हितगुज

२०२५ गुढीपाडवा विशेषांक

मराठी असोसिएशन ऑफ मिनेसोटा

मराठी मंडळ कमिटी
२०२४-२०२६

उपाध्यक्ष:
मधुरा पाटील

कोषाध्यक्ष:
अनुप वराडे

सांस्कृतिक सचिव:
अश्विनी भोसले
केतन कुलकर्णी

संपर्क सचिव:
स्नेहल कुलकर्णी मुळे

शाळा सचिव:
मृदुला वडके

हितगुज संपादिका:
अवनी सावरकर-शेंड्ये
वैशाली चिमणपुरे

स्टॅगरिंग कमिटी २०२५-२०२६

संपर्क सचिव:
प्रथमेश देशपांडे

मुखपृष्ठ चित्र : मिहिरा जोशी

संपादकीय: अवनी सावरकर-शेंड्ये, वैशाली चिमणपुरे

मराठा तितुका मेळवावा, महाराष्ट्र धर्म वाढवावा : अमोल दांडेकर
आयुर्वेद : श्रद्धा कदम
कुमुदमावशी : वासंती मुदकण्णा
"सिंदूर" : ऋचा सावरकर
आयुष्य हे असंच असतं : शुभांगी काळे
गोकुळ भेट : स्वामिनी बाबतीवाले
शब्द आणि नाद : जयश्री मुळे
मैत्री माझी : प्रविणा पाठक
भूक भुक : नितीन मुळे
घेवर : स्वामिनी बाबतीवाले, ऋचा सावरकर

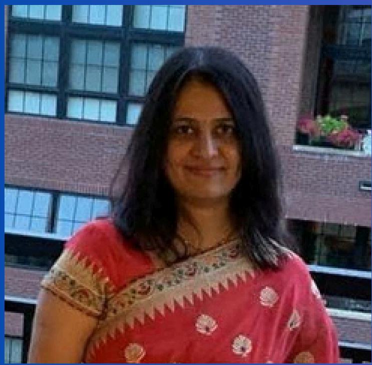
अभिनंदन : अनीश सोहोनी

उत्सव माझ्या दारी : अमरजा बाबतीवाले, श्रध्दा बरीदे, अर्पिता थत्ते, कल्याणी कुवळेकर, शुभांगी महाजन, रोहिणी म्हाळगी, वैशाली चिमणपुरे, प्रविणा पाठक

कलाकौशल्य : श्रध्दा बरीदे, कल्याणी कुवळेकर, अंजली भुरे, रुपाली तेलंग, अमरजा बाबतीवाले, अर्पिता थत्ते

पाककला : स्वरदा नवले, अमित पाठक

छोट्यांच्या दुनियेत : अगस्त्य थत्ते, आरव गुंड, आर्या पाठक, मायरा नगरकर, रिधीमा जोशी, मिहिरा जोशी



वैशाली चिमणपुरे

संपादकीय

अवनी सावरकर-शेंड्ये

नवा अंक, नव्या आठवणी, नव्या दिशा —
शब्दांच्या या मखमली वाटेवरून चालताना,
हृदयाशी जपलेली माणसं पुन्हा एकदा
या पानांमधून तुमच्याशी हितगुज करतात.

मराठी मातीचा गंध,
परंपरेचा साज, आणि सर्जनशीलतेची झुलती फुलं —
या अंकात तुम्हाला लाभेल एक विलोभनीय संगम.

आयुष्याच्या वेगवेगळ्या रंगांची उधळण करणाऱ्या
शब्दशिल्पकारांना मन:पूर्वक दाद,
आणि लहानग्यांच्या कल्पनाविश्वाला सलाम!

या अंकात तुम्ही वाचाल... बघाल... जाणाल...
आणि तुम्हालाही वाटेल —
"हे आपलं... अगदी आपल्यासारखंच!"

आपलं असं जोडत राहूया,
माणुसकीच्या, मायाळूपणाच्या, आणि मराठीपणाच्या नात्याने.

वसंत ऋतूचा आनंद 'हितगुज'च्या साथीनं द्विगुणित करा!

वैशाली चिमणपुरे
अवनी सावरकर-शेंड्ये

मराठा तितुका मेळवावा, महाराष्ट्र धर्म वाढवावा

प्रस्तावना

मध्यप्रदेशातील हरदा जिल्यातलं टिमरनी हे माझं आजोळ. मध्यप्रदेशातल्या निमाड (खांडवा, सनावद इत्यादी असे ५-६ जिल्हे आहेत) प्रांताचा मुलकी कारभार माझ्या पूर्वजांकडे होता. यात मुख्य करून कर वसुली, न्याय निवडा आणि उत्तरेत मोहिमेवर निघालेल्या मराठ्यांच्या फौजेची निमाड प्रांतातली सारी व्यवस्था पाहणे याचा समावेश होता. त्यांच्या उमेदीच्या काळात बऱ्हाणपूर हे मुख्य कारभाराच गाव. पूर्वज नेहमी पेशव्यांशी आणि छत्रपतींशी एकनिष्ठ राहिले, त्यांनी स्वतः चे संस्थान निर्माण केले नाही. इंग्रजांच्या आमदनीत सगळ्यालाच उतरती कळा लागली. पुढे जाऊन माझ्या पूर्वजांची एक शाखा मध्यप्रदेशातल्या टिमरनी या गावी स्थाईक झाली.
वयाच्या १५ व्या वर्षीपर्यंत नित्यनेमाने उन्हाळ्याच्या सुट्टीत आजोळी जायचा आनंद मला मिळाला.
इंदोर हे माझ्या आईचे आजोळ, त्यामुळे अगदी दर वर्षी जरी नसलं तरी एकदोन वर्षात एकदा इंदोरलाही जाणं होई. टिमरनी पासून नर्मदा मैय्या २०-२२ किमी वर त्यामुळे, कुठल्याना कुठल्या कारणाने या नदीचे दर्शन मला लहानपानपासून झाले. थोडा मोठा झाल्यावर मामा बरोबर नर्मदा नदीवर पोहायला जाणे हा देखील कार्यक्रम असे. नेमावरला नर्मदा परिक्रमा वासी आणि अनेक साधू मी लहानपणापासून पाहिले. पुढे माझ्या आई वडिलांनी (2015-2016) पायी ३५०० किमी नर्मदा परिक्रमा केली, साहजिक त्यामुळे नर्मदा नदी पेक्षा ती नर्मदा मैय्या जास्त वाटू लागली.
तिच्याबद्दल भक्ती, आदर आणि कुतूहल सारच बळावल. त्याचबरोबर लहानपणापासून मध्यप्रदेशातल्या इंदोर ते टिमरनी सारख्या लहानश्या गावात मी मराठी संस्कृतीचा ठसा उमटलेला पाहिला आहे.
ही गावं, तिथली राहाणी आणि संस्कृती मला खूप जवळून बघायला मिळाली, पण त्या मागे लपलेल्या इतिहासाचा पडदा मात्र या निमित्ताने बाजूला करता आला. आजचा दिवस आणि आजच मध्यप्रदेशातलं (आणि एकूण उत्तर भारतातलं) धार्मिक आणि सांस्कृतिक वैभव हे मराठ्यांनी केलेल्या पराक्रम आणि सांडलेल्या रक्तामुळे आहे हे कधीही आपण विसरू नये.

गौरवशाली भारत – एक संकृती, एक वारसा, एक स्वप्न! हा विषय निवडल्याबद्दल मराठी असोसिएशनचे मनापासून आभार.

अध्यात्मिक आणि भौगोलिक वैभवाची साक्षीदार नर्मदा मैय्या!

