत्महत्या करण्यासाठी त्या ट्रॅकवर पडून राहिला होता आणि तो भुकेनं तडफडून मेला.

नवे बलुतेदार

पूर्वीच्या काळी बलुतेदारी पद्धत होती. छोटी-छोटी गांवे असायची. गावातील लोकाना ज्या दररोज लागणाऱ्या गोष्टी असायच्या त्या तेथील खेडेगांवातच मिळायच्या. लोहार, सुतार, शिंपी, तांबट, कुंभार असे एकंदर १२ बलुतेदार होते. त्यावेळेस शेती हाच प्रामुख्याने व्यवसाय होता.

शेतकऱ्याला लागणारी अवजारे लोहार, सुतार हे कारागीर आपल्या अंगच्या कौशल्याने ती बनवत असत. एकमेकांच्या सहकार्यामुळे त्यावेळेस शेतीही भरभराटीला आलेली होती.

पण आता ती बलुतेदारी पद्धत बंद झाली आहे. मी तुम्हाला आता नव्या बलुतेदारांबद्दल सांगणार आहे. हल्ली शहरे खूपच वाढली आहेत. शहरातील गरजा वेगळ्या प्रकारच्या आहेत.

शहरातील पहिला नवा बलुतेदार म्हणजे पेपरवाला. आपल्याला सकाळच्या चहाच्या वेळेस पेपर वाचायला आवडतो. त्यामुळे चहाची गोडी आणखीनच वाढते. पेपरवाला आला नाही तर चुकल्या चुकल्या सारखे वाटते. नंतर झाडूवाली, आपली महानगरपालिका, रस्ते एकदम स्वच्छ झाडते; पण आपल्या सोसायटीतील सर्व कचरा झाडूवाली येऊन घेऊन जाते. अंगण व जिने ती झाडून चकाचक करून जाते. शहरातील बऱ्याच लोकांकडे गाड्या असतात. त्या छान धुवून पुसून साफ करण्याचे काम काहीजण सुंदर प्रकारे करतात. सोसायटीतील वॉचमन येणाऱ्या जाणाऱ्यांवर नीट लक्ष ठेवतो. आपण बाहेर गेलो तरी घराची काळजी नसते.

त्यानंतर मोलकरीण, बहुतेक जणांकडे भांडी, कपडे व केरवारा करण्याचे महत्त्वाचे काम मोलकरीण करत असते. नोकरदार महिलांना पोळीवाल्या मावशींचा खूप मोठा आधार वाटतो. बाकीची कामे करायला त्यामुळे त्यांना सवड मिळते. हल्ली घरातील माणसांची संख्या कमी झाल्यामुळे एखाद्या घरी माणूस आजारी असेल तर

त्याची शुश्रूषा करायला घरातील लोकांना वेळ नसतो. ती कामे काहीजण आपल्या घरी येऊन आनंदाने पार पाडत असतात. त्यामुळे त्या आजारी व्यक्तीला खूप बरे वाटते. पोस्टातून पत्रे येण्याचे प्रमाण खूप कमी झाले आहे. पण पत्रे लवकरात लवकर पोचवण्याचे काम कुरीयरवाले करत असतात.

आई, वडील दोघेजण नोकरी किंवा व्यवसायाच्या निमित्ताने लवकर घराबाहेर पडत असतात. त्यामुळे शाळेत जाणाऱ्या लहान मुलांना शाळेत पोहोचविणे व परत घरी आणून सोडण्याचे काम रिक्षावाले काका चोखपणे बजावतात. काही शाळांची स्कूल बस असते. त्यांचे ड्रायव्हर काका मुलांना घरापर्यंत व्यवस्थित आणतात.

पाळणाघर चालवणाऱ्या ताईंची पण खूप मदत होत असते. घरातील बेसिन चोक अप झाले किंवा नळ गळायला लागला की प्लंबरकाका पटकन येऊन दुरूस्त करून जातात. इलेक्ट्रिकची कामे इलेक्ट्रिशियन करून देतो. नारळ पाणीवाला , फूलपुडीवाला हेही आपल्याला मदत करतात.

असे हे सर्व नवे बलुतेदार आपल्या दैनंदिन कामात आपल्याला मोलाची मदत करत असतात. आपण त्यांच्याशी आपुलकीने बोलले पाहिजे. त्यांना समजून घेतले पाहिजे. म्हणजे त्यांना त्यांच्या कष्टाचे चीज झाल्यासारखे वाटते. परत असेच कधीतरी भेटू या.

अनिता गोखले
दूरध्वनी ०२२-२१६३४९३४

हाडाचा सरकारी कर्मचारी

एका सरकारी कामासाठी अर्जदारांच्या मुलाखती चालू होत्या. प्रत्येकाला विचारलं जात होतं, ''दोन अधिक दोन किती?''

