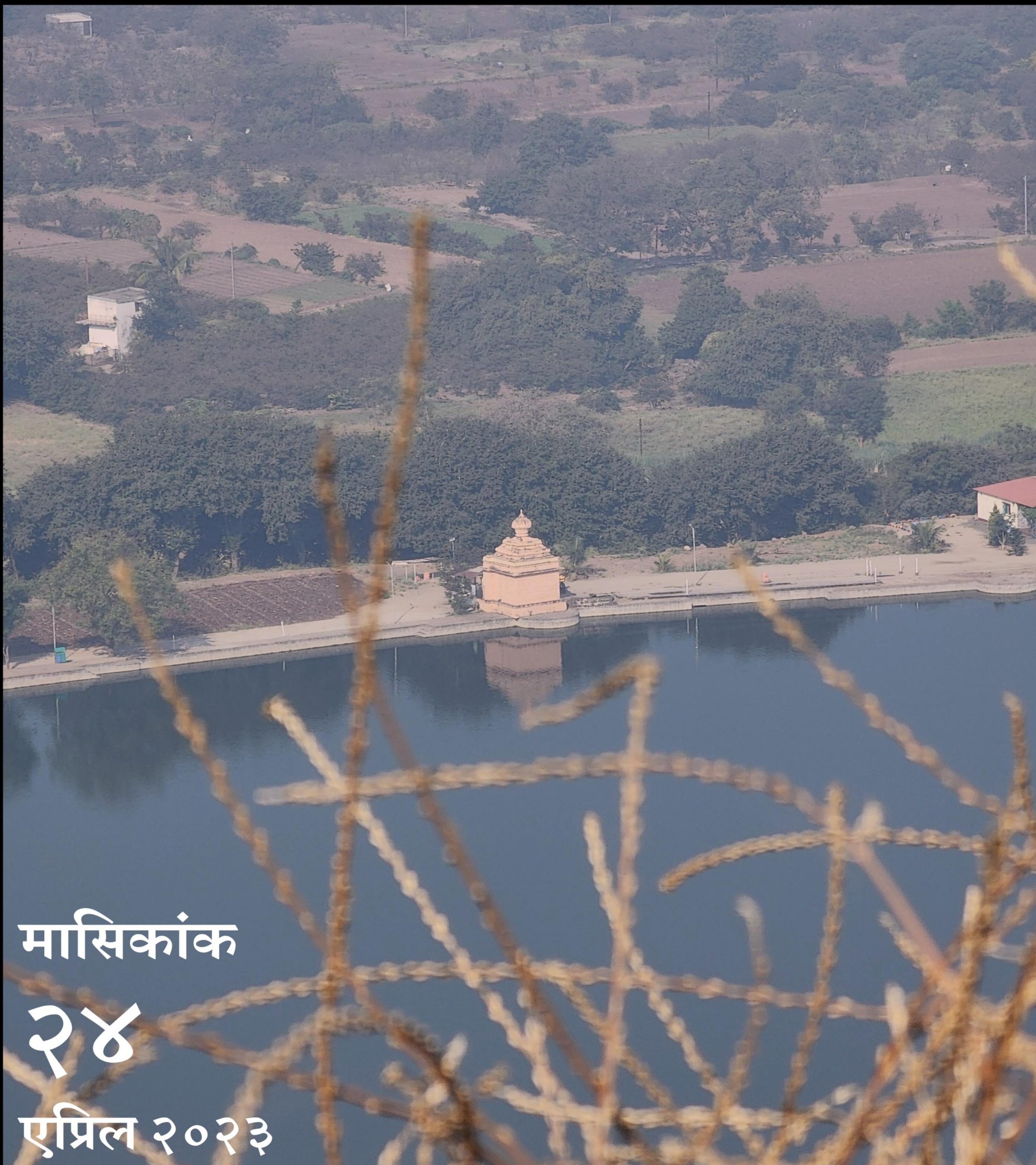
"ती"चं पान

तिच्याकडून सगळ्यांसाठी



मासिकांक

२४

एप्रिल २०२३

संपादक: सौ. सायली अक्षय देशपांडे

अनुक्रमणिका

१. प्रस्तावना ३

२. थेंबे थेंबे तळे साचे ४

३. लेट अस कॉल इट अ डेट... .... ६

४. जान्हवी ८

५. पंखा १२

६. उन्हाळा आणि आहार विहार १४

७. अनाथ बालक १७

८. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर २०

९. साजणी ये ना २३

www.tichapaan.com

tichapaan@gmail.com

Facebook Page

७३७८४९९९७७

@tichapaan

अतिथी संपादक: सौ. सुषमा (देशपांडे) मुलमुले

संपादक: सौ. सायली अक्षय देशपांडे

मुखपृष्ठ व अंक मांडणी: श्री. अक्षय देशपांडे

मुखपृष्ठ छायाचित्र: श्री. अक्षय देशपांडे

सदर अंक संपादक सौ. सायली अक्षय देशपांडे यांच्या राहत्या घरी E-७०४, पलाश को.हाऊसिंग सोसायटी, वाकड, पुणे—४११०५७ येथे, दिनांक १२ मे२०२३ रोजी प्रकाशित होऊन www.tichapaan.com या संकेतस्थळावर उपलब्ध करून देण्यात आला.

टीप: या अंकात प्रसिद्ध झालेल्या लेखनातील मतांशी संपादक सहमत असतीलच, असे नाही.

प्रस्तावना

"ती" चं पान या उपक्रमाचा हा २४ वा मासिकांक. म्हणता म्हणता २ वर्षे या उपक्रमाला झाली. प्रत्येक अंकात काहीतरी वेगळेपण असावं हा मानस मनात ठेवून यात सहभागी असलेल्या प्रत्येक नवोदित लेखिकेने आपलं लिखाण समृद्ध करण्याचा प्रामाणिक प्रयत्न केलेला मी फार जवळून बघतेय. ज्याप्रमाणे एखादं लहान मूल जन्माला आल्यावर हळूहळू रांगत रांगत स्वतःच्या शक्तीचा अंदाज घेत घेत उभं राहतं आणि आपसूकच चालायला लागतं अशीच काहीशी प्रक्रिया या अंकाची आहे. सुरुवातीला लिहीत असतांना शब्दांची सांगड घालत घालत आज यात लिहिणारी प्रत्येक नवोदित लेखिका या प्रवासातून गेली आहे किंवा जाते आहे असं म्हणलं तर वावगं ठरणार नाही.

जे जे उत्तम उदात्त उन्नत या उक्तीला आदर्श मानत यात सातत्याने होत असलेलं लिखाण हे आम्ही दर महिन्यात आपल्या सारख्या रसिक वाचकांसाठी प्रकाशित करत असतो. कोरोनाच्या या प्रतिकुल परिस्थितीत सुद्धा यातल्या लिखाणाने वाचकांना कधीकधी प्रवास घडवला तर कधी शाळेचे रम्य दिवस आठवून दिले तर कधी पावसात चिंब भिजवलं. याच श्रृंखलेत यंदाचा हा अंक अनेक वेगवेगळ्या पैलूंनी नटलेला आहे.

तसं या बहुरंगी असलेल्या "ती"च्या शब्दप्रवासात तुम्ही सुद्धा सहभागी होऊन आनंद घ्या..!

- सौ. सायली अक्षय देशपांडे

२.

