

फक्त सभासदांसाठी

वर्ष ४४वे, अंक ९वा * मार्च २०२६

सभा : मंगळवारी संध्या. ६.३० वा.

रुईया मूक बधिर शाळेचे सभागृह,
स.प.महाविद्यालय प्रांगण (मागची बाजू)



मैत्रेय चॅरिटेबल सोसायटी, पुणे

* अध्यक्ष *

डॉ.राधा संगमनेरकर

मो. ९८८१३०७२७८

नोंदणी क्र. MAH /1528/06/Pune, दिनांक ७ सप्टेंबर २००६

पत्रव्यवहारासाठी पत्ता :

द्वारा-प्रबोध, १०७०, शुक्रवार पेठ, सुभाषनगर लेन नं. ६, पुणे ४११००२.

snehseva1981@gmail.com

* संपादक *

प्रा. रवींद्र कोठावडे

मो.९८६०४२४३४९

मुठा नदीची गोष्ट

स्नेहसेवातील सर्व सभासद सध्या गोष्ट सांगण्याच्या भूमिकेत आहेत, त्यामुळे मंगळवार, दि. ३ मार्च, २०२६ रोजी श्रीमती अदिती देवधर या आपणास गोष्ट सांगणार आणि आपण श्रोते म्हणून ती ऐकणार, याचा आनंद काही वेगळाच होता आणि खरोखरच मुठा नदीची गोष्ट ऐकताना सारे श्रोते रंगून गेले होते.

२५ कोटी वर्षांपूर्वी पॅनजिया या नावाने पृथ्वीवरील खंड एकत्र होते. त्या वेळेस सात लाख वर्षे ज्वालामुखीचा उद्रेक होत होता आणि त्यातूनच आत्ताचे जे खंड वेगवेगळे झाले, त्यांची निर्मिती झाली. त्यातून बाहेर पडलेल्या आणि थंड असलेल्या लाव्हापासून बेसॉल्ट, ग्रॅनाईट, प्युमिक स्टोन यांची निर्मिती झाली. आपल्या पुण्यातून वाहणाऱ्या मुळा मुठा या नद्या गंगा यमुना यांच्यापेक्षा जुन्या आहेत, हे ऐकून पुणेकर असण्याच्या शिरपेचात अजून एक मानाचा तुरा खोचला गेला आणि अस्सल पुणेकरांचा उर अभिमानाने भरून आला. (ह्या पार्श्वभूमीवर एकदा मुळा-मुठेचे दर्शन घ्यावे आणि ते पवित्र जल मस्तकी लावावे असे न वाटले तरच नवल.)

देवाने इतर प्राण्यांपेक्षा उदार हस्ते मानवाला बहाल केलेल्या दोन गोष्टी म्हणजे मेंदू आणि पायांवर चालण्याची क्षमता. त्यामुळेच मानव दोन हातांचा उपयोग अनेक गोष्टी करण्यासाठी करू लागला. नदीकाठची जमीन गाळामुळे सुपीक असते, हे त्यांनी ताडले आणि मुळा-मुठेच्या काठी मानवाची वस्ती वाढली. १८व्या शतकात पुण्याचे महत्त्व वाढले. पण तेव्हा नदी इतकी स्वच्छ होती की, लोक ओंजळीने बिन दिक्कत नदीचे पाणी प्यायचे. ते शुद्ध करावेच लागत नव्हते. पण सध्याची परिस्थिती फारच भयावह आहे. मुळा नदीच्या काठी औद्योगिक कारखाने असल्यामुळे २९ टक्के पाणी कोणतीही प्रक्रिया न करता थेट नदीत सोडले जाते.

मुठेच्या दुतर्फा पुण्याची खूप वस्ती पसरली आहे. आपण दिवसभर घरात जी डिटरजंट, टूथपेस्ट, साबण, शाम्पू,

स्वच्छतेसाठी वापरात येणारे क्लीनर्स वगैरे रसायन वापरतो, ती सांडपाण्याद्वारे नदीतच जातात. त्यामुळे कॅन्सर तर होऊ शकतो. तसेच, किडनी, लिव्हर वगैरेंवर याचा थेट परिणाम होऊ शकतो. याला उपाय म्हणजे आपण जुन्या जमान्यातील लोकांप्रमाणे राखुंडी, दंतमंजन, शिकेकाई, रिठे या उत्पादनांचा वापर करणे गरजेचे आहे. पुण्यातील लोक नदीच्या बाबतीत असंवेदनशील आहेत, कारण त्यांना शुद्ध केलेले पाणी नळाद्वारे थेट घरात येते.