उत्तर नेहमीच येत होतं 'चार'. परंतु एका उमेदवाराने मात्र विचारलं, 'तुम्हाला ते किती व्हायला पाहिजेत?'

त्या उमेदवाराची निवड झाली हे सांगायलाच नको.

वास्तुकलेतील हरितक्रांती

हल्ली अनेक प्रॉपर्टी डेव्हलपर्स किंवा बिल्डिंग प्रोजेक्टच्या जाहिरातींमध्ये ''ग्रीन बिल्डिंग'', तसेच ''इको हाऊसिंग'' असे शब्द आपल्या वाचनात येत असतात. सामान्य नागरिकांमध्ये या बद्दल नेहमीच कुतूहल वाढू लागले आहे. ह्या नवीन (?) संकल्पनेविषयी समजून घेण्याचा आपण प्रयत्न करत आहोत.

आपण जेथे राहतो,काम करतो, वावरतो अशा वास्तूचा आपल्या सर्वांगीण विकासावर नेहमी परिणाम होत असतो.(डायरेक्टली वा इनडायरेक्टली) ह्या वास्तूमध्ये निर्माण होणारी सकारात्मक ऊर्जा(पॉझिटीव्ह एनर्जी) आपल्या आरोग्य (हेल्थ) काम करण्याची क्षमता (प्रॉडक्टिव्हिटी) यांच्याप्रमाणेच बौद्धिक, आर्थिक व सामाजिक उत्कर्ष यांसाठी कारणीभूत असते. म्हणूनच अशा वास्तूंमध्ये नेहमी आल्हाददायक वातावरण (कंफर्ट कंडिशन) गरजेचे असते.

जसे भारतीय वास्तुशास्त्र हे पृथ्वी, वायू, जल, अग्नी व आकाश या पंचमहाभूतांवर आधारलेले आहे तसेच कोणत्याही इमारतीची रचना करताना
तेथील जमिनीची जडणघडण , हवामान, पाणी,नैसर्गिक ऊर्जा, व आसपासचा परिसर, स्थानिक नैसर्गिक वनस्पती, मोकळी जागा यांचा अभ्यास करणे महत्त्वाचे आहे.

वरील संकल्पना नवीन नक्कीच नव्हे, प्राचीन भारतीय वास्तुकलेविषयी जाणून घेताना हे जाणवते. भारत हा विविधतेने नटलेला देश आहे. त्या त्या ठिकाणच्या विविध भौगोलिक परिस्थिती व वातावरणातील बदल विशेष लक्षात घेऊन बांधकामांच्या पद्धतीत फरक केलेला दिसून येतो. हवा खेळती
राहावी यासाठी उष्ण कटिबंधातील घरांमध्ये मध्य चौक (सेंट्रल कोर्टयार्ड) व व्हरांडा यांचा वापर केलेला दिसतो. स्थानिक दगडांचा त्यांचा गुणधर्म लक्षात घेऊन बांधकामामध्ये वापर केलेला दिसून येतो. उदा. कोकणातील घरांमध्ये तेथील जांभा (लेटोरेट) दगडाचा

तर घाटावरील घरांमध्ये कातळाचा वापर केला गेला आहे.

जुन्या काळातील बांधकामाचे तंत्रज्ञान किती विकसित होते याची अनेक उदाहरणे आहेत.

सह्याद्रीच्या पर्वतरांगांमध्ये शिवाजी महाराजांनी बांधलेले गड-किल्ल्यांमध्ये तसेच चारी बाजूला खारे पाणी असूनही अनेक जलदुर्गांमध्ये गोड्या पाण्याच्या टाक्या,विहिरी, जिवंत झरे हे आजही आढळतात. हे आश्चर्य नसून त्याकाळी तयार केलेल्या पर्जन्यजलभरणाचे अर्थात रेन वॉटर हारवेस्टींगचे उत्तम उदाहरण आहे. मुघलकालीन व राजस्थानमधील राजवाड्यांमध्ये नैसर्गिक प्रकाशाने संपूर्ण राजवाडा उजळून निघण्यासाठी आरसे व काचांचा वापर केलेला दिसून येतो.

गुजरातमधील ''स्टेप वेल'' ह्या कोणत्याही प्रकारची मानवनिर्मित वातानुकूलित यंत्रणा (आर्टिफिशीयल एअर कंडीशनिंग सिस्टम) नसूनही आतील खोल्यांमध्ये गारवा जाणवतो.

