

आपले मंडळ

Maharashtra Mandal of Detroit

Established - 1977

महाराष्ट्र मंडळ डेट्रॉइट



एकमेका सहाय्य करु, अवघे धरु सुपंथ

स्नेहबंध



संक्रांत विशेषांक 🌸

फेब्रुवारी २०२० 🌸

स्नेहबंध



The N. Rachmale Foundation

Prosperity Through Service
Avinash and Hema Rachmale



Sky Group Grand, LLC.
Real Estate Group



Lakeshore Healthcare Group, Inc.
Nursing Home & Managed Care



Lakeshore Global
Infrastructure Contractors

www.therachmalefoundation.org | www.Lgcorp.com

स्नेहबंध

अनुक्रमणिका

		पृष्ठ क्र.
१	संपादकीय	मंजिरी जोशी ४
२	हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय	धनश्री बडवे ५
३	भेट	विसु पटवर्धन ६
४	कर्म नेते आणि दैव देते अर्थात गोष्ट चुकलेल्या फ्लायटची	अर्चना जगताप ७
५	मनाचे आजार व उपचार	डॉ. स्वाती संजय कर्वे ९
६	माझी पुण्याई	बाळकृष्ण पाडळकर १६
७	मागे वळून पाहताना	ज्योत्स्ना माईणकर दिवाडकर २२
८	शब्दकोडे	संजय मेहेंदळे २५
९	गोष्ट बनवा	मृणालिनी देशपांडे २६
१०	बिगरी ते पाचवी: ट्रॉय मराठी शाळेचा प्रवास!	भूषण दांडेकर २९
११	याला जीवन ऐसे नाव	सपना देवरे आठल्ये ३३
१२	छंद कवितेचा	सुरेश नायर ३४
१३	रांगोळी	मंजिरी महाजन ३८
१४	शब्दकोड्याचे उत्तर	संजय मेहेंदळे ४३

संपादक:
उमा कानडे
संजय मेहेंदळे
ज्योत्स्ना माईणकर दिवाडकर

मुखपृष्ठ व मांडणी:
मान्सी उहाणूकर
मृणालिनी देशपांडे

स्नेहबंध

अध्यक्षांचे मनोगत

“अगं, लवकर लवकर वळ ते लाडू, नाहीतर पुन्हा सारण गरम करावे लागेल. अहो येता का जरा..... शेवटचे सहा लाडू उरले आहेत” आईबरोबर वळलेल्या तिळगुळांचा गोडवा अजून मनात आणि जिभेवर ताजा आहे. आपणा सर्वांना 2020 च्या समितीतर्फे संक्रांतीच्या खूप शुभेच्छा. जुन्या आठवणींचा शिदोरी घेऊन आपण नवीन दशकात पदार्पण करत आहोत, पुन्हा एकदा नवीन आठवणी बनविण्यासाठी.



माझा मंडळाचा प्रवास सुरु झाला दहा वर्षांपूर्वी, फूडकमिटीपासून. मंडळ मला माहेरासारखे. अनेक मित्रमैत्रिणी, काही अगदी डोंबिवलीच्या (अंजली, अंजू, मनीषा) आणि असंख्य इकडच्या. वेळ कसा जातो ते समजतच नाही, पुन्हा भेटण्याची ओढ तशीच. अनेक उत्तम अध्यक्षांच्यासमवेत काम करताना मिळवलेले अनुभव गाठी घेऊन यंदा अध्यक्षपद सांभाळण्याची जबाबदारी मला मिळाली आहे..

एकीकडे मंडळाचा वाढता आवाका तर दुसरीकडे टेक्नॉलॉजीची झपाट्याने होणारी प्रगती ह्यांची सांगड घालायची, ही सर्वात मोठी कसोटी आहे. मंडळाची ऍप (app) यंदा लवकरच कार्यरत होईल, IT टीम सतत आपली WEBSITE सुबक आणि सुकर करण्यात व्यस्त आहे. यंदा पटावर काही नवीन गोष्टी आहेत.

- गेल्या वर्षी सुरु केलेला “आरोग्यम् धनसंपदा” हा उपक्रम आम्ही नक्कीच पुढे नेऊ.

-आपल्या सर्वांच्या सोयीसाठी कार्यक्रमांच्या तारखा आम्ही आधीच जाहीर केल्या आहेत.

-GO GREEN, GO CLEAN, आपले मंडळ स्वच्छ मंडळ हे 2020 चे ब्रीदवाक्य असेल.

- युवा पिढी व आपल्या मंडळाचे छोटे सदस्य हे आमचे “Special Projects”.

उत्तमोत्तम कार्यक्रम, सुग्रास जेवण आणि आल्याचा चहा ह्या तर आपल्या मंडळाच्या मूलभूत गरजा आहेत. बृहन्महाराष्ट्र मंडळातर्फे आलेल्या कार्यक्रमांपैकीच एक - “गाण्यांचे गाव” संक्राती निमित्त येत आहे. सुरेल गाण्यांची ही सहल निश्चितच सुंदर होणार.

तुमच्या सर्वांच्या शुभेच्छा आणि आमच्या कार्यकारिणीचा “unconditional support” यामुळे तर मी खूप भारावून गेले आहे. खरं तर कामाचा डोंगर बघता मी घाबरले असते पण हा जगन्नाथाचा रथ ओढायला माझ्या साथीला आहे मंडळाची उपाध्यक्षा प्रजा तांबट! पडेल त्या कामासाठी अविश्रांत मेहनत करायची तिची तयारी असते, कलानिपुण तर आहेच; शिवाय हे सर्व करताना ती हसतमुख असते! त्यामुळे मला आगामी वर्ष हे एक जोखीम न वाटता; उत्साहवर्धक सहल वाटत आहे. आपले अनेक देणगीदार, शेकडो सभासद आणि नेमाने मदत करणाऱ्या सर्व कार्यकर्त्यांचे मी मनापासून आभार मानते. आपल्या सर्व कार्यक्रमांना भरघोस प्रतिसाद देउन तुम्ही आमच्या 2020च्या कार्यकारिणीचा आनंद निश्चितच द्विगुणित कराल. कार्यक्रमांचा तसेच ह्यावर्षी होणार्या इतर उपक्रमांचा अभिप्राय आम्हाला जरूर कळवा.

भेटूया तर मग आपल्या पहिल्या कार्यक्रमात, गाण्यांच्या गावात..

आपली स्नेहांकित, **मंजिरी जोशी**

स्नेहबंध

हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय

माझीच pose माझीच background
माझाच click अन माझाच sound
हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय ...
सगळ्यासांठी जगताना स्वतः हरवलो
हे कळायला हवं,
चौफेर नजर ठेवताना स्वतःकडेही
वळायला हवं,
आपलं रक्त कधीतरी आपल्यासाठीच
सळसळायला हवं,
हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय ...
खूप शोधलं माझं मी,
खरंच कुठे दडलिये मी
नजर माझी दिशा दुसऱ्याची
अशी का घडलिये मी
सगळं माझं माझं म्हणताना
माझी किती उरलिये मी
हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय ...
जगताना कमवावं असं काही
राहिलं नाही,
हे सगळं करताना मात्र मनच माझं
राहिलं नाही,
कोण करतं काळजी त्याची तो काही
दिसणारा अवयव नाही
हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय ...
अखेर सापडलीच मला मी
आता फक्त माझीच माझ्या मनाची
मन की बात.
सगळ्यांआधी स्वतःला खुश
करण्याची सुरुवात
मी अन् माझ्या सोबतीचा नक्कीच
दरवळेल पारिजात
हल्ली मला सेल्फीच आवडू लागलाय ...



-सौ. धनश्री बडवे

(dhanashree.badave@gmail.com)

स्नेहबंध

भेट...

प्रसन्न चांदणे सखी, नभात आज दाटले
तुला समीप पाहूनी, उगीच गोड लाजले

हे चंद्र पाहूनी सखी, मना मनात हासतो
जपुनी मेघ ओढुनी, लपुनी प्रेम पाहतो

लता तरुस घट्ट ती, मिठीत घेऊ पाहते
हे प्रेम-रंग पाहूनी, ती मोहरून नाचते

ही रातराणी बोलकी, सुरात गंध मांडते
फुला-फुलात आज या, मधाळ रंग नांदते

कुणास ठाव ना सखी, मुहूर्त हा विलक्षणी
घडे ही भेट आपुली, युगांची वाट पाहूनी

हे रूप शुभ्र लाघवी, जे पाहूनी मी भाळलो
पुन्हा नव्याने पाहता, मी वेड-धुंद जाहलो

हळूच मनगटास मी, धरून पास ओढिले
शहारलीस त्या क्षणी, नि झाकली तू लोचने

गुलाबी ओठ पाकळी, मी स्पर्शता तू लाजली
मिठीत मुग्ध विरघळे, हळूच माझी साजणी

- विसु पटवर्धन

स्नेहबंध

कर्म नेते आणि दैव देते अर्थात गोष्ट चुकलेल्या फ्लाईटची

तो जून महिन्यातला शुक्रवार होता. आमचे कुटुंब जपानच्या प्रवासाला निघाले होते. अनेक तास घालवून व अतिशय श्रमपूर्वक मी सर्व प्लॅनिंग केले होते. सर्व फ्लाईट्स, हॉटेल्स, बुलेट ट्रेन पास इत्यादी सर्व बुकिंग झाले होते. आमची फ्लाईट डेट्रॉईट - शिकागो -सॅन फ्रान्सिस्को - ओसाका अशी होती. डेट्रॉईटहून संध्याकाळी ७:३० ची फ्लाईट होती, मग शिकागोला १ तास ले ओव्हर आणि पुढची फ्लाईट होती. SFO ला मात्र मध्यरात्री पासून सकाळी ११:३० पर्यंत मोठा ले ओव्हर होता. ऑड वेळ असल्यामुळे एअरपोर्ट च्या बाहेर कुणा मित्राकडेही जाणे शक्य होणार नव्हते. त्यामुळे एअरपोर्टवरच रात्र काढावी लागणार होती.

पहिली फ्लाईट डोमेस्टिक असल्यामुळे आम्ही साधारण दीड तास आधी पोचायच्या अंदाजाने घर सोडले. पहिले १० मैल व्यवस्थित गेले आणि मग ट्रॅफिक जॅम सुरु झाला. मुंगीच्या गतीने वाहतूक चालू होती. हताश होऊन मिळेल ते पहिले एक्सप्रेस घेतले व दुसऱ्या फ्री वे च्या दिशेनी निघालो. तर काय, आतल्या रस्त्यांवरही ट्रॅफिक जॅम! शुक्रवार संध्याकाळ आणि rush hour असा दुग्ध शर्करा योग होता. कसेबसे दुसऱ्या फ्री वे ला लागलो.एव्हाना बराच उशीर झाला होता आणि फ्लाईट मिळण्याच्या आशा धूसर होऊ लागल्या. मग काही करून फ्लाईट पकडण्याच्या दृष्टीने आमचे स्ट्रॅटेजिक planning सुरु झाले. आम्हाला एअरपोर्टवर गाडी पार्क करायची होती आणि त्यात किमान २० मिनिटे जाणार होती.

हे : मी तुम्हाला दारात सोडून गाडी पार्क करायला जातो, तोपर्यंत तुम्ही बॅग्स चेक इन करा.

मी : ओके, मला आमचे पासपोर्ट द्या.

हे : एअरपोर्ट वर गेल्यावर देतो.

मी : तिथे वेळ नको वाया घालवू या, आताच द्या.

हे : माझ्या बॅकपॅक मध्ये सर्वांचे पासपोर्ट आहेत. त्यातून घे.

मी पासपोर्ट शोधू लागले आणि ... माझ्या काळजाचा ठोकाच चुकला. बॅकपॅक मध्ये फक्त दोनच पासपोर्ट होते, माझा पासपोर्ट नव्हताच!

हे : नीट बघ, सर्व कप्पे तपास.

कन्या: आई, मी बघते.

तिलाही पासपोर्ट मिळाला नाही कारण तो घरीच राहिला होता! आता मात्र पुढे जाण्यात काहीच अर्थ नव्हता. लगेच यूटर्न घेऊन आम्ही घरी परत जाण्यास निघालो. तीन जणांच्या प्रत्येकी तीन फ्लाईट्स reschedule करायच्या? किती हजार डॉलर्स? मला ब्रह्माण्ड आठवले! लगेच एरलाईन्स ला फोन लावला. सर्व ऑटोमेटेड responses नंतर पाचेक मिनिटांनी जिवंत माणूस बोलला. त्याला (अर्थातच पासपोर्ट विसरल्यामुळे नाही तर) ट्रॅफिक जॅम मुळे फ्लाईट चुकल्याचे सांगितले. आता तो किती हजारांना चुना लावतोय हे ऐकण्यासाठी जीवाचे कान केले. आणि काय हो चमत्कार...पलीकडून आवाज आला "this flight is cancelled due to bad weather in Chicago"! आमच्या आनंदाला पारावर राहिला नाही. देवाला दया आली शेवटी! आता पुढच्या सर्व connecting फ्लाईट्स द्यायची जबाबदारी त्यांची होती. आम्हाला दुसऱ्या दिवशीची पहाटेची फ्लाईट मिळाली. शनिवारची पहाट, रस्त्यांवर तुरळक वाहतूक असणार होती. सॅन फ्रान्सिस्को एअरपोर्ट वर रात्री काढावी लागणार नव्हती.

त्या शुक्रवारी संध्याकाळी आमच्या सिटीचे ice cream social होते जे आम्ही मिस केले होते. परत येऊन तेही एन्जॉय केले. या ट्रिप ला देव फारच उदार झाला होता कारण डेट्रॉईट - शिकागो फ्लाईटवर माझ्या खिशातून माझा नवा

स्नेहबंध

फोन कधी अलगद सीट वर पडला ते मला कळलेच नाही आणि flight attendant ने मला तो नेक्स्ट gate पाशी आणून दिला. देव तारी त्याला कोण मारी! आमची जपान ट्रिप अविस्मरणीय झाली हे सांगणे नलगे.

या वेळेस दैवाने साथ दिली तशी दर वेळेस मिळेलच असे नाही. या सर्व प्रकारातून कानाला खडा लावला. एक तर शुक्रवारची संध्याकाळची फ्लाइंग बुक करायची नाही आणि केलीच तर खूप वेळ आधी घर सोडायचे. दुसरा महत्वाचा धडा म्हणजे स्वतःचे ट्रॅव्हल documents स्वतःजवळच ठेवायचे. जो दुसऱ्यावरी विसंबला त्याचा कार्यभाग बुडाला!