नदीच्या बाबतीत असलेली ही असंवेदनाच अदितीताईना अस्वस्थ करित होती. पदव्युत्तर शिक्षणानंतर त्यांनी इकॉलॉजिकल सोसायटीचा 'नॅचरल रिसोर्स मॅनेजमेंट'चा डिप्लोमा केला आणि हाच त्यांच्या आयुष्याचा टर्निंग पॉइंट ठरला. टेक महिंद्र आणि पर्सीस्टंट सिस्टम येथे नोकरी करणाऱ्या आणि सॉफ्टवेअर कन्सल्टंट असणाऱ्या अदितीताईनी २०१४ मध्ये एका ध्येयाने झपाटून काही समविचारी लोकांच्या साहाय्याने 'जीवित नदी' या संस्थेची स्थापना केली. वेगवेगळ्या प्रकारे जनजागृती करून नदी स्वच्छ ठेवण्यात त्यांचा खारीचा का असेना, वाटा आहे आणि तो त्यांनी उचलला आहे. सध्या त्यांचे लक्ष्य आहे शाळेतील मुले. त्यांच्या कोवळ्या मनावर स्वच्छतेचे संस्कार घडविले तर नदीचे भविष्य उज्वल असेल आणि छान खळाळत वाहणाऱ्या स्वच्छ निर्मळ नद्या पुन्हा अनुभवायला मिळतील, असे त्यांना मनोमन वाटते आणि म्हणूनच नदी संवर्धनाचे काम त्या अथक करित आहेत.

२०१६ साली त्यांनी 'ब्राऊन लिफ फोरम' सुरु केला. आपल्या देशात वाळलेले एकही पान जाळले जाऊ नये, या ध्येयाने त्या काम करतात. त्यांनी लहान मुलांसाठी काही पुस्तके लिहिली आहेत. लहान मुले पर्यावरणातील समस्यांवर कसा तोडगा काढतात, अशा आशयाची ही पुस्तके आहेत.

नदी स्वच्छ ठेवणे हे एकट्या-दुकट्याचे काम नाही. त्यामुळे आपण सर्वांनी आपला सहभाग देऊन, त्यांचे कार्य यशस्वी करावे, कारण ती आपली पण जबाबदारी आहे.

या आपल्या वेगळ्या समाजसेवेसाठी अदिती यांचे

मनःपूर्वक आभार मानून हा कार्यक्रम संपन्न झाला.

श्रीमती अदिती देवधर यांचा परिचय डॉ. नीलिमा भडभडे यांनी करून दिला तर आभार प्रदर्शन उज्ज्वला नाईक यांनी केले.

उज्ज्वला नाईक

कॅन्सर-मुक्त जगाच्या दिशेने

मंगळ. दि. १०, मार्च २०२६ रोजी स्नेहसेवामध्ये प्राची होप फाउंडेशनचे डॉ. राम दातार यांचे कॅन्सर-मुक्त जगाच्या दिशेने या विषयावर व्याख्यान झाले.

डॉ. दातार यांचेविषयी जेवढे बोलावे तेवढे कमीच आहे. ते एक बहुआयामी व्यक्तिमत्व आहे. ते कॅन्सर आणि नॅनो-टेक्नॉलॉजी या क्षेत्रातील वैद्यकीय शास्त्रज्ञ आहेत. वाचन, काव्य, शास्त्र, तंत्रज्ञान, गायन-वादन, भटकंती, बागकाम याबरोबरच त्यांना क्रिकेटचीही आवड आहे.