थेंबे थेंबे तळे साचे

प्रांजली शिरीष पारगांवकर

सुमारे पाच वर्षांपूर्वी मी माझ्या शिक्षणासाठी विद्येचं माहेरघर म्हणजेच पुण्यात आले. इकडे माझं शिक्षण माझ्या आवडीच्या विषयात सुरु होते. हे सगळं सुरु असताना माझं 'माई सावरकर' म्हणजेच विनायक दामोदर सावरकर ह्यांच्या पत्नीवर दोन अंकी नाटक करायचं म्हणून अभ्यास सुरु होता. दीड पावणे दोन वर्ष अभ्यास करून त्याचं नाट्यलेखन झालं आणि ते नाटक बसवण्याची प्रक्रिया सुरु झाली त्या नाटकात 'बाबाराव' हे पात्र साकारणारा नट मूळचा अलिबागचा आहे, त्याने सुद्धा त्याच्या शिक्षणासाठी पुणं गाठलं होतं. त्या नाटकात त्याची धाकटी बहीण सुद्धा एक भूमिका साकारत होती. त्यामुळे त्या नाटकाच्या वाचनाला आणि प्रयोगांना त्याच्या घरचे अलिबागहून येऊन हजेरी लावत. एकदा त्यांनी मला खाऊ म्हणून 'नारळाची वडी' एका डब्यात दिलेली. नारळाची वडी म्हणजे माझा जीव. त्या वड्या दोन दिवसात मी फस्त केल्या आणि डब्बा रिकामा कसा द्यायचा काही तरी द्यायला हवे पण काय द्यावे असा विचार सुरू होता. तेव्हा माझ्या डोक्यात अचानक विचार आला आपण जर शेगांव कचोरी दिली तर पण ते होते अलिबागला देणार कसे? मी हे सगळं शेगांव कचोरी च्या मालकाला बोलून दाखवले त्यांनी मला सांगितलं आपण हाफ-फ्राय (म्हणजेच अर्धवट तळलेल्या कचोऱ्या) देऊ शकतो त्या किमान एक आठवडा टिकतात. मी ठरवलं आता हेच आपण त्या डब्ब्यात खाऊ म्हणून द्यायचं आणि मी ते त्यांना अलिबागला पाठवायची सोय केली.

मी मूळ नागगपूरची त्यामुळे शेगांव मला जवळचं आणि तिथली कचोरी सुद्धा. ती अलिबागला मी पोहचवली ह्याचा मला आनंद झाला. घरच्यांना ती कचोरी खूप आवडली. आणि एक नवीन उद्योग सुरु करावा ही कल्पना आली. त्यांनी हे मला सांगितलं त्यांना मी दुकानाचा पत्ता दिला आणि त्यांनी त्यांच्या जवळच्या लोकांना सांगून त्या हाफ-फ्राय शेगांव कचोरी विकायला सुरुवात केली. बघता बघता त्यांना कचोरी साठी मागणी वाढू लागली. काहींनी त्यांना सुचवलं की हाफ-फ्राय बरोबर तळून सुद्धा द्या, ही कल्पना त्यांना आवडली आणि ते कचोरी तळून सुद्धा विकू लागले.

त्याच दरम्यान अलिबागला उद्योगिनी महिलांचं प्रदर्शन भरलं होतं तिकडे त्यांनी शेगांव कचोरी चा स्टॉल लावला. पहिल्यांदाच अलिबाग इथे हा लागत होता, पण आता स्टॉल लावायचा म्हणजे त्यांच्या समोर अनेक प्रश्न उभे राहिले, कसा प्रतिसाद मिळेल, किती कचोरी पुण्याहून मागवायचे, जर मागवल्या आणि संपल्याच नाही तर... असे अनेक प्रश्न त्यांना पडले . त्यांनी २०० कचोऱ्या मागवल्या आणि स्टॉलचा पहिला दिवस आला. त्या पहिल्या दिवशी अवघ्या काही वेळातच त्यांच्या २०० कचोऱ्या संपल्या आणि अनके गिऱ्हाईक कचोऱ्या संपल्या म्हणून नाराज झाले मग त्यांनी ३०० कचोऱ्या पुण्याहून दुसऱ्या दिवशी सकाळ पर्यंत येतील ही सोया केली. मग त्यांच्या स्टॉलचा प्रवास सुरु झाला आणि त्यांनी त्या नंतर त्यांनी अजून ४ ठिकाणी स्टॉल लावले आणि नुसत्या स्टॉल वर त्यांनी १६०० शेगांव कचोऱ्या विकल्या. त्या दरम्यान घरून सुद्धा कचोऱ्यांना मागणी खूप वाढली, सुमारे २५०० - ३००० हजार कचोऱ्या त्यांनी अलिबाग मध्ये विकल्या आहेत.

ही गोष्ट मला त्या वेळोवेळी फोन करून किंवा मेसेज करून सांगत असतात मला सुद्धा मनाला समाधान वाटतं. दोन दिवसांपूर्वी आमची पुण्यात भेट झाली तेव्हा त्यांनी मला सांगितलं की शेगांव कचोरी ही साता समुद्रपार गेली आहे. मी २ मिनिट उडालेच, त्यांनी मला सांगितलं न्यूझीलँड इथे पोहोचल्या. मला हे ऐकून फार अभिमान वाटला. खाऊ म्हणून पाठवलेली कचोरी, त्याच व्यायसायात रूपांतर झालं आणि ते साता समुद्रापार गेलं. ते सगळं ऐकून मला हे पटलं प्रबळ इच्छाशक्ती आणि अपार कष्ट ह्याच्या जोरावर माणूस काहीही साध्य करू शकतो. एक सामान्य गृहिणीचं उद्योगिनी मध्ये रूपांतर झालं आणि मी निमित्तमात्र झाली ह्याचं मला समाधान वाटतं.

३. लेट्स कॉल इट अ डेट...

प्राजक्ता बर्वे

ती : फार अवास्तव, फॅन्सी आणि अवाजवी अपेक्षा नाहीयेत माझ्या.

फिल्मी आहे मी जराशी पण जराशीच. प्रेमाच्या बाबतीत "खुल्लेआम" , "बेछूट" वागणं मला नाहीच जमू शकत! चल तर मग.. असं करूयात...

पाणीपुरी खायला जाऊयात अँड लेट्स कॉल इट अ डेट?

किंवा कॉफी पिऊयात गरमा गरम अँड लेट्स कॉल इट अ डेट!

नाही म्हणजे तुला घरा बाहेर पडायचंच नसेल तर...

तर छान एखादी film पाहूयात अँड लेट्स कॉल इट अ डेट?

किंवा पुस्तकांचे रिव्युज देऊयात अँड लेट्स कॉल इट अ डेट!

फार वैचारिक होतंय असं वाटतंय का??? अं....... बरं...

मग बिस्वा किंवा बस्सी चा व्हिडीओ पाहूयात and अँड लेट्स कॉल इट अ डेट?

नाहीतर गाणी ऐकूयात "मिक्स कस्टमाईजड प्लेलिस्ट" अँड लेट्स कॉल इट अ डेट!

काय म्हणतोस? हे सगळं बोर झालंय! आयला... आता? आता आली पंचाईत?

बरं मग एकत्र "आपला" पिझ्झा बनवूयात अँड लेट्स कॉल इट अ डेट?

किंवा जिगसॉ पझल सोडवूयात अँड लेट्स कॉल इट अ डेट!

असा रे कसा तू? म्हणणं काय आहे तुझं? मी एवढे सतराशे साठ ऑपशन्स सुचवतेय आणि तू रिक्षावाल्या सारखा सगळे ऑपशन्स रिजेक्ट करतोयस... श्शी!!! जा!! अज्जिबात बोलू नकोस माझ्याशी आता.

तो:

हम्मममममम..! दे तू मला उपमा रिक्षावाल्याची पण मी याच साठी रिजेक्ट करत होतो! अगं "म्हणजे काय", काय विचारतेस! हल्ली ना तू अती समजूतदार वागतेस. मला सगळ्याच सिच्युएशन्स मधे समजून घेतेस. मला गिल्ट येतो गं कधी कधी, मी तुला समजून न घेण्याचा. म्हणून म्हंटलं आज तुझ्यातल्या लहान मुलीला बाहेर काढावं. आत्ता कशी चिडलीस!!! आता मी देतो ऑपशन्स बघ पटतायत का??