ओंकारेश्वर

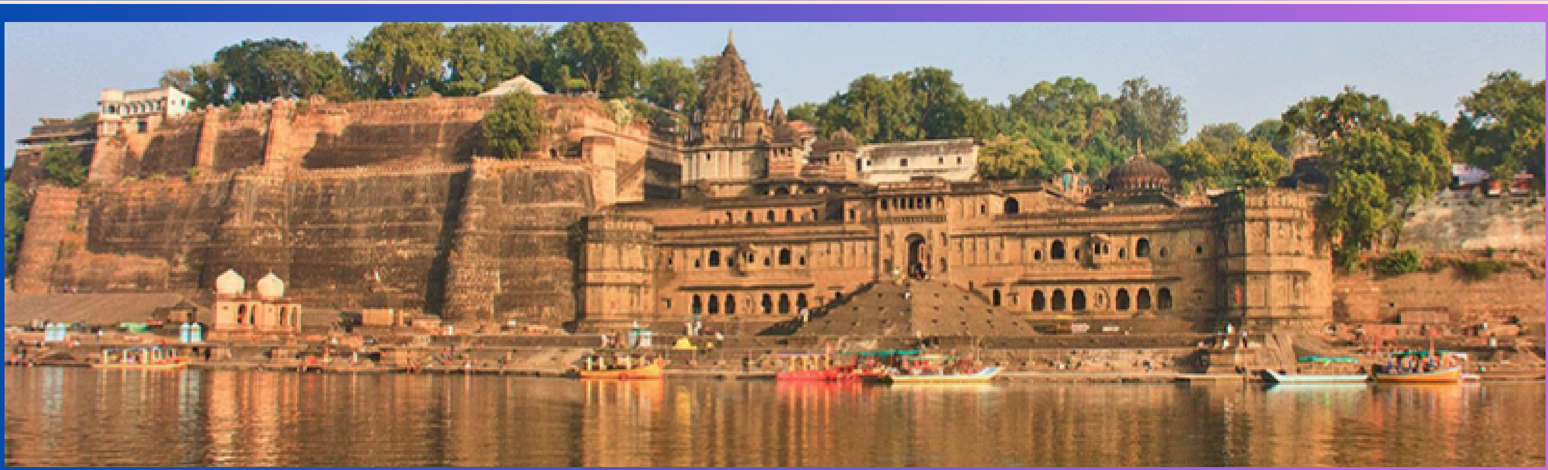
असं म्हणतात की भारतीय उपखंडातील नर्मदा नदी सर्वात प्राचीन नदी आहे, नर्मदा नदीला परिक्रमाही करतात, ३५०० किमी पायी! खरंच आपला भारत देश एक अचंबित करणारी पुण्य भूमी आहे. केवळ श्रद्धा आणि विश्वास (जोडीला आत्मविश्वास देखील) याच्या जोरावर, थंडी, वारा, ऊन, पाऊस रस्त्यात येणारी अनेक आव्हान पेलत नर्मदा परिक्रमावासी न थकता चालतो, जोडीला असत रोज सकाळ-संध्याकाळ नर्मदाष्टक. सकाळ झाली की नर्मदा मैय्या की जय म्हणायचं आणि चरैवेती, चरैवेती, चरैवेती करत..... चालू लागायचं. मिळेल ते खायचं, जिथे व्यवस्था होईल तिथे पाठ टेकायची. दिवसभर चालून आल्यावर रांधायच, गरज पडली तर स्वतः बरोबर आश्रमातल्या १० लोकांच सुद्धा. जेवणं उरकायची मग स्वतः जेवायचं भांडी कुंडी घासून झोप घ्यायची. सकाळी उठून उरकून पुन्हा नर्मदा मैया की जय १८-२२ कि मी चालायचं. खरंच नर्मदा परिक्रमा वासी किती कष्ट उपासतो, पण तो कष्टी कधीच होती नाही. त्याची नर्मदा मय्यावर निस्सीम भक्ती असते आणि आलेली संकट मैयाच दूर करेल तेव्हा आपण फक्त चालायचं या श्रद्धेच्या भरवश्यावर तो ३५०० की मी पायी प्रवास करतो. माझ्या आई वडिलांनी 2015-16 मध्ये ही कठीण परिक्रमा चालत हसत-हसत पूर्ण केली.

नर्मदा मय्येच्या किनारा फार देखणा आहे, तिच्या किनाऱ्यावरची अनेक गाव आणि घाट हे बघण्यासारखे आहेत. महेश्वर पाहावं ते तिथल्या सुबक आणि सुंदर घाटांसाठी. तसच ओंकारेश्वर तर असं ठिकाण आहे की ज्यांना अध्यात्माकडे कल आहे त्यांनी अध्यात्मात लीन व्हावे आणि ज्यांना निसर्ग आवडतो यांनी स्वतःला निसर्गाच्या स्वाधीन करावे, हातात कॅमेरा असू द्यावा आणि मनसोक्त फोटो घ्यावे, दर तासाला मय्येच सौन्दर्य बदलत असत. दोन्हीची आवड असेल तर ८-९ किमी च्या मान्धाता परिक्रमेवर निघावे, नर्मदा परिक्रमेची झलक मिळेल आणि सुबक नक्षी असलेल्या मंदिरांच्या भिंतीवरच्या नक्षी निरखत, चार - पाच तास कसे निघून जातील कळणार देखील नाही. ओंकारेश्वरचा संपूर्ण टापू चहू दिशांनी न्याहाळता येतो आणि निसर्गानी आणि नशिबानं साथ दिली तर छान सूर्यास्त देखील बघायला मिळतो. बारा ज्योतिर्लिंगांपैकी एक, ममलेश्वर हे ओंकारेश्वरच्या शिवमंदिराचे नाव. इथे शंकराचार्य गुफापण आहे. आदी शंकराचार्यांना आपले गुरु इथेच भेटले व त्यांना आपल्या गुरूकडून इथेच दीक्षा मिळाली अशी श्रद्धा आहे. इथे. हौस असल्यास ओंकारेश्वच्या बेटाची बोटीनं सफर करता येते, छाती दडपणारी पाण्याची गती तर कुठे शांत प्रवाह, केवळ तास दोन तासात नर्मदेची अनेक रूपं बघायला मिळतात. नर्मदा नदीचं पात्र इथे अरुंद आहे, पण खूप खोलही आहे.

बोटींची ये, जा, कधी हिरवट तर कधी नीळशार पाणी, भक्तांची आणि साधूंची सतत ये-जा आणि भारताचे अध्यात्मिक वैभव पाहावं ते आठ किलोमीटरच्या मान्धाता परिक्रमेत अनेक प्राचीन मंदिरं आहेत त्यापैकी सगळ्यात सुंदर शिल्प असलेलं मंदिर सिद्धेश्वर, पण दुर्दैवाने इतिहास कशाशी खातात याची तिळमात्र कल्पना नसलेला एक सरकारी विभाग म्हणजे पुरातत्व विभाग. मंदिराची कुठलीही माहिती इथे नाही, मुस्लिम आक्रमणात मंदिर ७०% नष्ट झालं, पण शिल्लक असलेला ३०% भाग मात्र त्याच्या गतवैभवाची साक्ष देत ताठ मानेन उभा आहे. मुख्य मंदिराचे अनेक खांब शिल्लक आहेत ज्यावर जुनं मंदिर उभं होतं, पण माझा धर्म फक्त श्रेष्ठ आणि बाकी सगळं अपवित्र अशी स्वतः च्या बद्दल धारणा असलेल्या आणि स्वतःला बुदशिकन म्हणवून घेणाऱ्या मुस्लिम आक्रमकांनी हे देखील सोडलं नाही. मंदिराची रचना अत्यंत वैशिष्ठयपूर्ण आहे मंदिराच्या यासगळ्या बाजूना सुबक हत्तीची शिल्प आहेत, पण आक्रमकांनी एकही हत्ती तोडायचा शिल्लक ठेवलेला नाही. चहू बाजू न्याहाळल्यावर मला फक्त दोन हत्ती बऱ्या स्थितीत मिळाले, धड आणि सोंड व्यवस्थित शिल्लक आहे फक्त शेपूट तेव्हढे नाही.
या टापूवरून जातांना मय्येच मधून मधून दर्शन होत असत, एक मात्र नक्की की नर्मदा नदीत काहीतरी विशेष आहे, नक्की काय हे सांगणं कठीण. मुळात ती एक सौन्दर्यवती आहे, तिचे किनारे, घाट सारच डोळ्यात भरत आणि लहानपणी मी नदी जर कुठली पहिली असेल तर ती देखील नर्मदा मैय्याच!

सुबक घाटांचे महेश्वर

सुबक एकसारख्या पायऱ्या, भव्य प्रवेशद्वार, आखीव-रेखीव, कुठे भव्य तर कुठे नाजूक नक्षीकाम, राजप्रासादा सारख्या भव्य कमानी, नक्षीदार खिडक्या आणि नाजूक कोरीव वेलबुट्टी काढलेले भव्य खांब. साधारण ३० पायऱ्या उतरून ३० एक फुटांची थोडी सपाटी आहे, मग पुन्हा १० पायऱ्या उतरून विशाल नदी पात्र. पायऱ्यांना मजबुती असावी म्हणून ठराविक अंतरावर चौकोनी ओटे आहेत. सगळं बांधकाम sandstone मधे केलेलं आहे. आपण एखाद्या भव्य राजवाड्यासमोर उभे आहोत असा भास निर्माण होतो पण हा आहे महेश्वरचा नर्मदा नदीवर बांधलेला घाट. घाटाच्या आतल्या बाजूला होळकरांच्या काही छत्र्या आहेत. हे आहे मराठ्यांचं नर्मदा तटावरच वैभव! नर्मदा नदीत होडीत बसून स्वछंद विहार करताना समोरच्या घाटाचं प्रतिबिंब फार सुरेख दिसत! या दृश्यांनी मुंबईच्या सिनिमावाल्यांना भुरळ घातली नसती तर नवल, अनेक चित्रपटात महेश्वराचा घाट आहे, अलिकडल्या बहुतेक सगळ्या ऐतिहासिक मालिकांमधे महेश्वरचा हा घाट बघायला मिळतो. इतका भव्य घाट तर कदाचित गंगातिरी देखील नाही! वरच्या झरोक्यांमधून नर्मदानदीचं सुंदर दृश्य दिसत. सूर्यास्ताच्यावेळी नदीला छान सोनेरी झळाळी मिळते आणि नर्मदा नदी अधिक तेजस्वी दिसू लागते. अमावस्या आणि पौर्णिमेला नदीत दिवे सोडायची प्रथा आहे. ते दृश्यतर बघायला मिळालं नाही पण अत्यंत सुंदर असेल यात शंका नाही.