प्राची होप फाउंडेशनतर्फे ते कॅन्सरविषयी जनजागृती निर्माण करणे, विविध ठिकाणी शिबिरे घेणे, असे कार्य करत असतात. कर्करोग हा एक कठीण रोग आहे. परंतु तो भयावह असणे अपरिहार्य नाही. ज्ञान आणि माहिती आपली भीती दूर करतात. कर्करोग झाल्यावर आपण काय करायला पाहिजे याकरता ते सजग करतात. रुग्णांना व नातेवाईकांना माहिती देणे, दिलासा देणे, हे प्राची फाउंडेशनचे महत्त्वाचे कार्य आहे.

डॉक्टरांनी व्याख्यानाची सुरुवात करताना प्रथम कर्करोग प्रतिबंधाची चतुःसूत्री सांगितली .

१. कर्करोग जाणून घ्या. २. आपल्या शरीराविषयी सजग रहा. ३. आहार योग्य ठेवा. ४. व्यायाम पुरेसा करा.

कर्करोग म्हणजे पेशींची अनियंत्रित वाढ. कर्करोगाचे कोणकोणते प्रकार आहेत, हे त्यांनी समजावून सांगितले.

कर्करोगाची कारणे डॉक्टर दातार यांनी सांगितली. ती म्हणजे-

१. जेनेटिक्स २. हार्मोन्स ३. आहार (डायट) ४. स्थूलता (ओबेसिटी) ५. तंबाखू (टोबॅको) ६. ताणतणाव व्यवस्थापन (स्ट्रेस मॅनेजमेंट) ७. पर्यावरण (एन्व्हायर्नमेंट).

ह्या सर्व कारणांचा विचार त्यांनी बारकाईने समजावून सांगितला.

कर्करोगाची लक्षणे:

याविषयी त्यांनी विस्तृत चर्चा केली. १. अचानक वजन घटणे, २. सततचा कफ किंवा त्यातून रक्त पडणे, ३. तीळ वाढणे किंवा कमी होणे, ४ थकवा, ५. सारखे शौचाला जाणे, ६. स्त्रियांना अनियमित रक्तस्राव होणे, ७. स्त्रियांच्या स्तनात (ब्रेस्टमध्ये) गाठ येणे किंवा निपलमध्ये बदल होणे.

डॉक्टरांच्या व्याख्यानातून आम्हा सर्वांना एक लक्षात आले की कर्करोगाचे निदान लवकर झाल्यास तो पूर्णपणे बरा होतो. कर्करोगाचे निदान करण्याकरता योग्य त्या चाचण्या (टेस्ट) करावयास लागतात, याचा त्यांनी आढावा घेतला. त्याचप्रमाणे, कर्करोगावर काय काय उपाय आहेत व ते आपण कसे करू शकतो हे त्यांनी समजावून सांगितले.

डॉक्टरांनी फार महत्त्वाची गोष्ट, जी आपण घरी स्वतः करू शकतो, ती म्हणजे आपला योग्य आहार, जो आपण आयुष्यभर चांगला ठेवावयास हवा. आपले ताट हे रंगीबेरंगी, इंद्रधनुष्यासारखे असायला पाहिजे. आपल्या आहारात २/३ वनस्पतीजन्य पदार्थ व उरलेले प्राणीजन्य पदार्थ असले पाहिजेत. सर्व प्रकारची रंगीबेरंगी फळे, त्याचप्रमाणे, शेंगा, भाज्या, पालेभाज्या असणे आवश्यक आहे. तसेच, ताक, दही असणे सुद्धा खूप आवश्यक आहे. अक्रोड, बदाम, मासे हे ओमेगा थ्रीकरता आवश्यक आहे. चिकन काही प्रमाणात चालेल. परंतु रेड मीट आपण खाणे योग्य नाही.

आपल्या सेल्सचा दाह कमी होईल, जेणेकरून DNA खराब होणार नाही. XZ खराब झाल्यास सेल डिव्हिजन अनियंत्रित होते.

आहाराबरोबर व्यायामाचे सुद्धा खूप महत्त्व आहे. प्रत्येकाने तीस मिनिटे, पाच ते सहा दिवस चालायला हवे. त्याचप्रमाणे, जेवण झाल्यावर पंधरा मिनिटे चालणे फार आवश्यक आहे. स्नायू बळकटीसाठी जमेल तेवढे प्रयत्न करा. आपले उद्विष्ट (गोल) ठरवा आणि आठवड्याचा प्लॅन बनवा.

