

प्रभु तरुण

वर्ष ५६

अंक ०८

मुंबई

१६ एप्रिल, २०२३

पाने ६

किंमत रु. १

(स्थापना : तारीख २५ ऑगस्ट १९२३)

तत्त्वाचा बंदा जीव । मूर्तीला कोण विचारी?

www.prabhutarun.org

संपादिका: सुहासिनी कीर्तिकर

कार्यकारी संपादक मंडळ : मिनाक्षी जयकर, मयुरा नायक, संजना कोठारे, वैजयंती कीर्तिकर

संपादकीय

पुष्पोपचार

—सुहासिनी कीर्तिकर

कालच 'धुळवड' झाली. म्हणजे धूलीवंदन. मनात आलं; का बरं या दिवसाला धूलीवंदन म्हणत असतील? आदल्या दिवशी होळी. म्हणजे वातावरणातील विषमता टाळण्यासाठी, रोगराई अन् प्रदूषण टाळण्यासाठी लाकूड, गोवऱ्या, चंदन... जाळून भोवतालच्या आवरणातील रोगजंतू नष्ट करण्यासाठी होळी पेटवायची. तिला तारकशक्ती म्हणून होलिकामाता म्हणायचे. निसर्गाने कात टाकायला सुरुवात केली की फार पूर्वीपासून माणसाने स्वतःला बदलणाऱ्या आचार-आहाराचे गणित जुळवून त्याला सामूहिक सणांचे, व्रतवैकल्यांचे रूप दिले आहे. खरेच आहे ना ते! आषाढ-श्रावणात अवघा निसर्ग उत्फुल्ल समतोल साधत असताना आपण काही होळी पेटवून जाळपोळ करित नाही! बोंब ठोकत नाही. उलट पाऊसकाळ बांधू नये म्हणून उपासतापास करतो, घननीळ बरसत असताना सृष्टीचे कौतुक करित सणवारांची रेलचेल करित असतो. नंतर हलकेहलके सामूहिक आनंदाचे भरते येते. गणपती, नवरात्र, दिवाळी, संक्रांत... आदी सणांनी माणसांचे धकाधकीचे आयुष्यही आनंदाने उजळून निघते. शारीरिक, पारमार्थिक, सामाजिक, वैचारिक, सांस्कृतिक निरोगी रूप टिकवून ठेवण्यासाठी ही सारी धडपड असते. राष्ट्रीय सण, ज्येष्ठ नागरिकदिन, पुस्तकदिन, बालदिन, महिलादिन, आरोग्यदिन, पर्यावरणदिन, विज्ञान-दिन... असे कितीतरी सण (सणच म्हणायचे त्यांना) त्यात भर घालतात. एका परीने ही सांस्कृतिक कृतज्ञताच असते नं? तीच भावना धूलीवंदन करताना असते. 'धुळवड' म्हटलं की संस्कृतीचं ग्राम्य रूप समोर येते. 'गटारी अमावास्या' म्हणतानाही तेच. आपल्यातील वाईट ते ते जळून जावो, नाहीसे होवो या भावनेने झालेला तो

सांस्कृतिक उपचार असतो. आठवतेय मला. शालेय अभ्यासक्रमात हिंदीला आम्हाला एक 'पाठ' होता. हजारीप्रसाद द्विवेदी यांचा. 'नाखून क्यूं बढते हैं?' नावाचा. त्याचा सारांश असा की माणूस हा अखेर प्राणी आहे. काही वेळा हिंस्त्र. कितीही सुधारला, सुसंस्कृत झाला तरी त्याची मूळ प्रवृत्ती पशूची. ती काही जात नाही. त्याचे प्रतीक म्हणून आपली नखे वाढतात. परस्पराना ओरबाडले जाते. अवतीभवती वातावरणात, साहित्यात, राजकारणात डोकावले तरी याचा अनुभव येतो. वैचारिक, सांस्कृतिक सत्तालोभ काही सुटत नाही. तो कमी व्हावा म्हणून तर हे सगळे संस्कारी सणवारांचे लेपन. हे सणवार निसर्गाचे संतुलन राखतात, माणसांतील मनामनांचे पूल जोडतात, सुसंस्कृत समाजाची पाठराखण करतात. 'दुरितांचे तिमिर' जाण्यासाठी संस्कारांची वाट मोकळी करून देतात. असे सकारात्मक घडणे घडण्यासाठी मग निसर्गही साथ देत असतो. सारे असे 'नैसर्गिक' उपचार असणारे घडतच असते.

पहा ना; मी सुरुवातीला होळी, धूलीवंदनाचा उल्लेख केला. हा निसर्गाचा काळ कोणता? खूप गरमीचा खरा; पण वसंत ऋतूची चाहूल देणारा. वाचकहो; हे संपादकीय तुमच्या हाती पडेल तेव्हा वसंत आपल्या पूर्ण बहरात असेल. खूप खूप गरमी असेल वातावरणात; पण निसर्ग आतून आतून खूप खूप बहरून आलेला. डेरेदार वृक्ष कोकीळ कूजनासाठी बहरलेले, स्वागतशील असतातच; पण छोटीमोठी झाडे सुगंधांनी फुलून आलेली असतात. माणसाच्या मनाची हिंस्त्र नखे कापायची गरजच रहात नाही मग. मनाच्या तल्लखीवर वसंत सुगंध लेपन करतो, रंगांनी डोळ्यांना सुखावतो, दुःखावर विंझणवारा घालतो. परस्पर आकर्षणासाठी

सुगंधाची ही उधळण मदनाचे बाणच ठरतात मग. या ऋतूमधली सुगंधी फुलेच पहा ना... शुभ्र पांढरा मोगरा. इवलेसे रोप दारी लावले की 'गगनावेरी' सुगंध गेलाच त्याचा. वसंतात त्याची सगळी पाने खुडून टाकायची. मग तो 'फुली फुलून' येतो. एवढीशी घट्ट कळी. फूलही शुभ्र टणक, भरदार. मनभर हंगून सुगंध घ्यायचा. देवांवर, केसांत, मनगटात... कुठेही दिमाखात विसावतो मोगरा.

या ऋतूत सुगंधाचा मनभरा 'कोरस' असतो. त्यात प्रमुख मोगरा. त्याचे सहगायकही दमदार-मदनबाण, फुली फुलून येणारा चाफा, जाई, जुई, सुरंगी, सायली, कुंद, चमेली... असे. पांढरी, पिवळी रंग ल्यालेली ही फुले सुगंधगानाची लंकेर थेट नाक, डोळे, बुद्धी, मन, देह काबीज करतात. तीव्र पंचम गाठतात. प्रेम, भक्ती, भोग, समर्पण, यांना अवस्था... लावोनी जाणारी ही सगळी सुगंधी मंडळी. मदनबाण दुसऱ्या दिवशीही आपले सुगंधी व्रत सोडत नाही. सुरंगी तर आणखी दोन दिवसही सुगंधाने वृत्ती रोमांचित करत असते. पिवळी सुरंगी; तसे मजकुंदही पिवळे. ही दोन्ही फुले सुगंध टिकवणारी आणि थोडीशी केसरलेली, 'पावडरी'. पिवळ्या रंगावरून आठवण जागी झाली ती शेवंतीची. ही उन्हाळ्याआधी बहरात येणारी. थंडीला कुरवाळणारी. बटणशेवंती, राजवर्खी शेवंती ही घरगुती कुंड्यांमध्येही रुजणारी. पण ती बहार थंडीतली. सहज इथे आठवली इतकेच. मी बोलत होते ती एप्रिलच्या सुगंधी फुलांबद्दल. हो ना? मोगऱ्याबद्दलच विशेषतः सुंदर दातांना कुंदकळ्या म्हणतात. पण बरं का; सुंदर दातांना पहाताना कवी मनाला मोगराही आठवतो. कवी गुलजार म्हणतात ते आठवतेय? ते म्हणतात; 'लब हिले तो मोगरेके फूल खिलते हैं कहीं!' ओठ हलले की आत जणू शुभ्र मोगराच फुलतो! तो फुलतो अगदी आत आत पहाणाऱ्याच्या मनात. कवी ग्रेस मला आठवले इथे. ते लिहितात- 'अलभ्य फुलाला सखे घनवसंत हा मोगरा विनम्र लपवू कुठे हृदयस्पंदनाचा झरा'

मोगरा घनवसंत असतो. हृदयस्पंदने वाढविणारा, उत्तेजित करणारा असतो. पण उत्तेजित करतो तो सुगंधाने तसा गारवाही देतो. म्हणजे प्रेम एकाच वेळी आग लावतेही अन् शांत शांत करतेही. अगदी तस्से. म्हणूनच पिण्याच्या पाण्याच्या माठात शीतलतेसाठी चार मोगऱ्याची फुले टाकतात ना उन्हाळ्यात? उत्तेजित कामवासनेसाठी मनगटाला जसा मोगऱ्याचा गजरा बांधतात तसे शीतलतेसाठी मोगऱ्याचे अत्तरही मनगटाला लावतात! किती परस्पर विरुद्ध हा सुगंधधर्म?