-अर्चना जगताप



kw CENTRAL
KELLERWILLIAMS.

35427 Dodge Park Rd. Sterling Heights, MI 48312

SELL IN A FLASH, CALL KASH!

REALTOR®, KASHMIRA DESAI

YOUR METRO DETROIT EXPERT

View What is **ACTIVE**, **PENDING** & **SOLD** in your
Neighborhood go to www.kashmira.kwrealty.com

Cell (248) 974 6979 Office (248) 655-7955

realtor.kashmira@gmail.com



Each Keller Williams Office is
Independently Owned and Operated

स्नेहबंध

मनाचे आजार व उपचार

माझ्याशी अतिशय हळू आवाजात बोलत असताना रवीशची* (सर्व नावे आणि पार्श्वभूमी काल्पनिक तरी वास्तववादी आहेत) नजर कुठेतरी दूर होती. पूर्वीच्या आठवणी सांगताना भूतकाळात तो हरवून गेला होता. या आधी तो तीन-चारदा तरी भेटायला आला होता. पण आज तो सगळं काही सांगत होता. त्याच्या आठवणींचा बंध फुटला होता. कॉलेज मध्ये असताना काही मुलांनी त्याला रँग केलं होतं. त्याला निद्रानाशेचा त्रास होता, काही काळ झोपेच्या औषधांवर होता, मध्ये डिप्रेसनवर औषधही झाले होते. या सर्व रँगिंगच्या प्रकरणात त्याची कॉलेजची वर्ष फुकट गेली होती. पोलीस केस झाली होती, त्याच्या करिअरवर परिणाम झाला होता. त्यातून बाहेर पडून तो आता एका मोठ्या कंपनीत मॅनेजर होता. परंतु कधी मनाला झालेल्या जखमा आत तश्याच राहतात. त्यावर जरी कोणी फुकर मारली असली, मलमपट्टी केली असली, तरी त्या पूर्ण बऱ्या झालेल्या नसतात. त्याच्यावरची खपली निघायला वेळ लागत नाही. बारीकसंही कारण पुरतं. असंच काही रवीशबरोबर झालं होतं. रवीशच्या मनातल्या कुठल्यातरी कोपऱ्यात झालेली जखम काही कारणाने इतक्या वर्षांनी परत उलगडली होती.

“सायकोथेरॅपिस्ट” या माझ्या व्यवसायात असे असंख्य लोक येतात. मानसिक आरोग्य किंवा मानसिक आजार या बद्दल लोकांना माहिती तशी कमी आहे. मानसिक आजारांकडे समाजाची नजर अजून वाकडीच आहे. कोणाला मानसिक आजार असेल तर त्याला “वेड लागलंय”, किंवा त्याच्यात काहीतरी “कमी” आहे, किंवा तो मनाने “कच्चा” आहे असं लोक म्हणतात, मानतात. त्यामुळे कुणाला मानसिक आजार असेल तर त्याबद्दल लोक सांगत नाहीत, बोलत नाहीत. सगळं काही ठीकच आहे असं जरी बाहेर दाखवलं तरी मनात मात्र त्रास होत असतो.

माझा असाच अजून एक क्लायंट होता - (पेशंटना सायकॉलॉजिस्ट “क्लायंट” म्हणतात. त्या मागे असे कारण आहे की जे लोक या थेरपीच्या वाटेवर येतात, ते स्वतःच्या बदल व्हावा म्हणून स्वतःच्या इच्छेने आलेले असतात. त्यामुळे सायकॉलॉजिस्ट (डॉक्टर) जरी त्यांना पेशंट म्हणत असले तरी सायकॉलॉजिस्ट त्यांना क्लायंट असं उद्बोधतात). असो. तर हा क्लायंट एका सुप्रसिद्ध कंपनी मध्ये प्रोजेक्ट मॅनेजर होता. पण जेव्हा डिप्रेसनचा खूप त्रास व्हायला लागला तेव्हा ऑफिसच्या खूप सुट्ट्या व्हायच्या, त्यामुळे त्याची अजून काळजी वाढायची. आपण या आजारातून कधी बरे होणार नाही या भावनेने तो अजून व्याकुळ व्हायचा. बॉसला जर मी माझ्या आजाराचं कारण सांगितलं तर तो माझ्या कामावरच्या जबाबदाऱ्या कमी करेल, माझ्यावरचा त्याचा विश्वास उडेल अशा भितीने तो प्रत्येक वेळी कुठलं तरी कारण सांगून निभावून न्यायचा. पण हे असं किती दिवस चालू शकेल याची त्याला काळजी होती. म्हणजे असलेल्या आजाराचा त्रास होताच, पण या सगळ्या इतर विचारांमुळे चिंता वाढत होती आणि असलेला आजार बरा व्हायला वेळ लागत होता. मानसिक आजारांबद्दल जर आपण अगदी मोकळेपणाने बोललो तर त्याबद्दल असलेलं टेन्शन नक्कीच कमी होईल आणि आराम मिळण्यासाठी उपयोगी ठरेल.

मला बरेचदा लोक मानसिक आजार कसे होतात, का होतात, त्यावर इलाज काय असे प्रश्न विचारात असतात. त्या बद्दल थोडी माहिती देत आहे.

स्नेहबंध

शरीर आणि मन: आपलं मन म्हणजे नेमकं काय? असा प्रश्न खूप लोक विचारतात. मनाची व्याख्या मी अशी करते- “मेंदूची जी चालना आहे ते म्हणजेच मन”. मेंदू शिवाय “मन” असू शकत नाही. मनाचं आणि शरीराचं एक अतूट नातं आहे. आपल्या शरीरातले हार्मोन्स, मेंदू मध्ये तयार होणारे सूक्ष्म न्यूरोट्रान्समीटर इत्यादी जी रसायने आहेत, त्यांचा संबंध थेट मनाशी असतो. या रसायनांच्या माध्यमातून मन आणि शरीर एकमेकांशी संवाद साधत असतात. मग मनाला जे लागतं ते शारीरिक तक्रारींमध्ये बदलू शकतं. उदाहरण म्हणजे खूप टेन्शन आलं की ऍसिडिटी वाढणे, श्वास लागणे, डोके दुखी, पाठ दुखी, इ. याचा अनुभव लोकांना येत असतो. तसेच शारीरिक रोगांप्रमाणेच मानसिक आजारांमध्ये सुद्धा अनुवंशिकतेचा काही वाटा असू शकतो. मानसिक ताणामुळे (स्ट्रेस) शरीरातली रोगप्रतिकारशक्ती कमी होते, आणि बारीक सारीक रोगांना आपण आव्हान देत असतो. स्ट्रेसचा संबंध अगदी कॅन्सरशी सुद्धा आहे असे संशोधनातून सिद्ध केलं आहे. जर कुणाला कायम स्ट्रेस असेल तर त्यातून अनेक दुखणी उद्भवू शकतात. पण मनाची दुनिया थोडी वेगळी आहे ज्यात मनाचे सर्व रंग शरीराशी कसे मिसळलेले असतात याची जाणीव नसते. त्यामुळेच तर मन हे शरीरापासून काहीतरी वेगळं आहे अशी भावना असते!

मनाचे पैलू: मनाचे अनेक पैलू आहेत, वेगवेगळे घटक आहेत. भावना, संवेदना, व्यक्तिमत्व (स्वभाव), दृष्टीकोण, स्मृती, अनुभव, आठवणी, वर्तन, विचार- हे सर्व मनाचे भाग एकमेकांशी जोडले गेलेले असतात. उदाहरणार्थ आपल्या अनुभवांच्या काही आठवणी असतात, त्या आठवणींमुळे आपल्याला भावनांचा अनुभव होतो. मग अनुभव चांगला असेल तर आठवणी चांगल्या असतील व भावना सुखदायक असतील, तसेच वाईट अनुभव असेल तर भावना निगेटिव्ह असतील, त्या आठवणी कडू असतील, नकोश्या असतील; जर एखादा अनुभव फार वाईट असेल तर ती गोष्ट घडलीच नाही म्हणून कुठेतरी मनामध्ये दडपली जाईल, आणि केव्हातरी अचानक, जागृत होऊन मनाला टोचू शकेल.

मन आणि स्वयंभावना - स्वयंभावना हा शब्द “सेल्फ कन्सेप्ट” या दृष्टीने इथे वापरला आहे. प्रत्येकाला स्वतः बद्दल एक जाणीव असते. “मला काही करता येतं”, “मी चांगली आहे, सबळ आहे”, “माझ्यात काही कमतरता नाही” असे सरासरी लोकांचे स्वतः बद्दलचे विचार आणि भावना असतात. पण जेव्हा “मी ठीक नाहीये”, “माझ्यात काही कमी आहे, कमतरता आहे”, “मी जगण्यालायक नाहीये”, “माझ्यामुळे सगळ्यांना त्रास होतो”, असे स्वतःबद्दलचे विचार जेव्हा भेडसावतात तेव्हा डिप्रेशन किंवा भयगंड (anxiety disorder) असे “मानसिक” आजार किंवा कंडिशन निर्माण होऊ शकतात. या आजारांचा संबंध थेट भावना, आणि स्वयंभावनेशी जोडलेला असतो.

मानसिक आजार: मानसिक आजार म्हणजे “मनाला” काहीतरी इजा झालेली असते, ज्याच्यात सगळ्याच पैलूंचा समावेश असतो- विचार, भावना आणि वर्तन सगळ्यांवरच त्याचा परिणाम होतो. उदास वाटणं, किंवा कशाची भीती वाटणं, काही विसरणं, इ. या सर्व “नॉर्मल” गोष्टी असतात. पण जर उदासीनपणा दिवसेंदिवस गेलाच नाही, काळजीचं स्वरूप भयगंडात झालं, विसरणं इतकं वाढत गेलं की लहान लहान गोष्टी, किंवा अलिकडे झालेल्या गोष्टींचं विस्मरण व्हायला लागलं तर त्याला आपण आजार म्हणू शकतो. तसंच, कोणाच्या वागणुकीने स्वतःला, दुसऱ्यांना, किंवा समाजाला जर त्रास होत असेल, हानी होत असेल किंवा होणार असेल तर त्या व्यक्तीला मानसिक आजार आहे असं म्हणू शकतो. काही मानसिक आजार थेट मेंदूला झालेल्या इजेमुळे होऊ शकतात, व काही आजार मेंदूच्या चालनेत झालेल्या काही विकृति मुळे उद्भवू शकतात. उदाहरणार्थ काही लोकांना स्किझोफ्रेनिया नावाचा आजार असतो. कोणी तरी आपल्याशी बोलतंय, किंवा समोर

स्नेहबंध

काही नसलं तरी त्यांना काही तरी आहे असं ते अनुभवतात. तसंच कोणी तरी आपल्या मागे आहे, किंवा मी देशाचा प्रधान मंत्री आहे, कोणीतरी सारखं माझ्या बद्दल बोलतंय इ. भ्रम होऊ शकतात. अशा प्रकारांच्या आजारांना सायकोसिस म्हणतात. काही आजार व्यक्तिमत्वाशी संबंधित असलेल्या विकृतीशी असतात, काही आजार थेट शारीरिक रूप घेऊ शकतात. काही आजार असतात ते वाढत्या वयाच्या प्रक्रियेशी संबंधित असतात जसं विस्मरण किंवा अल्झायमर. एक गोष्ट लक्षात ठेवली पाहिजे ती म्हणजे मानसिक आजाराचा आणि बुद्धिमत्तेचा कुठलाही संबंध नाही. मानसिक आजार हे शारीरिक आजारांप्रमाणे कोणालाही होऊ शकतात.

मानसिक आजारांचे अनेक प्रकार आहेत. जगात या आजारांची ओळख, किंवा डायग्नोसिस करायला DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders) ही मानसिक आजारांची एक लांब सूची आहे, ती वापरतात. त्यात प्रत्येक आजाराचं वर्णन, लक्षणं, व निदान करण्याचे निकष दिलेले असतात. त्यामुळे जगात मानसिक आरोग्याच्या क्षेत्रात काम करणाऱ्यांना या आजारांची एक सामान्य सूची किंवा कोष मिळतो. जगातले प्रसिद्ध सायकोएंट्रिस्टस व मानसोपचारतज्ज्ञ व इतर काही तज्ज्ञ एकत्र मिळून, DSM ची वृत्ती प्रसिद्ध करण्याचे काम करतात. हे गाईड दर काही वर्षांनी प्रसिद्ध केलं जातं. जशी जशी विज्ञानात प्रगती होते, आपल्या ज्ञानात भर पडते तसं तसं या DSM मध्ये बदल होतात. सध्या DSMची पाचवी आवृत्ती वापरात आहे ज्यातून “जेंडर डिसऑर्डर” काढून टाकलं आहे. पूर्वीच्या आवृत्तीमध्ये “जेंडर डिसऑर्डरचा” समावेश मानसिक आजारांमध्ये समाविष्टित होता, परंतु अनेक वर्षांच्या संशोधनाने सिद्ध केलं की “जेंडर डिसऑर्डर” ही “डिसऑर्डर” नाहीये त्यामुळे या कंडिशनला DSM मधून काढलं आहे. तसेच Aspergers (हाय फुन्कशनिंग ऑटिसम) नावाची पूर्वी असलेली डिसऑर्डर या आवृत्ती मधून काढून टाकली आहे. असे अनेक बदल प्रत्येक आवृत्तीत होत असतात

मानसिक आजारांवर उपाय: पूर्वी असा समज असायचा की मानसिक आजारांवर उपाय किंवा इलाज नाहीयेत. पण जसं हे क्षेत्र प्रगत होत आहे वेगवेगळे उपाय सुद्धा विकसित होत आहेत. मानसिक आजारांवर औषधं आहेत आणि मानसोपचाराच्या पद्धती पण विकसित झाल्या आहेत. काही आजार औषधांनी बरे होतात तर बऱ्याच आजारांना औषधांबरोबर मानसोपचाराची गरज असते. रुग्णांना दोन्ही उपलब्ध झाले तर त्यांना खूप फायदा होऊ शकतो. औषधांमुळे मेंदूमधल्या रसायनांचं संतुलन नियोजित होतं व त्या व्यक्तीला मानसोपचाराने मदत होऊ शकते. उदाहरण म्हणजे एखाद्या व्यक्तीला डिप्रेसनचा आजार असला तर औषधांमुळे त्यांच्या मेंदूमधल्या रसायनांचे संतुलन नियंत्रित होते. एकदा ते संतुलन थोडं नियमित झालं की त्या व्यक्तीला स्वतःचे विचार, दृष्टीकोण, वर्तन इ. मध्ये बदल घडवून आणण्यासाठी मानसोपचाराची मदत होते. जे विचार, आठवणी, अनुभव त्या व्यक्तीला क्लेश देत असतात, ज्यामुळे त्या व्यक्तीचा आत्मविश्वास खचलेला असतो त्याला मानसोपचारामुळे सकारात्मक दृष्टीकोण स्वीकारून स्वतःमध्ये बदल घडवून आणायला प्रेरित होण्यास मदत होते.