यानंतर डॉक्टरांनी ताणतणाव व्यवस्थापनाचे (स्ट्रेस मॅनेजमेंट) महत्त्व पटवून दिले. कॅन्सर प्रिव्हेन्शनमध्ये व्हॅक्सिनेशन व स्क्रीनिंगचे महत्त्व त्यांनी सांगितले.

डॉक्टरांच्या व्याख्यानातून सर्वांच्या असे लक्षात आले की, ज्ञानातून मनातील अंधःकार दूर होतो आणि कॅन्सरविषयीची भीती कमी होते.

जगाला कॅन्सर-मुक्त करण्याकरता डॉ. आणि प्राची होप फाउंडेशन प्रयत्न करत आहेत. आपण सुद्धा त्यांच्या प्रयत्नांना हातभार लावूया.

सौ. मालती काळभोर

छंदातून आनंद

छंद का जोपासावेत ?

मंगळवार, दि. १७ मार्च, २०२६ रोजी स्नेहसेवाच्या अध्यक्ष डॉक्टर राधा संगमनेरकर, सभासद श्री. बळवंत काळभोर आणि श्री. विजय बागुल यांनी त्यांना असलेल्या छंदांविषयी अतिशय छान शब्दात माहिती सांगितली. छंद माणसाला मानसिक आनंद आणि समाधान देतात, मनावरील

ताणतणाव कमी करतात, व्यक्तिमत्व विकास घडवतात, सर्जनशीलता वाढवतात.

श्रीमती राधाताई ह्या डॉक्टर असून सुद्धा त्यांच्या अत्यंत व्यस्त दिनक्रमातून त्यांनी जोपासलेला भरतकाम आणि विणकामाचा छंद खरोखरच कौतुकास्पद आहे. छे हो, मला वेळच मिळत नाही, अशा वाक्याला संपूर्णपणे छेद देत त्यांनी दाखवून दिले आहे की, आवड असेल तर सवड मिळते. त्यांनी केलेल्या भरतकामाच्या फ्रेम्स आणून त्या हॉलमध्ये मांडलेल्या होत्या. त्यामुळे त्याचा आनंद सर्व सभासदांना घेता आला. क्रोशाने केलेले विणकाम अत्यंत नाजूक आणि मनमोहक होते. त्यांच्या आईना भरतकामाची आवड होती, तीच त्यांच्यात उतरली असे त्यांनी सांगितले.

आपले दुसरे सभासद श्री. बळवंत काळभोर यांनी त्यांच्या बागकामाच्या छंदाबद्दल विस्तृत माहिती दिली. झाडांना जोपासावे कसे, त्याचे कलम करण्याचे फायदे, कोणती खते घालावीत, वगैरे वगैरे अनेक गोष्टी त्यांनी सांगितल्या. हा छंद शारीरिक मेहनतीच्या छंदात मोडतो, पण झाडांबद्दल प्रेम, माया, जिद्दाळा असेल तर बागेत काम करताना थकवा येत नाही, हे त्यांनी आवर्जून सांगितले. त्यांच्या या आवडीनिवडीसाठीच त्यांनी जमीन खरेदी करण्याचे ठरविले आणि जमीन खरेदी करताना आलेल्या वेगवेगळ्या अनुभवांचे अगदी मजेशीर वर्णन त्यांनी केले. आज तीन एकर जमिनीवर त्यांनी त्यांना आवडलेली झाडे लावलेली आहेत आणि ते खूप आनंदाने त्यांचे संगोपन करीत आहेत. त्यामध्ये त्यांना त्यांच्या सुविद्य पत्नी मालतीताई यांचे खूप मोलाचे सहकार्य लाभले आहे.