उन्हाळ्यातील उष्ण आणि शीतलधर्म पाळणारी एप्रिलमधली ही घरगुती बागेतली फुले. अर्थात् मजकुंद बागेतले नव्हे झाड. ते रस्त्यावर छाया देणारे वृक्षकुळातील झाड. वामन पंडितांच्या कवितेतील 'कुंदमाकंदसुदाडिंबे' मधील माकंद म्हणजे मजकुंद. आता आहे की नाही; माहित नाही. पण दादरच्या हिंदू कॉलनीत ही रस्त्याच्या दोहोबाजूंना खरी ताजीम देणारी मजकुंदाची झाडे होती. ग्रॅटरोडला लॅबरनमच्या झाडांमुळे जसा 'लॅबरनम रोड' ओळखीचा होता तसा माकंदरोड मात्र नाही! या वृक्षांबरोबर फुलणारा अजून एक वृक्ष म्हणजे अर्जुन. उन्हाळ्यातच बहरून येणारा. एप्रिल-मे महिन्यात अर्जुनाच्या झाडांवर पांढऱ्या-पिवळसर रंगांचे तुरे फुलतात. सूक्ष्म गंध असतो त्यांना. आधी शिशिराची पूर्ण पानगळ होते; मग नवी पालवी. वाल्मिकी रामायणात अर्जुन वृक्षाचा उल्लेख आहे. दिल्लीच्या जनपथावर हे अर्जुन वृक्ष आहेत. ठाण्यात घोडबंदर रोडवर आहेत. गंमत म्हणजे फुले येतात ती पानांचे मखर तसेच ठेऊन. याच जातीचा बहावा वृक्ष. रस्तोरस्ती उन्हाची काहिली कमी करत नेत्रसुख देणारे हे पुष्पवृक्ष. शिरीष वृक्ष, पर्जन्यवृक्ष ही शहरांना सुशोभित करणारी देखणी वृक्षफुले. 'कृतम् न कर्णापितबंधनं राखे शिरीषमाग-णुविलंबि केसरम्।' असे वर्णन कालिदासाने केले ते सार्थक. पर्जन्यवृक्ष म्हणजे शिरीष नव्हे. मित्रांनो, शिरीष फिकट हिरव्या पानांचा तर; (पान २ कॉलम १ वर)

संपादकीय

(पान १ कॉलम ४ वरून)

पर्जन्य गडद हिरव्या पानांचा. पर्जन्याची फुले लाल गुलाबी असली तरी त्यांना सुगंध नसतो. शिरीषाच्या फुलांना तो असतो आणि ती कोमल असतात. आठवतेय 'ग.दि.मां'चे गीत? रामाचे वर्णन करताना 'शिरीष कुसुमांहीनिही कोमल' असे रूप येते. पर्जन्य आणि शिरीष यांच्या बाबतीत विश्वास वसेकर म्हणतात ना? - 'दोघांचे फूल वेगवेगळे, नका साधर्म्यावर जाऊ.' खरेच की ते. वसंतातले वृक्षच आठवतोय तर; हिरडा वृक्ष विसरता नयेच आपण. त्रिफळा चूर्णातलाच हिरडा हो. पांढरट पिवळसर फुलं, मंजिऱ्यांमध्ये टोकाला येतात अन् सांगतात, 'हा वसंताचा महिमा बरं का.' त्रिफळाचूर्णात आवळा, हिरडा, बेहडा असते. कदाचित् बेहडाला प्रास जुळावा म्हणून हिरडा म्हटले असेल का? कारण याच हिरड्याला संस्कृतमध्ये किती किती सुंदर नावे आहेत सांगू?... अमृता, जया, अव्यथा, प्राणदा, नंदिनी...

पण आपण काव्यात्म नावे आठवणींआड करतो अन् फक्त व्यवहार टिकवतो. रंगीबेरंगी फुलांफुलांचे बनलेले एकत्रित फूल म्हणजे 'घाणेरी' - माहित्येय ना? या इवल्या इवल्या फुलांच्या झुबक्याला गुजरातीत मात्र नाव आहे - 'चुनडी.' किती सार्थ आणि सुंदर. पण आपण मराठी थोडे अधिक व्यवहारी; हे खरेच! याच उन्हाळ्यात दवणा फुलतो. मादक वास आणि फुलापेक्षा पानांशी इमान राखणारा दवणा. खंडोबाला प्रिय. दूरवर भंडाऱ्यासह सुगंध दरवळत ठेवणारा. भंडारा आणि सुक्या खोबऱ्याबरोबर दवण्याची काडी हा खंडोबाचा प्रसाद. अशावेळी कापडात हळदी रंग भरतो आणि प्रसाद सुगंधित होतो. (भंडारा कापडातच देतात; कागदात किंवा पानात नाही.) हा सुगंध खंडोबाच्या खडगाप्रमाणे अंगात वीरश्री जणू भिनवतो. म्हणजे पहा; फुले सुगंधी असतात, सुरंगी असतात, सुरूप असतात, मधाळ असतात, रसाळ असतात. निसर्गाच्या प्रतिमा असतात. आपल्या मनाचे आरसे असतात. भावनांचे प्रतिबिंब असतात. त्या त्या ऋतूंचे सोबती असतात.

पहा बरे; कालच्या धूलिवंदनावरून माझ्या मनावरची धूळ उंच उंच आकाशी झेपावली आणि ऋतूगान गात गात त्या ऋतूतील फुलाफुलांपर्यंत मी पोहोचले. असो. 'फुलांस' नावाची केशवसुतांची अप्रतिम कविता आहे. त्यात ते म्हणतात, 'हे फुला; सुंदर किती तू दिसशी'... पुढे लगेच ते म्हणतात, 'हास्य तुझे ते हसतचि आहे; परि मम भाळी ढग अश्रूचा हाय डवरलाहे.'

मित्रांनो, परीक्षांचा ताण, वातावरणातील असंतूलन, महागाई, राजकारण आदी ढग आपल्या भाळी 'डवरलेले' असताना ऋतूचक्रातील

ही सुंदरता पहिली की आपोआपच 'पुष्पोपचार' होतो. ताण कमी होतो, मन ताजेतवाने होते. तुमच्या सर्वांच्या बाबतीत अगदी, अगदी तस्सेच होवो! 'प्रभुतरुण' वाचणे हा देखील एक आनंदोपचारच. त्याचाही लाभ-अलभ्य लाभच-तुमच्या मनाला आनंदी वृत्ती देवो.

✱

वीरपालांचा आठवावा प्रताप

-सुहासिनी कीर्तिकर

मी माझे संपादकीय लिहून पूर्ण केले अन् दुसऱ्या की तिसऱ्या दिवशी वार्ता येऊन थडकली - वीरपाल राणे गेले! वीरपाल राणे म्हणजे व्रती कार्यकर्ता. ते 'ग्लॅक्सो'त नोकरीला होते. तेव्हाही सोशल समाजासाठी जमेल तशी सेवा देतच होते. १९५७ साली ते पाठारे प्रभू चॅरिटीझवर निवडून आले अन् मग चॅरिटीझ म्हणजे वीरपाल असे त्यांच्या कार्यामुळे समीकरणच तयार झाले.

१९५७ ते २०१७ अशी साठ वर्षांची त्यांची प्रदीर्घ सेवा चॅरिटीझला लाभली. १९९४ साली रिलीफ फंड, नर्सिंग असोसिएशन आणि चॅरिटीज एकमेकांत विलीन झाली तेव्हा चॅरिटीजची नवीन घटना तयार झाली. या घटनेनंतर सुरू झालेल्या चॅरिटीजच्या उज्वल कारकीर्दीचे पहिले अध्यक्ष होते; वीरपाल रामराव राणे. ही घटना किंवा वीरपालांचे अध्यक्षपद त्यांच्या कार्यामुळे, धोरणामुळे, अंमलबजावणीमुळे ऐतिहासिक ठरले. अध्यक्ष म्हणून पुढे सलग नऊ वर्षे ते कार्यरत होते. चॅरिटीजची न्यायालयीन कामे वेळ आणि ऊर्जा देऊन निष्ठेने करणे हा त्यांचा धर्म होता. एकदा तर ते कोर्टात जात असताना बसमध्ये चढता चढता पडले. लोकांनी मदत केली. पण स्वतःकडे लक्ष देण्याइतकी सवड कुठे होती त्यांना? डॉक्टरकडे जाण्याआधी कोर्टात गेले कारण ते चॅरिटीजचे काम होते. असेच एकदा चॅरिटीजच्या 'न्यूज लेटर'चे लिखाण घ्यायला ते प्रिंटिंग प्रेसमध्ये चालले होते. चर्नीरोड स्टेशनवर ते घेरी येऊन पडले. त्याहीवेळी लोकांनी त्यांना मदत केली. पण नंतर ते उठले आणि पहिल्यांदा प्रेसमध्ये गेले. मग चॅरिटीजमध्ये आले. तेथील सहकाऱ्यांनी त्यांची अवस्था पाहून त्यांना घरी पोहोचवले. 'आधी लगीन कोंडाण्याचे' धर्तीवर वीरपाल आधी काम चॅरिटीजचे मानत. चॅरिटीजतर्फे होणारा बक्षिससमारंभही त्यांच्याच कारकीर्दीत अधिक देखणा झाला. बक्षिससमारंभात मंचाखाली चॅरिटीजचे कार्य मोठे करणाऱ्यांचा फोटो ठेवणे - निर्मात्रितांची त्या फोटोला आधी मानवंदना, स्मरणिकेत त्यांच्या कार्याची उचित नोंद, समारंभाची शिस्त... हे सगळे वीरपालांचे कर्तृत्व आहे. १९०१ सालच्या पहिल्या

आठवणींच्या साठवणीतून

मॉर्निंग वॉक

-डॉ. सुमन नवलकर

(४)

मे महिन्याच्या सुट्टीत मी, भाई आणि शेजारची अरुणा अरुणाच्या आप्पांबरोबर 'मॉर्निंग वॉक'ला जायचो. आप्पा कडक शिस्तीचे. साडेपाचला म्हणजे बरोबर साडेपाचला त्यांच्या दाराचं 'लॅचलॉक' उघडेल, तेव्हा मी आणि भाई जिऱ्यात हजर असलो पाहिजे. 'नाहीतर ते आपल्याला न घेताच जातील' अशी धास्ती मनात असायची. त्यामुळे त्यांच्या दाराच्या लॅचलॉकच्या आधीच आमच्या दाराचं लॅचलॉक वाजायचं. आपण 'मॉर्निंग वॉक'ला जातोय याचं किती अप्रूप असायचं तेव्हा. घरापासून दादर चौपाटी चालत दहा मिनिटांवर. मे महिन्यातही पहाटे छान गारवा असायचा. समुद्रकिनाराही अतिशय स्वच्छ असायचा. एखाद्या ठिकाणी थोडंसं वाहून आलेलं निर्माल्य वगळता वाळू आणि समुद्र! समुद्र आणि वाळू! आम्ही तीन माकडं आणि आप्पांना वगळता जवळ-जवळ निर्मनुष्यच असायची चौपाटी. एकदा का वाळूत पोहोचलो की 'वॉक' व्हायचा तो फक्त आप्पांचाच आणि आम्ही हाती असलेल्या 'मॉर्निंग'चं

अध्यक्षांचा फोटो ठेवलेला स्मरणात आहे. अंधेरीच्या पाठारे प्रभु संकुलाची, तेथील सभागृहांची संकल्पना त्यांचीच. त्यातून चॅरिटीजचे अर्थव्यवस्थापन झाले. हे वार्षिक हिशोब सभासदांना वेळेआधीच पोहोचण्यासाठी ते काटेकोर राहिले. कुठेही भाषण करताना त्यांचे विचार स्वच्छ, ठोस असायचे. म्हणून भाषणावेळी त्यांनी कागदाचा कपटा कधीही जवळ ठेवला नाही.