काळाच्या ओघात या घर बांधण्याच्या पारंपरिक पद्धती मागे पडल्या. लोकसंख्यावाढीचा स्फोट, औद्योगिकीकरण तसेच पाश्चिमात्य देशांतील बांधकामाच्या तंत्रज्ञानाची नक्कल ह्यांचा हा परिणाम असेलही कदाचित. आजकालच्या जलद जीवनशैलीचा विचार करता नवीन तंत्रज्ञानाला विरोध करणे योग्य नव्हे. परंतु ह्या नवीन तंत्रज्ञानाचे स्वागत करताना जुन्या पारंपरिक पद्धतीचा विसर पडता कामा नये. पर्यावरणाच्या संवर्धनासाठी नव्या-जुन्याचा समन्वय साधणे हे वास्तुविकासकाचे व वास्तुविशारदाचे कर्तव्य असले पाहिजे. हे उद्दिष्ट समोर ठेवून इंडियन ग्रीन बिल्डिंग कौन्सिल (आय.जी.बी.सी.) या संस्थेची २००१ मध्ये स्थापना करण्यात आली. पर्यावरणाच्या संवर्धनासाठी विशिष्ट गाईडलाईन्स डिझाईन केल्या आहेत.

मार्गदर्शक तत्त्वे

१) इमारतीची रचना करताना सूर्याची भ्रमणकक्षा(सनपाथ) व वाऱ्याची दिशा यांचा अभ्यास करणे.

२) पाणी,वीज, व नैसर्गिक ऊर्जांचा वापर सुयोग्य पद्धतीने पुनर्वापर केला जावा.

३) बांधकाम साहित्य वापरताना इमारतीच्या अंतर्गत व बाह्य हवामानाची-तापमानाची काळजी घेतली जावी.

४) जमिनीची जडणघडण, नैसर्गिक उतार व स्थानिक वनस्पतीच्या संवर्धनाचाही विचार केला जावा.

५) जास्तीत जास्त स्थानिक बांधकाम साहित्याचा वापर केला जावा.

६) टॉक्झिक व हॅजार्डस साहित्य बांधकामात वापरू नये.

७) पुनर्वापर करण्यायोग्य (रिसायकलेबल) बांधकाम साहित्य वापरावे.

८) सोलार वॉटर हिटींग सिस्टीम, सोलार लायटींग, सोलार विंड हायब्रिड सिस्टीम अशा अपारंपरिक ऊर्जा स्त्रोतांचा वापर करावा.

वरील सूत्रांच्या आधारे आय.जी.बी.सी. तर्फे एल.ई.ई.डी. रेटींग (लीडरशीप इन एनर्जी अँड एनव्हार्नमेंट डीझाईन) दिले जाते. २००३ साली बांधलेल्या हैद्राबाद येथील कॉन्फेडरेशन ऑफ इंडियन इंडस्ट्री (सी.आय.आय.) सोहराबजी गोदरेज ग्रीन बिल्डिंग सेंटर ही भारतातील पहिली प्लॅटिनम रेटेड ग्रीन बिल्डिंग आहे. ह्या इमारतीचा विस्तार हा २०,००० चौ. मी. इतका आहे.

आजच्या तारखेला देशात अंदाजे २७० सर्टिफाईड ग्रीन बिल्डिंग्ज् आहेत. यामध्ये अनेक विमानतळे, रूग्णालये, आय.टी. पार्क, व्यापारी संकुले, रहिवासी संकुले, हॉटेल्स आहेत. ह्या सर्वांचे एकत्रित क्षेत्रफळ १.२ बिलीयन पेक्षा जास्त आहे!! हेही नसे थोडके.

कॉंक्रिटच्या जंगलामध्ये हा हिरवा वृक्ष अजून बहरेल अशी आशा करावयास हरकत नाही.

राहुल तांबवेकर
भ्रमणध्वनी ९८१९९५८४५५२

प्रिय रसिक साहित्यिक महोत्सव २०१४

म.सेवा. संघ आणि पॉप्युलर प्रकाशन यांच्या संयुक्त विद्यमाने साजऱ्या होणाऱ्या 'प्रिय रसिक' या साहित्यिक महोत्सवाचे यंदाचे पाचवे वर्ष! फेब्रुवारी महिन्याच्या २४,२५ व २६ या तीन दिवशी हा महोत्सव अतिशय उत्साही वातावरणात साजरा करण्यात आला.

द लिव्ह वेल डाएट – पुस्तकाचे प्रकाशन

प्रिय रसिक महोत्सवाच्या पहिल्या दिवशी दि. २४ फेब्रुवारी रोजी आहारतज्ज्ञ डॉ. सरिता डावरे आणि मास्टर शेफ संजीव कपूर यांच्या 'द लिव्ह वेल डाएट' ह्या मराठी पुस्तकाचे प्रकाशन हिंदी चित्रपटसृष्टीतील सुप्रसिद्ध अभिनेते परेश रावल आणि सुप्रसिद्ध गायक हरिहरन यांच्या हस्ते झाले. प्रकाशन समारंभानंतर सुप्रसिद्ध अभिनेते परेश रावल आणि सुप्रसिद्ध अभिनेत्री स्वरूप संपत यांनी या पुस्तकाचे दोन्ही लेखक, प्रकाशक, परेश रावल , हरिहरन आणि पुस्तकाचे सुरूवातीपासूनचे मार्गदर्शक डॉ. अविनाश फडके यांच्याशी मनमोकळ्या गप्पा मारल्या.