आपल्या छंदाविषयीच्या कार्यक्रमाची सांगता श्री. विजय बागुल सर यांच्या सुरेल अशा माऊथ ऑर्गनच्या सुराववटींनी झाली. श्री. विजय बागुल यांना लहानपणापासून संगीतात रुची होती. अनेक वाद्यांचे क्लास लावून झाल्यानंतर त्यांना माऊथ ऑर्गन वाजवणे खूप भावले. वयाच्या साठव्या वर्षी ते माउथ ऑर्गन वाजवायला शिकले. म्हणजेच एखादी कला शिकायला, अवगत करायला वयाचे बंधन अजिबात नसते. आजपर्यंत त्यांनी शंभरच्या वर माऊथ ऑर्गन वादनाचे कार्यक्रम केले आहेत. मानवी मनाला आनंद व शांतता देणाऱ्या या कार्यक्रमाची एक हृद्य आठवण त्यांनी सांगितली. एका वृद्धाश्रमात त्यांच्या माऊथ ऑर्गन वादनाचा कार्यक्रम होता. सर्व मंडळींनी जुन्या हिंदी गाण्यांची फर्माईश केली. बागुल सरांनी तशी गाणी वाजवताच त्या वृद्धांच्या डोळ्यातून पाणी पाझरू लागले, कुठेतरी आत खोल त्यांच्या तरुणपणातील आठवणी जाग्या झाल्या आणि अश्रूंच्या रुपाने त्या पाझरू लागल्या. ही त्यांच्या कार्यक्रमाची पोचपावतीच होती.

छंदांबद्दलचा कार्यक्रम खूपच छान झाला. आभार प्रदर्शन

सौ. उज्वला नाईक यांनी केले.

चटक-मटक रुचकरअशी भेळ खाऊन कार्यक्रम संपन्न झाला.

सौ. उज्वला नाईक

जयपुर अत्रोली घराणे आणि गानसरस्वती किशोरीताई आमोणकर

मंगळवार, दि. २४ मार्च, २०२६ रोजी उच्च विद्याविभूषित आणि अनेक प्रतिष्ठित मान-सन्मान प्राप्त झालेल्या डॉ. राधिका जोशी यांचे व्याख्यान श्रवणेंद्रियाला आणि बुद्धीला मेजवानी देणारे ठरले. त्यांच्या व्याख्यानाचा विषय होता जयपुर अत्रोली घराणे आणि गानसरस्वती किशोरीताई आमोणकर. अर्थशास्त्रातील विद्यावाचस्पती (Ph.D.) आणि शास्त्रीय संगीतातील सखोल ज्ञान यामुळे प्रात्यक्षिकासहित झालेली ही ज्ञानमैफल सुश्राव्य झाली.

डॉ. राधिका यांनी घराणे म्हणजे कमीत कमी तीन पिढ्यांनी शास्त्रीय संगीताचा ध्यास घेऊन वैशिष्ट्यपूर्ण बांधणी केलेले संगीत म्हणजे वेगळे घराणे होय असे सांगितले. यात एक बांधिव पद्धत आणि त्या पद्धतीने सादर केलेला आविष्कार हे प्रात्यक्षिकासहित दाखवले. या जयपुर घराण्याचे संस्थापक अल्लादिया खां अत्रोली गावचे आणि त्यांना राजाश्रय दिला जयपूरच्या राजघराण्याने. त्यामुळे या घराण्याचे नाव जयपुर अत्रोली.

डॉ. राधिका यांनी प्रथम तिलक कामोद या रागात बांधलेली आणि गायकाने मैफलीत कसे गावे याचे वर्णन केलेली, घराण्याचे वैशिष्ट्य दाखवणारी बंदीश सादर केली. घराण्याचे दुसरे वैशिष्ट्य म्हणजे द्रुततालातील बंदिशी. पंडिता मोगुबाई कुडीकर यांनी द्रुततालातील बंदिशी बांधून लोकप्रिय केल्या. या घराण्याने जोड-रागातील बंदिशी बांधून त्याही लोकांना परिचित केल्या. याचे प्रात्यक्षिक म्हणून डॉ.राधिका यांनी सावनी कल्याण रागातील झपतालातील मध्यलयीन दे हो..... ही बंदिश ऐकवली. जोड-रागातील सौंदर्य, तसेच रागातील समतालातील प्रचलित ठिकाणी न घेता वेगळ्याच ठिकाणी घेऊन यमन रागात जाऊन दाखवून त्यातली गंमत दाखवली.