हा बघ गजरा.. थांब.. माळू तरी दे... लेट्स कॉल इट अ डेट

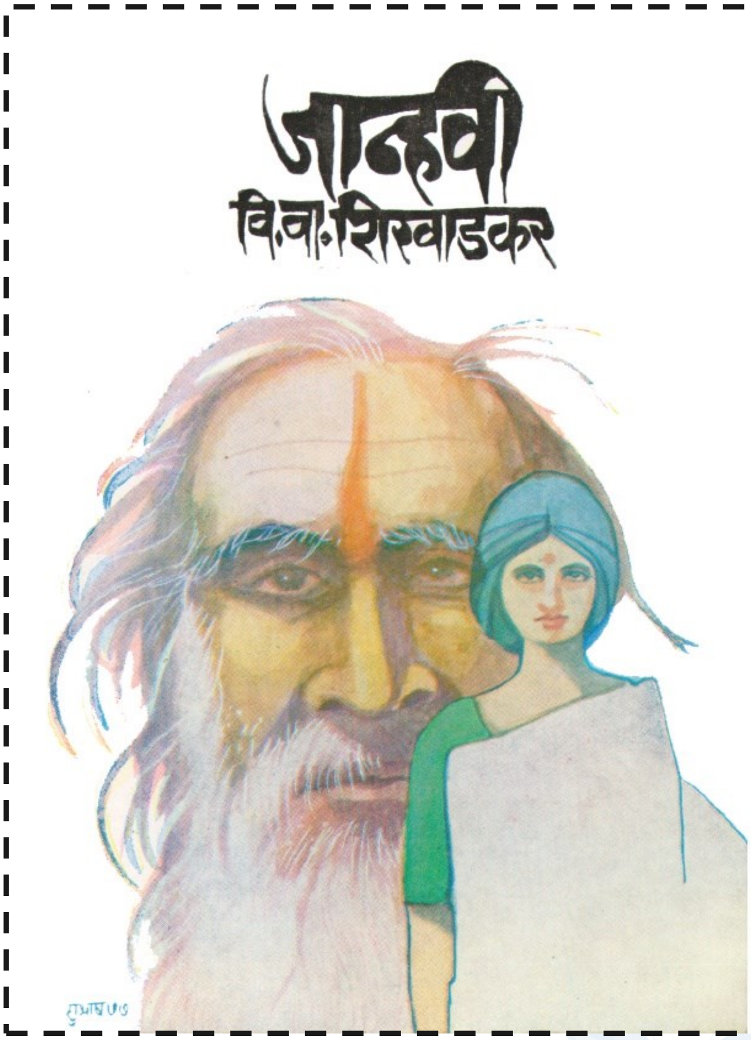
हे तुला आवडत असलेलं bournville... आ कर...हाँSS अँड लेट्स कॉल इट अ डेट इकडे ये.. हे बघ... बटाट्याच्या काचऱ्या आणि पोळ्या, मघाशीच केल्यात.. खाऊयात? लेट्स कॉल इट अ डेट

चल आता निवांत बसूयात, झोपाळ्यावर, गप्पा मारत किंवा खरं तर काहीच न करता बसून राहूयात हातात हात घेऊन... ते बघ वरती... दाटून आलंय. पाऊस पडेल बहुतेक...अगं थांब गं... नको जाऊस लगेच चहा भजी करायला. पावसाचे थेंब झेलूयात जरा... भिजूयात मस्त लेट्स कॉल इट अ डेट.

४.

जान्हवी

वर्षा पतके थोटे



वि. वा. शिरवाडकर उर्फ कुसुमाग्रजांची ही कादंबरी साधारण (पहिली आवृत्ती) १९५२ ला प्रकाशित झाली. त्यानंतर ब-याच आवृत्ती निघाल्या. ही कादंबरी कालातीत आहे. अजूनही इतक्या वर्षानंतर साधारण ७०-७२ वर्षाचा काळ लोटला तरी स्त्री- विषयीच्या पुरूषी मानसिकता फारशा बदलल्या नाहीत का ? हा प्रश्न ही कादंबरी वाचताना सतत जाणवतो.

महाराष्ट्राच्या उत्तर भागामध्ये एक डोंगराची रांग आहे. नाशिक जिल्ह्यातील चांदवड या गावाजवळ असलेल्या "सप्तश्रृंगी" या प्रसिध्द डोंगरावरची ही कहाणी. या डोंगरावर एक महंत ज्यांना जीवनाचं सगळं सार कळलंय हे आजूबाजूच्या गावातील लोकांसोबतच दूरदूरचे लोकही जाणून होते. खूप प्रगाढ, अभ्यासू, आध्यात्मिक व्यक्तिमत्व. हा भीतियुक्त आदर पायथ्याशी असलेल्या गावातील प्रत्येक गावकऱ्यांच्या मनात होता.

भीतियुक्त आदर यासाठी की लोक त्यांना देवताच समजू लागले होते. त्यांच्याविषयी कुठलाही "ब्र "काढणे म्हणजे देवाला दूषणे देणेच. त्यातून जर काही बरं वाईट झालं तर ? हा प्रश्न गावक-यांच्या मनात कायमचा ठसला होता , म्हणून हा भीतियुक्त आदर होता . तर असे हे महंत एके दिवशी गडावरून खाली उतरत होते, तर त्यांच्या दर्शनासाठी गावक-यांसोबत एक शहरातील तरूणही उभा होता. खरंतरं त्याला या महंताचं दर्शन घ्यायचं नव्हतंचं. फक्त तो या महंताची ख्याती ऐकून त्यांच्याकडे मनात काही प्रश्न घेऊन आला होता. पण महंताना पाहिल्या - पाहिल्या त्या शहरातील युवकाचे मस्तक आपोआपच महंताच्या पायाचे दर्शन घ्यायला खाली वाकले आणि महंतांनी ही त्याच्या

मनातला कोलाहल ओळखून त्याला वरती डोंगरावर ये म्हणून त्याला सांगितलं. तो युवक खरंतरं नास्तिक, पण महंताच्या बोलण्यात कुठेतरी त्याला स्पार्क जाणवला म्हणून लगेच दुस-या दिवशी तो डोंगरावर गेला. तिथे एक वयात आलेली , सुंदर , चुणचुणीत पोर रांगोळी काढतांना त्याच्या नजरेस पडली तेव्हा त्याला कळलं की महंत जंगलात निघून गेले ध्यानासाठी. मग काय महंत येईपर्यंत त्या मुलीने म्हणजे "जान्हवीने" त्या युवकाला गडावर राहायचा आग्रह केला. हे सांगून की, महंत म्हणतात घरी आलेला पाहुणा देवासमान असतो.हे ऐकल्यावर तो नवयुवकही महंत येईपर्यंत थांबला. जान्हवीला महंताची मुलगी म्हणून तो समजत होता. पण महंत ध्यानावरून आल्यावर त्याला कळलं की ही मुलगी खाली पायथ्याशी असलेल्या चांदवड गावातली आहे . घरी अठराविश्व दारिद्र्य म्हणून हिला महंतांनी आपली मुलगी म्हणून इथे गडावर आणलं आणि मुलीसारखं वागवलं जान्हवी हे नाव ठेवलं. तीही लेकीसारखी महंतांना माया लावत गेली.

मन:शांतीसाठी आलेला तो युवकही महंतांच्या म्हणण्यानुसार गडावरच थांबला आणि जान्हवीचा मित्र झाला. जान्हवी त्या युवकाला प्रत्येक गोष्ट सांगायची , त्याच्यासोबत हसायची , खेळायची , बागडायची जणू तो तिचा सखाच !! पुढे काही दिवसानंतर त्याच गडावर एक चित्रकार येऊन राहतो. चित्रकार चित्र काढताना सतत जान्हवीची मदत घेतो. यामुळे दोघांमध्ये प्रेमाचे संबंध निर्माण होतात. ही गोष्ट ती तिचा सखा झालेल्या शहरातल्या युवकालाही सांगते. कधीतरी हाच विचार त्याच्याही मनात आलेला असतो . वयच ते ! पण जान्हवी त्याला सांगते मी तुला माझा खरा मित्र मानते. मी तुला माझा जोडीदार व्हावा या दृष्टीने पाहिलंच नाही. तो युवक या सगळ्यावर मात करतो कारण या आधीही तो याच सगळ्या परिस्थितीतून बाहेर निघण्यासाठी गडावर मनःशांती शोधत आलेला असतो.म्हणून तो स्वतःला या परिस्थितीतून बाहेर काढतो आणि जान्हवीची निखळ मैत्री स्विकारतो. पण यावेळी जान्हवी त्या चित्रकाराच्या प्रेमात आणि तो ही तिच्या प्रेमात पडतो. कारण जान्हवीलाही रंगाचं, रंगकुंचल्याचं वेड असतं. कदाचित याच समानधर्मामुळे दोघंही एकमेकांच्या जवळ आली असावीत.