पुण्यश्लोक अहिल्याबाई होळकरांनी महेश्वरला राजधानीचा मान दिला, त्यांनी दोन दशकांपेक्षा जास्त काळ महेश्वरहून राज्यकारभार चालवला. त्यांच्याच काळात हा नर्मदेवरील भव्य घाट उभा राहिला. आज हिंदूंची अनेक मंदिर, श्रद्धास्थान अहिल्याबाई होळकरांमुळे उभी आहेत. बनारसचे अनेक घाट, काशी विश्वेश्वराचे मंदिर आणि इतर अनेक मंदिरांचे जीर्णोद्धार अहिल्याबाईंनी केले आहेत. होळकरांच्या राज्याची राणी, पण स्वतः अतिशय साध्या राहात असत. त्या कधीही पलंगावर झोपल्या नाहीत, जमिनीवर कांबळ टाकून त्या झोपत, व्रतस्थ जीवन त्या जगल्या. साऱ्या देशाला त्यांनी दातृत्व काय असत हे दाखवून दिलं. पण वेळप्रसंगी हातात शस्त्र घेऊन रणरागिणी बनून त्या युद्धाला नुसत्या उभ्या नाही राहिल्या, तर शत्रूला दाती तृण घ्यायला लावत नामोहरम सुद्धा केलं!

थोरल्या बाजीराव पेशव्यांची समाधी - रावेर-खेडी

शिवाजी महाराज, संभाजी महाराज यानंतर जर कुणी युगप्रवर्तक पराक्रमी मराठा सेनापती उपजला असेल तर ते म्हणजे थोरले बाजीराव पेशवे! पराक्रमाच्या ऐन शिखरावर असताना त्यांचा अचानक मृत्यू झाला. मृत्यू समयी ते निमाड प्रांतातील नर्मदे किनारी रावेर या गावी होते. गावाचे नाव जरी रावेर असले तरी रावेर आणि खेडी अशी ही दोन जुळी गाव आहेत त्यामुळे उल्लेख रावेरखेडी असाच येतो. २०१५ सालच्या दिवाळीत सुट्टी काढून ओंकारेश्वर, महेश्वर आणि मांडवगड किल्ला बघायचा बेत आखून ठेवला होता. त्याच सहलीत रावेरखेडीला जाऊन थोरल्या बाजीराव पेशव्यांच्या समाधीचे दर्शन घ्यायचे हेही मनात पक्के करून टाकले होते.

टिमरनी-खांडवा-सनावद आणि सनावद कडून थोडं पश्चिमेकडे गेलं की रावेरखेडी गाव आहे. २०१०-११ साली ईमेलवर;महाराष्ट्राला खंत नाही आणि मध्यप्रदेशाला आस्था नाही; अश्या मथळ्याखाली एक पोस्ट खूप व्हायरल झाली होती, रावेरखेडीला जाणे हे किती कठीण आणि कष्टाचं काम आहे हे यात वाचायला मिळालं. दोन्ही राज्यातल्या सरकारला कसलीच परवा नसल्याचं यात वर्णन आहे, लेखक रणरणत्या उन्हात महत कष्टानं कसाबसा समाधीपाशी पोचला आणि रस्त्यांची स्थिती याच विस्तृत वर्णन आहे, पण आता हे इतिहासजमा झालं, भारत बदलतो आहे. दैदिप्यमान इतिहासाची जाणीव आता होऊ लागली आहे, आस्था हळू हळू बळावते आहे. तेव्हा थोरल्या बाजीराव पेशव्यांच्या समाधीच्या गावी जाण हे अजिबात कष्टाचं राहिलेलं नाही.

२०१५ साली हेच वर्णन वाचून आम्ही घाबरत घाबरत रावेर खेडीला गेलो होतो. पण सनावद पासून हिरव्यारंगाचे मोठ्ठाले बोर्ड आहेत बाजीराव पेशवा समाधी स्थळ ४० कि. मी., दर १० कि मी ला असे मोठ्ठाले फलक आहेत. समाधी स्थळापर्यंत पूर्ण डांबराचा रस्ता आहे, आम्ही गेलो तेव्हा शेवटच्या 7-8 कि. मीचं काम चालू होतं . थेट समाधी पर्यंत पोचलो , मनात खूप उत्कंठा होती. काही जिल्ह्यांच्या स्वराज्याला साम्राज्यात बदलणारा, शत्रूला पळता भुई थोडी करणारा, राजपुतान्यात राजाच्या बाजूच आसन ग्रहण न करता मी छत्रपतींचा सेवक आहे ही माझी जागा नाही, इथे बसायचा मान केवळ छत्रपतींचा, असं अत्यंत विनम्रतेने नाकारत लहान आसनावर बसणारा, थेट दिल्लीत पोचून बादशहाच्या दाढीला हात घालणारा आणि आयुष्यात एकही युद्ध न हरलेल्या या पेशव्याची समाधी कशी असेल? अंगावर रोमांच उभे राहिले. एक लोखंडी दार होतं त्यातून आत शिरलो, उजवीकडे एक चौथरा होता त्याला काही पायऱ्या होत्या, या चौथऱ्यावर एक षटकोनी चौथरा आहे त्यावर बाजीराव पेशव्यांची समाधी आहे. एका छोट्या संगमरवारी पाटीवर लिहिलं “This Chhatri is believed to contain the ashes of the Peshwa Bajirao who died in 1740 AD” अगदी विप्पनावस्थेत आहे असं नाही म्हणता येणार, पण मराठांच्या पेशव्याची समाधी शोभत नाही. आता विकास होतो आहे, रस्ता झाला आहे. पुढे लोकसहभागातून इथेही भव्य समाधी उभी राहील अशी आपण अशा करू या. मध्य प्रदेश शासनाचा पर्यटन विभाग इथे एक निवास सुद्धा बांधणार आहे. समाधी एका तटबंदीत आहे, चारी बाजूला तटबंदीवर जायला जिने आहेत, वर गेलो इथून नर्मदा मय्याच दर्शन होतं, इथे मैया शांत आहे आणि दृश्य फार मनमोहक आहे. १७४१-४२ मधे राणोजी शिंदेनी ही समाधी बांधली. गावात जुनी एक दोन मंदिर आहे, इथे पेशव्यांचा वाडा देखील होता पण आता फक्त जोते, बाहेरची भिंत आणि दरवाज्याची कमान तेव्हढी शिल्लक आहे.

इंदोरचा राजवाडा आणि खाद्य संस्कृती

थोरल्या बाजीराव पेशव्यांनी मराठ्यांच्या राज्याच साम्राज्यात रूपांतर केलं. त्यांच्या हयातीत नाही, पण त्यांच्या नंतर मुघलांच्या दरबारातल्या मंडळींना किती पगार द्यायचा हे मराठे पुण्यात बसून ठरवू लागले. उत्तरेत सारख्या मोहिमा निघत आणि आपली माणसं कायम स्वरूपी उत्तरेत असावी व मुघलांवर वचक राहावा म्हणून थोरल्या बाजीराव पेशव्यांनी मल्हारराव होळकरांना इंदोर तर शिंदेंना उज्जेन दिलं, पुढं ग्वाल्हेर दिल्लीच्या आणखीन जवळ व राजकारण आणि फौजेच्या हालचालींना अधिक अनुकूल म्हणून शिंदेनी ग्वाल्हेर ची निवड केली. पण अत्यंत धोरणीपणे व दुरदृष्टी दाखवत थोरल्या बाजीराव पेशव्यांनी उत्तरेत आपली माणसं ठेवली. बुंदेलखंडात गोविंदपंत खेरांची निवड केली. गोविंदपंत खेरांनी आपल्या मूळ स्थानापासून शेकडो मैल दूर मध्यप्रदेशात सागर नावाचे गाव वसवले. इथे नमूद करावीशी गोष्ट अशी की एक मराठी माणूस कोकणातल्या लहानश्या गावातून मराठ्यांच्या फौजेत सामील होतो, तलवार गाजवतो आणि स्वतःच्या कर्तृत्वावर एका प्रांताचा राज्यकारभार मिळवतो. पुढे खेर आडनाव मागे पडून गोविंदपंत बुंदेले हे नाव जास्त प्रचलित झालं.