जी गोष्ट औषधाने बरी होऊ शकत नाही तिथे मानसोपचार लागू पडतो. मानसोपचाराच्या प्रक्रियेत विचार व भावनांचे विश्लेषण केले जाते. दुःखद (किंवा भयवाह) अनुभव व त्यांच्याशी निगडित विचार आणि भावना हे सर्व हळुवारपणे हाताळले जाते, व मानसोपचाराने त्यांच्या त्रासाचे निरसन करण्यात मदत होते. स्वतःकडे बघण्याचा दृष्टिकोन बदलण्यास आणि स्वतःकडून व इतरांकडून असलेल्या अपेक्षांचं ओझं कमी करण्यास मदत होते.

स्नेहबंध

काही कंडिशन साठी समुपदेशनाचा (काउन्सेलिंग) उपयोग होतो. जेव्हा आजार फार सिरीयस नसतो, किंवा प्रॉब्लेम लहान असतो, किंवा एखाद्या व्यक्तीला थोडी दिशा शोधायला मदत लागते ज्यामुळे त्यांचं टेन्शन कमी होऊ शकतं अशा कंडिशनमध्ये समुपदेशनाचा फायदा होतो. कुणाला करियर बदल निर्णय घेण्यास मदत करणे, किंवा परस्पर संवाद सुधारणे, किंवा कुठला निर्णय घेण्यासाठी मार्ग दाखवणे इत्यादी हे समुपदेशनाच्या अंतर्गत येऊ शकतात. पण एखाद्या व्यक्तीचा आजार तीव्र असेल, त्याला स्वतःमध्ये बदल घडवायचा असेल तर त्याला मानसोपचाराची गरज असते.

मानसोपचाराची प्रक्रिया सर्वांना लागू पडते, पण त्याला योग्य तज्ज्ञांची गरज असते. काहीना थोड्या अवधीत आराम मिळतो, तर काहीना जास्त वेळ लागू शकतो. आजाराचं स्वरूप, तीव्रता, क्लायंटचं व्यक्तिमत्व, इत्यादींवर अवधी अवलंबून असते. मानसोपचार किंवा समुपदेशन करण्या साठी क्लिनिकल सायकॉलॉजिस्ट काउन्सेलिंग सायकॉलॉजिस्ट किंवा सायकियाट्रिस्ट ज्यांना वेगवेगळ्या मानसोपचार पद्धतींमध्ये प्रशिक्षण आहे असे तज्ज्ञ लागतात. मानसशास्त्राच्या शिक्षणामध्ये मन, शरीर याचे शास्त्र, पर्सनॅलिटी, मोटिवेशन, लर्निंग थियरी, इमोशन, इ विषयांचा सखोल अभ्यास असतो, तसेच मानसिक आजारांचे निकष काढणे, टेस्टिंग, रिसर्च मेथड्स आणि प्रोफेशनल एथिक्स अशा वेगवेगळ्या विषयांचा समावेश असतो ज्याने या विषयातले त्यांचे ज्ञान, मानसिकता आणि क्षमता प्राप्त होतात.

हल्ली काही लोक कुठल्यातरी “थेरपी” चा एखादा कोर्स करतात आणि स्वतःला थेरपिस्ट म्हणवून चक्क लोकांवर मानसोपचार करायला बघतात. त्यांना डॉक्टरकीचे किंवा मानसशास्त्राचे शिक्षण नसते, आणि क्लायन्टला त्याचे तोटे होऊ शकतात. हल्ली कोणीही मानसिक स्वास्थ्याबद्दल काहीही बोलत आणि लिहित असतात. एक गृहस्थ तुमचे मानसिक स्वास्थ्य तुम्ही हस्ताक्षराच्या माहितीवरून कसं टिकवून ठेवू शकाल यावर चक्क ट्रेनिंग देत असतो. कोणी कुणाच्या पूर्वजन्माचे विश्लेषण करून २० वर्ष डिप्रेशन असणाऱ्यांना मी एका सिटिंगमध्ये कसं बरं केलं या बद्दल बिनधास्त सोशल मीडिया वर लिहित असतात. पेशाने सौंदर्यप्रसाधन विकणारी एक तरुणी पालकत्वाचे क्लास चालवते. भारतात मानसोपचार किंवा काउन्सेलिंग करायला कुठलंही लायसन्स लागत नाही त्यामुळे भाबड्या जनतेची खूप भूल होत आहे. जशी मानसिक आजाराची तीव्रता आणि संख्या आपल्या तणाव-पूर्ण जीवनामुळे वाढत आहे, तितक्या प्रमाणात योग्य ती मदत किंवा योग्य इलाज सांगणारे डॉक्टर व तज्ज्ञ नाहीयेत. यामुळे “बुडत्याला काडीचा आधार” या भावनेने लोक कोणाही कडे मदतीसाठी जातात. पूर्वी मांत्रिक, तांत्रिक असायचे किंवा कोणी गुरु असायचे. हल्ली हे नव्या पिढीचे नवे मांत्रिक झाले आहेत. परंतु सरकार हळू हळू का होईना या महत्वाच्या मुद्द्यावर लक्ष घालत आहे ही चांगली बाब आहे. अमेरिकेत आणि इतर विकसित देशांमध्ये मात्र सायकॉलॉजिस्ट साठी रीतसर लायसन्स लागतो. अशी खबर भारतात आणि इतर देशांमध्ये पण घ्यायला हवी, ज्यामुळे लोकांची भूल होणार नाही.

मनाचे स्वास्थ्य: आपण आजार होऊ नये म्हणून काही प्रतिबंधक उपाय करतो, जसे योग्य जेवण, व्यायाम इ. मनाच्या स्वास्थ्यासाठी पण आपण असेच काही प्रतिबंधक उपाय करू शकतो. शरीर आणि मनाचा निकट संबंध आहे हे आधीच विधान केलं आहे. आणि म्हणूनच सर्वांनाच योग आणि प्राणायाम, नियमित व्यायाम, झोप, नियोजित आहार या गोष्टी गरजेच्या आहेत. याने स्ट्रेस हार्मोन्स नियंत्रित होऊ शकतात आणि जर मनाचा असलेला आजार बरा झाला नाही, तरी त्या आजारामुळे जे शरीरावर परिणाम होऊ शकतात ते होत नाहीत किंवा त्याची तीव्रता कमी होते. तसेच मनोबल किंवा धैर्य यांच्या मुळे काही शारीरिक आजार बरे होण्यात मदत होते.

स्नेहबंध

मनाच्या स्वास्थ्यासाठी मनाच्या सर्व घटकांकडे पाहावे लागते, आणि “व्यक्ती तितक्या प्रकृती” म्हणतात तसं प्रत्येक व्यक्ती वेगळ्या मार्गांनी आपल्या मनाचे स्वास्थ्य जपू शकते. त्यात आपले छंद जोपासणं हे पण महत्वाचं ठरतं. कुणी पेन्टिंग करण्यात रमतं तर कुणाला गाणी ऐकून बरं वाटतं. कोणी गिटार वाजवेल, कोणी बॉलीवूड डान्स करेल तर कोणी विणकाम करेल किंवा डोंगर चढेल, कुणी खेळण्यात रमेल... जेव्हा आपल्या आवडत्या छंदात आपण रमतो, तेव्हा शरीरातील रसायनं बदलतात, आपल्या मनाची स्थिती त्या प्रमाणे बदलते. स्ट्रेस कमी होतो, आनंदाचा अनुभव होतो तसेच स्वतःबद्दलच चांगलं वाटायला लागतं! मानसिक स्वास्थ्याचा अजून एक घटक म्हणजे स्वतःचे वर्तन आणि इतर लोकांबरोबरची आपली वागणूक. सारखी भांडणं असतील, किंवा संवाद साधायला प्रॉब्लेम असेल तर याचा परिणाम आपल्या परस्पर संबंधात येतो, व मानसिक संतुलन बिघडू शकतं. त्यामुळे इतरांबरोबरची वर्तणूक, त्या संदर्भातले आपले गुण याकडे पण लक्ष द्यायला हवं! तशाच वाईट सवयी किंवा व्यसनं असतील तर त्यांच्यामुळे सुद्धा मानसिक त्रास होऊ शकतो म्हणून स्वतःचे वर्तन सुधारण्याने, व्यसनमुक्ती, इत्यादी यांनी मनाचे स्वास्थ्य सुधारते.

मानसिक स्वास्थ्य राखायला कोणाला अध्यात्माचा सुद्धा लाभ होऊ शकतो. तणावपूर्ण जीवन, स्पर्धा, पैसा, सत्ता, या मागे धावण्यामुळे मानसिक आरोग्य बिघडू शकतं, अध्यात्माने हे दृष्टीकोण बदलण्यात मदत होते. पण आध्यात्मिक प्रगतीसाठी योग्य मार्ग निवडायला हवा, किंवा स्वतःच्या अनुभवांवरून स्वतःची तत्वं विकसित व्हायला हवीत ज्यामुळे जीवनाकडे बघण्याचे विचार सकारात्मक बनत जातील, आपल्या दृष्टिकोनात आणि वर्तनात फरक पडेल व आयुष्यात आनंद आणि समाधान लाभू शकेल. या बदल अजून लिहिले तर एक वेगळाच निबंध बनेल!

मानसिक आजार हे येणाऱ्या शतकातले सगळ्यात जास्त प्रमाणात वाढणारे आजार असणार आहेत. आपलं मानसिक स्वास्थ्य आपल्या हातात आहे. ते जपायला वर दिल्याप्रमाणे आणि अजून काही अनेक मार्ग आहेत! पण जर काही स्ट्रेस असेल, किंवा जर मानसिक संतुलन बिघडण्याची चिन्हं असतील तर नक्की डॉक्टरकडे किंवा सायकॉलॉजिस्ट कडे जा. वेळेत उपाय केले तर तुमचं मानसिक आरोग्य टिकून राहिल व रोग बिकट होणार नाही, आणि काही वेळा टक्कही शकेल. मानसिक आजारांवर इलाज आहेत त्याची माहिती करून घ्या. तसंच, स्वतःचा मानसिक आजार लपवू नका, त्याने स्ट्रेस जास्त वाढेल. तुमच्या अनुभवांबद्दल लोकांना माहिती द्या, त्या बदल समाजातले गैरसमज दूर करायला मदत करा! स्वतःच्या मनाची काळजी घ्या!

हे नवीन वर्ष सर्वांनाच आनंदाचे, समाधानाचे व मनः शांतीचे जावो हीच प्रार्थना!

- डॉ. स्वाती संजय कर्वे

स्नेहबंध

PCE Monarch

Process Control & Engineering, Inc.
Monarch Design Company

Providing Turn-key Solutions for Facilities & Processes Since 1981

PCE Monarch harnesses its strong engineering base and extensive project experience, in designing and implementing turn-key solutions for facility/process upgrades, achieving energy/cost savings and improving processes and quality of the products. We apply systems engineering principles to design and implement system-specific solutions. Our experience from over thirty years with the manufacturing processes in automotive assembly plants enables us to offer similar solutions to other industries such as food and beverage, pharmaceutical, chemical and fresh/waste water treatment. PCE Monarch has the required engineering experience, in-house technical expertise and experience of managing turn-key projects.

What we can do for you:

Food Processing/Beverage Industry:

- Clean room applications (air balance, filtration, humidity/temperature controls)
- Building Ventilation
- Fluid storage, conditioning, handling and delivery systems
- Bake ovens, dryers, cooling tunnels,
- Volatile Organic Compound (VOC) emission control systems
- Energy Savings Projects for Facilities and Processes
- Monitoring and Control Systems
- Design for sanitary system.

Chemical plants, Paper & Pulp Mills:

- Bulk Storage and Distribution systems.
- Design for sanitary, explosion proof requirements
- Pollution control systems for VOC's
- Filtration and Centrifugal Separator systems
- Compressed Air Systems

Engineering Services' portfolio is based on our thirty years of experience in:

- Preparation of Engineering bid packages for new facilities and upgrades
- Health Assessment and feasibility study of facilities, equipment and processes
- Air, Fluid, Compressed air delivery systems
 - In house design and drafting Support

Our customers include OEM's, suppliers and contractors, automation equipment providers and general manufacturing sector.