दुपारच्या निवांतवेळी गडावर चित्रकार आणि जान्हवी यांच्या शिवाय कुणीही राहत नाही. महंत ध्यानासाठी म्हणून बरेच दिवस जंगलात ध्यान करायला जात असतात आणि जान्हवीचा सखा दुपारच्या वेळेत गावात काही कामासाठी म्हणून जात असतो. मग गडावर फक्त चित्रकार आणि जान्हवी प्रेमाचे रंग प्रेमकुंचल्याने एकमेकावर उधळीत असतात. एके दिवशी दोघेही एकमेकांचे चुंबन घेत असताना महंत येऊन ठेपतात. त्यांचा राग अनावर होतो पण एक शब्दही न बोलता ते आपल्या कुटीत निघून जातात.

जान्हवीला खूप वाईट वाटतं कारण ती त्यांना वडील मानत असते. पण चित्रकारावर कसलाही परिणाम होत नाही आणि का व्हावा? तो प्रेम करतोय जान्हवीवर. चोरी नव्हे! ही गोष्ट ती तिचा सखा त्यालाही

सांगते. तो तिला आपल्या परीने समजावतो.

एका मध्यरात्री, सगळे झोपलेले असतांना जान्हवीला आपल्याजवळ कुणीतरी आल्याची चाहूल लागते. ती खूप घाबरते आणि लगेच उठून दिवा लावते तेवढ्यात तिला कुणीतरी पळून जाताना दिसते. ती फार घाबरते आणि मनात विचाराचं संशयी चक्र सुरू होतं . कोण असेल ? म्हणून ती आळीपाळीने चित्रकार आणि सख्याला त्यांच्या जागेवर जाऊन पाहते तर ती दोघंही गाढ झोपेत असतात. पण....महंत मात्र त्यांच्या जागेवर नसतात. मग मात्र जान्हवीला धक्का बसतो.

जान्हवी बैचेन होते. ती रात्रभर बसूनच राहते. सकाळ झाल्या झाल्या सगळ्यात आधी ती ही गोष्ट तिच्या सख्याला सांगते. पण त्याचाही विश्वास बसत नाही कारण त्याच्या मनात महंतांची प्रतिमा खूप उच्च असते . म्हणून मग तो जान्हवीलाच समजावतो की , तुला भ्रम झाला असेल म्हणून, मग जान्हवीही त्या संभ्रमावस्थेतच चूप राहते. पण एका दुपारी महंत अचानक गडावर येतात . तेव्हा गडावर कुणीही नसतं. म्हणून मग ते जान्हवीला शोधत खाली जायला निघतात तर, जान्हवी त्यांना डोंगराच्या एका कडेला एकटीच बसलेली दिसते. ती महंतांना पाहते आणि मनातून घाबरलेलीच असताना त्यांना विचारते. तुम्ही इथे? ते तिला त्या मध्यरात्रीची आठवण करून देतात आणि सरळ शरीरसुखाची मागणी करतात. जान्हवी खूप गयावया करते पण ते सरळ तिला म्हणतात मी मालक असलेल्या वस्तुवर कुण्या दुस-या व्यक्तीने हक्क दाखवलेला मी कसा सहन करायचा?

चित्रकारासोबतचं प्रेम किंवा जवळीक महंतांना एक पुरूष म्हणून कदापीही सहन झाली नाही. तेवढ्यात पाय-या चढून वर तिचा सखा येतो. महंत रागारागाने तिथून निघून जातात. जान्हवी महंतांबद्दल सांगत असते तर तेवढ्यात तिचा सखा म्हणतो, मी ऐकलंय सगळं ! तू इथूनच खाली गावाकडे निघून जा. वाटेत तुझा चित्रकार प्रियकर दिसेलच. कारण आता वरती डोंगरावर जाणे तुझ्यासाठी कधीही सुरक्षित नाही. ती ही गावाकडे जायला निघते तेवढ्यात तिचा चित्रकार असलेला तिचा प्रियकर तिला भेटतो . ती दोघे तिथून दूर निघून जातात. इकडे तिचा सखा गडावर येतो. पाहतो तर काय पूर्ण गडाला आग लागलेली असते आणि महंत आतमध्ये समाधी अवस्थेत बसलेले असतात. तो हे सगळं शांत होईपर्यंत पाहतो आणि तो ही तिथून निघून जातो. पण बरेच प्रश्न त्या गडावरच सोडून तर काही प्रश्नांची उत्तरे सोबत घेवून.

ही कांदबरी वाचताना मलाही एक स्त्री म्हणून ब-याच प्रश्नांनी छळलंय. पुरूष युगानुयुगे स्त्रीवर का मालकी हक्क दाखवत आलाय? फक्त शरीरसुखासाठी ? तिचा भावनिक कोलाहल, तिची घुसमट, तीचं मन या सर्वांपेक्षाही ती एक मानव आहे हा विचार कधीच, कोणत्याच काळात पुरूषी मनात रूजला नाही का?

महंतांसारख्या एका साधुपुरूषाच्या मनात इतक्या तपश्चर्येनंतर विषय वासनेने डोकवावे ? तर सर्वसामान्य माणसाकडून काय अपेक्षा करावी ?

स्त्री ही फक्त भोगवस्तू आहे आणि मनाला शांती हवी असेल तर, हिच्यापासून दूर कुठेतरी जंगलात तपश्चर्या करावी हाच हेतू का यामागचा ? कारण संसार आला तिथे स्त्री आली मग तिच्यामुळे शांतता हरवते का ? मध्ये माझ्या वाचनात " महापुरूषांच्या नजरेतून स्त्री " हे मंगला आठलेकर लिखीत पुस्तक वाचनात आले. हे पुस्तक वाचताना भगवान बुद्ध स्त्री बाबत भिक्षूंना उपदेशपर सांगतात की, स्त्री ही पुरूषाला मोहात पाडते, त्याला मोक्षापासून तर मागे खेचतेच पण, स्वतःही कधी मोक्षापर्यंत जाऊ शकत नाही. स्त्री म्हणून जन्माला येणा-या जीवासाठी मोक्ष नाहीच. स्त्रियांना समजून घेण्यात बौद्ध धर्मांचीही मदत झाली नाही हे ही दुर्दैवचं नाही तर काय ?

हे विधान जगातल्या सर्वच धर्मांनी, धर्मसंस्थापकांनी स्त्रीसाठी नरकाकडे जाणारी वाट बहुतेक असचं संबोधलंय. मग अशावेळी मला स्त्री म्हणून प्रश्न पडतो की , स्वतः बुद्धासारखे शांतीदूत जर स्त्री बाबत अशी मनोधारणा बाळगून होते तर, सर्वसामान्य व्यक्तीकडून काय अपेक्षा ठेवावी ? मग तिथे जान्हवी या पुस्तकातले महंत तरी काय वेगळे असतील. पुरूषाच्या जडणघडणीतच या गोष्टीचं बीज रूजवलं जातेय की स्त्री ही मादी आहे आणि माझा तिच्यावर मालकी हक्क आहे. तर, मग तुम्ही कितीही तपश्चर्या केलीत. स्त्रीपासून कितीही लांब राहिलात तरी मनातली आस किंवा विषयवासने विषयी असणारी इच्छा कधीतरी उफाळून येतेच. पण ज्या व्यक्तीचे मनावर अधिपत्य आहे. मग कुठलीही परिस्थिती समोर येऊ दे त्याला काहीही फरक पडणार नाही. "मन चंगा तो कठौती मे गंगा" हे उगीच का रविदासासारखे संतपुरूष लिहून गेलेत?

महंतांना त्या मोहाच्या क्षणाला काबीज करता आलं असतं तर ते विजयी झाले असते. पण स्वतःच्याच मनावर ताबा मिळवणं इतकं का सोप्पं आहे? हे या महंतांच्या वागण्यावरून लक्षात येते. नाहीतर विश्वामित्रांसारखे ऋषीमुनीही आज अजिंक्य असते आणि समाजात स्त्रियांसाठी जे भयाण वास्तव आहे ते ही नसतं.

जान्हवी वाचतांना माझ्या एक लक्षात आलंय की मनाला काबीज करायला कुठे जंगलो-जंगली भटकायची गरज नाही. महंत एवढे शांतीसाठी जंगलो-जंगली भटकत राहीले पण त्यांचा शिष्य बनून आलेला शहरातला तो नवयुवक म्हणजे जान्हवीचा सखा एका स्त्री सोबत राहूनही पाक नजरेने शांती, आनंद मिळवत राहिला आणि महंतांपेक्षाही मोठा तत्वज्ञानी म्हणून जगला काहीही उपदेश न करता.