सुरूवातीला पुस्तकाच्या एकूणच संकल्पनेविषयी बोलताना डॉ. सरिता डावरे म्हणाल्या की, '' वेगवेगळ्या प्रकारचे डाएट प्रोग्राम्स, आहारा तील प्रयोग सर्वसामान्यतः केले जातात. अशा वेळी सर्वसामान्य माणसाला डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय स्वतःचे आहार नियोजन करणे सुकर व्हावे यासाठी मार्गदर्शन करण्याच्या हेतूने या पुस्तकाची निर्मिती करण्यात आली.'' मास्टर शेफ संजीव कपूर यांनी पुस्तकाच्या या संकल्पनेचा उगम कसा झाला याबद्दल सांगताना म्हटले की, ''डॉ. डावरे साध्या, सहज, चविष्ट घरगुती रेसिपीज सांगत. त्या वेळी हे काहीतरी वेगळे आहेत व सामान्य माणसांपर्यंत हे पोहोचायला हवे ह्या उद्देशाने या पुस्तकाच्या संकल्पनेने आकार घेतला आणि प्रथम इंग्रजीतून ह्या पुस्तकाचे लेखन झाले.''

सुप्रसिद्ध अभिनेते परेश रावल यांनी आपण या डाएट प्रोग्रामने का प्रभावित झालो हे सांगताना म्हटले की, ''सुरूवातीला पत्नी स्वरूप संपत ह्यांना चांगला फायदा होऊनही निव्वळ खवय्येगिरी करता येणार नाही म्हणून आपण यापासून दूर होतो. मात्र 'लिव्ह वेल डाएट जीवनशैली' चा अवलंब केल्यावर महिन्याभरातच फरक जाणवला, वजन कमी झाले, मन प्रफुल्लित झाले. देव आहे की नाही हे मला माहीत नाही, पण डॉ. डावरे यांच्यावर मनापासून श्रद्धा ठेवल्यामुळे, त्यांचा डाएट फॉलो केल्याने माझ्यात आमूलाग्र बदल झाला.'' तसेच आताच्या पिढीला योग्य आहाराचे महत्त्व पटावे यासाठी हे पुस्तक अभ्यासक्रमात समाविष्ट व्हावे अशी इच्छाही परेश रावल यांनी व्यक्त केली.

''खूप दौरे आणि जेवणाच्या अनिश्चित वेळा ह्यामुळे वजनात वाढ झाली, थकवा जाणवू लागला आणि उत्साह कमी होऊ लागला. मात्र डॉ. डावरे यांच्या 'लिव्ह वेल डाएट जीवनशैली'मुळे वजन कमी झाले. थकवा पळाला आणि आत्मविश्वास वाढला.'' असे सुप्रसिद्ध गायक हरिहरन यांनी एका प्रश्नाला उत्तर देताना सांगितले. डॉ. अविनाश फडके यांनी त्यांच्याकडे येणाऱ्या अनेक रूग्णांना पथ्यापथ्य व आहार नियोजन देताना डॉ. सरिता डावरे यांच्या डाएटचा फायदा झाला आणि औषधाऐवजी केवळ काटेकोर आहारपद्धतीने बरे वाटले असे सांगितले. इंग्रजीतून अल्पावधीतच यशस्वी ठरलेल्या या पुस्तकानंतर मराठीतील या पुस्तकाचा लाभ सगळ्यांनाच होईल असा विश्वास प्रकाशक हर्ष भटकळ यांनी यावेळी व्यक्त केला.

अभिनेत्री स्वरूप संपत यांनी आपल्या खुसखुशीत शैलीत व्यासपीठावरील मान्यवरांना प्रश्न विचारून या पुस्तकाचे प्रयोजन, निर्मिती आणि उपयुक्तता याबद्दल प्रेक्षकांना अधिक माहिती दिली. डॉ. डावरे यांच्या मार्गदर्शनाचा लाभ घेणारे विविध क्षेत्रांतील मान्यवर या कार्यक्रमाला आवर्जून आल्यामुळे प्रेक्षकांमध्येही एक वेगळाच उत्साह जाणवत होता.

विचार सकारात्मक असेल तर मन व शरीर हे दोन्ही सुदृढ राहतात असे सांगत, डॉ. डावरे यांनी डाएट ही शिक्षा नसून एक 'लाईफस्टाइल मॅनेजमेंट'

असल्याचे सांगून प्रेक्षकांमधील 'डाएट' बद्दलची भीती दूर केली. केवळ रेसिपी एवढंच 'द लिव्ह वेल डाएट' या पुस्तकाचं स्वरूप नसून आरोग्यदायी संतुलित आहार कसा असावा, चमचमीत पदार्थांमध्येही डाएटचे योग्य संतुलन राखत कोशिंबीरी, चटण्यांपासून शाकाहारी व मांसाहारी पदार्थांच्या पाककृती या पुस्तकात पाहायला मिळतील. डाएटविषयीचे गैरसमज दूर करायला लावणाऱ्या या पुस्तकातून निरोगी आणि आनंददायी जगण्याचा मूलमंत्र प्रत्येकाला मिळतो.