माझे पूर्वज सुद्धा कोकणातून नाव काढायला देशावर आले, त्यांनी कुठल्याश्या युद्धात तलवार गाजवली, निमाड भागातल्या भिल्लांच्या उपद्रवाला चाप लावला. पेशव्यांनी त्यांची उत्तम कामगिरी पाहून निमाड प्रांताचा कारभार बघायची जवाबदारी दिली. भुजकाटे म्हणून त्यांची कीर्ती पसरली, पुढे भुजकाटेचा अपभ्रंश भुस्कुटे (मूळचे गाडगीळ) रूढ झालं. प्रसिद्ध संगीतकार सुधीर फडके जेव्हा भ्रमंती करत होते तेव्हा, भटकत ते बऱ्हाणपूरला आले, माझ्या आजोबानी त्यांच्या गाण्याचा कार्यक्रम केला होता. स्वतः सुधीर फडकेंनी त्यांच्या ‘जगाच्या पाठीवर’ या आत्मचरित्रात बऱ्हाणपूरच्या भुस्कुटेंचा उल्लेख न करता मी पुढे जाऊ शकत नाही असा आवर्जून उल्लेख केला आहे!

इंदोरचा राज्यकारभार हाती आल्यावर मराठा साम्राज्याचे सुभेदार मल्हारराव होळकरानीं भव्य राजवाडा बांधला. २०० वर्षांपूर्वी बांधलेला हा राजवाडा सात माजली आहे. इंदोरच्या संस्कृतीत राजवाड्याचं वेगळं महत्व आहे. पण दुर्दैवाने इंदिरा गांधींच्या हत्येनंतर आणि 1984 मध्ये झालेल्या दंगलीनंतर राजवाड्याचा बराच भाग जळून खाक झाला होता. राजवाडा अनेक वर्षे नष्ट झाल्यासारखा दिसत होता, पण इंदोर महानगरपालिका आणि उषा राजे होळकर यांच्या पुढाकाराने राजवाडा पूर्णपणे पुनःस्थापित केला आहे. राजवाड्यात अहिल्याबाई होळकरांचे देवघर होतं तेही आगीच्या भक्षस्थळी पडलं होतं. पण हे देवंघरही जसंच्या तसं त्या जिवंत असताना जसं होतं, पूर्णपणे तसच पुन्हा प्रस्थापित केलं आहे ! आज इंदोरच्या राजवाड्यात त्यांचं देवघर एक सुंदर ठिकाण आहे. इथे एक सकारात्मक ऊर्जेचा प्रत्यय येतो.

इंदोरला जाऊन राजवाडा पाहिला नाही आणि सराफ्यामधे जाऊन पोहे, कचोरी, समोसा, गुलाबजाम आणि रबडी-जिलबी खाल्ली नाही तर इंदोर काय पाहिलं?
राजवाड्याच्या मागे जोशी दहीवडा असं ऐक छोटंसं दुकान आहे, दहीवडा बनवण्याचा खूपच नाविन्यपूर्ण प्रकार आहे. तो त्याच्या अंगठ्यांमध्ये वेगवेगळे मसाले ठेवून तुम्हाला तिखट, मीठ, धनिया पावडर, जिरे दाखत ते दहीवड्यावर टाकेल आणि तो दहीवडा 6 फूट उंच फेकून झेलेल, त्यात परत दही मिसळेल आणि म्हणेल "लो शहजादे दही वडा!" इंदोरच्या पलासिया या भागात ५६ दुकान आहे. एका ओळीत ५६ दुकानं आहेत फक्त खायची प्यायची! कचोरीचे तर अनेक प्रकार इंदोर मधे मिळतात. उत्तर भारतीय आणि मराठी संस्कृतीचा सुंदर मिलाफ इंदोरमधे बघायला मिळतो. इथल्या भाजी बाजाराचे नाव स्वातंत्र्यवीर सावरकर सब्जी मंडी आहे! इंदोरच एक वेगळं मराठी आहे, कुलपाला हे ताळा म्हणतात, "भिया कैसे हो?" म्हंटल की हमखास ओळखाव की असामी इंदोरची आहे!

मालवा की शान मांडवगड!

इंदोरच्या दक्षिणेला साधारण शंभर किलोमीटर वर उत्तरेला मालवा, दक्षिणेला निमाड आणि नर्मदेचं खोरं अश्या भौगोलिक स्थानी, विंध्य पर्वत रांगेत विशाल मांडवगड किल्ला वसला आहे. मांडवगड हा प्राचीन किल्ला आहे, याचा उल्लेख सहाव्या शतकापासून मिळतो. मुस्लिम आक्रमणा आधी मांडवगड किंवा मालवा प्रांतात परमार (पुढे जाऊन याचेच पवार झाले) वंशाचं राज्य होतं. मुस्लिम अक्रमांणा नंतर साधारण १३०५ नंतर अनेक शतकं मालवा परकीयांच्या ताब्यात होता. काळाच्या क्षितिजावर मराठ्यांचा उदय झाला, औरंगजेबाच्या हयातीतच मराठे माळव्यावर स्वारी करू लागले. स्वराज्याच्या विस्तारासाठी, चांगल्या उत्पन्नासाठी आणि मराठ्यांना मळालेल्या चौथाई आणि सरदेशमुखीच्या अधिकारासाठी थोरल्या बाजीराव पेशव्यांनी आपलं लक्ष उत्तरेकडे केंद्रित केलं. माळवा हा सुपीक आणि भरपूर उत्पन्नाचा प्रदेश त्यामुळे तो स्वराज्याला जोडणं आवश्यक होत. म्हणून थोरल्या बाजीराव पेशव्यांनी व्यापक मोहीम आखली, त्यांनी त्यांच्या धाकट्या भावाला चिमाजी अप्पाला माळवा प्रांत घ्यायला पाठवल. ते स्वतः विदर्भाकडे निघाले व तिथून ते बुडेसालखंडात राजा छत्रसालच्या मदतीला धावून गेले. २८ नव्हेम्बर १७२९ ला चिमाजी अप्पा ने गनिमीकावा आणि धक्का तंत्र वापरत मुघलांच्या अपेक्षेपेक्षा जलद आणि विरुद्ध दिशेकडून चाल केली. मुघल सरदार गिरी बहाद्दर व त्याचा भाऊ दया बहाद्दर आणि मराठे यांच्यात घनघोर युद्ध झालं, पराक्रमाची शर्थ करत मराठ्यांनी मुघलांना परास्त केलं आणि मालवा शेकडो वर्षाच्या गुलामगिरीतून स्वतंत्र झाला, मालव्यावर भगवे निशाण फडकू लागले!

मांडवगडाचा परिसर फारच मोठा आहे, मुसलमानी अमदानीत येथे मोठ्या प्रमाणावर निर्माणकार्य झालं, प्रत्येकाने काहीना काही भर टाकली. मुघल सुलतान जहांगीर तर मांडवगडाच्या आकंठ प्रेमात पडला होता. मांडवगडावर खूप काही पाहण्यासारखं आहे. आकर्षक व नानाविविध कमानी, कोरीवकाम आणि स्थापत्य कलेतील भव्यता आणि वैविध्य हे मांडवगडाचे वैशिष्ट्य आहे. फतेपूर सिक्रीस खूप पर्यटक भेट देतात, त्याची कीर्तीही दूर दूर पर्यंत पोचली आहे. फतेपुर सीक्री ला दिल्ली आणि आग्राच्या जवळ असल्याने खूप फायदा झाला त्या मानाने इंदोर दक्षिणेत आणि त्याच्याही खाली १०० किमी वर असल्याने मांडवगड पर्यटनाच्या दृष्टीने म्हणावा तसा नावारूपास आला नाही, पण स्थापत्य कला, भव्यता यात कुठेही मांडवगड कमी नाही. एकच फक्त म्हणता येईल इथलं निर्माण कार्य वेगवेगळ्या काळात झालं त्यामुळे त्यात सुसूत्रतेचा अभाव आहे पण मांडवगड कुठेच कमी नाही.
हिंडोल महल, जहाज महल, रानी रूपमती महल, बाज बहादूर महल, होशंगशहाच थडगं, जामी मशीद आणि नीलकंठेश्वर महादेव अश्या अनेक वास्तू इथे पाहण्यासारख्या आहेत.
बाजबहादूर नावाचा एक शासक होता तो गाईका रुपमतीच्या प्रेमात पडला, त्याने तिच्याशी विवाह करायची इच्छा व्यक्त केली. रूपमती नर्मदा भक्त होती. तिनी एकच अट घातली, मला रोज नर्मदा मय्याच दर्शन झालं पाहिजे बाज बहाद्दराने नर्मदेचा प्रवाह बदलला व ती मांडवगडावरून दिसेल अशी रचना केली. त्यानी आणखीन एक गोष्ट केली त्याने रेवा कुंडाची निर्मिती केली, या रेवा कुंडाबद्दल बऱ्याच आख्याईका आहेत.