जान्हवी या पुस्तकाचे सार, हेच की समाजात जान्हवी म्हणजेच ‘सीता’ आहेतच पण तिच्या भोवताली राहून पुरूषांनी ‘राम’ व्हायचं की ‘रावण’ हे त्यांच्या मनोवृत्तीने ठरवायचं. स्त्री एक माणूस आहे आणि ती माणूस म्हणूनच जगायला हवी. तरंच निसर्गाने निर्माण केलेलं हे सुंदर जग टिकेल अन्यथा हे उध्वस्त व्हायला वेळ लागणार नाही.

५.

पंखा

दीप्ती शिंदे दळवी

चर्चगेट फास्ट लोकल ट्रॅकवरील धुरळा उडवत प्लॅटफॉर्म क्रमांक तीनवर आली आणि अस्मिता लगबगीने ट्रेनमध्ये चढली. विरारवरून आलेल्या या लोकलमध्ये बसायला जागा मिळणं तसं कठीणच काम होतं पण तरीही एका बाईना 'प्लीज' म्हणून तिने चौथी सीट कशीबशी मिळवली. चर्चगेट यायला अजून जवळपास अर्धा तास होता. तिने तिच्या बॅगमधील पुस्तक काढलं आणि वाचायला सुरुवात केली. ट्रेन फास्ट असल्याकारणाने दरवाजातून आणि खिडकीतून फारच हवा येत होती. त्या वाऱ्याच्या वेगाने भुरभुरणारे आपले कुरळे केस सावरत अस्मिता तिचं आवडीचं पुस्तक फारच तन्मयतेने वाचत होती.

तिच्याच बाकावर पहिल्या आणि दुसऱ्या सीटवर दोन स्त्रिया बसल्या होत्या. पेहरावावरून त्याही ऑफिस गोइंग स्त्रिया असाव्यात, असं कोणीही ताडलं असतं. त्यांच्यात ऑफिसमधील तुफान गप्पा रंगल्या होत्या. हा काय करतो, ती काय करते, वगैरे वगैरे सुरू होतं. अस्मिताचं अर्थातच त्यांच्याकडे लक्ष नव्हतं. पण त्यांच्या भारदस्त आवाजामुळे अस्मिताची वाचनाची लिंक मध्येमध्ये विस्कळीत होत होती. एवढं मात्र नक्की. ऑफिसमधील गप्पा अधिकच रंगात येत होत्या.

तो वरुण इतका बावळट आहे ना, की काय सांगू अगं? परवा त्याची त्याच्या टीमसोबतची मीटिंग संपली आणि ते सगळेजण मीटिंग रुममधून बाहेर आले,

आपापल्या जागी जाऊन बसले, आणि जवळजवळ पुढचे पाच-सहा तास मीटिंग रूममधील लाईट आणि एसी चालूच होता. त्या दोघींपैकी एकीने दुसरीला तक्रारीच्या सुरात सांगितलं. काय सांगतेस? दुसरीने त्यावर आश्चर्य व्यक्त केलं.

"अगं हो ना. आणि हे लक्षात येऊन येऊन कोणाच्या आलं तर त्यांच्या मॅनेजरच्या! झाली मग काय, जेव्हा त्याच्या लक्षात आलं तेव्हा सगळ्यांची खरडपट्टी निघाली." असे म्हणत ती पहिली मैत्रीण हसली, त्यावर ती दुसरी मैत्रीणही हसली आणि त्या दोघांनी एकमेकींना टाळ्या दिल्या.

पहिली मैत्रीण म्हणाली, 'आता या लोकांना कळत कसं नाही? आपापल्या घरात कशी इलेक्ट्रिसिटी जपून वापरतात हे लोक मग नोकरीधंद्याच्या ठिकाणी किंवा इतर पब्लिक प्लेसमध्ये कसं हे भान राहत नाही?

पण आता आपण काय बोलणार?" "हो ना! आपण काही बोललो तर उगाच आपण दुनियादारी करतो असं वाटायचं त्या लोकांना. पण हे एकदाच नाही घडलेलं काही आठवड्यापूर्वी अकाउंटस् टीमनेसुद्धा असाच प्रताप केला होता. काही नाही फार कॉमन आहे हे आपल्याकडे. आपल्याकडेच काय, सर्वच ठिकाणी हे फार कॉमन आहे. लोकांना काही पडलेलं नसतं गं" दुसरी मैत्रीण म्हणाली आणि तिने हवेत हातवारे केले.

एव्हाना चर्नी रोड येऊन गेलं होतं. डबा बऱ्यापैकी रिकामा झाला होता. अस्मिताचं पुस्तक वाचणं सुरूच होत. चर्चगेट यायला थोडाच अवधी होता. डब्यातील उरलेल्या स्त्रिया चर्चगेटला उतरायच्या तयारीला लागल्या. त्या दोन मैत्रीणी त्यांच्या बॅग खाद्याला लावून सीटवरून उठल्या आणि डब्यातील मधल्या पॅसेजमध्ये येऊन उभ्या राहिल्या. स्टेशनचा प्लॅटफॉर्म दृष्टीक्षेपात आला होता. अस्मिताने पुस्तक बंद केलं. बॅग खांद्याला लावली आणि उभी राहिली. तिचं लक्ष त्यांच्या बाकाच्या वर घरघर करत असलेल्या पंख्याकडे गेलं. तिने पंख्याचं बटण लगबगीने बंद केलं. तिच्या त्या तीव्र हालचालीकडे त्या दोन मैत्रिणींचं लक्ष गेलं अस्मिताने त्या दोघींकडे पाहत स्मित केलं आणि म्हणाली, "तुम्ही बोलत होतात ते खरं आहे. आपल्याकडे लोकांना खरंच पब्लिक प्लेसमधील इलेक्ट्रिसिटी काळजी नसते."

ट्रेन थांबली. त्या दोन मैत्रिणींनी किंचीत शरमून अस्मिताकडे स्मित केलं आणि त्या काहीही न बोलता ट्रेनमधून उतरल्या.

६. उन्हाळ्यातील आहार विहार

निता प्रकाश

उन्हाळा आला की जीव नकोसा होऊन जातो. ग्रीष्म ऋतू काळात उष्णतेचे प्रमाण वाढल्यामुळे शरीरातील पाणी सुकून जाते, त्यासाठी मनुष्याला शारीरिक काळजी घेणे अत्यंत गरजेचे आहे. म्हणून योग्य तो आहार विहार असावा आणि काटेकोरपणे त्याचे पालन करणे आवश्यक आहे.

ग्रीष्म ऋतु म्हणजेच उन्हाळ्यात उष्णतेच प्रमाण वाढल्यामुळे पृथ्वीवरील जलीय अंश कमी होतो. ह्याच कारणामुळे ग्रीष्म ऋतूला संताप काळ मानल्या गेलं आहे. गरम हवेमुळे शरीराचे आरोग्य व मनाची प्रसन्नता दूर होते त्यामुळे सामान्य जनजीवनच नाही तर नदी तलावातील जीवजंतू तसेच हिरव्या वृक्षराईच्या जीवनात सुद्धा परिवर्तन होत असतं. ह्या दिवसांमध्ये शरीरातील पोषक तत्त्व आणि कफ हा क्षीण होतो. त्यामुळे स्वाभाविक प्रत्येक व्यक्तीमध्ये अशक्तपणा येतो, या काळात दिनचर्या कशी असावी याबाबत आयुर्वेदात फार छान सांगितले आहे. सूर्याच्या उष्णतेमुळे शरीरातील पाणी कमी होते तेव्हा स्वादिष्ट शितल गोड आणि स्निग्ध पदार्थांचा खाण्यात समावेश असावा. सातूचे पीठ साखर टाकून, दूध लोणी भात असा आहार असावा. मद्यपान तसेच खारट, खूप आंबट,कडू आणि खूप गरम पदार्थांचे सेवन टाळावे. ग्रीष्म ऋतू चा गुणधर्म रूक्ष, वायु संचयकारक कटू आणि कफनाशक असतो. हिवाळ्यात जसा निसर्ग स्वतःच भूक जागृत करतो तसेच उन्हाळ्यात भूक कमी होत असते.