स्नेहबंध



YOUR CHILD TRAVELS FREE ON BOOKING THE AMAZING EUROPE TOUR!*

European Highlights

UK, France, Belgium, Netherlands, Germany, Switzerland, Austria, Italy & Vatican City
15 Nights / 16 Days

European Splendor

UK, France, Switzerland, Austria & Italy
11 Nights / 12 Days

Scenic Scandinavia with Russia

Russia, Finland, Sweden, Norway & Denmark
12 Nights / 13 Days

Best of East Europe

Germany, Czech Republic, Hungary, Poland, Slovenia & Croatia
12 Nights / 13 Days

Best of Spain & Portugal

Madrid, Toledo, Lisbon, Cascais, Seville, Cordoba, Malaga, Granada, Valencia & Barcelona
11 Nights / 12 Days

European Essence

France, Belgium, Netherlands, Germany, Switzerland, Austria, Italy & Vatican City
13 Nights / 14 Days

Enchanting Europe

Italy, Vatican City, Austria, Switzerland & France
09 Nights / 10 Days

Scenic Scandinavia

Finland, Sweden, Norway & Denmark
08 Nights / 09 Days

European Jewels

Austria, Hungary, Slovakia & Czech Republic
06 Nights / 07 Days

Canadian Rockies

Calgary, Canmore, Banff, Golden, Kelowna, Vancouver & Whistler
06 Nights / 07 Days

Amazing Europe

UK, Netherlands, Belgium, Germany, Switzerland, Austria, Italy & France
13 Nights / 14 Days

European Delight

France, Belgium, Netherlands, Germany & Switzerland
07 Nights / 08 Days

Add On Spectacular Iceland

Reykjavik & Vik
05 Nights / 06 Days

Highlights of Balkans

Hungary, Serbia, Romania, Bulgaria, Macedonia, Albania, Montenegro & Croatia
15 Nights / 17 Days

Glimpses of Turkey Greece

Cappadocia, Istanbul, Delphi, Athens, Mykonos & Santorini
12 Nights / 13 Days

*T&C Apply

For more information visit

nri.club7holidays.com

स्नेहबंध

माझी पुण्याई

माझा आणि पुण्याचा संबंध मी फार लहान असल्यापासून आला. माझी पत्नी पुण्याची असल्यामुळे या संबंधात पत्नीच्या रूपाने फार मोलाची भर पडली. पुणेकराएवढा, जागरूक, भावनाशील व अन्याय सहन न करणारा माणूस जगात शोधून सापडणार नाही, असा माझा ठाम विश्वास आहे. मात्र प्रसंगानुरूप वागण्यात पुणेकरांचा हात कोणीही धरू शकणार नाही, असे मला वाटते. प्रसंगानुरूप यासाठी की एरवी प्रेमळ, सौजन्यशील वाटणारा पुणेकर त्याच्याकडे दोन दिवस मुक्कामाला आलेल्या अगदी जवळच्या नातेवाईकांशीही इतका फटकून वागतो की जणू आपण त्या गावचेच नाही असा आभास इतरांना होतो आणि असे असतानाही माझ्यासारखा लोचट कोणा नातेवाईकाकडे काही दिवस राहिल्यानंतर जेव्हा पुणेकरांचा निरोप घेतो, त्यावेळी त्याच्या चेहऱ्यावरील वरकरणी जड अंतःकरण झाल्याचे भाव, अंतर्मनात फुटत असलेल्या आनंदाच्या उकळ्यांचा थांगपताही लागू देत नाहीत. जगातील कुठल्याही संस्कृतीशी मॅच न होणाऱ्या अशा या पुणेकरांविषयी व त्यांच्या संस्कृतीविषयी अख्ख्या महाराष्ट्रात अनेक आख्यायिका प्रसिद्ध आहेत.

प्रसंग कोणता आणि आपण काय करित आहोत यापेक्षा आपण किती बुद्धिमान आहोत हे तत्व मरणाचा प्रसंग आला तरी न सोडणारे इरसाल पुणेकर. पुणेकरांचे आणि पाहुण्यांचे सात जन्माचे वैर असावे. पाहुण्यांना या ना त्या मार्गाने नामोहरम करण्याचे पुणेकरांचे कसब पाहिले म्हणजे भारताच्या परराष्ट्र खात्याने त्यांचे टेक्निक जाणून घेतले तर पाहुणेच काय पण चीन, पाकिस्तानही भारत-भूमीवर एक दिवस राहण्याची हिम्मत करू शकणार नाहीत असे मला का कुणास ठाऊक पण तीव्रतेने वाटते. पाण्याच्या पृष्ठभागावर तरंग निर्माण न करता ज्याप्रमाणे बगळा आपले सावज पकडतो त्याचप्रमाणे पाहुण्यांना जराही आपल्या मनात असलेली त्यांच्याबद्दलची नाराजी दिसू न देता त्याला नामोहरम करण्याचा प्रयत्न हा पुणेकर करित असतो. यापुढेही जाऊन आपण किती सभ्य आहोत, आपल्या अंगात पाहुण्यांविषयी किती प्रेम व सौजन्य आहे, याचे प्रकर्षाने प्रदर्शन करण्यात तो कधीच कमी पडत नाही. पाहुण्याला आपण झक मारली अन पुण्यात आलो असेही न वाटू देण्याची तो सतत काळजी घेतो. वाटण्याच्या अक्षदा लावण्याची स्पर्धा ठेवली तर पुणेकरांचा हात कोणीही घर शकणार नाही.

एकदा असाच मी अगदी जवळच्या नातेवाईकाकडे, सासुरवाडीला नव्हे, दोन दिवसांकरता पाहुणा म्हणून गेलो. सकाळी गावाकडून निघून साधारणतः दुपारी एक वाजता त्या नातेवाईकाकडे पोहोचलो. रिक्षातून उतरलो तेव्हा ते नातेवाईक मी आल्याचे खिडकीतून पाहत होते, मी त्यांना दिसत असावा, पण मला ते दिसत नव्हते. रिक्षाचे बिल चुकवून बॅग घेऊन घरात जावे अशा विचारात मी असताना रिक्षावाल्याने पन्नास रुपयाची मोड त्याच्याकडे नाही म्हणून सांगितले. मला वाटले नातेवाईक माझी अडचण समजून बाहेर येतील व मला रिक्षावाल्यास सुटे पैसे देण्यास मदत करतील, पण काय आश्चर्य, पाच सात मिनिटे झाली तरी कोणीही बाहेर येताना दिसेना. शेवटी रिक्षावाल्याकडून पाच रुपये कमी घेऊन मीच आत गेलो व तोंड, हातपाय धुवून कोचावर जाऊन बसलो.

पोटात कावळे काव काव करित होते. समोर पडलेला पेपर दहा वेळा चाळून झाला तरी अजून आतून काही आमंत्रण येत नव्हते. शेवटी इतक्या वेळानंतर नातेवाईकाच्या मुलाने न बोलताच पाण्याचा ग्लास माझ्या हातात दिला, माझ्या आशा पल्लवित झाल्या, कदाचित अगोदर पाणी पाजून मग जेवायला बोलवायचे अशी या घराची परंपरा असावी असावी, असे मला वाटले. अधाशासारखे पाणी पिल्यानंतर मी पुन्हा चुळबुळ करू लागलो, तेवढ्यात नातेवाईकाच्या कुटुंबातील प्रमुख व्यक्ती समोर येऊन मला प्रश्न करती झाली,

स्नेहबंध

"काय? प्रवास ठीक झाला ना?"

मी मानेनेच "हो" म्हटले.

तेवढ्यात त्यांनी दुसरा प्रश्न अंगावर फेकला: "जेवण झाले ना?"

या प्रश्नामुळे माझ्या पोटात खोल खड्डा पडल्याचा भास मला झाला. "जेवण झाले ना?" एस. टी. मध्ये जेवण देण्याची पद्धत आपल्याकडे नाही, असे मी मनातल्या मनात पुटपुटलो, पण प्रकटपणे "नाही" म्हटले. तरी त्या गृहस्थाने ऐकून न ऐकल्यासारखे केले. पुन्हा जेवणाची प्रतीक्षा सुरु. या प्रतीक्षेत अर्धा-पाऊण तास घालवूनही माझ्या भगीरथ प्रयत्नांना यश येत नाही हे पाहून मीच पुढाकार घेऊन "जरा बाहेर जाऊन येतो" असे खालच्या आवाजात म्हटले. तेवढ्या खालच्या आवाजात बोलूनसुद्धा माझ्यापासून बरेच लांब अंतरावर असलेल्या त्या कुटुंब प्रमुखांना माझे बोलणे स्पष्ट ऐकू गेले आणि क्षणाचाही विलंब न लावता त्यांनी होकारार्थी मान हलवली व मला संमती दिली. "संध्याकाळी आम्ही रिसेप्शनला जाणार आहोत. घरी यायला दहा वाजतील, तेव्हा तुम्ही रात्री दहानंतरच या मात्र मुक्कामाला दुसरीकडे थांबून गैरसोय करून घेऊ नका", असा कळकळीचा सल्ला त्यांनी मला दिला.

रात्री दहा वाजता येणार! रिसेप्शनला जाणार! याचा काय अर्थ समजायचा तो मी समजलो. वास्तविक बाहेर जाऊन येतो असे सांगून बाहेर पडून जवळच्याच एखाद्या छोट्याखानी हॉटेलमध्ये जाऊन च्याऊ म्याऊ करून लगेच परत येऊन आराम करावा व संध्याकाळीच यथेच्छ जेवण करावे अशी माझी योजना होती, परंतु माझ्या साध्या पण भाबड्या योजनेचा पुणेकरांनी क्षणात फज्जा उडविला. नाईलाजाने रात्री दहापर्यंत "पुणे दर्शनचा" अनुभव घेणे भाग होते. दुसऱ्या दिवशीचा अनुभव सुखद होता. सकाळी चहा घेताना, "आज संध्याकाळी माझे किरकोळ काम आटोपल्यावर मी जाण्याचे प्रस्थान ठेवीत आहे." या जाहीरमान्याबरोबर सगळ्या घरात आनंदाचे वातावरण पसरल्याचे मला जाणवले. त्यांनी मी नक्की जाणार असल्याची खात्री केल्यानंतरच वरकरणी "राहा की हो, आले आहेत तसे दिड दोन दिवस" असा नकळत घाबरत आग्रह केला, मात्र हे बोलून झाल्यावर मला उत्तर देऊ न देता, "किती वाजता जाणार, संध्याकाळी?" असा घाईघाईत प्रश्न केला. मी माझा निर्णय बदलेन असे त्यांना वाटले असल्याची शक्यता नाकारता येत नव्हती. परंतु माझ्या मनात एक-दोन दिवस राहायचे असूनसुद्धा असल्या भिकार पाहणुचारात मला गुदमरायचे नव्हते.

माझ्या जाण्याच्या निर्णयामुळे उत्साहित झालेल्या माझ्या नातेवाईकांनी त्याच उत्साहात आज माझ्यासाठी दावत देण्याचे लगोलग घोषित केले. त्यातही त्यांना पुणेरी झलक दाखवण्याचा मोह आवरता आला नाही. ताट भरून जेवणाची अपेक्षा करणाऱ्या मला पाव-भाजीसारख्या भिकार जेवणावर बोलवण्यात आले. लहान मुलांच्या वापरात असलेल्या छोट्या वाटीत स्वीट डिश देण्याचे औदार्य दाखविण्यात त्यांनी कसर ठेवली नाही. निरोप देताना फुकटच्या सूचना देण्यातही पुणेकर मंडळी कधीही कमी पडत नाहीत.

"राहायचे होते की हो अजून एक दोन दिवस!"

"जपून जा, हो!"

"सुखरूप पोहोचल्याचा फोन करायला विसरू नका!"

"सामानाकडे लक्ष असू द्या!"

अशा गुळमुळीत आणि स्वतःला कसलीच झळ न लागणाऱ्या सूचना देण्यास ही मंडळी कधीही विसरत नाहीत. त्यांच्या मनात "ब्याद कटली" याचा आनंद इतका असतो की त्या आनंदापुढे त्यांना काही सुचत नाही. चुकूनही "या पुन्हा" असा किमान कोरडा सल्ला देण्याच्या देखील भानगडीत पुणेकर कधीही पडत नाहीत असा माझा अनुभव आहे, मात्र शिवाजीनगरवर निरोप देताना एस. टी. त्यांच्या नजरेआड जाईपर्यंत ते हात हलवून निरोप देत

स्नेहबंध

असणार याची मला खात्री आहे. मी अशा वेळी मनात कल्पना करतो की निरोप दिल्यानंतर पुणेकरांना, या नातेवाईकांना, काय वाटत असेल आपल्या विषयी? माझी कल्पनाशक्ती मला सांगते की एखाद्या नको असलेल्या व्यक्तीला स्मशानात वाटेला लावून आल्यावर खांदे देणाऱ्याला जेवढा आनंद होत असेल त्यापेक्षा जास्त आनंद या पुणेकरांना होत असावा.

गावी पोहोचल्यावर मी "सुखरूप पोहोचलो" हे सांगण्याकरता पुण्यातील 'या' माझ्या नातेवाईकांना फोन केला व प्रथेप्रमाणे 'या कधी आमच्याकडे चार दोन दिवस' असे प्रेमाचे आमंत्रण दिले अन काय आश्चर्य, त्यांनी मला फोन बंद न करण्याची सूचना देऊन घरातील मंडळींशी सल्ला-मसलत केली व "ठीक आहे, आम्ही येत्या शनिवारी येतो" असा उलट निरोप दिला. मलाही त्यांच्या या झटपट निर्णयाचे आश्चर्य वाटले. पण मनात विचार केला की येऊ देत, आले तर राहतील चार-दोन दिवस.

पुणेरी नातेवाइक आमच्याकडे येणारा शनिवार उजाडला. दुपारी एक सव्वाच्या सुमारास ते सर्व आले व आल्या आल्या दारातच सांगितले की एस. टी. रस्त्यात कुठेच थांबली नाही. त्यामुळे खाण्या-पिण्याचे जमले नाही. सारांश, जेवणे व्हायची आहेत असा चाणक्यनीती वजा संदेश त्यांनी दिला. पत्नीही आता पक्की मराठवाड्याची झाली होती. लग्नबगीने उठून स्वयंपाक घरात गेली व अर्ध्या तासातच सगळ्यांना स्पष्ट ऐकू जाईल अशा खणखणीत आवाजात "पाने वाढली आहेत" असा पुकारा केला. तिने मराठवाडी पद्धतीचे खमंग व भरपूर जेवण केले होते. पूर्ण जेवण होईपर्यंत पत्नीची वारेमाप स्तुती करीत पुणेकरांनी जेवणावर यथेच्छ ताव मारला. पंधरावीस दिवसांपासून त्यांनी ताट भरून जेवण केले नसावे असाच कयास त्यांना जेवताना पाहून झाला. जेवणानंतर पान - सुपारी झाली व मंडळी थकल्यामुळे त्यांनी ताणून दिली.

चारचा चहा झाल्यानंतर "पंत! काय कार्यक्रम आहे संध्याकाळचा?" असा प्रश्न त्यांच्या कुटुंब प्रामुख्याने मला केला. या अनपेक्षित प्रश्नामुळे मी जरा बुचकळ्यातच पडलो, परंतु त्यांनीच खुलासा केला. आपण संध्याकाळी "बिबीचा मकबरा" आणि "पाणचक्की" पाहण्यासाठी जाऊ व येताना बाहेरच जेवण करून रात्री परत येऊ, खरं तर माझ्या मनातलं माझे नातेवाइक बोलले, पण मनात भीती अशी होती की पहिल्या दिवशीच माझा खिसा खाली होणार की काय? आणि झालेही तसेच.