त्यांच्या सेवेची जाण ठेवून २००८ मध्ये चॅरिटीजने कृतज्ञता व्यक्त करीत त्यांना जीवनगौरव पुरस्काराने सन्मानित केले. २०१७ च्या ऑगस्टमधील 'न्यूज लेटर' मध्ये वीरपाल 'चरित्र आणि कार्य' अशी विशेष नोंद घेतली. त्यांच्या प्रामाणिकपणाबद्दल बोलताना कै. विहंग नायक गंमतीने म्हणाले होते, "वीरपाल फास्ट ट्रेने थेट समजा चर्चगेटला पोहोचले; तर ते उलट गाडीने चर्नीरोडला येतील. टी.सी. गाठतील आणि चर्नीरोड ते चर्चगेट व परत माघारी अशा प्रवासाचा दंड आपणहून भरतील." गंमत सोडा; पण त्यातून अधोरेखित झाला तो वीरपालांचा प्रामाणिक भाव.

वीरपाल रामराव राणे या निरलस, निष्ठावंत कार्यकर्त्याला 'प्रभुतरुणा'-तर्फे आदरांजली.

✱

सोनं करायसाठी वाळूला भिडायचो. डोंगर करायचा घट्ट वाळू दाबून. मग डोंगराच्या चारही बाजूंना बोगद्याच्या खुणा आखून घ्यायच्या. मग हलक्या हातांनी वाळू उकरायला सुरुवात करायची. तीन बाजूंनी उकरता-उकरता एकमेकांची बोट एकमेकांत गुंतायची. मग तिघांपैकी कोणी एकाने चौथी बाजूही उकरायची. बोगद्याच्या भिंती दाबून घट्ट करायच्या आणि उकरलेल्या वाळूने चारही बाजूंना वाटा बांधायच्या. भाईने खिशातून आणलेली छोटी-छोटी खेळणी डोंगरावर ठिकठिकाणी ठेवून आपण खोदलेलं शिल्प सजवायचं. हे सगळं घाईने उरकावं लागायचं. आप्पा किनाऱ्यावर या टोकापासून ते त्या टोकापर्यंत अमूक एक फेऱ्या मारणार, तोपर्यंत सगळं आटपलं पाहिजे, असा दंडकच असायचा. त्यांनी 'चला' म्हटलं की खेळणी गोळा करायला लागणं चालणार नसायचं. त्यामुळे त्यांच्या शेवटच्या फेरीवरून ते परतताना दिसले की जमवा-जमव करून आम्ही तयार. आमच्या तिघांत अरुणा सर्वात मोठी आणि मी सर्वात लहान. शिवाय आम्हाला नेणारे आप्पा तिचे वडील. त्यामुळे तिचा रुबाव असायचा. अर्थात तिने तो कधी आमच्यावर गाजवला नाही. कारण ती सुस्वभावी. शिवाय ती थोडीच एकटी जाणार? तिलाही आमची 'कंपनी' हवीच असायची ना?

रोजचं बोगदे खोदणं असायचं असं नाही. कधी शंख-शिंपले-अभ्रक वेचणं असायचं. कधी एकमेकांचे हात पकडून थोडंसं पाण्याच्या दिशेने जाणं असायचं. लाटा पायांवर यायच्या आणि विरून जायच्या. जरा मोठी लाट आली, तर घाबरून पाठी जाणं असायचं. कधी कोणाला आप्पांबरोबर फेऱ्या मारायची लहरही यायची. पण आप्पा उंच आणि सडपातळ. त्यामुळे त्यांच्या वेगाने पावलं टाकणं जमलं नाही, की आम्ही अर्ध्या फेरीतून परत आमच्या मुक्कामी. आप्पांच्या कडक शिस्तीमुळे पाण्यात खोलवर जाणं, उगीच पाण्यात मस्ती करणं, शुल्लक कारणावरून भांडणं किंवा आगाऊपणा करणं कधीही झालं नाही. आमच्या आई-दादांनाही विश्वास असायचा, की आप्पांबरोबर जातायत मुलं, म्हणजे काळजी करायचं कारणच नाही. जाण्या-येण्याच्या वाटेत दोन मोठी क्रॉसिंग्ज होती. पण एकमेकांचे हात पकडून आम्ही नीटच जायचो-यायचो. शिवाय इतक्या पहाटे रहदारीही नसायची.

(पान ५ कॉलम १ वर)

'हर्ष'

एकाकी

-हेमंत विनायकराव तळपदे

यौवनातले जीवन सजले अनमोल साथ ही तुझी लाभली परि काळाने तुज हिरावून घेता मनी केवळ तुझी स्मृती राहिली मित्रहो; आज आपण एका थोड्याफार गंभीर विषयावर बोलणार आहोत. स्त्री आणि पुरुष ही जीवनरथाची दोन चाके आहेत. पवित्र विवाहवेदीवर ही दोन्ही चाके वेदमंत्रांच्या आसाने आणि आप्तस्वकीयांच्या साक्षीने जोडली जातात आणि त्यांचा हा विवाहरूपी जीवनरथ मोठ्या थाटात डुलू लागतो. या जीवनरथावर काही कालावधीत मुलाबाळांच्या रुपाने चैतन्यसुमने फुलतात आणि हे स्त्रीपुरुष आपापल्या जबाबदारीच्या ओझ्याखाली कालक्रमणा करतात.

पण सर्वांनाच हे भाग्य लाभते असे नाही. काही तरुण-तरुणी स्वतःहून या जीवनी एकटे रहाण्याचा निर्णय घेतात. हा निर्णय बऱ्याचदा हटवादी असतो. तर काही तरुणतरुणींना प्रेमभंगाचा दणका बसतो व ते या विचारात लग्नच करायचे नाही हा अंतिम निर्णय घेतात. तर काहीजण कौटुंबिक जबाबदाऱ्यांमुळे लग्नाच्या बोहल्यावर चढूच शकत नाहीत. तर काहीजण या समाजाकडून कळत नकळत अडथळे जातात व या जीवनात त्यांना सुयोग्य जोडीदार मिळणे शक्य होत नाही आणि ते या जन्मी एकटेच राहतात.

तर मित्रहो, या हतभागी एकाकीपणावर आपण जास्त बोलणे उचित नाही असे वाटतं. खरे पाहता देवाने आपल्याला हे जीवन अतिशय सुंदरतेने जगण्यास दिले आहे. या जीवनाचा आपण पूर्णपणे आस्वाद घ्यावयास हवा. आपले बालपण, तारुण्य, वार्धक्य आपल्या हाती नसते. काळाच्या ओघात यात बदल होतच राहतात. पण प्रत्येक टप्प्यावर आपण त्या काळाचा रसास्वाद कसा घेतो हे महत्त्वाचे आहे.

या बाबतीत काही जोडपी भाग्यवान ठरतात. मागे वळून पाहिले तर आपल्या मागील पिढ्यांमधील जोडपी आजही गुलाबाच्या फुलाप्रमाणे टवटवीत जीवन जगताना दिसतात. काही घरात ८० वर्षांपुढील आजीआजोबा असतात. त्यातील आजी सकाळपासून रात्रीपर्यंत आजोबांची आस्थेने काळजी घेते. आजोबाही संध्याकाळी बागेतून फेरफटका मारून आल्यावर तिला एखादा मोग्याचा गजरा देतात. तर कधीकधी स्वतःच्या हाताने तो गजरा तिच्या टिचभर उरलेल्या अंबाड्यात माळतात. ते दृष्य पहायलाही भाग्यच लागते.

काही जोडप्यांचे संसार मात्र पवित्र विवाहवेदीवर जुळल्यानंतरही काही

कारणास्तव विस्कळतात. मग ती कारणे कदाचित नवऱ्याचा संशयी स्वभाव, बाहेरख्यालीपणा, अर्थार्जन न करता घरातच बसणे, मदिराप्राशन, सतत भांडणे वा मारहाण करणे अशी अनेक प्रकारची असू शकतात व त्यातून मग त्यांच्यात विसंवाद निर्माण होतो. कधीकधी तर पती-पत्नीमध्ये दुरावा निर्माण होण्यास घरातील इतर सदस्यही कारणीभूत असतात जसे सासू, सासरे, दीर, नणंद इत्यादी. आणि याची परिणती मग घटस्फोटात होते. तर कधीकधी हे पतीपत्नी एकाच घरात राहूनही एकमेकांशी अबोला धरतात वा केव्हाकेव्हा पूर्णपणे विभक्त होऊन आपले उर्वरित जीवन एकाकीपणे जगतात. हे फारच दुःखद आहे असेच म्हणावे लागेल.

पण मंडळी, आजचा माझा विषय हा अशा प्रकारच्या एकाकीपणावर नाही. आज आपण अशा वैवाहिक जोडप्यांबद्दल बोलणार आहोत जे आपले जीवन एकमेकांना पूर्णपणे समर्पित करून जगतात. पण काळाच्या मर्जीपुढे यांचे काहीही चालत नाही. अन् शेवटी यातील एक घटक एकाकी पडतो. मग त्याने काय करावे बरे?