आयुर्वेद शास्त्रात तर फार गंभीरपणे यागोष्टींचा विचार केलेला दिसतो. या दिवसात आहार विहाराला विशेष महत्त्व आहे. मधुर आणि द्रव आहाराला जास्त महत्त्व आहे. शरीरातील जलतत्त्व भरून निघण्यासाठी

द्रव पदार्थांची आवश्यकता असते आणि पित्त समतोल राहण्यासाठी शीतल म्हणजेच थंड गुणधर्म असलेल्या पदार्थांची आवश्यकता असते. पोट जड होऊ नये म्हणून पचायला हलक्या अशा पदार्थांचा समावेश आहारात असतो. भात, जव, गव्हाची पोळी, सोजी, तूर आणि मुगाची डाळ,काकडी,दोडके, पडवळ, चवळीची पालेभाजी, तसेच दूध, ताक, दही इत्यादी पदार्थ जेवणात समाविष्ट करावे. नारळ पाणी, आवळा किंवा सफरचंदाचा मुरब्बा जरूर खावा. तसेच मिठाई मध्ये पेठ्याची मिठाई खाणे चांगले असते, आणि मोसमी फळे पण खाणे आवश्यक असते, जसे की कलिंगड,डांगर, यामध्ये जलिय अंश जास्त असतो त्यामुळे ही फळे खाणे आवश्यक आहे.त्याचबरोबर उसाचा रस, कैरीचे पन्हे,चिंचेची चिंचवणी, कांदा पुदिन्याची चटणी हे पदार्थ खावे.

अपचन आणि ऊन लागणे यापासून कांदा आणि पुदिना आपला बचाव करतात.पेय पदार्थांमध्ये दूध व दह्याची लस्सी गुणकारी असते. ज्यामुळे शरीराला पोषकता प्राप्त होते. फ्रीजच्या पाण्याऐवजी माठातील थंड पाणी प्यावे हे सगळ्यात उत्तम. तसेच संत्र्याचा रस, घरी बनवलेले सरबत असे पेय घ्यावे आता जेवणाच्या वेळा काय असाव्यात ते बघूया.

सकाळी सहा वाजता प्रातः विधी आटोपला की थंड दूध घ्यावे चहा शक्यतो टाळावा. दहा ते साडेदहा पर्यंत दुपारचं जेवण उरकून घ्यावे, बाकी जेवणासोबत भात आणि दही रायता अवश्य असावा. दोन-तीन वाजता पुन्हा भूक लागते तेव्हा सातू करून खावी किंवा लाह्या खाव्यात. सायंकाळी चार वाजता एखादे पेय घ्यावे किंवा शरबत घ्यावे. रात्री आठ वाजता रात्रीच्या जेवणात पोळी, हिरवी भाजी, कैरीचे पन्हे, कांदा पुदिना चटणी इत्यादीचा समावेश असावा. आयुर्वेदानुसार या जेवणाच्या योग्य वेळा आहे मात्र हल्लीच्या धकाधकीच्या जीवनात सगळ्यांना त्या वेळा पाळणे शक्य होत नाही त्यांनी आपल्या सोयीप्रमाणे वेळा पाळाव्यात, मात्र जेवणात संतुलित आणि पौष्टिक आहार घ्यावा. आपण निदान योग्य जेवण घेऊच शकतो.

आता आपण उन्हाळ्यातील पोशाख कसा असावा ते बघूया वेगवेगळ्या ऋतूंमध्ये वेगवेगळ्या वेशभूषेचे चे महत्व खूप असते. हिवाळ्यात आणि पावसाळ्यात आपण अंगभर कपडे घालतो तर उन्हाळ्यात आपण हलके कपडे वापरतो पण उन्हाळ्यात अंगभर कपडे घालायला हवेत जेणेकरून गरम हवा शरीराला लागू नये तसेच बाहेर निघताना डोक्यावर टोपी किंवा रुमाल किंवा दुपट्टा असावा. आता आपण उन्हाळ्यातील व्यायाम कोणता असावा ते बघूया. शरीराला गतिशील आणि स्वस्थ ठेवण्या साठी व्यायाम अतिशय आवश्यक आहे.परंतु गर्मीच्या दिवसांमध्ये जास्त व्यायाम करू नये, कारण उष्णता आणि कोरडे पणा यामुळे रक्तात अनावश्यक गरमी निर्माण होते. गर्मीच्या दिवसांमध्ये सकाळ सायंकाळी फिरणे आणि पोहणे ह्या गोष्टी कराव्या, पोहण्यामुळे आपल्या स्नायू आणि पेशींना पूर्ण व्यायाम होतो. तसेच सकाळ आणि संध्याकाळी आंघोळ करणे आवश्यक आहे, उष्णतेमुळे रक्ताभिसरण मंद झालेले असते स्नान केल्याने रक्ताभिसरण सुरळीत होते आणि आळस दूर होतो तसेच घामाचा चिकटपणा

उन्हाळ्यात होणाऱ्या आजारांविषयी थोडक्यात जाणून घेऊया. उन्हाळ्यात उष्माघात होणे, उलटी, पोट दुखी इत्यादी विकार बळावतात, त्यावर उपाय काय ते आपण पाहूया. उष्माघात झाला असल्यास त्याची लक्षणे पाहूया ऊन लागल्यावर प्रथम खूप जास्त गर्मी होऊन घशात कोरडेपणा वाढतो मळ मळ होते,चक्कर येतात ही लक्षणे असतात. असे झाल्यास रोग्यास थंड व सावलीच्या ठिकाणी झोपवून शक्य असल्यास पूर्ण कपडे काढावे किंवा सैल करावे, डोक्यावर थंड पाण्याची सततधार करावी, तसेच जाड कापड थंड पाण्यात भिजवून त्याने भराभर अंग पुसून काढणे आहे मध्ये मध्ये ते ओले कापड अंगावर पसरवून ठेवून देणे आणि ताबडतोब डॉक्टरला दाखवावे. उष्माघातापासून बचावाचे उपाय म्हणजे, घराबाहेर पडताना काहीतरी खाऊन निघणे तसेच भरपूर पाणी पिऊन निघावे. डोक्याला आणि कानाला बांधून निघावे, कांदा पुदिना हे पदार्थ रोजच्या आहारात असावे. चहा,कॉफी,मद्य, गरम पदार्थ, उन्हात फिरणे रात्री जागणे,खूप थंड अन्न, शिळे अन्न किंवा जड जेवण करू नये. उन्हात फिरताना पायात बूट किंवा चप्पल आणि डोक्यावर दुपट्टा किंवा टोपी जरूर असावी.

हे सर्व उपाय करून आपण उन्हाळ्यातल्या उन्हापासून आपला बचाव करू शकतो. नोकरीपेशा लोकांना वेळे अभावी काही गोष्टी शक्य होणार नाही परंतु आपल्या सोयीनुसार उपाय करावे आपलं जीवन अमूल्य आहे ते जपण्याकरिता एवढं करायलाच हवं. सगळ्यांना उन्हाळा सुसह्य जावो या शुभेच्छा आणि सदिच्छा.

सकाळ

धुंद गारवा लेवुनी आली , आशेचे किरण घेऊन आली
सप्तसुरांचे नाद गात ही , सकाळ नाचत आली ।।धृ ।।

कोमल कळ्या उमलवीत आली , चहुरंग बहरवीत आली
सर्वांना जागवीत आली , हट्ट नाचरे खुलवीत आली ।।१।।

पक्षांचा किलबिलाट घेऊन आली , मनाला ती हर्षवित आली
नभासोबत लहरत आली , मधुर गाणी गात आली ।।२।।

दवबिंदूंचे मोती शिंपीत, हरिततृणांना चमकवित आली
अमोल सौंदर्य सवे घेऊनि , पाचूचे रान मोहरवत आली ।।३।।

वृक्ष - वेलींना सजवीत आली , पानापानांना नटवीत आली
सर्वांचे मुखदर्शन घेत , वनसृष्टीत विलीन झाली ।।४।।

- वृषाली भुजाडे

७.

अनाथ बालक

पल्लवी चिकारे पळसकर

सुकलेल्या फांदीवर

विखुरलेली पाने

दुभंगलेली मने

ऐशा अनाथ जना

देऊया आधारू

वात्सल्याचा महामेरू

करूया उभा....