तीन रिक्ष्यांना जाण्या-येण्याचे भाडे ठरवून आम्ही पर्यटनस्थळाकडे रवाना झालो. ज्या ज्या ठिकाणी प्रवेश शुल्क द्यावा लागत असे त्या त्या ठिकाणी काही निमित्ताने ही मंडळी मागे राहायची किंवा हाक मारून मला प्रवेश शुल्क भरून तिकिटे काढायला लावायची. यावेळी मला फार वाईट वाटत नव्हते, कारण रिक्षाभाड्याचा मोठा आयटम बहुधा नातेवाइकच देतील अशी माझी खात्री होती. सर्व स्थळे पाहून झाल्यावर जेवणासाठी आम्ही रिक्षा सोडल्या. रिक्षावाल्यांनी नातेवाइकांना भाडे मागताच त्यांनी माझे त्यांच्याकडे लक्ष नाही असे पाहून अंगुली निर्देशाने खून करून माझ्याकडून भाडे घेण्यास सांगितले. त्यासरशी तिन्ही रिक्षाचालक माझ्या भोवती जमा झाले व त्यांनी माझ्याकडे रिक्षा भाड्याची मागणी केली. इज्जतीचा चार चौघात फालुदा नको म्हणून मी ही चटकन "कितना हो गया?" असे म्हणत भाडे चुकते केले. भाड्याची बला टळल्याची खात्री होताच नातेवाइक मंडळी माझ्याजवळ आली व मोठ्या प्रेमाने विचारती झाली, "पंत! तुमच्या आवडीचे कोणते हॉटेल आहे? आपण तेथेच जाऊ." परत माझा मामा होणार अशी माझी खात्री होती, परंतु हृदयावर दगड ठेवून त्यातल्या त्यात बऱ्यापैकी हॉटेलात मी सगळ्यांना घेऊन गेलो. माझ्या दुर्दैवाने की सुदैवाने आज गल्ल्यावर स्वतः मालकच बसला होता. मला पाहताच त्याने नमस्कार केला आणि "पाहूणे पुण्याचे का?" असा विनाकारणच प्रश्न विचारला. मानेने "हो" म्हणत पण मनात त्याला शिव्यांची लाखोली वाहत आम्ही सगळे हॉटेलात शिरलो आणि स्थानापन्न झालो. नको तिथे

स्नेहबंध

पचकणारा हॉटेल मालक पुन्हा एकदा वेटरला पाहून ओरडला, "अरे! पाहुण्यांकडे लक्ष ठेवून त्यांना काय हवे नको ते बघ!" जसे काही हॉटेलचे बिल तोच देणार होता. या त्याच्या फुकट्या आग्रहाचा नातेवाईकांवर व्हायचा तोच परिणाम झाला आणि सर्व कुटुंबीयांनी वेगवेगळ्या पदार्थांवर यथेच्छ ताव मारला. मी काही सांगण्याच्या आतच त्यांनी वेटरला जवळ बोलावून धडाधड ऑर्डर्स दिल्या, मी अवाकच झालो. एवढ्या सगळ्या डिशेसचे बिल किती होणार या विचारापायी माझ्या पोटात काही खाण्याच्या अगोदरच मोठ्ठा गोळा आल्याचे मला जाणवले. सगळ्या डिशेस फस्त करून झाल्यावर त्यांनी वेटरला पुन्हा बोलावले. "आता काय?" अशा प्रश्नार्थक मुद्रेने मी त्यांच्याकडे नुसताच बघत बसलो परंतु माझ्याकडे दुर्लक्ष करित त्यांनी "फालुदा आईस्क्रीम" ची ऑर्डर वेटरला दिली. आधीच "गार" झालेला मी फालुदा न खाता अधिक गार झालो. सगळ्यांचे खाऊन झाल्यावर पाहुणे मंडळींनी लगेच आपला एक गट तयार केला व वायुवेगाने मॅनेजरच्या काउंटरला ओलांडून थेट हॉटेलच्या बाहेर जाऊन उभे राहिले, जणू काय या हॉटेलचे आपण काही लागतच नाही अशी त्यांची भावमुद्रा होती. चेहऱ्यावर न येणारे हसू आणून मी काउंटरपर्यंत पायात त्राण नसतानाही गेलो व "आनंदाने" बिल चुकते केले. आणि पाहुण्यांच्या गटात सामील झालो.

"पंत! तुमच्या गावच्या पानाची प्रसिद्धी फार ऐकली आहे. मी पाच वर्षांपूर्वी काही कामानिमित्त इथे आलो होतो, त्यावेळी त्याची चव चाखली, त्यानंतर आज योग् आला पहा!" असे म्हणत ते जवळच्या पान ठेल्यावर गेले व प्रत्येकाला कश्या प्रकारचे पान पाहिजे याची आस्थेने चौकशी केली. त्यामुळे मी थोडा सुखावलो. निदान पानाचे पैसे तरी पाहुणे देत आहेत असे मला वाटले, पण पानाची पिचकारी मारण्याच्या निमित्ताने ते जे अदृश्य झाले ते थेट मी पानाचे बिल चुकवल्यानंतरच प्रकट झाले. अशा रीतीने पहिला दिवस पाहुण्यांनी मला अक्षरशः नागविल्यानंतरच संपला. दुसरा दिवस रविवार! सकाळच्या नाशत्याला इडली सांबार व वडा सांबार अश्या दाक्षिणात्य बेताची त्यांनी फर्माईश केली. माझ्या पत्नीची नको तेवढी स्तुती करित वर्षभराच्या इडली सांबार वडा सांबाराचा कोटा त्यांनी इथेच पूर्ण केला. त्यानंतर कपडे चढवत त्यांनी मलाही तयार होण्यास फर्मावले व हातात पिशवी घेऊन "चला"! अशी आज्ञा दिली. घराबाहेर निघेपर्यंत कुठे जायचे याची कल्पना त्यांनी मला दिली नाही. घराबाहेर आल्यावर "मंडईला जाऊ " असे ते पुटपुटले. मंडई जवळ असल्यामुळे म्हणा किंवा काल माझा बराच "पोपट" झाला म्हणून म्हणा माझ्या नातेवाईकाला माझी दया आली असावी, ते पुढाकार घेऊन म्हणाले, " पायीच जाऊ ". यातही त्यांनी एका दगडात दोन पक्षी मारले, मला रिक्षाभाड्यातून वाचवले आणि स्वतःलाही झट लावून घेतली नाही.

मंडईत आल्यानंतर मात्र सर्व फळे मलाच घेण्यास भाग पडले. भाज्यांकडे त्यांनी दुकूनही पाहिले नाही. यानंतर जवळच्याच एका स्टोअरमधून कस्टर्ड पावडर, बेदाणा, काजू आणि घट्ट मलईचे दूध घेतले, अर्थात माझ्याच पैशाने. हे घेत असताना "आज फ्रुट सॅलॅडचा बेत करू या" अशा अस्पष्ट शब्दांत ते बोलले असल्याचे मला ऐकू आले. या सगळ्या गोष्टी घरात आल्यावर त्यांनी सगळ्यांना कामाला लावले व पुणेरी फ्रुट-सॅलॅड बनविले फळे व दुधाचे प्रमाण जास्त असल्यामुळे भरपूर झालेले फ्रुट सॅलॅड दोन दिवस पुरेल असे वाटत असताना पुणेकरांनी ते एका दमात संपवून मला आश्चर्याचा धक्का दिला.

अशा रीतीने अजून एक दोन दिवस गेल्यानंतर त्यांनी पुण्याला जाण्यासाठी प्रस्थान ठेवले. "कामे पडली आहेत, नाहीतर राहिलो असतो अजून एक दोन दिवस," असे ते पुन्हा पुन्हा म्हणत होते. मी मात्र मूग गिळून ते ऐकत होतो. त्याला प्रतिउत्तर न देण्याचा शहाणपणा करित होतो. खरोखरच ते अजून चार-पाच दिवस थांबले असते तर आमचे बजेट किती आउट झाले असते, या विचारांनीच मला भोवळ येत होती. म्हणू त्यांनी फर्मान सोडताच माझ्या खिशाला पुन्हा एकदा भोक पडेल याची चिंता न करता मी त्यांची लकजरीची तिकिटे बुक केली आणि त्यांच्या हातात दिली. मी तिकिटे काढल्याचा आनंद त्यांच्या चेहऱ्यावर ओसंडून वाहत होताना मला दिसला. "जिवावरचे शेपटावर निभावले" या न्यायाने मी पण मनातून आनंदी होतो.

स्नेहबंध

त्यांच्या जाण्याची वेळ झाली. रिश्ता बोलावली व आम्ही सर्व त्यांना पोहोचवण्यासाठी स्थानकात गेलो. निघण्याअगोदर माझ्या मुलांच्या हातावर ते काही ठेवतील अशी माझी भाबडी समजूत होती, पण "हात" हलवून "बाय" करण्याव्यतिरिक्त त्यांनी हाताचा दुसरा काहीही उपयोग केला नाही. पण त्याची विषण्णता मनात न ठेवता आम्ही सर्वांनी त्यांना निरोप दिला व सुटकेचा सुस्कारा सोडला. या गर्दीत "पुन्हा येऊ, दिवाळीत" असे त्यांनी मोठ्याने ओरडून सांगितले तरी मी त्याकडे फारसे लक्ष दिले नाही.

तर असा असतो पुणेकरांचा जाम हिसका. पुणेकरांच्या अशा वेगवेगळ्या व अनाकलनीय कथा आहेत. त्या सांगून किंवा लिहून सांगता येणार नाही. त्याची प्रचितीच घ्यावी लागते. ती ही पुण्यात जाऊन! मात्र त्याकरता आपण आपली मनःस्थिती न ढळू देता स्थितप्रज्ञाप्रमाणे त्याचा अनुभव घेणे अगत्याचे आहे.

-बाळकृष्ण पाडळकर

FOR ALL YOUR MORTGAGE NEEDS



VEMA MORTGAGE LLC

SEBASTIAN GEORGE

Mortgage Broker

Contact me for a free rate quote

1-877-800-VEMA (8362)
saaby74@vemamortgage.com



We are open 24 X 7, 365 days a year

स्नेहबंध



With
Best Compliments
from

**Sachin
and
Anuja
Lawande**



स्नेहबंध

मागे वळून पाहताना....

माझी आई खूप हळू चालते, त्याउलट मी! लांब पायांच्या ढेंगा टाकत भरभर पुढे जाते. त्यामुळे आगगाडीच्या प्रवासासाठी 'जा गं, पुढे जाऊन तिकिट काढ, पुलावरच थांब, मी आलेच' म्हणत आई मला कायम आधीच शेटवायची. ८-१० वर्षांपूर्वीची गोष्ट. चर्नीरोडचा जुना जिना व भलामोठठा - चार फलाटांवरून जाणारा- पूल पार करून मी गेले, दहीसरची तिकिट काढली आणि आईची वाट बघत उभी राहिले.

मधलाच वार होता, सकाळी ९ ची वेळ. शाळेची गर्दी ओसरली होती, कॉलेजला आणि कामावर जाणाऱ्यांची वर्दळ होतीच. पुलावर एक 'पंचवेणी' संगमाची जागा आहे, उजवीकडे जाणारे ३ रस्ते तुम्हाला ऑपेरा हाऊस, केळेवाडीतून थेट गिरगावात किंवा (मी चढलेला) जिना उतरून ठाकूरद्वारच्या दिशेने नेतात. आणि डावीकडे २ रस्ते जलद गती व 'धीमी गती' ट्रेनच्या दिशेने येतात. मी लांबून त्या संगमाकडे जाणाऱ्यांकडे बघत होते...

....एक आई आपल्या छोट्या मुलाला बहुतेक परीक्षेला नेत असावी. चालता चालता "ज्या" कसा लिहायचा माहिताय ना, ज ला य join करायचा." (भारतीय आया मुलांना बोहल्यावर चढवतानासुद्धा अभ्यास घुसवायचा प्रयत्न करतील!)

....काही एकटे, काही दुकटे, काही घोळके. घोळक्यातला एखादा मुलगा मध्ये अख्ख्या गटाला उद्देशून काहीतरी सांगू लागला, त्यांच्याकडे तोंड करून म्हणजे उलटा चालत होता... दोस्तमंडळी हसतखेळत चिडवत त्याला 'मार्ग' दाखवत होती...

...आणि मग एक (अजून जोडपं न झालेलं) जोडपं त्या वळणावर येऊन थांबलं. 'तरुणतरुणींची सलज्ज कुजबुज' सुरू झाली. २०-२३ वयाची जोडी होती, वाटा भिन्न होणार होत्या.... दोघे घुटमळले, एक पाऊल पुढे, दोन मागे करत पुन्हा बोलू लागले. तिने त्याला निरोप दिला - परत थोडे स्टेशनला साजेसे लाड झाले - तो पुढे निघाला, ती तिथेच थांबली. मी आईची वाट पहायचं विसरून त्यांच्या प्रेमाची साक्षीदार बनले. माझ्या हृदयाची धडधड सुरू झाली....

परिंदा मधला एक संवाद आठवत होता पलट, पलट...

तो चालतोय चालतोय... ती तशीच उभी - त्याची राह देखत.... मला वाटत होतं की धावत जाऊन तिला सांगावं, त्याचा नाद सोड, तुझं अस्तित्व त्याला जाणवतदेखील नाहीये....

आता तो एका वळणावर आला (धीमी की तेज?)... आणि त्याने मागे वळून तिला हात केला, ती हसून तिच्या वाटेला लागली...

मी (अक्षता टाकून) सुटकेचा निश्वास टाकला आणि परत एकदा आई दिसते आहे का ते बघू लागले....

ही पूलवाट माझ्याही खूप परिचयाची होती. स्वावलंबनाचा पहिला धडा तिथेच शिकले. फलाट व जिना माणसांनी भरलेले असले तरी तो जिना - किसीका जीना- भुरट्या चोरांना आसरा देत असे. चढता-उतरताना शरीर व पिशवी दोन्ही सांभाळून जावे लागे. आई-वडलांबरोबर जाऊन तिकीट कसं काढायचं ('दोन फुल्ल एक हाप') हे जमू लागलं. (आता पुलाखालून खूप पाणी गेलंय, आज तिकीट काढलं; एक फुल्ल एक सिनियर द्या!)