तसे पाहता हे वैवाहिक जोडीदार बऱ्याचदा अतिशय समंजसपणे संसार करतात. यातील स्त्री जर घरातील गृहिणी असेल तर ती पतीच्या सकाळच्या नास्त्यापासून जेवण, घराची स्वच्छता, पाहुण्यांचे स्वागत, सामाजिक सणवार इ. अनेक बाबी चोखंदळपणे सांभाळते. तिचा पतीदेखील योग्य अर्थार्जन करून घराचे सुख निश्चित करतो. त्यांच्या संसारवेळीवर उमललेल्या मुलाबाळांचे उचित संगोपन करून त्यांनाही या समाजात नीटपणे स्थिरस्थावर करतो. हे जोडपे या संसाराच्या रहाटगाड्यास वयस्क झाले तरी मनाने ते तुप्त असते. एक प्रकारच्या कर्तव्यपूर्तीचा आनंद त्यांच्या चेहऱ्यावर ओसंडून वाहत असतो. त्यांच्या चेहऱ्यावरील सुरकुत्या कदाचित वाढतील, डोळ्यांवर जाड भिंगाचा चष्माही लागेल, स्त्रीच्या डोळ्यांखाली काळी वर्तुळे दाट होतील, पुरुषाच्या डोळ्यावरील केस कदाचित फारकतही घेतील; पण समाजाला मात्र हे जोडपे आदर्श असते.

पण शेवटी कधीकधी काळ आडवा येतो. यमाचा पाश त्या पतीचे प्राण खेचून नेतो. अशावेळी त्या अभागी पत्नीने काय करावे? तसे पाहता पतीने तिच्यासाठी सर्वकाही जमवलेले असते. राहते घर तिचे असते. बँकेत शेअर, म्युच्युअल फंडात बऱ्यापैकी गंगाजळी असते. आवश्यक तितके दागिने (पान ४ कॉलम ४ वर)

काही नवे - काही जुने

फार्म हाऊस

-नंदकुमार विजयकर

हिरव्यागार वनराईने नटलेल्या डोंगरपायथ्याशी एन.ए. प्लॉटस उपलब्ध. क्लिअर टायटल, रस्ता, वीज, पाणी, कंपाऊंड इ. सुविधा. क्लब मॅम्बरशिप फ्री, बागायत, जमीन-घर, फार्म हाऊस यांच्या अशा जाहिराती हल्ली खूपच दिसायला लागल्याहेत. महागाई वाढली तरी लोकांकडे पैसादेखील वाढला आहे हेच खरं. वीस, पंचवीस वर्षापूर्वी या गोष्टी फारशा प्रचारात नव्हत्या. म्हणजे लोक जमिनीत पैसे गुंतवत. पण आजच्यासारखा जाहिरातीचा धूमधडाका नव्हता. मलादेखील कधीतरी आपलं एक फार्महाऊस असावं असं वाटलं होतं. पण त्या त्या काळात आपली उद्दिष्टं वेगवेगळी असतात, काही गोष्टींना आपण अग्रक्रम दिलेला असतो आणि सर्वच गोष्टी आपल्याला जमतातच असं नाही. पण तरीही फार्महाऊसबद्दलच कुतूहल कायम होतं.

मनात विचार आला, बरेच जण फार्महाऊसवर जाऊन येतात, मजा करतात. अलिबाग, तळेगाव, बदलापूरला जाऊन आलो सांगतात. तेव्हा हे एकदा अनुभवायला हवं. तसं मी हिला म्हणालोदेखील. वर्तमानपत्रातील सुंदर, सुंदर जाहिरातीदेखील दाखवल्या. तिनं माझ्याकडे क्षणभर चमत्कारिक नजरेने पाहिलं आणि म्हणाली, 'अहो, काय वेड लागलंय की काय? काय ते सारखं फार्महाऊस करत बसलायत?' 'अगं, तसं नाही. कालच तो बंड्या भेटला होता. त्याला विचारलं, कायरे, दोन दिवस दिसला नाहीस तो? तर म्हणाला, मित्राच्या फार्महाऊसवर सगळे गेले होते.'

'अहो, काय करायची आहे दुसऱ्यांची श्रीमंती? आपण आहोत तिकडे सुखी आहोत. काढून टाका ते डोक्यातलं खूळ.'

बायकोनं एवढा जबरदस्त डोस दिल्यावर आमच्या डोक्यातलं भूत उतरलं. या गोष्टीला बरेच दिवस झाले.

परवा एका पार्टीत प्रतिभा भेटली. तिची माझी भेट बहुधा एखाद्या समारंभात होत असे. नाटक, सिनेमा किंवा इतर समारंभात रवींद्र आणि प्रतिभा यांची हटकून भेट होई. प्रतिभा माझी वर्गभगिनी. आता त्या दोघांची भेट अशी उडत उडत होई. तेव्हा थोडं फार जुजबी बोलणं या पलीकडे आमच्या संभाषणाची गाडी जात नसे. हां! पण प्रतिभा कधी कधी शाळेची आठवण, आमच्या मित्रमैत्रिणींची आठवण काढत असे. आमची शाळा प्रार्थना समाजाची 'राम मोहन'. अरुण,

मोहन, आशा, वृंदा, प्रतिभा, आम्ही सर्व जण एक वर्ष पुढे-मागे होतो. एकदा अशीच प्रतिभा भेटली. म्हणाली, 'अरे, ती आपल्या वर्गातली करमरकर भेटली होती. तिनं सुचवलंय की, आपल्या शाळेतल्या सर्वांची एक सुंदरशी पिकनिक काढू या.' मी तिला म्हणालो, 'सर्वांना गोळा करायचं काम तुमचं. पिकनिक आमच्या बंगल्यावर नेऊ.' मी हो म्हणालो. खरं म्हणजे एक पद्मनाभ खानोलकर सोडल्यास कुणाशीही माझा संबंध राहिला नव्हता. भांडारकर, धामणकर, नामजोशी, बापट, माडीवाले अशी फक्त नावं आठवत होती. त्यानंतर जेव्हा जेव्हा प्रतिभा भेटायची तेव्हा कुठपर्यंत जमतंय याबद्दल विचारपूस करायची आणि मी 'हो हो, चाललंय' असं काहीतरी म्हणून सटकायचो.

अलीकडेच प्रतिभा भेटली. भेटल्या भेटल्या म्हणाली, 'तू रडलास! काही मनावर घेत नाहीस. अरे, बाकीच्यांचं सोड, निदान तू आणि तुझी बायको दोघं तरी या आमच्या फार्महाऊसवर.'

फार्महाऊस? अरेच्या! आमच्या बंगल्यावर जाऊ असं एकदा म्हणाली होती खरी, पण मी फारसं लक्षच दिलं नव्हतं. मी तेव्हाच ठरवलं. म्हणजे प्रतिभा अशी भेटत राहणार आणि दरवेळी मला रडायचं नव्हतं. मी लगेच रविंद्रना भेटलो. त्यांनी सविस्तर पत्ता दिला. म्हणाले, 'कधी येताय ते कळवा. पुढच्याच आठवड्यात आम्ही चार-पाच दिवस तिकडे आहोत.' मी हो म्हणालो.

मी हो म्हणालो खरा. पण आम्हा दोघांनाही थोडसं अवघडल्यासारखं वाटत होतं. रवींद्रशी माझी फारशी जवळीक नव्हती. आणि माझ्या पत्नीला तर दोघेही फारसे परिचित नव्हते. पण शेवटी आम्ही जायचं ठरवलं. अहो, कुणीतरी एवढ्या आपुलकीनं आणि आग्रहानं बोलावत होतं याचं आमचाला अप्रूप वाटत होतं. मी फोन करून आम्ही येत असल्याचं कळवलं. त्या दिवशी लोकल पकडून कल्याणला पोहोचलो. तिथल्या एस.टी. स्टॅंडवरून प्रतिभाला फोन लावला. तिनं पुढच्या सूचना दिल्या. एस.टी. पकडून मुरबाड बस स्थानकावर आलो. तिथे रवींद्र स्वतः जीप घेऊन आले होते. जीपने आम्ही फार्महाऊसवर निघालो. जीप जोरात पळत होती आणि आम्ही शहरी गजबजाट, कोलाहलापासून दूर चाललो होतो. हळुहळू दुतर्फा झाडी आणि शेतमळे दिसू लागले. 'म्हसा' (पान ५ कॉलम १ वर)

आठवणींच्या हिंदोळ्यावर

बारीक मी होणार!

-त्वरिता संजय दळवी

मी जाडी झाली आहे. म्हणजे हल्ली थोडी 'जास्तच' झाली आहे. जास्त म्हणजे अगदी काही जाडजूड नाही; तर थोडं वजन वाढलंय. थोडं म्हणजे १०-१५ किलो इथे तिथे. खरं म्हणजे थोडं पोटाही सुटलंय. अहो, पण बाई म्हटलं की असं व्हायचं क्वी! मुलं जन्माला घातली की स्त्रीच्या शरीरात आमूलाग्र बदल होतो. मग डिलिव्हरी नॉर्मल असो वा सिझेरिअनची. माझी आई कधीकधी गमतीत म्हणायची, 'आम्हा बाईबायकांचा जन्मच वाईट!' एकच अडचण आहे. माझ्या सर्व डिलिव्हर्या आणि सर्जरीच्या होऊन बराच काळ लोटला आहे. त्यामुळे आज मला कुणी जाडं म्हटलं की बाईपणाचं हे तकलादू कारण पुढे करणं जरा गैरसोयीचे होते आणि आईच्या तोंडचे ते बाबा आदमच्या जमान्यातील वाक्य आठवून मला स्वतःचीच लाज वाटते. कारण देवदयेने मी एक सुस्थितीतील स्वतंत्र विचारांची स्त्री आहे जिला असली खोटी कारणे देण्याची काहीच गरज नाही. शिवाय नोकरीतून निवृत्त झाल्यापासून माझ्याकडे भरपूर वेळ असतो. तेव्हा असली कारणे देऊन मी स्वतःचा आळस आणि नाकरतेपणा लपवते हे मला कळतं; पण वळत मात्र नाही.