नीलकंठेश्वर महादेव

अकबराच्या अमदनीत मालव्याचा सुभेदार शहाबदख खानाने नीलकंठेश्वर, या प्राचीन शिवलायच्या ठिकाणी 'ऐशगाह' म्हणजे आरामगृह बांधले. प्राचीन शिवालयात कड्याच्या शिखरावर असलेल्या कुंडातून येणारे पाणी पायथ्याशी असलेल्या शिवलिंगावर पडायची सोय होती. पण शिवलिंग इथून हलवले. त्याजागी अर्धचंद्राकार आणि मुघली कमान असणारी इमारत बांधली, इमारतीसमोर एक प्रांगण, त्यात एक कुंड बांधले. वरून आलेल पाणी कुंडात साचवले जाई आणि कुंड भरले की तेच पाणी वेलबुट्टीदार नक्षीच्या पाटातून फिरवून ते दरीत सोडले जाई. दुसऱ्याच्या देवालयाची ऐशगाहात रूपांतर करायची ही बुदशिकन वृत्ती!

या इमारतीच्या आतल्याभागात शहाबदख खानाने एक लेख लिहून ठेवला आहे, मूळ लेख फारसीत आहे पण त्याचा मराठी अनुवाद "माझी सारी उमर मी बांधण्यात घालवली ती एकाच आशेने, की मी बांधलेल्या या इमारतीत, कधीतरी योगायोगाने एखादी साहबदिल व्यक्ती तिथे क्षणभर का होईना टेकावी म्हणून!"

मोगल रियासतीत निलकंठेश्वराचे फक्त नाव नीलकंठ म्हणून लक्षात राहिले, इथे कधी शिवालय होते याचा विसर पडला. वर्षामागून वर्ष गेली, गोमांतकातल्या सप्तकोटीश्वराला ज्याप्रमाणे शिवछत्रपती भेटले त्याप्रमाणे नीलकंठेश्वराला चिमाजी अप्पा भेटला. मालवा जिंकल्यावर तो या रम्य ठिकाणी आला, ते सौन्दर्य पाहिले. शहाबदख खानाने लिहिलेला लेख वाचला. बरोबरच्या मंडळींनी ही इमारत पाडून इथे मंदिर बांधावे असा आग्रह धरला. पण त्याने त्या लेखाकडे बोट दाखवले आणि म्हंटले "ही वास्तू साहबदिलानी वास्तव्य करावे म्हणून बांधली आहे, आम्ही ही पाडली तर आम्ही छत्रपती शाहू महाराजांचे सेनापती ठरू काय? लोक म्हणतील छत्रपती शाहूच्या सेनापतीने पाडले, महाराजांचे नाव खराब होते". चिमाजीअप्पाने खरंच साहबदिली दाखवली. त्यांनी इमारत न पाडता छोटीशी शस्त्रक्रिया केली, पाण्याच्या धारेखाली शिवलिंगाची पुन्हा स्थापना केली. दोन शतकांच्या विजनवासानंतर नीलकंठेश्वर पुन्हा स्थानापन्न झाला!

मुसलमानी आमदनीत भ्रष्ट झालेली मंदिरे मराठ्यांनी माळवा काबीज केल्यानंतर पुन्हा स्थापित केली. उज्जेन शिंद्यांच्या ताब्यात आले राणोजी शिंद्यांचा दिवाण रामचंद्र शेणवी याने महाकालेश्वर मंदिराचा जीर्णोद्धार केला. अशी अनेक देवालय आहेत आणि म्हणूनच आजचा दिवस आणि आजच मध्यप्रदेशातलं (आणि एकूण उत्तर भारतातलं) धार्मिक आणि सांस्कृतिक वैभव हे मराठ्यांनी केलेल्या पराक्रम आणि सांडलेल्या रक्तामुळे आहे हे कधीही आपण विसरू नये.

हा मराठ्यांनी महाराष्ट्राबाहेर केलेला पराक्रम आणि धर्मकार्य !
या सगळ्या कामामागे,
या भूमंडळाचे ठायी। धर्मरक्षी ऐसा नाही।
महाराष्ट्र धर्म राहिला काही । तुम्हा कारणे
छत्रपती शिवाजी महाराजांची प्रेरणा आहे.
देव, देस अन धर्मापाई प्राण घेतलं हाती म्हणत मराठे पुढच्या ३० वर्षात आपली धर्म संस्कृतीची पताका घेऊन अटकेपार गेले.

मराठा तितुका मेळवावा, महाराष्ट्र धर्म वाढवावा
आहे तितुके जतन करावे, पुढे आणिक मेळवावे
महाराष्ट्र राज्य करावे जिकडे तिकडे

रामदास स्वामींच्या या वचनाला मराठे जगले आणि जागले. म्हणूनच उत्तरभारतातल्या इंदोर, उज्जेन, जबलपूर, सागर, ग्वाल्हेर, कानपुर अश्या अनेक शहरांवर मराठी संस्कृतीची छाप दिसून येते.

अमोल दांडेकर
+1 612-517-4470
| गो. नी दांडेकरांचा होता तोच माझा वंश आहे ।
| माझिया रक्तात थोडा भटकंतीचा अंश आहे ।

आयुर्वेद

आपल्याला आपल्या पुर्वजांनी अनेक चांगल्या गोष्टी दिल्या. सण ,प्रथा ,परंपरा ,चालीरिती आणि बरंच काही... त्याच बरोबर त्यांनी अजुन एक अमुल्य ठेवा दिला, तो म्हणजे आयुर्वेद ! हो तुम्ही बरोबर ऐकलत, आयुर्वेदाचा उगम भारतात झालाय. आयुर्वेद ही आपल्या भारताची चिकित्सा पद्धती आहे. तसच योग सुद्धा...योग तर किती प्रचलित आहे हे काही वेगळ सांगायला नको. आयुर्वेद हा संस्कृत भाषेतील शब्द असून त्याचा संधिविग्रह (आयु:) जीवन + (वेद) विद्या अशाप्रकारे होतो. आयुर्वेदाची सुरुवात ब्रह्मापासून झाली असे मानले जाते. आयुर्वेदाला सुमारे ३००० वर्षांपासून चालत आलेली व्यापक आणि उत्तुंग परंपरा आहे. आयुर्वेदातील उपचार पद्धतींमध्ये वनौषधी, वनस्पतीजन्य औषधी, आहाराविषयक नियम, व्यायामाचे विविध प्रकार, आणि त्याद्वारे शरीरातील नैसर्गिक प्रतिकार शक्तीला वाढविण्यावर भर दिला जातो.अथर्ववेदात आयुर्वेद शास्त्राचे अधिक वर्णन आहे.
म्हणून आयुर्वेदाला अथर्ववेदाचा उपवेद मानतात .समुद्रमंथनातून निघालेले भगवान धन्वंतरी हे आयुर्वेदातील परंपरेनुसार आद्य वैद्य मानले जातात. चरक ,सुश्रुत आणि वाग्भट यांचे काम आयुर्वेदाचा मूळ आधार समजले जाते म्हणून या तिघांना आदराने बृहद त्रयी या नावांनी ओळखले जाते. आयुर्वेदातील ग्रंथांमधे तीन दोषांचे असंतुलन म्हणजे त्रिदोष = वात, पित्त, कफ हे रोगाचे कारण आणि समालोषाची स्थिती उपचार म्हणून मानली जाते. त्याचप्रमाणे एकूण आयुर्वेदिक औषधाचे आठ भाग मानले गेले आहेत, ते म्हणजे अष्टांग वैद्यक. अष्टांग वैद्यक हे आठ अवयव आहेत - काय, बाल, ग्रह, ऊर्ध्वान्ग, शल्य, दंष्ट्र, जरा, आणि उषा.