मुंबईच्या लोकल ट्रेनमध्ये चढणं म्हणजे पंचेंद्रियांना एक आव्हान असतं. तिथे गनिमी काव्याशिवाय पर्याय नाही, 'आठच्या सुमारास गाडी येते' या विधानाला अर्थ नाही, ८:१२ की ८:१३ यात धीमी/तेज, जोगेश्वरीला थांबली नाही, एक तासात की दीड तासात पोचणार - हे व असे जीवनमरणाचे मुद्दे त्या एका मिनिटात लपलेले असतात. TC ला तिकीट वा पास

स्नेहबंध

दाखवून, शरीर/दप्तरासकट गाडीत चढून ठरलेल्या जागी हुश्र्य म्हणत बसणें हे धावतपळत सम गाठणाऱ्या नवशिक्या गायकासारखे कठीण आहे! Multi-tasking चे किते गिरवले ते असे.

कॉलेजचा पहिला टप्पा संपल्यावर काही मित्र-मैत्रिणींचे मार्ग बदले. विरुद्ध दिशेने जाणाऱ्या (आणि जोगेश्वरीला थांबणाऱ्या) गाड्या नशिबी आल्या, तरीही पुलावरच्या 'पंचवटी'वर थांबून बोलणं चुकलं नाही. क्वचित कधीतरी माझ्याबरोबर एखादी मैत्रीण चर्नीरोडला उतरून 'थांब मी ही गाडी सोडते, पुढची घेते' म्हणत विषय पूर्ण करू लागली. आणि क्वचित एखादा मित्रही! दोस्तीचे रंग गहिरे होत जात आहेत याची जाणीव होऊ लागली. कधी मी आधी उतरले, कधी तो आधी उतरायचा आणि मी गाडीबरोबर पुढे जाताना मागे वळून बघत बसायचे.

हे मागे वळून पाहणं जीवघेणं असतं, मागे कोणी उभं असलं आणि ... नसलं तरीही. घर सोडून दूरगावी स्थाईक झालेल्यांना विचारून बघा, प्रत्येकाचा एक स्वतंत्र '100 foot journey' असतो. पहिल्या पावलावर निरोप देणारे सगळे दिसतात, शेवटच्या पावलावर मागे वळू नये - सोडलेला गाव दिसत नाही आणि धरलेला गाव मिळत नाही अशी ती त्रिशंकू सारखी अवस्था असते - मग ती १०० पावलं विमानतळावरची असोत वा आगगाडीच्या फलाटावरची! मेख अशी आहे की आपण कायम भविष्यासाठी तरतूद करतो परंतु भूतकाळात पाय इतका घट्ट रोवलेला असतो की तो सहजी सुटत नाही.

आई धापा टाकत वर आली, "अगं दूध तापवून आले, नेमकी ९:०३ ची गाडी चुकली ना, थांब आता इथेच ५ मिनिटं, फास्ट गाडीला वेळ आहे.

मी पुन्हा तिथेच आणि त्या पुलावर....

-ज्योत्स्ना माईणकर दिवाडकर

स्नेहबंध

Pillars of Strength and Character.

Premier Provider for Property and Casualty Insurance



HERITAGE[®]
Insurance

(855) 536-2744

www.heritagepci.com

**WITH BEST COMPLIMENTS OF HERITAGE INSURANCE HOLDINGS, INC.
AND VIJAY S. WALVEKAR, ONE OF ITS FOUNDERS AND DIRECTORS.**

स्नेहबंध

शब्दकोडे: शोधा नावे!

अ	व	घा	रं	ग	ए	क	चि	झा	ला	दि	वा	ज	ळू	दे	सा	री	रा	त	र
प	न	हि	मा	ल	या	ची	सा	व	ली	ग	द	ह	य	व	द	न	वी	स्ट	ला
रा	ट	अं	म	ल	दा	र	शा	स	त	ळ	ळ	ण	तो	डे	सू	स	रि	न	अ
ध	स	क	रा	र	णा	मा	घु	ला	ल्लो	रु	मा	म	धा	ही	फ	बॅ	ड	ब्र	म
मी	म्रा	रू	टू	हो	त	त	व	क	नि	शा	ण	गि	त्स्य	वा	दु	लं	मो	ह्य	र
च	ट	र	मी	चा	जा	धा	य	दि	ष्या	र	सा	तु	स	गं	य	र्वी	रू	चा	फो
के	टू	र	शा	ळ	री	श	दा	नू	प	दा	ळ	ह	र्क	लं	धा	वा	ची	री	टो
ला	द	पै	का	घ	सं	भु	सा	च्या	चा	ळी	त	ग	घा	म्हा	घी	डा	मा	जु	स्टु
सुं	न	र	ना	कि	र	वं	त	सा	सौ	लो	य	नि	ग	चौ	ता	चि	व	बे	डी
ती	त्या	दी	कि	च	क	व	ध	सू	भ	चा	ड	ला	र	न	ण	रे	शी	बी	ओ
क	व	ट	व	ट	सा	वि	त्री	बा	द्र	ऱ्हा	हू	चा	व	र	भे	बं	अ	व	ध्य
दे	प्रे	म	हा	नि	र्वा	ण	रं	ई	व	ती	फु	ल	रा	णी	णां	दी	क	र्क	अ
प्रे	मा	अ	ग्नि	दि	व्य	घा	ग	रा	य	ग	डा	ला	जें	व्हा	जा	ग	ये	ते	ज
मा	तु	म	हा	नं	दा	शी	उ	धा	का	ळं	बे	ट	ला	ल	ब	त्ती	ण	मृ	ब
च्या	झा	छा	वा	स	खा	रा	म	बा	ई	ड	र	ण	स्ट	सु	क्ष	को	मा	च्छ	न्या
गा	रं	बी	चा	बा	पू	म	ल	ई	र	ष	र	बे	चा	र	गं	द्वी	ना	क	य
वा	ग	र	थ	च	क्र	को	त्या	ग	रु	ह	द	शा	कुं	त	ल	ध	प	टि	व
जा	क	बे	ई	मा	न	त	म	पु	स्त्र	ल	कि	बे	बं	द	शा	ही	मा	क	र्तु
वे	सा	सं	ध्या	छा	या	वा	ना	व	ऑ	का	ए	क	च	प्या	ला	रं	न	ती	ळा
अ	खे	र	चा	स	वा	ल	चे	शि	का	र	मा	ण	सा	ला	डं	ख	मा	ती	चा

या 'शब्दशोध' कोड्यात ७० मराठी नाटकांची नावे लपलेली आहेत. सोयीसाठी दोन शब्दांच्या मधली जागा वगळण्यात आली आहे. उदा. 'रायगडाला जेंव्हा जाग येते' हे नाव, 'रायगडालाजेंव्हाजागयेते' असं शोधावं लागेल.

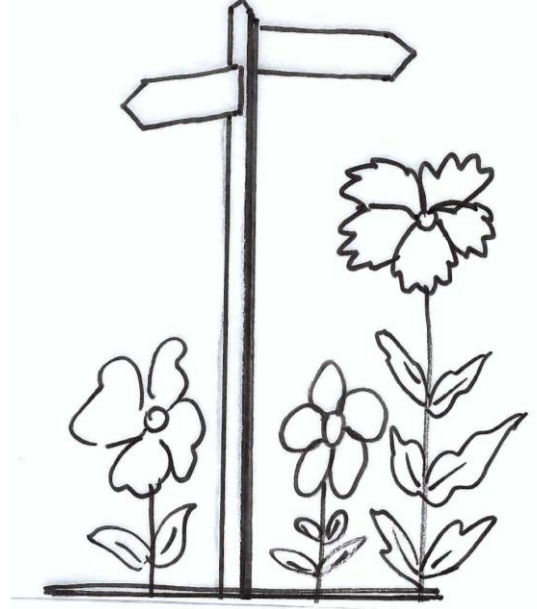
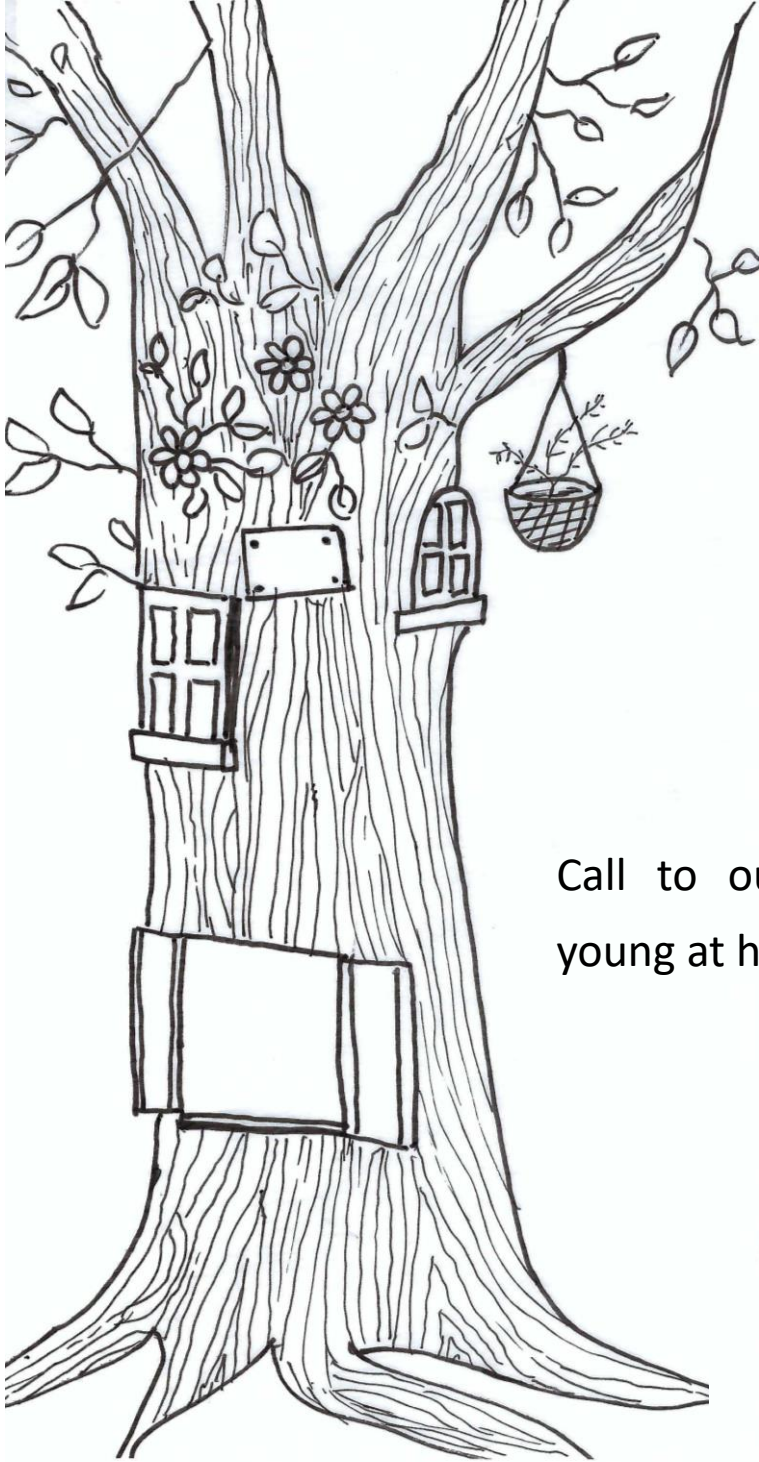
तसंच काही ठिकाणी ऱ्हस्व-दीर्घ यांची सवलत घेण्यात आली आहे; 'संगीत' नाटकांमधला 'संगीत' हा शब्द वगळण्यात आला आहे.

या कोडयासंदर्भात आपल्या काही सूचना, प्रतिक्रिया असतील; तर त्या आम्हाला जरूर कळवा.

- संजय मेहेंदळे

स्नेहबंध

एकदा काय झालं.....



Call to our readers: young and young at heart 😊



Write a poem or a story using one of these sketches and submit to our next issue. If the young author is a 'MMD Shala student'; please include the name and location of your 'Shala'.

Contact:
Team Snehbandh

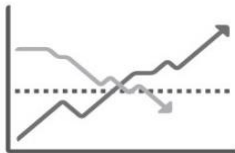
स्नेहबंध

THE “NEW KID, NEW HOME, NEW TAX BRACKET” CHALLENGE

A Prudential financial professional can assess your situation. Draw up a strategy. And help you build a secure future.
To learn more, call me today.



Rachna Kumar
Financial Professional
The Prudential Insurance Company of America
101 W Big Beaver Rd #705
Troy, MI 48084
Office 248-688-3694
Cell Phone 248-835-2528
Rachna.Kumar@Prudential.com
www.prudential.com/us/rachna.kumar



Prudential
Bring Your Challenges®

INVESTMENTS | INSURANCE | RETIREMENT

Insurance issued by The Prudential Insurance Company of America, Newark, NJ and its affiliates. Securities products and services are offered through Pruco Securities, LLC. Neither Prudential nor its sales professionals offer tax or legal advice. Consult with your own Attorney or Accountant regarding your particular situation. Each company is solely responsible for its own financial condition and contractual obligations. ©2014 Prudential Financial, Inc. and its related entities. Prudential, the Prudential logo, the Rock symbol and Bring Your Challenges are service marks of Prudential Financial, Inc., and its related entities, registered in many jurisdictions worldwide.
0223059-00005-00

स्नेहबंध

**ANY DATA.
ANY FORMAT.
ANY TRADING PARTNER.
ANYWHERE.**

**SIMPLE, COMPLETE, COST-EFFECTIVE SOLUTIONS THAT IMPROVE
ELECTRONIC COLLABORATION BETWEEN GLOBAL PARTNERS.**

iConnect's suite of electronic commerce and EDI solutions includes EDI in the Cloud, Value Added Network Services, iExchangeWeb - Web EDI, Supply Chain Management, Data Transformation Services and XML Data Services. iConnect provides for the successful transformation and secure delivery of business critical information between organizations irrespective of data format, technology and language. **Visit iconnect-corp.com or call 877-327-9334 to learn more.**

iConnect

स्नेहबंध

बिगरी ते पाचवी: ट्राँय मराठी शाळेचा प्रवास!