अल्लादिया खां यांचे गाणे जयपूरच्या राजाला अत्यंत प्रिय होते. त्यामुळे ते सतत सर्व प्रहारात अल्लादिया खां यांचे गाणे ऐकत. या गाण्याने खां साहेबांच्या आवाजावर परिणाम होऊन त्यांना सक्तीची विश्रांती घ्यावी लागली. म्हणजे आवाज गेलाच, पण निराश न होता थोडा विश्राम घेऊन एक वेगळी शैली त्यांनी निर्माण केली. दमसास टिकत नसल्याने, मध्यलयीतील बंदिशी बांधल्या आणि या घराण्याचे एक खास वैशिष्ट्य ठरले.

पुढे किशोरीताईंनी थोडी कमी लयीतील, स्वराचा ठेहराव वाढवून भावपूर्ण संगीत प्रचलित केले. त्यांनी जयपूर घराण्याची तत्वे न बदलता भावांगातून संगीत व्यक्त केले. हा वेगळा बदलाव आणला. किशोरीताईंनी भूपसारखा प्राथमिक वाटणारा राग कसा खुलवता येतो, हे प्रत्यक्ष दाखवले. त्यांनी शास्त्रीय संगीताचा कॅनव्हास खूप विस्तारित केला. शेवटी किशोरीताईंनी लोकप्रिय केलेली अवघा रंग एक झाला ही भैरवी डॉ. राधिका यांनी गाऊन एका सुश्राव्य मैफलीची सांगता केली.

सौ. अंजली भाटवडेकर यांनी डॉ. राधिका जोशी यांचा सविस्तर परिचय करून दिला. श्री. माधव बांदिवडेकर यांनी आभार प्रदर्शन केले.

सौ. मधुरा बांदिवडेकर

संयुक्त वार्षिक सर्वसाधारण सभा

मंगळवार, ३१ मार्च २०२६ रोजी मैत्रेय चॅरिटेबल सोसायटी ट्रस्ट आणि स्नेहसेवा यांची संयुक्त वार्षिक सर्वसाधारण सभा आयोजित करण्यात आली होती .

मैत्रेय चॅरिटेबल सोसायटी ट्रस्टच्या सभेत मांडलेल्या इतर ठरावांबरोबरच अध्यक्ष डॉ. राधा संगमनेरकर यांनी संपूर्ण वर्षभरात आपल्या ट्रस्टतर्फे झालेल्या कामगिरीचा आढावा घेतला.

आरोग्य सेवेमध्ये गतवर्षी मागास भागातून शिक्षणासाठी पुण्यात आलेल्या विद्यार्थिनींना गर्भाशयाच्या मुखाच्या कर्करोगावरील मोफत प्रतिबंधक लस देण्याचा उपक्रम हाती घेतला होता, तो यंदाच्या वर्षी पूर्ण झाला. दरवर्षीप्रमाणे निवासी मतिमंद मुलांच्या शाळेतील मुलांना आवश्यक ती औषधे पुरविण्यात आली .

शैक्षणिक सेवा अंतर्गत साधना व्हिलेज, कोळवण आणि ड्युऑन रे फाउंडेशनच्या होतकरु विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक साहित्य पुरविण्यात आले .

झोपडपट्टीतील मुलांच्या हातात कोयत्याऐवजी टेबल टेनिसची रॅकेट आणि व्हायोलिन देणाऱ्या सहभाग फाउंडेशनला ट्रस्टतर्फे रु. दोन लाख देण्यात आले.

मैत्रेय चॅरिटेबल सोसायटी ट्रस्टतर्फे गेली २७ वर्षे अव्याहत चालणारा उपक्रम म्हणजे जम्मू, लेह, लडाख आणि ईशान्येकडील तवांग येथील सीमेवर तैनात जवानांना दिवाळीचा फराळ पाठवणे. यंदाच्या वर्षी आपण एकूण ७,५०० मिठाई बॉक्सेस पाठविण्याचा विक्रम केला.