हिताहितं सुखं दु:खं आयुस्तस्य हिताहितम् |
मानं च तच्च यत्रोक्तमायुर्वेद: स उच्यते ||

या श्लोकाचा अर्थ म्हणजे हितायु ,अहितायु, सुखायु, दुःखायु इतक्या प्रकारचे आयुष्य असते. आयुष्यासाठी हितकर म्हणजे चांगले आणि अहितकर म्हणजे वाईट. आयुष्याचे मान म्हणजे प्रमाण आणि आयुष्य (आयुष्याची सर्वांगिण माहिती) ज्या मध्ये वर्णन केलेले आहे, त्याला आयुर्वेद असे म्हणतात.

दोष : सर्व शारीरिक प्रक्रिया तीन दोषांच्या संतुलनातून नियंत्रित केल्या जातात, असे आयुर्वेद मानते.

१. वात दोष:
हा शरीर आणि मनाची हालचाल नियंत्रित करतो. जास्त वातामुळे काळजी, निद्रानाश, बद्धकोष्ठता, इत्यादी त्रास होतात. वात रक्त पुरवठा, श्वासोच्छ्वास, मनातील विचार इत्यादी गोष्टींवर नियंत्रण ठेवतो. वातामुळे मज्जासंस्था, श्रवण, आणि वाणी कार्यान्वित होतात. वातामुळे उत्साह आणि सर्जनक्षमता वाढतात. वाताचा पित्त आणि कफ यांच्यावरही परिणाम होतो. बऱ्याचवेळा वातदोष हे रोगाचे पहिले कारण असते. वाताला वायू असेही म्हणतात.

२. पित्त दोष:
पित्ताची निर्मिती आप आणि अग्नि या तत्त्वांपासून होते असे मानले जाते. पित्त शरीरातील उष्णता, चयापचय क्रिया, मन, आणि शरीर यांचे रूपांतरण, तसेच संवेदना, सदसदविवेकबुद्धी इत्यादी गोष्टींवर नियंत्रण ठेवते. अति पित्तामुळे राग , आलोचना, व्रण, पुरळ, इत्यादी त्रास होतात. संतुलित पित्ताने नेतृत्व गुण विकसित होतात.

३. कफ दोष:
कफ दोष आपतत्त्वापासून बनतो असे मानले जाते. कफामुळे शरीरातील मूलद्रव्यांना मूर्त स्वरूप मिळते, प्रतिकारशक्ती वाढते. कफ सांध्यामधील स्नेह , जखम भरणे, ताकद, संतुलन, स्मरणशक्ती, हृदय व फुफुसे यांना नियंत्रित करतो. कफामुळे आपुलकी, प्रेम शांतता, हाव, मत्सर हे गुण मिळतात. अतिकफामुळे स्थूलता, सुस्ती आणि (allergy) इत्यादी त्रास होतात. अष्टविध निदान पद्धती: नाडी ,मल,मूत्र ,जिव्हा ,स्पर्श ,द्रिक,आकृती .
पंचकर्मे ही शोधन कर्मे आहेत. ती संख्येने पाच आहेत म्हणून त्यास पंचकर्मे असे म्हणले जाते. ही एक आयुर्वेद उपचार पद्धती आहे.

ही पाच कर्मे पंचकर्मे पुढीलप्रमाणे आहेत:

१ - वमन: शरीरातील वाढलेले दोष मुखावाटे बाहेर काढण्याच्या प्रक्रियेस वमन असे म्हणतात. वमन ही कफ दोषासाठी प्रधान चिकित्सा मानली जाते.

२ - विरेचन: शरीरातील वाढलेले दोष अधोमार्गाने बाहेर काढण्याच्या प्रक्रियेस विरेचन असे म्हणतात. विरेचन ही पित्त दोषासाठी प्रधान चिकित्सा मानली जाते.

३ - बस्ती: शरीरातील दोषांचे निर्हरण करण्यासाठी गुदद्वारामार्गे औषधी देण्याच्या प्रक्रियेस बस्ती असे म्हणले जाते. बस्ती ही वात दोषाची प्रमुख चिकित्सा मानले जाते.

४ - नस्य: मानेच्या वरील प्रदेशातील दोषांचे निर्हरण करण्यासाठी नाकाद्वारे औषध देण्याच्या प्रक्रियेस नस्य असे म्हणतात.

५ - रक्तमोक्षण: अशुद्ध रक्त शरीरातून बाहेर काढून टाकण्याच्या प्रक्रियेस रक्तमोक्षण

आयुर्वेद औषधपद्धती:

आसव:

औषधे दीर्घकाळपर्यंत टिकून राहावीत यासाठी आसव-अरिष्टे तयार केली जातात. ही रोगांनुसार विविध प्रकारच्या वनस्पतींपासून बनवितात. आसव अरिष्ट करण्यासाठी प्रथम एक मातीचे स्वच्छ मडके घेऊन त्यात आवश्यक त्या औषधी वनस्पती, पाणी व इतर सहाय्यक वनस्पतींचा रस या गोष्टी भरल्या जातात.

त्यामध्ये आवश्यक प्रमाणात गूळ, साखर, मध व अन्य सुगंधी पदार्थ टाकतात. आसव हे शरीर व भूक वाढविणारे, निद्रानाश, वेदना व तोंडाचा बेचवपणा दूर करणारे व मनाला प्रसन्न करणारे असे असते; तर अरिष्ट हे शरीर कृश किंवा रोड होणे, मूळव्याध, पचनाचे जुने विकार इत्यादी प्रकारच्या रोगांमध्ये लाभदायक असून अन्नाची चव वाढविणारे, कफापासून उत्पन्न होणारे रोग कमी करणारे असते.

काढा :
ज्या पदार्थांचा काढा करावयाचा असेल ते घटकपदार्थ घेतात व त्यावर पदार्थांच्या वजनाच्या १६ पट पाणी घालून ते पाणी एक अष्टमांश(१/८) राहीपर्यंत मंदाग्नीवर उकळवताtत, हे पाणी गाळून घेतल्यावर बनलेल्या द्रवपदार्थाला त्या घटकपदार्थातील मुख्य घटकाचा काढा म्हणतात.

घन:
यात औषधाची पूड करून मग त्यात पातळ पदार्थ जसे पाणी, तूप इत्यादी मिसळून त्याच्या छोट्या छोट्या गोळ्या बनवतात. यालाच घनवटी/वटी (गोळ्या) असे म्हणतात.

चूर्ण:
म्हणजे त्या वनस्पतीला / तिच्या सालीला/फळाला वाळवून नंतर त्याला कुटून बारीक करणे (चूर्ण करणे).
हे चूर्ण पाणी, तूप, मध किंवा गुळासोबत औषध म्हणून घेतात.

चाटण /लेह:
पुष्कळ औषधी उगाळून किंवा कुटून चाटण्यासाठी जे गोड रसायन बनवितात ते लेह; चाटण्याचे औषध.

प्राशन:
प्राशन करण्यासाठी बनविलेले गोड व घन आयुर्वेदिक रसायन. च्यवनऋषींने बनवले ते च्यवनप्राश

अमृत:
मुलांची सर्वांगीण वाढ व्हावी, यासाथीचे गोड सरबत. उदा० बालामृत

तैल:
यात काही वनस्पती मोहरी, एरंड, तीळ आदि तेलात मिसळून त्याला उकळून मग त्याचा वापर मालिश करणे, हळुवार चोळणे याकरिता करतात.
धातू:- शरीराला आधार देणारे घटक म्हणजे धातू अशी धातूची व्याख्या करता येते. शरीरात सात प्रकारच्या मासंपेशी यंत्रणा कार्यरत असतात - रस,रक्त,मांस, मेद, अस्थी, मज्जा आणि शुक्र जे शरीरात रक्तरस, रक्त, मांसपेशी, चरबी, अस्थी, अस्थी मज्जा आणि वीर्य ह्याचे दर्शक आहेत. धातू शरीराला फक्त मूलभुत पोषण देतात आणि ते मनाची वाढ आणि संरचना यासाठी महत्त्वाचे आहेत. मल:- म्हणजे कचरा किंवा घाण. शरीराच्या त्रिनेत्र म्हणजे दोष आणि धातू मध्ये हे तिसरे नेत्र होय. मलाचे तीन प्रकार असतात जसे विष्ठा, मूत्र आणि घाम. मल हे मुख्यतः शरीरातील निरर्थक ऊत्पाद आहे, मल विसर्जन हे प्रत्येकाच्या शरीराच्या नियमित कार्यासाठी महत्वाचे आहे. मलाचे दोन मुख्य स्वरुप आहेत मल आणि किट. मल म्हणजे निरर्थक ऊत्पाद आणि किट म्हणजे धातूंचे निरर्थक ऊत्पाद.अग्नीशरीरातील सर्व चयापचयी क्रिया आणि पाचनिय गतिविधी शरीरात शरीराच्या जैविक आगीमुळे, अग्नी मुळे घडत असतात. अग्नी म्हणजे शरीरातील एंझाईमस् म्हणू शकतो जे शरीरात जठर, एलिमेंटरी कॅनाल, यकृत आणि ऊतक कोशीकेत असतात.