दर रविवारी चार वाजता भारतीय मंदिरात सरस्वती वंदनेने मराठी शाळेचे वर्ग सुरू होतात. 'शंभर विद्यार्थी शाळेत दर रविवारी यायची आतुरतेने वाट बघतात' असा आमचा समज आहे. शाळेत आता चौथी-पाचवी पर्यंतचे वर्ग आहेत. पाचवीतील मुले वयाने तेरा-चौदा वर्षांची, त्यांचे आकलन आणि बुद्धी विकास हा मराठी पाचवी इयत्तेच्या पलिकडचा आहे त्यामुळे त्यांच्या विचारांना साजेसे काय शिकवायचे हा एक मोठा प्रश्नच असतो! बिरबलाच्या गोष्टीत त्यांना मजा नाही. इतिहास आणि नागरीक शास्त्र याच्याशी त्यांना जास्त जवळीक वाटते. शिवाजी, पेशवे आणि इंग्रज यांचा इतिहास, कायद्याच्या गोष्टी, सामाजिक कार्य आणि थोडी भारतीय सरकारी यंत्रणेची ओळख असे काही विषय घेऊन त्याची माहिती मराठीत सुरुवात केली आहे. हे विषय शिकवताना, विद्यार्थी प्रश्न विचारतात त्यावरून त्यांना याच्यात गोडी असावी असे वाटते.

कविता कुठच्या पद्धतीच्या शिकवाव्या यावर बराच विचार केल्यावर लक्षात आले की एखादा प्रसंग वर्णन करणाऱ्या कविता विद्यार्थी उत्साहाने ऐकतात. या कवितांबरोबर तुकाराम, रामदास, ज्ञानेश्वर यांचे श्लोक "शेपूची भाजी सुद्धा खावी लागते" हे सांगून शिकवले. ग. दि. माडगूळकरांची 'एका तळ्यात होती बदके पिले सुरेख' आणि 'ugly duckling' याचा मेळ छान बसला. कवी अनिल यांची 'अजुनी रुसुनी आहे' ही कविता जितकी सुंदर तितकीच अर्थाला सोपी आहे. कुसुमाग्रजांच्या कविता शिकवताना तर माझ्या अंगावर शहारे येत होते. 'उठा उठा चिऊताई' ची सोपी काव्यरचना आणि सहज लावता येईल अशी चाल, आगगाडी व जमीन -'नको ग नको ग आक्रंदे जमीन' आणि 'वेडात मराठे वीर दौडले सात' या कवितेतील जोश हाही त्यांना थोडाफार कळला. 'ऐ मेरे वतन के लोगो, जरा आँखों मे भरलो पानी' ही जरी हिंदी कविता असली तरी बरेच शब्द मराठीत पण वापरात आहेत. कविता सोपी आणि अर्थपूर्ण आहे. तीही त्यांना आवडली.

विद्यार्थी आता पानभर माहिती सहज लिहू शकतात. व्याकरण आणि जोडाक्षरांच्या चुका अजून बऱ्याच होतात पण त्यांना मराठीतून विचार व्यक्त करता येतात याचा मला आनंद वाटतो आणि माझ्या जिवाभावाची कविता त्यांच्यापर्यंत पोचवण्यात मी अंशतः तरी यशस्वी झालो हे समाधानही मिळाले आहे.

- भूषण दांडेकर

स्नेहबंध

-- याला जीवन ऐसे नाव -

घरात शिरताच तिने अंगावरचा लांब कोट काढून हॅंगरवर अडकवला, डोक्यावरची गरम टोपी काढताना तिला हसू आले. मनातल्या मनात तिने विचार केला थंडीत हे बरे असते केस न विंचरता नुसती टोपी घातली की रेडी! आज सकाळी उठल्या पासूनच तिला रोजच्या पेक्षा जास्त उत्साही वाटत होते. काय कारण असेल हे तिलाही अजून उमगले नव्हते. पण जास्त विचार न करता ती सरळ स्वयंपाकघरात गेली, फक्कड आलं घालून चहा बनवला. चहा ओतून घेताना तिला जाणवले की, आज चक्क पाच दिवसांनी खिडकीतून सकाळचे कोवळे ऊन आत डोकावत होते. चहाचा वास आणि सोबत ऊन ह्या दोन्ही गोष्टींमुळे तिला अजूनच तरतरी आली. आता पुढचे पाच तास तिचे स्वतःचे होते. दोन्ही मुलांना शाळेत सोडून ती घरात शिरली होती. पण आता तिला आठवत नव्हते की झड्ड करताना तिच्या मेंदूने या कोवळ्या उन्हाची दखल कशी घेतली नाही. एरवी बर्फात मुलांना शाळेत सोडायला जाताना रोज ती चरफडत असे. रोजच तिला वाटे की आपला देश, आपली लोकं, आपले हक्काचे घर सगळे सगळे सोडून आपण नवऱ्यासोबत परदेशी आलो तर खरं! पण पुढे काय.... चक्क आज तिच्या डोक्यात हे काहीही विचार आले नाहीत. आज ती खूप शांत होती बाहेरून आणि आतूनसुद्धा. ती शांतपणे वाफाळता चहा घेऊन हॉल मधे सोफ्यावर येऊन बसली. हॉलच्या छतापासून जमिनीपर्यंतच्या मोठ्या खिडकीतून बाहेर बर्फावर पडलेले ऊन रिफ्लेक्ट होत थेट सोफ्यावर येत होते. तिला गंमत वाटली. तिला ते ऊन स्वतःसारखे वाटले. वाट वाकडी करून भलती कडून भलती कडेच सांडत गेल्या आठ दिवसांची धावपळ संपून आता तिला जरा निवांत वेळ मिळाला होता. स्वतःसाठी, स्वतःच्या विचारांवर विचार करण्यासाठी, अंतर्मनात डोकावण्यासाठी आणि कधी कधी भूतकाळात डुंबण्यासाठी...सगळं सगळं या पाच तासांत. कालच ती, नवरा आणि मुलं ट्रीपवरून परत आले होते.

ट्रिप कसली ती? असे तिला वाटून गेले. गेली जवळ जवळ दोन वर्षे डॉक्टर, दवाखाना, फॉलोअप यामुळे जिवाची दमछाक होत होती तिच्या. दरवेळी भिती बाजूला सारून बळ एकवटणे आणि उभे राहणे हे जरी सवयीचे झाले होते तरी तिला पण तिची तिची, स्वतःची अशी भीती होतीच की! आता असेच कुणाकडून तरी second opinion म्हणून एका नावाजलेल्या हॉस्पिटलबद्दल कळले आणि नवीन चक्रे सुरु झाली. तिची आणि तिच्यामुळे ओघानेच तिच्या नवऱ्याची, मुलांची सगळ्यांची फरफट बघताना तिचा जीव कासावीस होत होता. पण पर्याय नव्हता. यावेळी तर शिकाऊ डॉक्टरने तिला जवळ जवळ तिच्या देहातून बाहेर काढले होते. त्यानंतरचे तिला काही म्हणजे काही ऐकू आले नव्हते, संवेदना बधीर झाल्या होत्या. पण तरी मनात खोल कुठेतरी ती त्याचे बोलणे नाकारतच होती. तिला नक्की माहिती होते की ती बरी आहे, पण मग हे काय बोलत होता तो माणूस??? नशिबाने सीनियर डॉक्टरने आल्यावर त्याचे डायग्नॉसिस खोडून काढले आणि तिला सगळे नीट समजावून सांगितले. पण मध्ये जो वेळ गेला त्यात ती सैरभैर झाली होती. पण तिला शांत रहाणे भाग होते. ती कोलमडली तर तिचा नवरा आणि मुले कोसळतील या विचारानेच ती आतापर्यंत खंबीर उभी होती. इथे परदेशात "तू मेरा सहारा है, मैं तेरा सहारा हूँ" हे तिला नीटच उमगले होते. पण नशिबाने ती बरी होती. तिच्या मैत्रिणी सतत म्हणतात की स्ट्रॉंग आहेस तू, अशीच स्ट्रॉंग रहा. पण हे स्ट्रॉंग राहणेच खरं तर तिला 'वीक' बनवत चालले होते. पण नाइलाज होता. अश्या वेळी तिला तिच्या बाबांचे गमतीत म्हटलेले एक वाक्य सतत आठवत रहाते "नाइलाज को क्या इलाज"... तिला सतत आठवत रहाते लहानपणापासून पडेल त्या परिस्थितीत खंबीर पणे उभी राहिलेली तिची आई, कित्येक setback मागे टाकत कायम पुढेच बघणारे तिचे बाबा, तिला आजची 'ती' बनवणारी तिची ताई आणि तिच्या साठी वाट्टेल ते सगळे करू पाहणारा आणि वाट्टेल ते झाले

स्नेहबंध

तरी तिच्या मागे खंबीरपणे उभा राहणारा तिचा नवरा... मनातल्या मनात स्पष्ट होत जाणारं तिचं दुसरं घर... तिच्यासाठी जमेल तेवढ्या देवांना साकडे घालणारी तिची सासरकडची आई आणि मनातल्या मनात अखंडपणे जप करणारे तिचे इकडचे बाबा, नणंदा. तिला सतत वाटत राहते की मुली नशीबवान असतात ज्यांना हक्काची दोन घरे असतात..... रिफ्लेक्ट झालेले ऊन आता चटका देऊ लागले तशी ती भानावर आली आणि रिकामा कप घेऊन उठता उठता नकळतपणे गुणगुणू लागली "हर घडी बदल रही है रुप ज़िन्दगी, धूप है कभी, कभी है छाँव ज़िन्दगी, हर पल यहाँ जी भर जियो, जो है समा कल हो ना हो!".

-सपना देवरे-आठल्ये

Taal Academy

Learn the versatile

Indian Classical Kathak Dance

with renowned Kathak Dancer,

Manisha Dongre

Locations -

Monday to Saturday **Troy** Bharatiya Temple
City style Tango studio

Sunday **Novi** Detroit India cultural center

Special Batches for Adults and Moms

☎ 248-740-5915

✉ www.manishadongre.com

fb.me/taalkathak



स्नेहबंध



Jaya Travel and Tours presents

A once in a lifetime **BOLLYWOOD EXPERIENCE**

7-night luxury Bollywood Alaskan Cruise
on Royal Caribbean's *Ovation of the Seas*
EXCLUSIVE to guests of Jaya Travel.

Dhoom Dhamaka cruise features:

- Premium travel dates: July 3- 10, 2020
- Welcome cocktail party
- Live concert from top Bollywood music directors **MEET BROS.** Featuring hit songs from Dream Girl and Marjaavan
- Extra Sensory Perception Show
- Pool Party
- Party with Video DJ
- Delicious Indian cuisine (vegetarian, non-vegetarian and Jain)
- 360-degree view, 300 feet above the sea in The North Star observation pod
- Unforgettable fun for all age groups
- *And more!*

Also Available:**

- Group Discounts
- Bar package
- Internet package
- Low Airfare to Seattle
- Hotel booking in Seattle
- Airport transfers to port
- Insurance

Call and book today!

877-359-5292 | JAYATRAVEL.COM

**Taxes and fees not included.*

***Conditions apply*



Cabin
starting at
\$1,308*
per person



स्नेहबंध

छंद कवितेचा

बागेतली काही रोपे विशेष पेरणी, छाटणी किंवा निगा राखल्याशिवाय रुजत नाहीत. तर काही आपसूक, आपल्या नकळत कुठूनही येऊन रुजतात आणि बहरतात. आपलेही तसेच आहे. खुपश्या गोष्टींची आपल्याला आवड-निवड निर्माण होते; किंवा छंद जडतो तो लहानपणीच्या विशेष संस्कारांमुळे. पण काही गोष्टींची मनास ओढ लागते ती अगदी सहज; का, कधी आणि कशी ते सांगता येत नाही.

कवितेचा छंद मला कधी आणि कसा जडला नक्की ठाऊक नाही. वाचनाची, साहित्याची आवड संस्कारामुळे घडली. संगीताची गोडी लागली ते मात्र आपसूक. या दोघांचं संकीर्ण कि काय पण गाणी (सिनेमातली, भावगीते, भक्तिगीते, गजल वगैरे) ऐकताना सुर-तालासोबत त्यातल्या शब्दसौंदर्याचा आस्वाद घ्यायची सवय मला लागली. दहा-बारा वर्षांपूर्वी स्नेहबंध साठी मी "शब्द शब्द जपून ऐक" असा एक लेखही लिहिला होता त्या विषयावर.

माझं कवितावाचन फार दांडगं आहे असं मुळीच नाही. पण इकडून तिकडून जमेल तेव्हा थोडेफार मोती मी जमा केले आहेत. बालकवी, भा. रा. तांबे, कुसुमाग्रज, बोरकर, गदिमा, आरती प्रभू, ग्रेस, पु. शी. रेगे, ना. धों. महानोर, बहिणाबाई, शांता शेळके, पद्मा गोळे शिवाय ज्ञानेश्वर, तुकाराम, नामदेव, कान्होपात्रा यांची एक तरी रचना मी चटकन आठवणींच्या खजिन्यातून काढू शकेन. तीच गोष्ट कबीर, मीराबाई, तुलसीदास, गालिब, कैफी आजमी किंवा गुलजार यांच्याबाबतीत खरी आहे. शाळेतल्या पाठ्यपुस्तकातून परिचित Shakespeare, Wordsworth, Blake, Tennyson, Frost, Yeats, Kipling, Dickinson सुद्धा अजून आपापली जागा धरून आहेतच.

कवितेच्या छंदाबद्दल लिहितोय म्हणून सांगावेसे वाटते कि कवितेतील निरनिराळ्या प्रकारचे वृत्त, जाती, छंद वगैरे कधी आम्हाला शाळेत शिकवले गेले नाहीत. अजूनही मला त्यातील खूपसं काही उमजत नाही. पण कदाचित संगीताची आवड असल्यामुळे असेल, माझ्या जवळ जवळ सर्वच कविता छंदबद्ध, गेय असतात (निदान माझा प्रयत्न तरी तो असतो). बऱ्याचश्या कविता मी चालीवर देखील म्हणतो. कवितेतील शब्दरचना करताना ती वाचताना त्या शब्दांचा प्रवाह (flow) तुटक नसून लयबद्ध कसा असेल याकडे माझा विशेष कल असतो.