गर्भरेशमी - इंदिरा संत जन्मशताब्दीनिमित्त

महोत्सवाच्या दुसऱ्या दिवशी म्हणजे दि. २५ फेब्रुवारी २०१४ रोजी 'गर्भरेशमी' या कार्यक्रमाचे आयोजन केले होते. ज्येष्ठ कवयित्री इंदिरा संत यांच्या जन्मशताब्दीनिमित्त आणि पॉप्युलर प्रकाशनच्या कविता प्रकाशनाला साठ वर्षे झाली त्यानिमित्त पॉप्युलर प्रकाशनने २०१४ हे 'कवितावर्ष' जाहीर केले आहे. प्रा. अनुपमा उजगरे आणि प्रा. उषा परब यांनी सादर केलेल्या 'गर्भरेशमी' या कार्यक्रमातून 'कविता वर्षा'चा आनंद व्यक्त करण्यात आला.

या कार्यक्रमाच्या सुरूवातीला महाराष्ट्र सेवा संघाच्या 'आपुलकी' या त्रैमासिकाचे प्रकाशन रामदास भटकळ यांच्या हस्ते करण्यात आले. कवितावर्षनिमित्त आपल्या छोटेखानी निवेदनात भटकळ यांनी पॉप्युलर आणि कविता यांचे नाते उलगडून सांगितले. गेल्या साठ वर्षात दोनशेहून अधिक कवितासंग्रह प्रकाशित करणारी पॉप्यूलर ही एकमेव प्रकाशनसंस्था असावी असेही ते म्हणाले.

इंदिरा संत याच्या कवितेवरील 'गर्भरेशमी' या कार्यक्रमातून डॉ. अनुपमा उजगरे आणि प्रा. उषा परब यांनी इंदिराबाईंच्या कवितांचे अभिवाचन तर केलेच, पण त्यांच्याविषयीची रोचक माहिती, आठवणी सांगून कवितेमधून उलगडणारे त्यांचे व्यक्तिमत्त्व अधिक स्पष्ट करून सांगितले. 'सहवास' ते निराकार ह्या त्यांच्या काव्यप्रवासातील निवडक कवितांतून अनुपमाताई आणि उषाताई यांनी इंदिराबाईंच्या कविते-तील वेगवेगळे रंग, मूड, आशय, आकर्षकपणे सादर केले.

'झंझावात','असा कसा हा उन्हाळा','पाय तुझे पायरीस लागलेले', 'येणार तो','एक मिनिट','अक्कू-बक्कूची दिवाळी','पत्र लिही, पण पाठवू नको' अशा वेगवेगळ्या आशयाच्या कविता सादर करून इंदिराबाईंच्या काव्यप्रतिभेची झलक श्रोत्यांना या कार्यक्रमातून अनुभवता आली. या कार्यक्रमातून इंदिराबाईंचे व्यक्तिमत्त्व, कवयित्री म्हणून त्यांची झालेली जडणघडण, त्यांच्या आयुष्यातील उलथापालथ व कवितेच्या रूपाने सापडलेला जीवनाचा अर्थ या साऱ्याच गोष्टी अतिशय सुंदर पद्धतीने त्यांनी मांडल्या. लवकरच इंदिराबाईंच्या समग्र कवितांचा इंदिरा हा ग्रंथ पॉप्युलरतर्फे प्रकाशित होत आहे.

राजन गवस यांची मुलाखत

'प्रिय रसिक' महोत्सवाच्या तिसऱ्या आणि शेवटच्या दिवशी सुप्रसिद्ध लेखक राजन गवस यांची मुलाखत एस. एन.डी.टी. विद्यापीठातील मराठीचे अध्यापन करणाऱ्या प्रा. डॉ. अरूणा दुभाषी यांनी घेतली. गेल्याच वर्षी राजन गवस यांची ब,बळीचा ही कादंबरी पॉप्युलर प्रकाशनाने प्रकाशित केली. वेगळ्या विषयावरच्या ह्या कादंबरीने अल्पावधीतच लोकप्रियता मिळवली. खेड्यातील शेतकऱ्यांचे जीवन, बदलते समाजजीवन, तिथल्या माणसांची शहराच्या मुख्य प्रवाहात मिसळण्याची धडपड आणि त्यातून येणारे ताणेबाणे, अडचणी ह्या सर्वांचाच एक पट वेगळ्या पद्धतीने गवस यांनी या कादंबरीतून मांडला आहे.