Father of surgery, google करून पाहाल तर महर्षी सुश्रुतांचं नाव येईल. आधीच्या काळी साधन सामुग्री नसताना त्यांनी केलेले मोतीबिंदूचे (cataract) चे operation, शरीराच्या 7 स्तरांचा शोध, सगळं सगळं आपल्या समजण्या पलीकडचं आहे. गर्भधारणा आणि प्रसुती यांची इत्यंभूत माहिती ,फॉरेन्सिक medicine and toxicology ला टक्कर देईल अगदतंत्र हा विषय, पंचमहाभुते आणि शरीररचना ,दिनचर्या ,ऋतुचर्या ,योग आणि त्याचे प्रकार, वेगवेगळ्या प्रकारचे आजार, त्यांचे उपचार, मानसिक रोग व त्यावर उपाय, हे सगळं आयुर्वेदात संस्कृत भाषेत नमुद आहे. Instant result च्या जमान्यात, आयुर्वेद slow व steady result देत. आपल्या भारताची स्वतः ची चिकित्सा पद्धती हळु हळु का होईना आत्मसात करा. आयुर्वेदाला पुढे न्यायला थोडा हातभार लावा .

श्रद्धा कदम

छोट्यांच्या दुनियेत

स्वानंदचा पहिला स्कीचा धडा आणि
त्याने घेतलेला मजेशीर अनुभव

स्वानंद कुवळेकर

कुमुदमावशी

दहा-बारा वर्षांपूर्वी आई, माझी बहीण मीना आणि मी मिनियापलिसमधे दीपाच्या घरी हळदी-कुंकवाला गेलो होतो. बऱ्याच बायका होत्या. भारतीय बैठकीवर खाणंपिणं आणि गप्पागोष्टी चालू होत्या. एकदम आई मला म्हणाली, "अगं बेबी, त्या पुढे बसलेल्या बाई आहेत ना, त्यांना कुठेतरी पाहिल्यासारखं वाटतंय. चेहरा ओळखीचा वाटतो आहे". मी म्हटलं, "मला तरी काही आठवत नाही बाई".

जायची वेळ झाली तेव्हा आईच्याडोक्यात प्रकाश पडला, म्हणाली, "अगं, त्या नक्कीच मिसेस कुलकर्णी आहेत; तुझ्या बाबांच्या मित्राच्या म्हणजे 'रावा'च्या पत्नी". दीपा म्हणाली, "तुला माधवी माहीत आहे का? त्या तिचीआई आहेत". आणि अशा तऱ्हेने जवळ-जवळ तीसपस्तीस वर्षांनी आईची आणि मिसेस कुलकर्णींची परत भेट झाली. माझेबाबा महादेव गणपतराव मुदकण्णा आणि 'रावा' म्हणजेरामकृष्ण वासुदेव कुलकर्णी बावन्न-त्रेपन्न साली पुण्याच्या कॉलेजऑफ इंजिनीरिंग मध्येशिकायला एकत्र होते. त्यांची ओळख तेव्हापासूनची. कॉलेजसोडल्यावर दोघांच्या आयुष्याचा प्रवास समांतर दिशेने सुरु झाला. बाबांनी कर्नाटकात हरिहरला म्हैसूर किर्लोस्करमधे नोकरी पकडली आणि तिथेच माझ्या आईसोबत संसार मांडला तर रावा काकांनी आपला संसार कुमुदमावशींबरोबर कोल्हापुरात १९५५ साली सुरुकेला.

कुमुदमावशींना मी पहिल्यांदा त्यांच्या धारवाडच्या घरी भेटले. मीअगदी लहान होते पण त्या भेटीची काही दृश्यं अजूनही मला आठवतात - मोठं घर, खूपसूर्यप्रकाश आणि खेळतं वारं, पुढे मागे अंगण आणिअंगणात फुलांची झाडं, आणि आंबे, बहुदा जेवायला आमरस होता. पुढे बाबांनी पुण्यात टेल्कोत नोकरी पकडली आणि योगायोग म्हणजे रावाकाकाही पुण्यात स्थायिक झाले होते. पहिल्यावर्षी त्यांची दोन मुलं आनंदआणि मिलिंद आणि मी एकाच शाळेत एकाच रिक्षेनं जातहोतो. पुढच्या वर्षी आम्ही शाळा बदलल्या आणिआमची रोजची भेट बंद झाली. मग बरीच वर्षं गेली. रावाकाकांना बरं नसल्याची बातमी बाबांना कळली आणि आम्ही त्यांना भेटायला त्यांच्या पुण्यातल्या मीरा कॉलनीतल्या घरी गेलो. हीच आमची शेवटची भेट. त्यानंतर सगळ्यांची पांगापांग झाली; आम्ही पिंपरीला राहायला गेलो. आयुष्य कुणासाठी थांबून राहतं का? आणि आता हजारो मैल दूर इथे मिनेसोटात आम्ही परत भेटलो. माझे बाबा नुकतेच हे जग सोडून गेले होते आणि रावाकाका तर अनेक वर्षांपूवीच गेले होते. पुढे वर्षभरात माझीआईही गेली.

कुमुदमावशींची आणि माझी ओळख वाढतगेली. बाबांच्या मित्राकडून हे नातं आल्यामुळेमी आधी त्यांना काकू म्हणायची. पण ओळखीबरोबर स्नेह वाढत गेला आणि 'काकूं'चं 'मावशी' कधी झालं हे कळलंच नाही. त्यांना भेटले की त्यांच्या मांडीवर डोकं ठेवल्याशिवाय माझं समाधानच होत नाही. त्या जेव्हा माझ्या डोक्यावरून हात फिरवतात तेव्हा मला खूप बरं वाटतं.

त्यांचा आणि माधवीचा परस्परसंवाद ऐकून तर मला अक्षरशः हेवा वाटतो. त्या दोघी एकमेकींच्या पाठीशी खंबीरपणे उभ्या आहेत असं वाटतं. इथल्या अमेरिकन कुटुंबांमधे वयस्कर आईवडिलांना रिटायरमेंट होममध्ये टाकून जी 'आस्था' दाखवली जाते त्या पार्श्वभूमीवर माधवी आणि तिचा नवरा शैलेश कुमुदमावशींची इतकी काळजी घेतात की मन हेलावून जातं. आता माझी बहीण मीना त्यांची फिजिशियन असल्यामुळे आमच्यात एक घरोबा निर्माण झाला आहे. पण ह्यात मावशींचाही हात आहे. जितकी त्यांना बदलत्या भारतीय संस्कृतीची जाण आहे तितकीच इथल्या अमेरिकन संस्कृतीची पण आहे. नुसती जाणच नाही तर स्वतःला परिस्तिथीप्रमाणे बदल्याण्याची क्षमता पण आहे. त्यांच्या आयुष्यात इतके कठीण प्रसंग आले की एखादी कमकुवत व्यक्ती खंगून गेली असती पण मावशी सतत हसतमुख असतात.

ह्यावर्षी ६ मेला त्यांचा नव्वदावा वाढदिवस आहे. त्या निमित्ताने त्यांच्या आयुष्याबद्दल लेख लिहावा म्हणून मी त्यांच्यासमोर बसले आणि एका वहीत त्यांच्या आठवणी लिहू लागले. पान संपले आणि मी दुसरे पान घेतले. त्या लगेच म्हणाल्या, "पानाच्या मागे पण लिही, नाहीतर पान वाया जाईल". हे मला फार आवडलं कारण मीही तसाच विचार करते! नाही तर इथे! कागदच काय पण इथे अन्नाची, कपड्यांची, आणि कुठल्याही वस्तूची किती नासाडी होते! हे कदाचित खडतर आयुष्य काढल्यामुळे असेल किंवा त्यांचा पिंडच काटकसरी असेल! ही काटकसर त्यांच्या रोजच्या दिनक्रमात कुणी डोकावून पाहिले असते तर दिसली असती. उदाहरणार्थ, दुधाचं भांडं विसळून ते पाणी कणिक भिजवायला वापरणे, शिळा सप्तमी साजरी करणे, उरलेल्या भाकऱ्या आणि पोळ्यांना फोडणी घालणे, शिळं सगळ्यांना वाटून देणे. त्याकाळातील स्त्रियांनी काटकसरी असण्यात काही नवल नाही पण मावशींचे विचार इतके पुढारलेले आहेत की त्याचेच नवल करावे! अन्न वाया जाऊ नये म्हणून फक्त बायकांनी शिळंपाकं खावं असा विचार त्यांनी कधी केला नाही; घरातील प्रत्येकानं उरलेलं अन्न संपवायला मदत करावी असा त्यांचा शिरस्ता होता.