लहानपणी, म्हणजे साधारणपणे प्राथमिक शाळेत असेपर्यंत मी गुबगुबीत होते. शेजारच्या नीतीमावशी (सुनीती मंगेश कोठारे) माझे गालगुच्चे घेत मला ढेबरी म्हणायच्या. मग मी कपाळावरच्या आठ्या, जमतील तितक्या गडद करून माझे गोबरे गाल अजून फुगवून आपली नापसंती दर्शवायचे. त्या काळी मोठे लहानांना काहीही बोलत. त्यात गैर काहीच मानले जात नव्हते. मित्रमैत्रीणिसुद्धा 'ए जाडे' किंवा 'ए जाड्या' म्हणून हाक मारीत. बॉडी शेपिंग हा प्रकार कुणाला माहीतच नव्हता. पुढे कॉलेजात असताना आणि लग्न झाले तेव्हा मी तशी सडपातळ होते आणि बाळंतपणांनंतर थोडी स्थूल झाले होते; पण बेढब झाले नव्हते (माझ्या मते). आता मात्र 'ए जाडे' म्हणून कुणी हाक मारली तरी मी तक्रार करू शकणार नाही.

माझ्या माहेरी अलिखित नियम होता की ताटात वाढलेले सर्व खाल्लेच पाहिजे. त्यामुळे खाण्यापिण्याची कोणतीच नाटके मी केली नाहीत. आजही करत नाही. भूक लागली की जे मिळेल ते खाण्याची सवय लागली आहे. जेवताना आई बाबा नेहमी म्हणायचे, 'खाऊन माजा, टाकून माजू नका!' कधी जेवणाच्या पानावर तोंडं वेडीवाकडी केली तर, 'लोकांना खायला अन्न मिळत नाही, देवाच्या कृपेने तुम्हाला मिळतंय त्याचा अपमान करू नका!' असं सुनावलं जायचं. लहानपणी उपदेशांचे

इतके डोस प्यायल्यावर 'अन्न हे पूर्णब्रह्म आहे' हे माझ्या मनात खोलवर रुजले आहे. तर सध्या मी जाडी झाले आहे; हे उघड आहे. पण जोपर्यंत मी मनावर घेऊन बारीक होण्याचा प्रयत्न करत नाही, तोपर्यंत मला काय काय सोसावे लागणार आहे हे ते महर्षीपंतजलीच जाणो.

जो भेटेल तो बारीक कसे व्हावे आणि बारीक होण्यासाठी मी कायकाय करावे हे मला सांगत सुटतो. जणू माझ्या जाडेपणावर उपचार सुचवणे म्हणजे अखंड मानवजातीच्या कल्याणासाठी त्यांनी केलेले योगदानच! काही ओळखीचे लोक भेटले की नजरला नजर न भिडवता प्रथम माझ्या चेहऱ्याचे अवलोकन करतात आणि मग त्यांची नजर अगदी सहज माझ्या पोटाकडे सरकते. माझ्या विनोदी स्वभावानुसार मला त्यांना सांगावेसे वाटते, 'गुड न्यूज नाही बरं का, नुसतंच वाढलंय!' पण तो निर्लज्जपणा होईल म्हणून दुर्लक्ष करते. कुणी म्हणतं साखर बंद कर. गोड खाऊ नको. जेवणाची एकच वेळ ठेव. नियमित व्यायाम कर. तळलेले पदार्थ खाऊ नको. भात खाऊ नको. चपाती खाऊ नको. भाकरी खा. एक वेळ जेव. कमी जेव. डाएट कर. योगासने कर. जिमला जायला लाग. बाफलेल्या भाज्या खा. liquid डाएट कर. मोड आलेले कडधान्य खा. आणि बरंच काही कर किंवा करू नको.

नवश्रीमंतप्रमाणे नवबारीक लोक म्हणजे ताजेताजे बारीक झालेले लोक सर्वात जास्त वात आणतात. एखाद दुसरा किलो वजन कमी झाल्याच्या खुशीत, त्यांचा दिनक्रम अगदी श्रद्धाळूपणे ऐकवतात. कसं त्यांनी डॉक्टरांनी सांगितल्याप्रमाणे सर्व चाचण्या (हेल्थ चेक अप) केल्या. त्या कशा क्लिअर आल्या. मग डॉक्टरांनी सांगितल्याप्रमाणे कसं त्यांनी डाएट अनुसरले, त्याचा त्यांना कितीकिती फायदा झाला. एकत्र जेवताना ते, तळलेले मासे खाताना एकच छोटीशी कुडकी (तुकडी) खाणार. कांद्याची खेकडा भजी मात्र वाटी भर. का? तर समोरच्याला वाईट नको वाटायला म्हणून. मटण नकोच-चिकन चालेल. ड्रिंकसबरोबर शेंगदाणे नको रे बाबा. काजू-पिस्ते चालतात. वर ऐकवतात, खरं म्हणजे रोज स्ट्रिक्ट डाएट फॉलो करतो पण आज चीट डे, तुमच्यासाठी. स्वतः हवं तेवढं खात असताना समोरच्याच्या ताटात बघून त्याला उगाचच तो किती (जास्त) खातोय ह्याची जाणीव करून देतात. डेझर्ट खाताना स्वतः ice cream हाणायचा आणि समोरच्याच्या गुलाब जामूनवर डोळा ठेवायचा. शेवटी ढेकर देत, 'उद्या २

किलोमीटर जास्त चालायला हवं,' हे शेपूट जोडायचं.

सगळीच जाडी झालेली माणसे काही अधाशासारखी खात नाहीत. माझ्या ओळखीची, जास्त खाणारी काही माणसे, अगदी सडपातळ आहेत. तर माझ्यासारखी काही माणसे अशी आहेत ज्यांचा आहारही मोठा नाही तरी स्थूल झाली आहेत. मी तर तळलेले पदार्थ देखील खात नाही. पण जे खाते ते आवडीने आणि कटकट न करता. म्हणून ते अंगी लागते. शिवाय गोड पदार्थ माझा वीक पॉईंट आहे. काही लोक थायरॉईड किंवा तत्सम आजारांमुळे लड्डू होतात. कितीही व्यायाम केला तरी ते बारीक होऊ शकत नाहीत. औषधोपचाराने ते आपली प्रकृती नीट ठेऊ शकतात. काही लोकांची शरीरयष्टी अनुवांशिकही असू शकते. जाडेपणाचं दुःख जाड्या माणसांना सर्वात जास्त असतं. दुकानातले रेडीमेड कपडेसुद्धा होत नाहीत, शिवून घ्यावे लागतात. काही आवडीचं खायला गेलं की अपराध्यासारखं वाटतं. त्यात लोकांच्या नजरा असतातच, घायाळ करायला.

मला बारीक तर व्हायचे होते; पण कमीतकमी श्रम घेऊन. कारण इतकी वर्षे घर-संसार सांभाळून मी नोकरी केली. खूप मेहनत घेतली. खूप धावपळ केली. घराच्यासाठीचे जेवण-डबे वेळेवर तयार असण्यासाठीची धावपळ, बस-लोकल गाठण्यासाठीची धावपळ. ऑफिसचा मस्टर सांभाळायची धावपळ, ऑफिसचे काम वेळेवर करण्यासाठीची धावपळ, बाजारहाट करून घर गाठायची धावपळ, रात्रीचा स्वयंपाक वेळेवर करण्याची धावपळ, घराच्याशी संवाद साधायची धावपळ, लवकर झोपून लवकर उठण्याची धावपळ. निवृत्ती नंतर ती धावपळ एकाएकी थांबली आणि आता तू फक्त आराम करायचा असं कुण्या कर्णीपिशाचने माझ्या कानात सांगितले काय माहीत.

एकावे जनाचे... पण मनासारखे करण्यासाठी बारीक होण्यासाठीचे माझे संशोधन चालू होते. 'गूगल' हाताशी होतेच. प्रोटीन शेकचं डाएट तसं सोपं वाटलं म्हणून एका नावाजलेल्या कंपनीच्या प्रतिनिधीकडून २ महिन्यांचा साठा विकत घेतला. तिने आधी माझा घरीच रीतसर चेकअप केला, सर्व माहिती व्यवस्थितपणे लिहून घेतली आणि माझा प्रोटीन शेकचा रोजचा दिनक्रम मला समजावला. पहिल्या महिन्यात दीड किलो वजन कमी झाले आणि दुसऱ्या महिन्यात वेळेवर शेक पिण्याचा मला कंटाळा येऊ लागला. मी आमच्या फॅमिली डॉक्टरांचाही सल्ला घेतला. त्यांनी सांगितलं की हे डाएट चांगलं आहे का वाईट हे अजून ठरायचं आहे. कोणतीही कृत्रिम वस्तू खाण्यापेक्षा घरचा आहार आणि रोजचा व्यायाम कर. तुझ्यासाठी तेच योग्य आहे. पुढचा कोटा घेण्याआधी त्या कंपनीच्या प्रतिनिधीला मी तसं कळवलं. तिने मला शेकच्या डाएटचे फायदे पुन्हा समजावून सांगितले; पण (पान ६ कॉलम ३ वर)

(पान ३ कॉलम २ वरून) असतात. अनेकदा तर पतीचे निवृत्तीवेतन दरमहा मिळत असते. सुशिक्षित कामावती मुलेबाळे असतात पण शेवटी तिच्या मनातला एक कोपरा रिकामाच रहातो.

तिच्यावर निर्व्याज प्रेम करणारा, तिची मनापासून काळजी घेणारा, तिच्या शरीराचा अर्धा भागच विलग झालेला असतो. अशावेळी तिने काय करावे? मग या स्त्रिया परिस्थितीनुसार आपला मार्ग शोधतात. काहीजणी मुलांच्या संसारात पूर्णपणे मिसळून जातात. मग घरातले जेवण, नातवंडांची काळजी घेणे, मुलगाव सून कामावर गेल्यावर घर सांभाळणे इत्यादी कामात त्या समरस होतात. काही वेळा मुलगा, सून, मुलगी जावई यातले खरोखर चांगले असतील तर तेही त्यांचा तितकाच मान ठेवतात. पण दरवेळी हे शक्य नसते. पतीची साथ ही शेवटी पतीचीच साथ असते.