मुलाखतीच्या सुरूवातीलाच स्वतःच्या जाणिवा-नेणिवा, बालपणातले संस्कार, खेड्यातले मोकळे वातावरण ह्यांविषयी बोलताना गवस यांनी बालपणातले काही मजेशीर अनुभवही सांगितले. गावात येणारे उत्सव, जत्रा, तमाशे यांतून आयुष्याला व्यापक अर्थ मिळाला असे सांगत असतानाच गवस

यांनी शालेय जीवनात प्रभावित करणाऱ्या विशेष व्यक्तिमत्त्वांचा आवर्जून उल्लेख केला. साहित्याचे संस्कार, सेवादलातले संस्कार यांतून पुढे माकडवाल्यांची संघटना, देवदासी संघटना उभारण्याची प्रेरणा गवस यांना मिळाली.

सुरूवातीला कवी असणारे राजन गवस कादंबरीकडे कसे वळले या अरूणा दुभाषी यांच्या प्रश्नाला उत्तर देताना ते म्हणाले की, ''हुंदका' हा माझा पहिला काव्यसंग्रह. पुढे माकडवाल्यांची संघटना, देवदासींच्या प्रश्नात अस्वस्थपणे ओढला गेलो व विचार करू लागलो की, जर सर्व समस्या आपल्याला माहीत आहेत तर आपणच का लिहू नये? मग 'कळप','तणकट' सारख्या कादंबऱ्या लिहिल्या गेल्या. जोगवा सारखा चित्रपट निघाला. समाजातले व्यापक प्रश्न कथेतून किंवा कवितेतून सुटणारे नव्हते अशा वेळी कादंबरीतून या प्रश्नांची उकल होऊ शकेल असे वाटले आणि कादंबरीकडे वळलो.''

'ब, बळीचा' या कादंबरीच्या निर्मितीविषयी बोलताना गवस म्हणाले की, ''शहरात शेतकऱ्यांविषयी, खेड्यांविषयी जे प्रचंड गैरसमज होते त्यामुळे अस्वस्थ होतो, एकीकडे शेतकरी तणावाखाली असताना खेडी खूप सुधारत आहेत हा भ्रम जनमानसात होता, त्याची कोंडी कशी फोडावी ह्या विचारात खूप अभ्यास चालू होता आणि त्यातूनच ह्या कादंबरीचं बीज फुलत गेलं ''

वेगळ्या फॉर्ममधली, अनेक प्रश्नांमुळे विचार करायला लावणारी, अस्वस्थ करणारी ही कादंबरी प्रत्येकाने वाचावी अशीच आहे. स्वच्छ, स्पष्ट विचार असणारे राजन गवस यांच्या मुलाखतीतून खेड्याकडे, तेथील समाजजीवनाकडे बघण्याचा आपला दृष्टिकोन नक्कीच बदलेल असे वाटते. गंभीरपणे प्रत्येक विषयाची उकल करत चाललेल्या ह्या मुलाखतीने शेवटी प्रत्येक रसिकाला अंतर्मुख केले.

मासे टेनिस का खेळत नाहीत ?
त्यांना नेटजवळ जायला आवडत नाही.

भारतीय संगीत, शरीरातील ७ चक्रे आणि आपले आरोग्य

मुलुंडचे रहिवासी आणि आपल्या संस्थेचे सभासद डॉ. नितीन पाटणकर यांच्या विचार मंथनातून साकारलेला सदर कार्यक्रम संकल्पना आणि सादरीकरण ह्या दोन्ही दृष्टीने खूप आगळा वेगळा असा होता. आपल्या पूर्वजांच्या अतिशय सखोल अशा शरीरशास्त्रीय अभ्यासाचा आधार घेत मात्र कुठेही त्याचा उदो उदो न करता आणि ह्या विषयातल्या स्वतःच्या अभ्यासाचा आणि अनुभवाचा सर्वांना लाभ करून देण्यासाठी डॉ. पाटणकरांनी हा उपक्रम बेतला आहे. हे कार्यक्रमात सतत जाणवत होते. संकल्पना वैद्यकशास्त्राशी निगडित असली तरी काहीशी अमूर्त म्हणजेच ठोसपणे मांडता न येण्यासारखी, म्हणूनच डॉ. पाटणकरांनी कार्यक्रमाची रचनाच अशी केली आहे की, एकीकडे प्रेक्षकांना विषय थोडक्यात उलगडून दाखवण्यासाठी पडद्यावर शास्त्रीय/तांत्रिक माहिती, दुसरीकडे व्याख्यानात भरपूर समर्पक किस्से व हलके फुलके विनोद आणि त्याचबरोबर संगीताच्या स्वरावलींच्या माध्यमातून आणि बीजमंत्राच्या उच्चारणातून उपस्थितांना मूळ संकल्पनेचा प्रत्यक्ष अनुभव घेऊ देण्याचा थेट प्रयत्न. ही सर्व कसरत डॉ. पाटणकरांनी कुठल्याही मध्यांतराशिवाय सलग जवळ जवळ २।। तास लीलया साधली.