या जगात जन्माला येणारं प्रत्येक बाळ हा या देशाचा नागरिक म्हणून जन्माला येत असतो. म्हणजेच पर्यायाने एक नागरिक म्हणून त्याला सर्वच अधिकार, हक्क मिळतात. मात्र याचं जगात अशीही काही मुले आहेत ज्यांना जन्मानंतर अधिकार आणि हक्क तर दूर आपल्या स्वतःच्या अस्तित्वासाठीच रोज झगडावं लागतं. आपण कोण आहोत? आपलं खरं नाव काय? आपले नातेवाईक कोण? आई, बाबा, भाऊ, बहीण, काका, मामा, मावशी, आत्या, आजी, आजोबा ही नाती कशी असतात? प्रेम, परिवार, वास्तल्य, माया, आपुलकी या भावना कशा असतील या उत्तराच्या कायम शोधात असलेली पोर ज्यांना आपण अनाथ मुले असे संबोधतो. ज्या वयात मुलांना अनाथ या नावाचा अर्थ सुद्धा कळत नसतो त्या वयात त्यांना अनाथ आश्रमात कोणीतरी सोडून गेलेले असतात किंवा या जगात त्यांचं कोणीच नसल्याने नाईलाजास्तव राहावं लागतं.

नवजात ते अठरा वर्षे वय असलेली मुले कायद्यानुसार बाल आश्रमात वास्तव्यास राहू शकतात. ज्यात पूर्णतः अनाथ मुले, अंशतः अनाथ मुले आणि अन्य कारणांमुळे अनिकेत मुले अशांचा अंतर्भाव होतो. मात्र वयाचे अठरा वर्षे पूर्ण झाले की त्या मुला मुलींना बाल आश्रमातून बाहेर पडावे लागते म्हणजे ते परत एकदा अनाथ होऊन जगाच्या प्रवाहात स्वतःला तारून नेण्याचा प्रयत्न करतात. पण ते ही कशाच्या भरवशावर करायचे? हा यक्ष प्रश्न त्यांच्या समोर असतो. संस्थेतून बाहेर पडल्यावर राहायचे कुठे? हा मोठ्ठा प्रश्न असतो. शिवाय पोटापाण्याची सोय करायला पुरेसे साधन जवळ नसते. शासनाने आश्रमातील मुलांना आधार कार्ड देण्यासाठी नियम केला तर आहे पण त्या व्यतिरिक्त जातीचा दाखला, ओळखपत्र, उत्पन्नाचा दाखला इत्यादी सारख्या कागदपत्राच्या अभावामुळे त्यांना नौकरीसाठी, पुढील शिक्षणासाठी, बँकेसाठी अशा एक ना अनेक गोष्टींना लागणारे कागदपत्रे आणि पैसा हातात नसतोच. त्यातील काही हिंमतीने यश गाठतात तर काही वाईट मार्गी लागतात. आपल्या राज्यातून असे ३००० ते ५००० मुले- मुली दरवर्षी संस्थेतून बाहेर निघतात असा अंदाज आहे.

अनाथ आश्रमातील मुलांचा जीवन प्रवास सोपा नाही किंबहुना तो नसतोच. त्या मुलांचा रोजचा दिवस एक नवीन आव्हान घेऊन आलेला असतो. शिवाय दररोज एका नवीन चेहऱ्याला स्वतःमध्ये समील करून घायचे असते. कोणाचे आई बाबा मरण पावलेले असतात तर कोणाचे नातेवाईक त्यांना ठेवून घ्यायला तयार नसतात म्हणून ते इथे आलेले असतात. ज्या वयात त्यांच्या हक्काचे सगळे सुख, प्रेम, आनंद मिळायला हवे त्या वयात त्या मुलांच्या नशिबी फक्त नाजूक मनाची होणारी कुचंबणा सहन करावी लागते. आणि हे सगळं काय? आणि का होत आहे? या विवंचनेत नाईलाजास्तव जगावं लागतं. या संस्थांमध्ये मुलांची राहण्याखाण्याची सोय जशी तशी केली जाते, शिक्षणासाठी प्रोत्साहन दिल्या जाते मात्र इतकं पुरेसं नाही.

आपल्यातील काही लोक, सेवाभावी संस्था विशिष्ट दिवशी आश्रमांना भेट देतात तेव्हा ज्या काही वस्तू दिल्या जातात त्या सुद्धा नेमक्याच असतात. सगळ्यांना पुरतील असे नाही. त्यातीलच काही मुले मनाचा मोठेपणा दाखवून इतर लहान मुलांना देण्यासाठी तडजोड करतात.

भेटायला येणाऱ्या इतर लोकांना बघून मात्र ती मुलं नक्कीच हा विचार करत असतील ही क्षणा क्षणाला होणारी मनाची कुचंबणा, परिस्थितीशी केलेली तडजोड, अजून किती दिवस सहन करावी लागेल? आणि त्यांच्या संस्थेतल्या लोकांनी किती माया केली तरी आपले खरे कुटुंब कुठे असेल ते आपल्याला घ्यायला येतील का? या वेड्या आशेत दिवस घालवत असतील. सुट्टीच्या दिवशी बाहेर फिरायला जाणे आणि छान छान पदार्थ खाणे हे अनाथ मुलांच्या नशिबात कधीच नसतं. याउलट अन्नाच्या एकेका घासाची किंमत त्यांना नक्कीच कळलेली असते. चांगले कपडे, चांगले जेवण, घरच्यांची माया हे सगळे या मुलांचं फक्त एक स्वप्नच असतं. आता यात आपण काय भूमिका घ्यावी? कारण कॅलेंडर मधील तीनशे पासष्ट दिवस आपण कसे जगतो हे ज्याचं त्याचं

असतं. मिळणाऱ्या सुट्या, घेतलेल्या सुट्या यांचा आपण खूप विचार करत असतो. कारण आजच्या युगात सुट्टी मिळणे, किंवा घेणे म्हणजे एक दिव्यच असतं. मग त्यात काही महत्वाची कामे, खरेदी, फिरायला जाणे, सण, समारंभ, इत्यादि कामे आपण करीत असतो. त्यात सप्ताहिक मिळणाऱ्या सुट्या या वेगळ्याच असतात. आजकाल वीकेंडला फिरायला जाणं म्हणजे एक फॅड झालंय. मग कुठे कुठे जायचं? ही ठिकाणं सुद्धा ठरलेली असतात. काही लोक नेहमी एकाच ठराविक ठिकाणी जातात. तर काही वेगवेगळी ठिकाणं शोधून तिथे जातात. हे सगळं आपण कशासाठी करतो? तर आपल्या आयुष्यातील रोजची मरगळ निघून जावी. आपल्या आयुष्यात आनंदाचे चार क्षण टिपून घेता यावे, आपल्या परिवाराला वेळ देता यावा म्हणून. जे अगदीच योग्य आहे त्यात काहीच चूक नाही.

पण कधी असा विचार केलाय का? की आज फिरायच्या किंवा खायच्या ठिकाणी न जाता बालआश्रमात जावं! बाल आश्रम हे फिरायचं ठिकाण नक्कीच नाही पण आपल्या परिवारासोबत ती वाट धरली आणि आपला आनंद त्यांच्यासोबत वाटून घेतला, ते चार क्षण त्या मुलांसोबत वाटून घेतले तर त्या अनाथ मुलांना होणारा आनंद नक्कीच आपल्याला सुखावून जाईल यात शंका नाही. आपण या मुलांना त्यांच्या आयुष्यात काही नवीन रंग भरल्याचे समाधान मिळेल आणि त्या मुलांना थोडे आपल्या लोकांमध्ये गेल्याचे सुख!

८. भारतरत्न डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर

दिशा राजकारणे टिकेकर

भारतीय संविधानाचे शिल्पकार, अर्थशास्त्रज्ञ, समाजसुधारक आणि दलित चळवळीचे प्रेरणास्थान म्हणजेच डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर. १४ एप्रिल हा दिवस त्यांची जयंती म्हणून मोठ्या प्रमाणात सर्वत्र साजरा करण्यात येतो. समाजासाठी असीम त्याग करणारे, प्रचंड बुद्धिमत्ता, दलित समाजाला हक्क मिळवून देणारे, गोलमेज परिषद, शेतकऱ्यांचे कैवारी, दलित शिक्षण संस्थेची स्थापना, स्वातंत्र्यलढ्यात सहभाग असे कितीतरी कार्य बाबासाहेबांनी केले. समाजाच्या कल्याणासाठी आयुष्यभर संघर्ष करत राहिले. 'शिका, संघटीत व्हा आणि संघर्ष करा' असा गुरुमंत्र आंबेडकरांनी संपूर्ण समाजाला दिला.