पण काहीवेळा तर ही स्त्री सौभाग्यवती म्हणूनच निवर्तते. शेवटी पतीला पुढील कालक्रमण एकटेच करावे लागते. पण स्त्रियांपेक्षा पुरुष हे जास्त बिलंदर असतात. ते आपले उर्वरित आयुष्य त्यांच्या मनाप्रमाणे जगतात. त्यांना घरकामे करायलाच हवीत ही बंदीश नसते. मग सकाळी बागेत फेरफटका मारणे, पाच रुपयांचा पेपर वाचून मित्रंबरोबर त्यावर यथेच्छ वादविवाद करणे, एखादा नेता कसा मूर्ख आहे, याने किती पैसे खाल्ले, वगैरे अनावश्यक विषयांवर रवंथ करणे इत्यादी कामे हे पुरुष लिलया पार पाडतात. दुपारी जेवण झाल्यावर वामकुक्षी, कधीतरी मुलाला वा सुनेला प्रवचन. काहीवेळा संध्याकाळी मित्रंबरोबर सोमरस प्राशन तर काही वेळा सहली यात ते रमतात. पण हे संपूर्ण सत्य आहे असे म्हणता येत नाही. कारण त्यांच्या दुरावलेल्या पत्नीचा वियोग त्यांनी अंतर्मनात कोठेतरी जपलेला असतो. आणि बऱ्याचदा या वरवरच्या आनंदाचा फसवा मुखवटा घालून हे समाजात वावरत असतात.

तर मंडळी, हे एकाकीपण खरोखरच वाईट असते. देवाने या जोड्या उरवल्यावर त्यांच्या वियोगाचे दुःख कसे असते हे कदाचित देवाने देखील अनुभवले नसावे असे वाटते. मी तर ईश्वराला अशी विनंती करेन की, 'हे देवा, अशा संतुलीत जोड्या वेगळ्या करताना तू नक्की थोडातरी विचार कर. जमल्यास त्यांचा वियोग करून नंतर एका घटकाला अधिक वर्षे एकाकी जीवन देऊन जगणे असह्य करू नकोस.' कारण हा वियोग दररोज ज्यामागे राहिलेल्या जोडीदाराच्या मनाला कुरतडत राहतो. म्हणूनच शक्य असेल तर या एकाकीपणावर सखोल विचार कर.' या एकाकी घटकाची आंतरिक संवेदना आपणास बाहेरून अवलोकन करून अनुभवता येणारच नाही. कारण म्हणतात ना, 'जावे त्याच्या वंशा.' इतकेच.

मोबा. ९८२१६०७५९३

(पान २ कॉलम ४ वरून)

सुट्टी संपली की 'मॉर्निंग वॉक' संपायचा. हळूहळू आम्हीही मोठे झालो. सगळ्यात आधी अरुणाची 'मॉर्निंग वॉक' मधली आवड संपली. तिच्याबरोबर आम्हालाही आमची आवड संपवावी लागली. शंख-शिंपल्यांचे डबे मात्र वर्षानुवर्षे जपलेले होते. आमच्या सकाळी लवकर उठायच्या खुडबुडीमुळे आईची रोज झोपमोड होत असणार. शिवाय आमचे रोजचे वाळूभरले कपडे-अंग-चपला साफ करणे हे तिचे जास्तीचे काम असायचं. पण तिने कधीही 'जाऊ नका' किंवा 'कशाला जाताय' असं म्हटलेलं आठवत नाही. आईच्या जीवावर, आईच्या भरोशावर आमचे सगळे बेत सुरळीत पार पडायचे. किंवा एखाद्या दिवशी आम्हाला जाग आली नाही तर 'बरं झालं झोपलीत दोघंही. तेवढाच निस्तरायचा उद्योग कमी.' असा विचार न करता ती उठवून म्हणायची, 'आप्पा येतील रे आता. उठा जायचं असेल तर.'

दुपारी आईचे पाय दुखायचे. मग ती आमच्यापैकी कोणाला तरी पायांवर चालायला लावायची. आई

तेव्हा तरुणच होती. पण आपल्या रोजच्या कामांच्या जोडीला आमची जास्तीची कामं तक्रार न करता रेटत राहिली, तर पाय दुखणारच ना?

लग्नानंतर मी अनेकदा 'मॉर्निंग वॉक' चे संकल्प केले. पण ते कधीही प्रत्यक्षात उतरले नाहीत. मी सकाळी उठायच्या आधीपासून माझी कामं हातात हात घालून उभी असायची. त्यांत 'मॉर्निंग वॉक'चा 'स्लॉट' कुठे नसायचाच. जी काही मजा निश्चितपणे केली, जे नवे संकल्प सोडून पारही पाडले, ते आईच्या जीवावर. माहेर सुटलं तसे संकल्प सुटले आणि प्रकल्प हाती आले. तेही इतरांचे, त्यांनी आपल्या जीवावर केलेले. 'मॉर्निंग वॉक' तर राहिलाच, पण 'इव्हनिंग वॉक'लाही कधी गेलं तर घरी गेल्यावर कोणती कामं करायची बाकी आहेत, त्यांची आठवण 'वॉक' मधली हवाच काढून टाकते. मुठीतून सगळी वाळू तर केव्हाच निसटून गेलीय. राहिलेत ते फक्त आठवणींचे शंख-शिंपले आणि अभ्रक.

मो.८७७९९९४०४२

*

(पान ३ कॉलम ४ वरून)

गाव ओलांडून आम्ही पुढे आलो. वाटेने एक ओढा लागला. रवींद्र सांगत होते, 'पूर्वी या ओढ्यातूनच गाडी आणावी लागत असे. आता हा पूल बांधला.' हळूहळू वाट अरुंद होत चालली होती. शेवटी आम्ही बंगल्यावर पाहोचलो. 'तपस्या'. 'वा! नाव फार छान दिलंय.' मी म्हणालो. रवींद्र हसले, म्हणाले, 'चला, आधी फ्रेश होऊया.'

फ्रेश होऊन आल्यावर आमचा गरमागरम इडली सांबारचा ब्रेकफास्ट झाला. मग रवींद्रनी बंगला दाखवला. फारच सुंदर बांधकाम, उत्तम रचना आणि छानशी सजावट, तळमजल्यावर हॉल, बेडरूम, किचन, हॉलमधून वर जाणारा जिना. वरती एक बेडरूम, सिटाऊट, मागे ओपन टेरेस. खाली किचनला लागून मोठा व्हरांडा आणि मागे दूरवर पसरलेला शेतमळा.

पाठीमागे एक गोलाकार शेड बांधून त्यात बसायची सोय केली होती. गप्पा मारायला छान जागा होती. आम्ही सर्वजण तिथेच बसलो.

'एवढ्या दूरवर तुम्ही कसे काय आलात?'

'ती एक मोठी कहाणी आहे. प्रतिभा, तूच सांग.'

मग प्रतिभा सांगू लागली. मधून मधून रवींद्र दुरुस्तीची पुस्तिका जोडत होते. खरं म्हणजे ही सर्व कहाणी त्या दोघांच्याच तोंडून ऐकण्यासारखी आहे. वीस-पंचवीस वर्षांपूर्वी कोणीतरी त्या सिद्धगडाच्या पायथ्याशी ओसाड, पडीक जमिनीचे प्लॉटस् विकायला काढले आणि हे दोन वेडे

जीव जमिनीच्या मायेने इकडे धावत आले. त्या काळात जाण्या-येण्याची सोय नव्हती, रस्ते वाईट होते. कसल्याही सुखसोयी नव्हत्या. रवींद्रनी मला फोटो अल्बम दाखवला. भूमिपूजनापासून ते घराचे बांधकाम असे अगदी आत्तापर्यंतचे सर्व फोटो होते. सुरुवातीच्या काळात भोवताली ओसाड जमीन दिसत होती. आजूबाजूला एकही झाड दिसत नव्हतं. वैराण, मातकट माळरान. या दोघांसारखे बरेच जण तेथे आले आणि हळूहळू 'हिरवा' बाळसं घेऊ लागला. त्या ओसाड परिसराचा पूर्ण कायापालट झाला. आम्ही शेतमळ्यात फेरफटका मारला. नारळाची झाडे, आंबा, चिकू, रामफळ, कडधान्य, फुलझाडे... सर्व काही हिरवंगार, ताजं, मनाला प्रसन्न करणारं.

रात्रीच्या जेवणानंतर वरच्या टेरेसवर कस्टर्डची लज्जत चाखत आमच्या गप्पा चालल्या होत्या. आकाश निरभ्र होतं. वर पाहिलं. बऱ्याच दिवसांनी आकाशातल्या चमचमत्या चांदण्या दिसत होत्या. लांबून कुठूनतरी टाळ-मृदुंगाच्या तालावर भजन गायल्याचं मधूनच ऐकू येत होतं. दूर डोंगरावर वणवा पेटला होता. हळूहळू त्याचा जोर वाढू लागला आणि थंडीनेही जोर पकडला. दात कडकड वाजू लागले. रात्र बरीच झाली होती. आम्ही नाईलाजानं उठलो.

मित्र हो, फार्महाऊसवर काय मजा मारली किंवा इतक्या वर्षांची माझी इच्छा कशी पुरी झाली हे सांगण्यासाठी हा लेखनप्रपंच नाही. आपल्यातली,

प्रतिक्रिया

प्रिय तरुण,

१६ फेब्रुवारीचा अंक १५ मार्चला हाती पडला. सुरुवातीसच सांगतो, हा पत्रप्रपंच तक्रारी करण्याकरता नाही, तर कौतुक करण्यासाठीच आहे.