नाद म्हणजे काय, शरीरातील विविध ध्यानचक्रे कोणती, त्यांची आधुनिक वैद्यकशास्त्राशी कशी सांगड घालता येते ह्याबद्दल काही तांत्रिक माहिती देऊन नंतर डॉक्टरांनी एकेका चक्राचा सविस्तर परामर्श घेतला. मूलाधार चक्रापासून सुरूवात करताना चक्राचे स्थान, त्याचे महत्त्व, त्याचा मनुष्य स्वभावाशी, गुण दोषांशी असलेला संबंध, चक्राचे कार्य सुरळीत होत नसल्यास दिसणारी लक्षणे ह्या गोष्टींची त्यांनी उकल केली. मग विशिष्ट चक्राचा बीजमंत्र व त्या चक्रावर विशेषतः परिणाम करणारे संगीत ध्वनी(सुरावटी) ह्यांचे प्रात्यक्षिक दिले. डॉ. उत्तरा चौसाळकर ह्यांनी सांगीतिक प्रात्यक्षिके

अतिशय प्रभावीपणे सादर केली. चक्रानुरूप विशिष्ट सुरावटी ठराविक स्वरपट्टीमध्ये गाऊन त्यांचा जास्तीत जास्त परिणाम साधण्याच्या अवघड कामगिरीत त्यांची हुकूमत सहज जाणवण्याइतकी स्पष्ट होती. त्यांनी उपस्थितांकडून बीजमंत्र उच्चारणही सर्वांना सामावून घेत खूपच प्रभावी केले. सर्व चक्रांचा बीजमंत्र साधारण सारखाच मात्र त्यातल्या व्यंजनात फरक असतो. असे म्हणतात की विशिष्ट व्यंजन उच्चारणामध्ये शरीरातील विशिष्ट भागच सर्वाधिक कंपित होतो. ह्या मंत्रमुग्ध करणाऱ्या परिणामानंतर ठराविक चक्राकार ध्यानमग्न होण्यासाठी डॉक्टरांनी काही ध्वनिमुद्रणांचा वापर केला. ह्याच प्रकारे शरीरातील सातही चक्रांची मांडणी सादर झाली.

ध्वनीचा, विशेषतः सांगीतिक नादाचा, स्वरांचा उपयोग आपल्या आरोग्यासाठी अतिशय प्रभावीपणे करता येऊ शकतो ह्याची जाणीव ह्या कार्यक्रमाद्वारे झाली. संपूर्ण सादरीकरण खूप रंजक, रोचक आणि तरीही मार्मिक असे होते. डॉक्टरांच्या निवेदनातील रोजच्या जगण्यामधील गमतीदार किश्श्यांचा भाग शरद उपाध्येंच्या ''राशीचक्र'' ची आठवण करून देत होता. त्याचवेळी मंत्रोच्चारण आणि स्वरध्यान विलक्षण शांतीचा अनुभव देऊन गेले. एकूणच हा निव्वळ कार्यक्रम नसून एक अविस्मरणीय असा थेट अनुभव होता. आरोग्यरक्षणाचा एक वेगळाच आयाम ह्या निमित्ताने उपस्थितांना ज्ञात झाला. अनेकांनी ह्या विषयाचा अधिक अभ्यास करण्याची प्रेरणा नक्कीच घेतली असेल.

आरोग्य ह्याच विषयासंबंधी आणखी एका संकल्पनेवर परिसंवादात्मक कार्यक्रम करण्याचा संस्थेचा मानस आहे. नव्याने स्थापन झालेला, विज्ञान विभाग आणि आरोग्य विभाग संयुक्तपणे हा कार्यक्रम आयोजित करतील. डॉ. नितीन पाटणकर ह्यांनीदेखील ही संकल्पना उचलून धरली आहे.

वैद्यकशास्त्राचा विकास वेगवेगळ्या शाखांमध्ये, निरनिराळ्या पार्श्वभूमीवर, परिस्थितिजन्य गरजा आणि शक्यतांमधून कधी चाचपडत-ठेचकाळत, कधी नेटाने आणि विविध अंगानी झाला आहे. आयुर्वेद,ॲलोपथी, होमियोपथी, निसर्गोपचार, चुंबक चिकित्सा, ॲक्युप्रेशर, ॲक्युपंक्चर बाराक्षार, युनानी, शिवांबू चिकित्सा, किलेशन थेरपी, रेकी, अशा अनेक प्रचलित, अपारंपारिक, प्रायोगिक शाखा-उपशाखा आज विस्तारित होताना दिसताहेत. ह्या प्रत्येक पर्यायाच्या काही मर्यादा असणार आणि काही सामर्थ्यस्थळेही. निकोप दृष्टीने आणि वैज्ञानिक निष्ठेने ह्या वेगवेगळ्या शाखांचा मुख्य आशय समजून घेऊन त्यामध्ये समन्वय साधता येतो का ह्याचा धांडोळा घेण्याच्या हेतूने हा कार्यक्रम योजला आहे.