बाबासाहेब हे लहानपणापासूनच हुशार होतेच. प्रत्येक परिक्षेत ते नेहमीच चांगल्या गुणांनी उत्तीर्ण होत. मुंबई विद्यापीठातून त्यांनी अर्थशास्त्र आणि राजनीती या विषयांमध्ये पदवी प्राप्त केली होती. संस्कृत शिकण्यास विरोध झाल्याने त्यांनी फारशी भाषेतून शिक्षण घेतले. आर्थिक परिस्थितीमुळे बाबासाहेब महाविद्यालयीन शिक्षण घेऊ शकणार नाही असे त्यांच्या गुरूजींना वाटायचे. यासाठी त्यांनी

बाबासाहेबांची भेट महाराज सयाजीराव गायकवाड यांच्याशी करून दिली. बाबासाहेबांची हुशारी पाहून सयाजीराव गायकवाड यांनी बाबासाहेबांना शिष्यवृत्ती देण्याचे मंजूर केले. १९१५ साली बाबासाहेबांनी न्यूयॉर्कमधील कोलंबिया विद्यापीठातून समाजशास्त्र, मानव विज्ञान, इतिहास आणि अर्थशास्त्रातून एम. ए. ची पदवी प्राप्त केली. 'प्राचीन भारताचे वाणिज्य' या विषयावर त्यांनी संशोधन केले. १९१६ साली अमेरिकेत या संशोधनासाठी पी.एच. डी. ही मिळविली.

डॉक्टरेट मिळविल्यानंतर भारतात परत आल्यावर बाबासाहेबांनी जातिभेदाला विरोध करण्याचा निर्णय घेतला. समाजातील अस्पृश्यता आणि जातिभेद कमी करण्यासाठी त्यांनी सक्रीय स्वरूपात कार्य करण्यास सुरुवात केली. अस्पृश्यतेचा विरोध करण्यासाठी त्यांनी 'साऊथब्रो' कमिटीसमोर आपले प्रखर विचार मांडले आणि दलित समाजासाठी स्वतंत्र मतदान विभाग आणि आरक्षणाची मागणी केली. जनजागृतीसाठी बाबासाहेबांनी 'मूकनायक' नावाचे वृत्तपत्र सुरू केले. शाहू महाराजही बाबासाहेबांना नेहमीच सहकार्य करत. त्या काळात दलितांना सार्वजनिक ठिकाणी पाणी पिण्याचा अधिकार नव्हता. तेव्हा बाबासाहेबांनी माहाडमध्ये 'चवदार तळ्याचा सत्याग्रह' केला. अन्याया विरुद्ध लढण्यासाठी बाबासाहेबांनी 'बहिष्कृत हितकारिणी' सभेची स्थापना केली. समाजात प्रत्येकाला समान स्थान देणे हे या सभेचे ध्येय होते. अस्पृश्यता निवारण्यासाठी त्यांनी केलेल्या 'काळाराम' मंदिराच्या सत्याग्रहाचेही उदाहरण लक्ष्यवेधी आहे. बाबासाहेब आंबेडकर आयुष्यभर दलितांना सामाजिक न्याय मिळवून देण्यासाठी झटले. १९५० साली बाबासाहेब एका बौद्ध संमेलनात सहभागी होण्यासाठी श्रीलंका येथे गेले. त्यावेळी संमेलनात झालेल्या बौद्ध धर्माच्या विचारांनी ते इतके प्रेरित झाले की त्यांनी स्वतः बौद्ध धर्म स्वीकारण्याचा निर्णय घेतला. मायदेशी आल्यावर त्यांनी बौद्ध धर्माचा प्रसार आणि प्रचार करण्यासाठी अनेक पुस्तके लिहिली. बाबासाहेबांनी भारतीय बौद्ध महासभेची स्थापना केली. त्यानंतरच्या सभेत त्यांनी जवळजवळ एकाच वेळी ५ लाख अनुयायांना बौद्ध धर्माची दीक्षा दिली. नंतर बाबासाहेब काठमांडू येथे आयोजित चौथ्या जागतिक बौद्ध सम्मेलनात सहभागी झाले आणि २ डिसेंबर १९५६ साली 'Buddha Or Karl Marx' या पुस्तकाची निर्मिती केली.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकरांनी २ वर्ष ११ महिने १८ दिवसांच्या अथक परिश्रमानंतर समता, बंधुता आणि मानवतेवर आधारित भारतीय संविधान तयार केले आणि २६ नोव्हेंबर १९४७ रोजी तत्कालीन राष्ट्रपती डॉ. राजेंद्र प्रसाद यांच्याकडे सुपूर्द केले.

डॉ. बाबासाहेब आंबेडकर यांच्या काही प्रेरणादायी विचारांची गरज आजही समाजाला आहे.

- शिका! संघटीत व्हा! संघर्ष करा!
- तुम्ही वाघासारखे बना म्हणजे तुमच्या वाट्याला कोणीही जाणार नाही.
- वाचाल तर वाचाल.
- स्वतंत्र विचारसरणीचे निर्भय नागरिक व्हा.

- **देवावर अवलंबून राहू नका. जे करायचे आहे ते मनगटाच्या जोरावर करा.**
- **ग्रंथ हेच गुरू!**
- **माणसाच्या सहवासापेक्षा पुस्तकांचा सहवास अधिक चांगला.**
- **इतरांचे दुर्गुण शोधण्यापेक्षा त्यांच्यातील सद्गुण शोधावे.**
- **माणूस हा धर्माकरीता नाही तर धर्म हा माणसाकरीता आहे.**
- **स्वतःच्या ज्ञानात भर टाकीत जाणे यापेक्षा अधिक सुख दुसरे काय असू शकते.**
- **माणसाने जन्मभर जरी शिकायचे मनात आणले तरी विद्यासागराच्या कडेला गुडघ्याभर पाण्यात जाता येईल.**

९.

साजणी ये ना...

मधुरा कुलकर्णी

एप्रिल महिना उजाडला. अगदी घड्याळात संध्याकाळचे सहा वाजले तरी सूर्यप्रकाश लख्ख असतो. पावसाळ्याचा भकास राखाडी रंग सोडून आच्छादलेली मावळतीची शांत उबदार सोनेरी उन्हे आणि घाटावरून वाहणारा मंद वारा याचं अनोखं मिश्रण देहाला आणि मनाला शांत करत चैतन्याच्या झोपाळ्यावर मंद झुलवत असतं...

हा चैत्र रखरखीत...

अशा रखरखीत ऋतूत सामान्य माणसाला जीवघेणे वाटते मग दैत्यांमुळे निर्माण झालेल्या रखरखीतपणा दूर करायला जन्मलेल्या श्रीरामाची जन्माची घडी समस्त अवनीला किती सुखदायक असेल हा विचार करतो आणि चैत्राचे निसर्ग सोहळे अजूनच हवेसे वाटतात...

वाट बघतो गं सये...

हे अचानक श्रीरामाचा विषय काढून आध्यात्मिक चर्चा सुरू होते की काय ?असं म्हणत तू डोळे विस्फारशील परंतु त्याच्यात माझं खच्चीकरण तू करणार नाहीस. तुझे 'पुढे बोल नं ' असे म्हणणारे बोलके डोळे माझ्या वाणीला बळ देतील..

तुझं प्रेम फक्त माझी काया नाही वाणी,प्रतिभा,संवेदना ,चेतना बहरवायला भाग पाडतं. त्या आश्वासक हास्यातच मला माझा वसंत मिळतो. तुझ्या मला व्यक्त होऊ देण्यात माझ्या मनात चैत्रांगण रांगोळीचे रंग भरले जातात...

सध्या तुझ्यासोबत कळी उमलताना पाहत आहे.हा अंकुर खुडून टाकू नये म्हणून तू पावलोपावली प्रयत्न करतेस..

का कोण जाणे...

या निर्विघ्न, विरह,तडे,हेवेदावे नसलेले नाते बघताना मला विश्वातल्या आनंदाचे रहस्य मला उलगडले आहे असे वाटते.

समाप्त