सुहासिनीताईचे संपादकीय नेहमीच वाचनीय असते. कधी त्या काव्यामृत पाजतात, तर कधी बोधामृत देतात. पण त्यांची सिद्धहस्त लेखणी सदैव तोषविते. मात्र त्यांची ह्या महिन्यातली 'भोपळ्यातली म्हातारी' कधी विहंगमय होऊन मानगुटीवर बसली ते कळलेच नाही. माझे बाबा, कै. शरद श्रीकृष्णनाथ दळवी व विहंगकाका चांगले मित्र होते. माझ्या बाबांना महाराष्ट्र शासनाच्या पार्श्वनाथ आळतेकर राज्य नाट्यसंघटत सर्वोत्कृष्ट अभिनयाचे रौप्य पदक मिळाले तेव्हा विहंगकाकांनी घरी येऊन बाबांना मारलेली मिठी अजून डोळ्यासमोर आहे. १९७२ मध्ये महाराष्ट्रावर दूरदर्शनने गारुड केले तेव्हाही माझे बाबा कित्तेक नाटकात, एकांकिकेत वा प्रहसनात झळकले. चुकत नसेन तर ते टीव्हीवर झळकलेले पहिले सोकाजी होते. त्या संपूर्ण प्रवासात, विहंगकाका व अनाकाका (अनाबाळ तथा कै. अनंतसेन सेंजीत) ह्या दोघांचा त्यांना खूप पाठिंबा होता. दुर्दैवाने माझ्या बाबांना वयाच्या ४६व्या वर्षी अवकाळी मृत्यू आला आणि ते पर्व संपले. बाबांच्या पार्थिवावर चंदनवाडीत अंत्यसंस्कार होण्याआधी माझ्या वयाच्या एकोणिसाव्या वर्षी, विहंगकाकांनी वाहिलेली श्रद्धांजली, गेली चव्वेचाळीस वर्षे मनात घर करून बसलेय. अरेच्या, बघितलेत; असे होते माझे अलीकडे. लिहायला काहीतरी बसतो, आणि गाडी कुठे भरकटत जाते तेच कळत नाही. सुहासिनीताई जशा 'भोपळ्यातली म्हातारी' पासून विहंगकाकांपर्यंत पोचल्या तसाच मीही विहंगकाकांपासून माझ्या बाबांपर्यंत पोचलो. असो.

आपल्यासारखीच काही माणसं एवढ्या दूरवर येतात. प्रतिकूल परिस्थितीत, मर्यादित पाठबळावर त्या ओसाड रानी नंदनवन फुलवतात. त्या उजाड माळरानावरील रखरखीत माती हिरवाई लेऊन ताजीतवानी होते. जिद्दीला कष्टाची जोड देऊन मातीला अंकुर फुटतात हे आपण प्रत्यक्ष पाहायला हवं, अनुभवायला हवं आणि असल्या कामात जे रत आहेत त्यांच्या 'तपस्येचं' कौतुकही करायला हवं. आणखी एक गोष्ट माझ्या लक्षात आली. रवींद्रनी मला अभिप्राय लिहिण्यासाठी एक चोपडी दिली. अशी दोन पुस्तकं अभिप्रायानं भरली होती. म्हणजे गेल्या काही वर्षांत बरेच

तर तरुणाचे संपादकीय वाचणे ही तशीही एक मेजवानीच असते. आणि ह्या महिन्यातले संपादकीय तर अप्रतिमच जमलंय. सोने पे सुहागा म्हणतात ना, तसे ह्या अंकातल्या प्रत्येक सदराची भट्टी सुरेख जमलीय. 'वास्तू'चा बाज वेगळा, 'माझे संपादक'चा बाज वेगळा, तर माझ्या मित्राने, म्हणजे सतीश कोठारेने सादर केलेली 'काशी'सुद्धा छान आहे. 'बागुलबुवा' वाचून खणखणीत नाणे वाजल्यासारखे वाटले, पण नंदकुमार विजयकरांची 'अनु काय लाजलीय म्हणता' हसवता हसवता अंतर्मुख करून गेली.

आगे बढो तरुण, हम तुम्हारे साथ है !!

जाता जाता एक सूचना करू का? माणूस म्हटलं की चुका ह्या होणारच. तर 'चुकीची दुरुस्ती' मध्ये 'गेल्या अंकात __ ऐवजी __ असे वाचावे' ह्यात काही बदल होऊ शकणार नाही का? 'ह्या ऐवजी असे वाचावे' असं वाचताना चेहऱ्यावर एक छदमी हास्य लेकेर उमटते. 'वाचावे' आता काय जुना अंक काढून 'ते जे लिहिलेय ते आता असे वाचू का म्हणून.' त्या ऐवजी 'गेल्या अंकात __ चुकीचे छापलेले होते. त्या ऐवजी __ छापायला हवे होते. चुकीबद्दल क्षमस्व' असा बदल केल्यास योग्य वाटेल.

जे सुचले ते लिहिले. कुठलीही टीका करायचा हेतू नव्हता. कुणी दुखावले असल्यास मनापासून माफी मागतो.

कळावे, लोभ आहेच, तो वाढावा, ही ईशचरणी प्रार्थना.

आपला कृपाभिलाषी,
संजय दळवी

संजय, तुझे बाबा मला 'सोकरी' म्हणायचे. सोकरी मोठी होऊन डोकरी झाली. तुझा प्रतिसाद मनाला भिडला. असाच प्रतिसाद मला माधुरी विहंग नायक यांनी संपादकीयाबद्दल फोनवर दिला. आभार नाही मानत उपचार पाळून. पण खूप ब..... रं वाटतं.

-संपादक

लोक इथे येऊन गेले. या सर्वांना इथपर्यंत आणायचं, त्यांचं आदरातिथ्य करायचं. एक एक वीट जोडून मांडलेला हा प्रपंच, स्वकष्टानं फुलवलेला हा पिसारा, हे सृष्टीचे वैभव, हा आनंद आणि या साऱ्या आनंदात दुसऱ्यांनाही सामावून घेण्याची वृत्ती. हे सगळं खरोखरच कौतुकास्पद आहे.

दोन दिवस प्रदूषणमुक्त वातावरणात, निसर्गाच्या सात्रिध्यात कसे गेले कळलंच नाही. सिद्धगडची मोकळी हवा आणि प्रतिभा-रविंद्र यांचा मोकळा स्वभाव गाठीला बांधून परत मुंबईच्या वाटेला लागलो.

('सल शिरा' कथासंग्रहातून)

*

प्रभु तरुण आश्रयदाते

- | | |
|--|---|
| १) सौ. विमल व श्री. माधव नायक, | २२) कै. कमलिनी रमाकांत प्रधान |
| २) सौ. नलिनी व श्री. रविंद्र रामराव मानकर, | २३) कै. नटवर्य शरद श्रीकृष्णनाथ गणपतराव दळवी |
| ३) सौ. अनामिका बी. ए. एल.एल.बी. | २४) आद्य मराठी लघुलिपीकार कै. भुजंगराव रामचंद्र मानकर |
| ४) कै. नटवर्य नारायण रामराव झावबा | २५) कै. वामन मोरेश्वर प्रभाकर |
| ५) कै. सौ. मोतिराम विनायक जयकर | २६) कै. चंद्रकांत नारायण विजयकर, कै. कुंजविहारी वाय. जी. तळपदे, कै. प्रविण चंद्रकांत नारायण, विजयकर, कै. वैभव कुंजविहारी वाय. जी. तळपदे यांच्या स्मरणार्थ एक हितचिंतक |
| ६) आद्य संपादक कै. विष्णु कृष्ण कोठारे | २७) कै. डॉ. विद्याधर चंद्रकांत नारायण विजयकर यांच्या स्मरणार्थ हितचिंतक |
| ७) कै. रावसाहेब चंद्रकांत बालमुकुंद वेलकर | २८) कै. पूर्णचंद्र केशरीनाथ राव व कै. सौ. शीला पूर्णचंद्र राव यांच्या स्मरणार्थ |
| ८) कै. सौ. सुशीला यशवंतराव कीर्तिकर | २९) डॉ. राम गोविंदराव नवलकर |
| कै. सौ. सुशीला व श्री. मोरेश्वर वि. प्रधान | ३०) सौ. शुभांगी राम नवलकर |
| ९) सौ. मीरा व श्री. रविंद्र नानूजी दळवी | ३१) सौ. रीटा आणि श्री. मंदार माधवराव नायक |
| १०) कै. सौ. शलाका (अरुणप्रभा) शैलकुमार श्रीकृष्णनाथ दळवी | ३२) कै. सौ. विजया व श्री. प्रकाश माधव नायक या त्यांच्या आईवडिलांच्या स्मृत्यर्थ उन्मेष प्रकाश नायक |
| ११) कै. श्रीमती चंपुबाई आणि कै. आनंदराव सुंदरजी धराधर | ३३) सौ. वृंदा आणि श्री. शाम विनायक जयकर |
| १२) कै. सौ. रोहिणी (रत्नप्रभा) श्रीकर राणे | ३४) कै. श्रीमती जयश्री आणि कै. श्री. जयवंत विश्वनाथ कीर्तिकर स्मृत्यर्थ श्री. उमेशचंद्र जयवंत कीर्तिकर |
| १३) सौ. निलीमा व श्री. सृजन केशवराव राणे | ३५) कै. श्रीमती प्रतिमा आणि कै. श्री. धाकलेश्वर बाळाजी जयकर स्मृत्यर्थ सौ. सुप्रिया उमेश कीर्तिकर |
| १४) कै. श्रीमती रोझाबाई आणि कै. बाळाराम केरोबा नायक | |
| १५) कै. शरद विनायक कीर्तिकर यांच्या स्मरणार्थ अनामिक | |
| १६) कै. सौ. दिलीप रघुनंदन कोठारे | |
| १७) कै. श्रीमती कमलजा आनंदराव अजिंक्य | |
| १८) कै. दिवाळीबाई व कै. डॉ. वामनराव आनंदराव विजयकर | |
| १९) कै. विष्णुराज बाळाराम नायक | |
| २०) अॅड. सदाशिव आनंदराव धुरंधर | |
| २१) कु. कस्तूर मोठाबाई जयकर | |

अभिनंदन

* श्री. श्रेयस तळपदे यांना 'महाराष्ट्र टाइम्स'चा पुरस्कार अभिनयासाठी देण्यात आला.