ह्या वर्षीची विशेष उपलब्धी म्हणजे सभासदांमधील काही मतभेदांच्या परिणामस्वरूप विभक्त झालेला स्नेहसेवा ट्रस्ट दिलजमाई होऊन परत आपल्या हाती आला आहे .

स्नेहसेवाच्या साप्ताहिक सभामधून विविध क्षेत्रातील नामवंत व्यक्तींची उद्बोधक व्याख्याने आयोजित केली गेली. स्नेहसेवाच्या सभासदांनी स्वतः उत्तमोत्तम कार्यक्रम सादर केले. श्री. मुकुंद गायधनी यांनी पायी नर्मदा परिक्रमा पूर्ण केली. त्याचे रोमहर्षक अनुभव कथन केले आणि आता ते इंग्रजीत पुस्तक रूपाने प्रकाशित झाले आहे. लवकरच त्याचा मराठी अनुवादही प्रकाशित होत आहे.

सौ. प्रज्ञा यादी यांनी स्वतः लिहिलेले आणि दिग्दर्शित केलेले एकटी हे नाटक सहकलाकारांच्या मदतीने ज्येष्ठ नागरिकांसाठी आयोजित स्पर्धेत सादर केले. अतिशय परिणामकारक सादरीकरणाला रसिक प्रेक्षकांचा उत्स्फूर्त प्रतिसाद मिळाला.

स्नेहसेवाच्या सभासदांनी चाफेकर वाडा, शिवसृष्टी, भाऊसाहेब रंगारी भवन, आनंदी संसार संग्रहालय, - िळरींळेप ऋश्रश्री च्चीशी, थरी चशीळरश्र यांसारख्या ठिकाणांना भेटी देऊन पुण्यनगरीची नव्याने ओळख करून घेतली .

२०२५/२६ वर्षाची ही शेवटची सभा असल्याने डॉ. दिनेश पांडे यांनी २०२६/२७ या वर्षाच्या नवीन कार्यकारिणीची माहिती सभासदांना दिली. त्यानुसार श्री. अरविंद भडकमकर - अध्यक्ष, नीला सरपोतदार - उपाध्यक्ष, प्रा. रवींद्र कोठावडे - सचिव, श्री. शेखर फुलंब्रीकर - सहसचिव, सौ. मालती काळभोर - खजिनदार. डॉ. राधा संगमनेरकर, डॉ. नीलिमा भडभडे, श्री. सुधीर पळसुले आणि श्रीमती छाया काळे यांचा नवीन कार्यकारिणीत समावेश आहे .

सभेच्या अखेरीस नेहमीप्रमाणे अल्पोपहार आणि कॉफीपान आयोजित केले होते.

**सौ. नीला सरपोतदार
सचिव**

सेवाव्रताची दोन वर्षे

स्नेहातून सेवा आणि सेवेतून स्नेह हे ब्रीदवाक्य असलेल्या स्नेहसेवा संस्थेचे अध्यक्षपद गेली दोन वर्षे मला अनुभव-संपन्न करणारी होती. विविध प्रकल्प आखणी, इतर संस्थांचा परिचय, विविध क्षेत्रातील मान्यवर व्यक्तींच्या गाठीभेटी, सर्व सदस्यांशी वार्तालाप, हे अनुभव लेखक मनाला आनंददायी आहे. सभाधीटपणा, हजरजबाबीपणा अंगी बाणला. उत्स्फूर्त बोलण्याची कला जोपासता आली. स्नेहसेवेचे अध्यक्षपद हे समाजात वेगळी ओळख निर्माण करते.

स्नेहसेवाच्या माध्यमातून समाजसेवेची आवड जोपासता आली, हे विशेष. स्वतःच्या क्षमतांचा पूर्ण वापर करता

आला. सेवा का करायची? हा प्रश्नही मनात येत नाही, तर ज्यांना आतूनच उर्मी येते, जेथे व्यवहाराचे दर्शन होत नाही, ते स्नेहीजन. सेवेत आनंद घ्यायचा आणि स्नेहाचे वर्तुळ वाढवत न्यायचे. सेवा म्हणजे आपपर भाव गेल्यानंतर परोपकार ही भावना जाते. ही भाग्यवंतांनाच मिळते.