जाणकारांनी आणि जागरूकांनी स्वतः पुढे येऊन हा उपक्रम प्रभावी करण्यासाठी आम्हाला सहकार्य करावे ही आग्रहपूर्ण विनंती.

-सतीश पाटणकर
भ्रमणध्वनी - ९८२१०५३५९०

आपुलकीच्या वाचकांसाठी आवाहन

आपुलकीच्या अंकात छापण्यासाठी आम्हाला गरज आहे ती आपल्या सकारात्मक, विधायक आणि प्रेरक अशा लेखांची. **कारण आपुलकीचे यश त्यावरच अवलंबून आहे.**

दत्ताजींना विनम्र श्रद्धांजली

अनंत अमुची ध्येयासक्ती अनंत अन् आशा
किनारा तुला पामराला -
या ओळी कांही खास व्यक्तिमत्त्वांसाठी राखीव आहेत आणि त्यातलंच एक व्यक्तिमत्त्व म्हणजे ज्येष्ठ स्वातंत्र्यसैनिक आदरणीय श्री. दत्ताजी ताम्हणे.

आपल्या संस्थेशी अगदी जवळचे संबंध असलेल्या शतकयोगी दत्ताजींचे ७ एप्रिल २०१४ रोजी निधन झाले. महाराष्ट्र सेवा संघाच्या परिवारातर्फे त्यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली.

संस्थेच्या, तसेच तमाम मुलुंडकरांच्या दत्ताजींच्याप्रती असलेल्या भावना सोबतच्या काव्यमय आदरांजलीतून व्यक्त होतील.

(वृत्त : मंदाक्रान्ता)

दत्ताजींचा परिचय जनां ताम्हणे भाइकाका ।
स्वातंत्र्याची तळमळ मनी त्यागिला स्वार्थ, पैका ।
चारित्र्याची धवल प्रतिमा राखुनी कार्य केले ।
देशासाठी तन–मन–धना अर्पुनी धन्य झाले ।

पुण्याईने निवडणुकही जिंकुनी आमदार ।
सामान्यांचे हितचि करणे अन्य नाही विचार ।
हास्यानंदे स्मरति कविता श्लोक कित्येक ओठी ।
आयुष्याचे शतक करूनी जाइ स्वर्गात साथी ।

संसाराची त्यजुनि ममता, राष्ट्र सेवा दलात ।
गांधीजींचा पथ निवडला ज्ञान–वैराग्य शांत ।
ऐशी व्यक्ती जगति विरळा सर्वही मान देती ।
लाभो त्यांच्या, नित प्रभुकृपे दिव्य आत्म्यास शांती ।

ओम् शांतिः शांतिः शांतिः ।

.....चंद्रशेखर नारायण वझे

संस्थेत संपन्न झालेल्या कार्यक्रमांची माहिती

१. दि. ५ एप्रिल २०१४ रोजी संस्थेच्या ऐरोली ग्रंथालयाचे 'श्रीमती सुनीता म. देवधर ग्रंथालय' असे नामकरण करण्यात आले. या कार्यक्रमाला इंडियन मेडिकल असोसिएशनचे अध्यक्ष तसेच रोटरी क्लबचे माजी प्रांतपाल डॉ. बाळकृष्ण इनामदार प्रमुख पाहुणे म्हणून लाभले तर विशेष अतिथी या नात्याने झी नेटवर्कचे मुख्य कार्यकारी अधिकारी डॉ. उदय निरगुडकर उपस्थित होते. दोन्ही अतिथी उत्तम वक्ते असल्याने त्यांनी उपस्थित रसिकांना उत्तम मार्गदर्शन केले.

२. दि. १९ एप्रिल २०१४ रोजी ऐरोली शाखेच्या १३ व्या वर्धापनदिन सोहळ्याला ख्यातनाम गायिका श्रीमती आरती अंकलीकर-टिकेकर यांच्या गायनाने बहार आणली.

नसती 'बिला'मत

पेशंट : डॉक्टर असं काही औषध द्या की माझ्या अंगात भांडणाची सणक येईल - थोडक्यात 'फायटिंग स्पिरिट' येईल असं काहीतरी पहा-

डॉक्टर : त्याची काळजी करू नका. 'प्रिस्क्रिप्शन'मध्ये नाही - पण बिलात मी त्याची तरतूद केली आहे.

कसं बोललात

' मी गेली पंधरा वर्षे आपल्याकडे काम करतो आहे. कधीही पगारवाढ मागितली नाही पण...'

आपल्या कर्मचाऱ्याचे बोलणे मध्येच थांबवून मालक म्हणाले- 'हेच कारण आहे की, तुम्ही पंधरा वर्षे माझ्याकडे राहू शकलात. नाहीतर....'