* ज्युली अजिंक्य यांचे 'अ व्हेरी एशियन गार्ड टू इंडियन फूड' हे पुस्तक प्रसिद्ध झाले. त्यात पाठारे प्रभु पाककृतींवर एक विभाग आहे.

पाठारे प्रभु महिला समाज

दिनांक ४/३/२३ रोजी महिला समाजाचा १०८ वा वार्षिक बक्षिस समारंभ खारच्या पा. प्र. सांस्कृतिक सभागृहात साजरा झाला. समारंभाच्या अध्यक्षता होत्या डॉ. अरुंधती भालेराव. या समारंभात खालील पारितोषिके देण्यात आली. कै. डॉ. चित्तरंजन चंद्रकांत धुरंधर व कै. चंपूताई आनंदराव धराधर स्मरणार्थ समाजेवा रौप्यपदक सौ. नूतन जयंत कीर्तिकर यांना. कै. प्रमिला मोतिराम जयकरस्मरणार्थ 'उल्लेखनीय व्यक्तिमत्व' रौप्यपदक माधुरी उदय कीर्तिकर यांना. कै. दत्तकुमार मोरेश्वर धराधरस्मरणार्थ 'गृहकृत्यदक्ष' रौप्यपदक बीना शरद व्यवहारकर यांना. कै. सुदाक्षिणा अजित गोरक्षकरस्मरणार्थ सर्वोत्कृष्ट विद्यार्थिनी रौप्यपदक डॉ. कला अजित गोरक्षकर यांना. कै. नीरजा नागेंद्र तळपदेस्मरणार्थ 'बहुरंगी

व्यक्तिमत्वा'साठी स्मृतिचिन्ह सुरूपा राणे देवरुखकर यांना. कै. मधुकर शांताराम मानकरस्मरणार्थ आणि कै. मीरा शांताराम मानकर-स्मरणार्थ 'घे भरारी' रौप्यपदक अश्विनी यश तळपदे यांना. कै. शीला जयंत देसाईस्मरणार्थ कला क्षेत्रातील प्राविण्याबद्दल रौप्यपदक नीला विनय त्रिलोकेकर यांना.

कै. सौ. उत्तरा ललित कोठारे स्मरणार्थ 'उद्योजिका' रौप्यपदक सुमालिनी गजानन धुरंधर यांना. याशिवाय खालील विद्यार्थिनींना शैक्षणिक पुरस्कार प्रदान करण्यात आले - रसिका केदार गोरक्षकर, तनया दीपक धराधर, रिआ संजय धुरंधर, प्रांजल बैजू अजिंक्य, आश्रा अभिजित तळपदे, श्रेया शैलेश कोठारे, अस्मिता अजय धराधर, संजना अंजन कोठारे, श्रद्धा दिपक धराधर, दीपश्री लोकेश प्रभाकर, तनुश्री नितीन विजयकर, तनिशा नितीन देसाई, गार्गी अभय तळपदे, उंजल राजीव वेळकर, वैभव पुष्पराज कोठारे, शलाका नीलेश विजयकर, निशीता नायक-शिंदे, तन्मयी सचिन विजयकर, देवश्री नीलेश कोठारे, डॉ. कला अजित गोरक्षकर.

सर्वांचे अभिनंदन

*

प्रभुतरुणाची डायरी
आत्याबाई नाव बोला

२५-०३-२३ कुमारी मिराया महेश नायक

२५-०३-२३ कुमार मल्हार महेश नायक

कुर्यात् बटोर्मगलम्।

२२-०३-२३ सोहम् अंकुर अरविंद राव, ठाणे

नारळसाखर दिला

२२-०३-२३ श्री. तन्मय संदीप लालसेन कोठारे

२२-०३-२३ कु. वरदा प्रशांत वेलकर

मरण

०४-०३-२३ श्री. मिलींद शामराव मानकर

वय ६५, अंधेरी

०५-०३-२३ श्री. सदानंद केशवराव नवलकर

वय ८९, विलेपार्ले

०८-०३-२३ श्रीम. सुनीती लक्ष्मीकांत जयकर

वय ९५, खार

१६-०३-२३ श्री. वीरपाल रामराव राणे,

वय ९४, सांताक्रूझ

(पान ४ कॉलम ३ वरून)

माझ्या डॉक्टरचं म्हणणं मला जास्त पटलं.

मग थोडे दिवस सकाळी प्राणायाम (१५ मिनिटे) आणि संध्याकाळी ४५ मिनिटे चालणे हा क्रम सुरू केला. चांगले २ आठवडे नियमितपणे मी तो पाळला आणि एक दिवस माझा पाय मुरगळला. झालं, नकटीच्या लग्नाला लागायचं ते विघ्न लागलं.

मनी वसे ते ऑनलाईन दिसे ह्या हिशोबाने मला 'स्लिम' करणाऱ्या एका कंपनीकडून ऑनलाईन SMS येऊ लागले. विना ऑपरेशन, कमीतकमी व्यायाम, आणि झटकन घेरीचा व्यास कमी, एकमेव उपाय - 'यू-लिप्पो'. आहाहा... अजून काय हवे होते? लागलीच सेंटरकडे धाव घेतली. तिथेही पुन्हा सर्व शरीराची माप घेतली गेली, चाचण्या झाल्या. उपचारासाठी वापरली जाणारी उपकरणे, त्यांना प्रशिक्षित थेरपिस्ट कशा पद्धतीने वापरतात, त्याचा शरीरावर काय परिणाम होतो, वगैरे सर्व माहिती देऊन मला सेंटरभर फिरवण्यात आले. 'फक्त माझ्यासाठी' म्हणून दिलेली सवलत धरून जवळ जवळ ४०,००० रुपये इतकी फी भरायची होती. खुशीतच घरी आले आणि रात्री घरच्यांसमोर सर्व पाढा वाचला. माझा नवरा आणि मुलगी अगदीच 'स्पॉईल स्पॉर्ट' निघाले. 'कंट्रोल उदय' हा फिल्मी डायलॉग माझ्या तोंडावर फेकून दोघे आपापल्या कामाला निघून गेले. फुस्स ... हाही बार फुस्काच ठरला. कधीकधी जाडेपणाचं दुःख दाटून आलं की, मी झटका आल्याप्रमाणे, 'मी यू-लिप्पो करणार!' असं घोषित करते आणि दोघेही माझ्याकडे दुर्लक्ष करतात. अजूनही मला 'स्लिम'वाल्यांकडून १५ दिवसात २ मेसेज येतातच आणि आता तर ते मला ५० टक्क्यांची सूट देताहेत. पण घरचे माझ्या बोलण्याकडे लक्ष देतील तर शपथ. तरी बरं 'बॅरिँट्रिक सर्जरी' किंवा

'लिप्पोसक्शन'सारखे भारी नावाचे आणि महागडे; पण रामबाण उपाय मी सुचवले नाहीत. 'तू आहेस तशीच आम्हाला आवडतेस!' असं म्हणायला त्यांचं काय जातं?

मध्यंतरी दीक्षित डाएट करायचे ठरवले. पण दीक्षित डाएट करायचे की इंटरमीटेन्ट फास्टिंग करायचे ह्या घोळात दोन्ही करायचे राहून गेले. शिवाय १२ तास, १४ तास का १६ तास - किती तासांचा उपवास माझ्यासाठी योग्य होता ह्या संभ्रमात मी होते. फायदे राहिले बाजूला, 'डॉक्टर गूगल बाबा' वेगवेगळे दुष्परिणाम दाखवत होते. १६ तासांच्या उपवासाने म्हणे पित्ताशयाचा विकार होतो. अधूनमधून केलेल्या अशा उपवासाने थकवा जाणवतो, बद्धकोष्ठता होते, भुकेमुळे डोके दुखते, एक ना अनेक दुष्परिणाम डोळ्यांसमोर नाचू लागले. फेसबुकवर लढपणा कमी करण्यासाठी कित्येक उपायांचा रोज भडीमार केला जातच होता. दुसरीकडे रामदेवबाबा आणि इतर योग-गुरुंचे लवचिक आणि सुदृढ शरीर मला वाकल्या दाखवत होते. डिसेंबर म्हणजे पार्टीचा महिना आणि जानेवारी म्हणजे घडा, शेवया-गोडं किंवा अप्पे आणि तिळाचे लाडू-चिक्की यांचा महिना, त्यात माझ्या वाढदिवसाचा महिना. आतातर सगळीकडे आंबेच आंबे. मग ठरवलं हे सारे सणवार संपले आणि हंगामी फळे मिळणे जरा कमी झाले की आपण पुन्हा हिरीरीने चालायचे आणि योगाबरोबर एखादे डाएटसुद्धा करायचे.

भ्रमनिरास झालेल्या मनाला ऊर्जा मिळाली. मी अजून हार मनाली नाही हं! एकदम अशी स्लिम-अँड-ट्रिम होऊन दाखवीन की साऱ्या उपदेशकारांचे तोंडच बंद होईल. आता फक्त मी मनावर घेणं बाकी आहे.

मोबा. ९८२०३५६३०२

हे मासिक मुद्रक, प्रकाशक श्रीमती सुहासिनी कीर्तिकर यांनी मालक बोर्ड ऑफ कंट्रोल प्रभुतरुण करिता मे. स्नेहेश प्रिंटर्स, ३२०-अ, शाह अँड नाहर इंडस्ट्रीयल इस्टेट, अ-१, धनराज मिल कंपाऊंड, सीताराम जाधव मार्ग, लोअर परेल, मुंबई-४०००१३ येथे छापून पारिजात बी-३, युनियन बँक एम्प्लॉईज को-ऑप. हौ. सोसायटी, पटेल इस्टेट, जोगेश्वरी (प.), मुंबई-४००१०२ येथे प्रकाशित केले.

संपादक: श्रीमती सुहासिनी कीर्तिकर

RNI NO. 14613/67