कविता नेमकी सुचते कशी हा प्रश्न मला काहीजण विचारतात. याचं नेमकं उत्तर कसं द्यावं कळत नाही. कारण अमुक एक गोष्ट केली किंवा जुळवून आणली; तर कविता सुचेल असं होत नाही. एखादी घटना, प्रसंग, एखादं चित्र, देखावा काहीही याला कारण असू शकतं. त्या पहिल्या एक दोन ओळी मात्र खूप मिशिकल, खट्याळ आणि लाजाळू असतात. एकदा त्या गवसल्या कि बाकी 'little inspiration, lot of perspiration' असे असते. असो, ह्यावर गद्यातून खूप काही लिहिता येईल. पण कवितेचाच विषय आहे तर पद्यातूनच ते सांगणे अधिक चांगले होईल नाही का?

स्नेहबंध

शेवटी कविताच ती, सुचली तर सुचली
नाहीतर रुसून, कोपऱ्यात बसली

कितीही मनावले, अन केली विनवणी
हटून बसते बापडी, देत हुलकावणी

मग सहज नकळत, कधी येते सामोरी
आपण मात्र धरावी, तोवर थोडी सबुरी

कारण असतेच ती, फुलपाखरासारखी
स्वैर भटकणारी, जणू एक शब्दपरी

येते तेव्हा देऊन जाते, सुंदरसे नजराणे
गजल, रुबाई, अभंग, ओवी, कधी केवळ गाणे

-सुरेश नायर

**ANAND
BAZAAR**

Authentic Indian Groceries, frozen foods, pickles.
Proudly serving the Indian community from 2
locations – Canton and Northville

Canton store: 44266 Cherry Hill Rd Canton, MI 48187
Phone: [734-844-6702](tel:734-844-6702)



Northville store - 16991 Ridge Rd,
Northville, MI 48168.
Phone - 248-773-7345



स्नेहबंध

"Thanks to Maya Prep I earned a perfect composite score on my ACT in addition to scoring in the top 95% on the SAT!"

- Smit, Harvard University



Welcome to Maya Prep

Applications to America's Colleges and Universities continue to increase every year leading admission rates to shrink. To manage the vast number of applications, schools commonly rely on standardized test scores as a way to screen students.

The SAT and ACT will be two of the most important tests of your educational career.

There are many resources available to all students to prepare for the SAT, ACT, and the PSAT. However to stand out, to truly stand out, you need a mentor and a coach with the skills and expertise and instill in you the strategies, discipline, and rigor required to maximize your potential on test day.

Goals of the Maya Prep program include getting our students admitted to schools and programs of their choice and maximize scholarships.

It is difficult to prepare for the test, the good news is you don't have to do it alone...

The Maya Prep Advantage

- Average SAT Composite Score improvement of 200 points
- Average ACT Composite Score improvement of 4 points
- Many of our PSAT students have been awarded the \$2,500 National Merit scholarship. This scholarship is awarded only to 2,500 students out of about 1.5M applicants.
- More than 100 students with an ACT Composite score of 33 or above (99 percentile) including 34, 35, and 36 out of 36. Average composite score of 30 (96 percentile)
- Students admitted to top schools including Harvard, Columbia, MIT, CalTech, University of Michigan, Northwestern, Cornell, UC Berkeley, Notre Dame, Michigan State University, Wayne State, Purdue, University of Virginia, University of Chicago, and many more!

What We Offer

- Proven Results
- Qualified Instructors
- Test-Driven Training
- Regularly Graded Homework
- Face-to-Face Classes and Remote Capabilities
- Customized Classes
- Admission Counseling
- Essay Assistance
- In-person/Remote Conferences with Students and Parents
- Specially Crafted Study Material

About Us

- Motivational teachers with MBAs (Ross School of Business, University of Michigan) with a combined 20+ years of successful teaching experience

Contact Us

Maya Prep
30368 Norwich Dr.
Novi, MI 48377
(248) 231-4562
info@mayaconsultants.com

www.mayaprep.com

स्नेहबंध

The Future of Coatings

Dhake
Industries

GLOBAL SUPPLIER OF COATINGS FOR PLASTICS AND METALS



Dhake Industries offers a wide range of products for Interior and Exterior Automotive Applications as well as other Non-Automotive Applications. Our products are custom formulated to meet the

most stringent requirements of any market

- **Known in the Industry for Unsurpassed Technical Capabilities**
- **Leader in Metallic Paint Development for Auto Interiors**
- **Rapid Product Development with Custom Formulations to Meet Market and Customer Specific Requirements**

Please contact us for more information

Various Paint Technologies

- 2K Monocoat
- 2K Base/Clear
- 1K Waterbase
- 2K Waterbase
- One-Coat over TPO/PP
- Adhesion Promoters
- Laser-Etchable Coatings
- Soft-Touch Coatings
- Chrome-Look Coatings
- In-Mold Coatings
- Hydrographics Clearcoats
- Metallic Coating Finishes
- Non-Metallic Coating Finishes
- Much Much More...

Dhake
Industries

Global Headquarters

15169 Northville Rd.

Plymouth, MI 48170

734-420-0101

www.dhakeindustries.com

स्नेहबंध

Happy Travelling

...at the lowest price



ClickOnTours is a full-fledged travel agency dedicated to the comfort of travelers. Our offices are located in Canada, US, UK and India.

From most economical airfares, cost-effective and customized hotel bookings, business tours, world cruises, family holiday packages, to car rentals, we offer the finest feast of services for every travel need.



Enjoy lowest airfare
for business economy
on any airline



Find the best cruise
easily with the help
of our experts



Lowest hotel room
tariff within USA &
across the world

Key features:

- Cost-effective & customized airfares, hotel bookings, car rentals
- Lowest rates guaranteed
- Affordable world cruises (USA / Canada / UK / Australia / India)
- Exclusive vacation packages from Alaska to Auckland
- Worldwide service centers

For the best travel deals,
call us on +14252562109 OR
contact us on sales@clickontours.com

Toll-free 877 239 1312

स्नेहबंध

रांगोळी

मागच्या वर्षी संक्रांतीला धान्याची रांगोळी काढल्यानंतर, पुढच्या कार्यक्रमासाठी काही आगळीवेगळी रांगोळी कशी काढता येईल याचा विचार मनात सुरु झाला. माझी मैत्रीण व गेल्या वर्षीची मंडळाची अध्यक्षा, भारती मेहेंदळे, हिने मंडळाच्या कार्यक्रमांना सुंदर सुंदर रांगोळी काढायची प्रथा काही वर्षांपासून सुरु केली आहे, पण मंडळाच्या अध्यक्षपदाची जबाबदारी असल्यामुळे आम्हा २-३ जणींना रांगोळीच्या जबाबदारीचा 'खो' दिला.

धान्याच्या रांगोळीच्या उत्तम प्रतिसादाने आत्मविश्वास नक्कीच वाढला होता. आता नाविन्यपूर्ण अशी वेगळी कुठली रांगोळी काढायची असा विचार मनात असताना, एकदा घरातील जमा झालेले ब्लाउज पिसेस डोब्यासमोर आले. त्यांचे काय करायचे हा प्रश्न होताच, तसेच 'अनेक जणींकडे हे असेच पडून असतील, ते वापरून छानशी रांगोळी करू शकू का?' हा विचार आला. पण, लगेचच त्या ब्लाउज पिसेसचे नंतर करायचे काय हा प्रश्न भेडसावू लागला. ते इथे Salvation Army मध्ये देऊन उपयोग नाही. भारतातच ते गरजू लोकांना उपयोगी पडू शकतील, पण ते त्यांच्यापर्यंत पोहोचवायचे कसे हा प्रश्न पण होताच.



आता बहिणीला प्रश्न पडला की भाऊ मदतीला येणारच! तसे, माझ्या भावाने, मंदारने, मुंबईत चौकशी केली व "गुंज" ही परोपकारी संस्था शोधून काढली, त्यांच्याशी संपर्क साधून, तुम्ही नवे ब्लाउज पिसेस गरजू लोकांपर्यंत पोहोचवाल का अशी विचारणा केली. त्यांचा होकार आल्यावर लगेच, आता हा उपक्रम कसा यशस्वीपणे पार पाडायचा, मंडळाच्या लोकांना आवाहन करायचे, ते ब्लाउज पिसेस गोळा करायचे वगैरे, वगैरे योजना मनात सुरु झाले. मग भारतीस ही कल्पना सुचविली. भारतीनेपण, "खूपच छान कल्पना आहे, तू मजकूर लिहून दे, आपण प्रत्येक ई-मेल मध्ये सदस्यांना ब्लाउज पिसेस donate करायला आवाहन करू" असे म्हणून प्रोत्साहन दिले!

ब्लाउज पिसेस गोळा होण्यास सुरुवात झाली. आता, रांगोळीच्या design पेक्षा मोठा प्रश्न होता की हे एवढे ब्लाउज पिसेस भारतात पाठवायचे कसे! Design साठी कापड घडी करायचे कित्येक प्रकार करून बघितले! शेवटी आम्ही गणेश उत्सवात साजेसं - मध्ये गणपती व गोलाकार आकारात रंगीबेरंगी घडी केलेले ब्लाउज पिसेस - असे ठरवले. माझी मोठी मुलगी, मानसी, परीक्षा झाल्याने अगदी उत्साहाने मदतीला होती. माझी कलानिपुण मैत्रीणी, अनिता नारखेडेने गणपतीसाठी अचूक पिसेस निवडून अजून उठाव दिला व रिन् गुप्तानी, त्या दिवशी मदत केली. एकूण १४७ ब्लाउज पिसेस, सलवार कमीज व शर्ट पिसेस वापरून केलेली रांगोळी पाहून अनेक लोकांनी रांगोळी उत्तम झाल्याची व अश्या प्रकारे गरजूंना उपयोगी वस्तू देण्याची कल्पना खूप आवडली अशी प्रतिक्रिया दिली.

स्नेहबंध

आता हा जवळपास २० lb वजनाचा ऐवज भारतात पोहोचवायचा कसा? माझी मैत्रीण सोना पाटीलने लगेचच मदतीचा हात पुढे केला. 'अगं, संपत जातोय मुंबईला, तो घेऊन जाईल' असे आश्वासन दिले. "२० lb वजन असेल, चालेल का?" या माझ्या प्रश्नाला "हो, नो प्रॉब्लेम!" असे तिचे उत्तर. MMD चे ब्रीदवाक्य "आपले मंडळ", हे प्रकर्षाने जाणवले व भारतातून आलेल्या ब्लाउज पिसेसचा परतीचा प्रवास सुरु झाला. मुंबईत, माझ्या भावाने हे सर्व ब्लाउज पिसेस गुंज च्या Santacruz मधील Collection सेंटर मध्ये पोहोचते केले!

मंडळातल्या सदस्यांच्या व मित्रमंडळींच्या प्रोत्साहनाने व मदतीने हा एक नाविन्यपूर्ण रांगोळीचा बेत तर यशस्वी झालाच पण थोडेसे समाजकार्य केल्याचे समाधान पण मिळाले. त्याबद्दल मनःपूर्वक आभार!!!

- मंजिरी महाजन

Kathak Dance Class with



Curriculum Based Kathak

Certified by Tilak Maharashtra Vidyapeeth, Pune

ADMISSIONS OPEN AT ALL 3 BRANCHES

For Inquiries Contact: **Anagha Huprikar**
248-701-5275/asmidanceacademy@gmail.com
Follow us on facebook: Anagha's ASMI Dance Academy



ROCHESTER HILLS:

Tuesday to Thursday

Time: 5:00 PM - 9:00 PM

**Venue: 855, Dunedin Drive,
Rochester Hills, MI - 48309**

TROY:

Fridays

Time: 6:00 PM - 9:00 PM

**Venue: 178 W Maple Rd,
Troy, MI 48084**

NOVI:

Mondays

Time: 6:00 PM - 9:00 PM

**Venue: Center for Performance
Arts And Learning
28243 Beck Rd B2, Wixom, MI 48393**

स्नेहबंध



With Best Compliments
from

**Shri & Shashi
Thanedar**



स्नेहबंध



कॅटन शाळा:
संक्रांत सण

शिक्षक:

अभिजित जोगदव,
भावना नलावडे,
स्मिता अत्रे,
सुरेख आपटे



स्नेहबंध



स्नेहबंध

'शब्दशोध' Key-

१) दिनूच्या सासूबाई राधाबाई २) सखाराम बाईडर ३) संभुसाच्या चाळीत ४) वादळ माणसाळतंय ५) दिवा जळू दे सारी रात ६) रायगडाला जेव्हा जाग येते ७) वाहतो ही दुर्वाची जुडी ८) घाशीराम कोतवाल ९) संशयकल्लोळ १०) अखेरचा सवाल ११) फुलाला सुगंध मातीचा १२) माणसाला डंख मातीचा १३) अजब न्याय वर्तुळाचा १४) अमर फोटो स्टुडीओ १५) तरुण तुर्क म्हातारे अर्क १६) रंग उमलत्या मनाचे १७) वज्हाड निघालंय लंडनला १८) वाडा चिरेबंदी १९) एकच प्याला २०) अवघा रंग एकचि झाला २१) अपराध मीच केला २२) कट्यार काळजात घुसली २३) हिमालयाची सावली २४) देव दीनाघरी धावला २५) तीन पैशाचा तमाशा २६) प्रेमाच्या गावा जावे २७) प्रेमा तुझा रंग कसा २८) अंमलदार २९) सुंदर मी होणार ३०) नटसम्राट ३१) टूरटूर ३२) करार ३३) शिकार ३४) मानापमान ३५) काळं बेट लाल बत्ती ३६) रणांगण ३७) काका किशाचा ३८) मोरूची मावशी ३९) गारंबीचा बापू ४०) वटवट सावित्री ४१) वस्त्रहरण ४२) ऑल द बेस्ट ४३) हयवदन ४४) हसवाफसवी ४५) बॅरिस्टर ४६) मृच्छकटिक ४७) गगनभेदी ४८) किचकवध ४९) किरवंत ५०) ती फुलराणी ५१) अग्निदिव्य ५२) महानंदा ५३) रथचक्र ५४) छावा ५५) बेईमान ५६) संध्याच्या ५७) निष्पाप ५८) शारदा ५९) पुरुष ६०) सौभद्र ६१) ब्रह्मचारी ६२) अवध्य ६३) बेबी ६४) महानिर्वाण ६५) शाकुंतल ६६) बेबंदशाही ६७) मत्स्यगंधा ६८) चारचौघी ६९) गिधाडे ७०) चाहूल

स्नेहबंध

HAPPY
Makar
Sankranti