की घेतले प्रथम हे आम्ही अंधतेने
लब्ध-प्रकाश-इतिहास-निसर्गाने
जे दिव्य दाहक म्हणून असावयाचे
बुद्धीचे वान धरिले करी हे सतीचे

एका लहान मुलाने भक्तीभावाने परमेश्वरास प्रसन्न करून घेतले. परमेश्वराने त्याला विचारोस्तु हा आशीर्वाद दिला. या आशीर्वादात आपल्या सर्वांचे कल्याण आहे. जगातील वाईट विचारांची पाटी पुसणे यासारखे कार्य नाही. मला अमुक एक काम जमणार नाही, हा विचार मागे टाकता आला पाहिजे.

अनेक अपूर्णाकांना एकत्र आणून त्यांचा पूर्णांक बनविता येतो. संस्था चालविताना प्रत्येक माणसातील गुण हेरून सम्यक शक्तीने पूर्णांक बनवला तर संस्था प्रगतीपथावर राहते. ही महत्त्वाची जबाबदारी पार पाडणे, हे सर्वांच्या सहकार्यामुळेच शक्य झाले. सर्वांच्या ऋणात राहणेच मला आवडेल. व्यक्त करण्यासारखे खूप आहे, पण आता लेखणीला विराम देते.

डॉ. राधा मुकुंद संगमनेरकर

तुझं माझं? छे! 'आपलं'.

तुझं माझं करण्यापेक्षा कधीतरी आपलं म्हणून जगावं,
स्वार्थाच्या भिंती तोडून प्रेमाने नातं जपावं.

मी आणि तू या शब्दात अंतर फार वाढतं, आपलं म्हणताच मन मात्र अलगद जोडतं.

वादाच्या ठिणग्यांना शांततेचं पाणी द्यावं,
रुसव्याच्या ढगांना प्रेमाचं आभाळ द्यावं.

क्षणभंगुर आहे आयुष्य, वेळ निसटून जाईल, 'मी'पण जपता जपता 'आपलं' हरवून जाईल.

म्हणून तुझं माझं सोडून एकदा मनापासून हसावं, कधीतरी 'आपलं' म्हणून जगावं...

फक्त आपलं म्हणून जगावं.

(स्रोत : व्हाट्सअप)

वि. वा. शिरवाडकरांची एक अर्थपूर्ण कविता

देव मानावा की मानू नये
या भानगडीत मी पडत नाही,
आपल्या मान्यतेवाचून
देवाचं काही अडत नाही..!
ज्यांना देव हवा आहे
त्यांच्यासाठी तो श्वास आहे,
ज्यांना देव नको आहे
त्यांच्यासाठी तो भास आहे,
आस्तिक नास्तिक वादात
मी कधीच पडत नाही,
आपल्या मान्यतेवाचून
देवाचं काही अडत नाही..!

हार घेऊन रांगेत कधी
मी उभा रहात नाही,
पाव किलो पेढ्याची लाच
मी देवाला कधी देत नाही,
जो देतो भरभरून जगाला
त्याला मी कधी देत नाही,
आपल्या मान्यतेवाचून
देवाचं काही अडत नाही..!
जे होणारच आहे
ते कधी टळत नाही,
खाटल्यावर बसून
कोणताच हरी पावत नाही,
म्हणून मी कधी
देवास वेठीस धरीत नाही,
आपल्या मान्यतेवाचून
देवाचं काही अडत नाही..!

देव देवळात कधीच नसतो...
तो शेतात राबत असतो,
तो सीमेवर लढत असतो,
तो कधी आनंदवनात असतो,
कधी हेमलकसात असतो,
देव शाळेत शिकवत असतो,
तो अंगणवाडीत बागडत असतो,
तो इस्पितळात शुश्रूषा करीत असतो, म्हणून...
ह्यांच्यातला देव मी कधी नाकारत नाही,
आपल्या मान्यतेवाचून
देवाचं काही अडत नाही..!

कुसुमाग्रज