कुमुदजोशींचा जन्म पुण्यात ६मे, १९३५ रोजी झाला. पुण्यातल्याच हुजुरपागेत शिक्षण झालं. मग पंचावन्न सालीरा. वा. कुलकर्ण्यांबरोबर लग्नकरून त्यांनी कोल्हापुरात संसार मांडला. मग नोकरी निमित्तनगर, इच्चलकरंजी, मुंबई, धारवाड असा मजल दरमजल प्रवास करत त्या पुण्यातस्थायिक झाल्या. ह्या अवधीत चारमुले झाली; रावाकाकांनी सुरु केलेल्या वर्कशॉपलाहातभार लावण्यासाठी मावशी अकाउंटिंग शिकल्या आणि हिशेब ठेऊलागल्या; वर्कशॉपमधील कामगारांना चहापाणी पुरवू लागल्या. हे सगळं चालूअसताना त्यांनी माणसे जोडण्याचं काम पण चाललंच होतं!

मग त्या माणसांनी कितीही धोका दिला तरी त्यांचा माणुसकीवरील विश्वास त्यांनी कधी ढळू दिला नाही. मावशींनी एका वाया गेलेल्या खेड्यातील मुलाला सांभाळलं, त्याला लहानाचा मोठा केला, लग्न करून दिलं, पस्तीस वर्षं घरी ठेऊन घेतलं, पण त्यानं ह्या मायेची जाण ठेवली नाही. त्याला सांभाळणं म्हणजे सापाला दूध पाजण्यासारखं होतं. आणि धोका फक्त परकीयांनी दिला असं नाही तर आप्तस्वकीयांनी सुद्धा फक्त आपला फायदा पाहिला. पहिला धक्का बसला तो रावाकाकांच्या बहिणीच्या नवऱ्याकडून. पहिल्या बाळंतपणाला काकांची बहीण माहेरी आली तेव्हा तिच्या नवऱ्यानं अट घातली की रावाकाकांनी जर आपली नोकरी सोडून त्याच्याबरोबर भागीदारीत व्यवसाय केला नाही तर त्यांच्या बहिणीला घरी घेऊन जाणार नाही. म्हणून आपलं चांगलं बसलेलं बस्तान सोडून रावाकाका आणि कुमुदमावशी पुण्याला आले आणि त्यांनी संभाजी पार्क जवळ एकत्र बिऱ्हाड थाटलं . पण बहिणीच्या नवऱ्याने कुरबुर सुरु केली म्हणून घर आणि व्यवसाय सोडून नारायणपेठेत राहायला गेले आणि पाचच दिवसांनी त्यांच्या मोठ्या मुलाचा जन्म झाला. नंतर नोकरी मिळाली आणि सर्व काही ठीक झालं पण त्या क्षणी त्यांना काय झालं असेल देवच जाणे!
पण तरीसुद्धा मावशींच्या मनात अजिबात कटुतानाही. त्या अजूनही दुसऱ्यांनाआणि नातेवाईकांना माया लावतात!

नवऱ्यानं जे काही करायचं ठरवलं त्यात मावशींनी स्वतःला पूर्णपणे झोकून दिलं. रावाकाकांनी १९७०मधे मंदी आली म्हणून स्वतःचं वर्कशॉप सुरु केलं. दुर्दैवानं त्याच वेळी त्यांच्या ऍलर्जीची सुरुवात झाली. आधीच्या कंपन्यांमधे हीट ट्रीटमेंट, फौंड्री अशा विभागांत काम केल्यामुळे प्रकृतीवर खूप परिणाम झाला होता. खूप डॉक्टर, हॉस्पिटल आणि उपचार झाले; देवऋषी आणि उपासतपास केले; पण काही उपयोग झाला नाही आणि ऍलर्जी वाढतच राहिली. मावशींनी उपाय करण्यासाठी अक्षरशः आकाशपाताळ एक केलं. त्यांनी कायकाय केलं ते ऐकून कोणीही त्यांच्या धैर्यानं आश्चर्यचकित होईल! मावशी पुण्यातल्या मंडईमागे एक मशिदीत गेल्या आणि काकांकरता एक ताईत घेऊन आल्या. एकदा एकांनी सुचवलं म्हणून आपल्या मुलाला घेऊन कबरस्थानात गेल्या, तिथून काही कागद आणले आणि त्यावर लिहिल्याप्रमाणे जडीबुटीचा प्रयोग केला !

शेवटीएका डॉक्टरांनी त्यांची सगळी माहिती १९७८मधेइंग्लंडमधल्या बर्मिंगम हॉस्पिटलला पाठवली आणि तिथल्या डॉक्टरांनी 'सनलाइट ऍलर्जी'चे निदान केले. त्यावर कॉर्टिसोन ह्या औषधाचा उपयोगकरण्यात आला आणि ऍलर्जीकमी झाली. पण कॉर्टिसोनमुळे मधुमेहझाला, चालता येईना, डोळ्यांवर आणि मूत्रपिंडांवर अनिष्टपरिणाम झाले. दर काही महिन्यांनीडायलिसिस सुरु करावे लागले. मोतीबिंदूच्या शस्त्रक्रियेत घोटाळा झाला आणि एकडोळा कामातून गेला. काकांना एकदा सांगलीच्या डॉक्टरांनादाखवायचे होते. पण वर्कशॉपमध्ये संपसुरु झाला आणि वर्कशॉपसोडून मावशी जाऊ शकत नव्हत्या. म्हणून आठ वर्षाच्या लहानग्यामाधवीला तिच्या बाबांबरोबर मावशींनी सांगलीला पाठवलं. मोठ्या मुलाच्या म्हणजे मिलिंदच्या लग्नाच्या आदल्या दिवशी रावाकाका कोमात गेले, पण डॉक्टरांच्या प्रयत्नामुळेकाही अघटित घडले नाही.

ह्यासगळ्या घोळात मावशींनी आपल्या प्रकृतीकडे दुर्लक्ष केलं आणि १९८१मधेमावशींवर शस्त्रक्रिया करावी लागली. गर्भाशयातूनदीड किलोचा ट्युमर गर्भाशयातून काढला गेला. मावशींच्या किती शस्त्रक्रिया झाल्याआहेत हे ऐकून माझ्याछातीत धस्स झालं - तीनसिजेरिअन बाळंतपणं झाली, पित्ताशय काढलं, स्तनाची बायॉप्सी केली, ओव्हेरिअन सिस्ट काढला, हिमोग्लोबिन कमी झाल्याने लोहाचीइंजेकशनं घेतली पण त्यामुळे ऍब्सेसझाला आणि आणखी एकशस्त्रक्रिया करावी लागली.

एकाकुटुंबावर किती संकटं यावीत आणि घरातल्या कर्त्या बाईने किती आघाड्यांवर लढायाकराव्यात!

आज मावशी सुखात आहेत. सुना, जावई, नातवंडे आणि नातसुनांनी कुटुंबाच्याछोट्या वेलीचे मोठे झाड झाले आहे. त्यांना पणतू झाला आहे. शांतपणे, कुणालाही त्रास नं देता आणि आपल्या मृदू भाषेने सगळ्यांनाआपलं करीत मावशी आपल्यालेक-जावयाच्या घरी आनंदाने राहत आहेत. त्यांची स्मरणशक्ती अजून प्रखर आहे. त्या म्हणतात, “माहेराबद्दल प्रत्येक स्त्रीच्या मनात ओढ असते. बहिणाबाईंनी लिहून ठेवले आहे - ‘लेकीच्या माहेरासाठी माय नांदते सासरी’. मी लहान असतानाच माझीआई गेली त्यामुळे मलाआई आणि माहेर म्हणजेकाय ते माहित नाही. पण आज मला अगदी आगळेवेगळे माहेर मिळाले आहे - माझी लेक माझी आई झाली आहे! तिने आणि जावयाने मला अमेरिकेसारख्या समृद्धदेशात आणले, इथे भ्रमंती करवली आणि ऐषारामात ठेवले. हेच माझे माहेरपण!”

भारतीयसंस्कृती म्हणजे काय हे जाणूनघ्यायचे असेल तर कुमुदमावशींचे आयुष्य बघावे! नव्वद पावसाळे, अनेक शहरे, दोनदेश आणि दोन संस्कृतीपाहिलेल्या आणि अनेक संकटे झेललेल्या धैर्यवान आणि कर्तबगार मावशींचेहे शब्द आचरणात आणावेत; त्या म्हणतात, “म्हातारपणात लक्षात ठेवावे की जग बदलत असतं, संदर्भ बदलत असतात. उगाच कोणाला उपदेश किंवा सल्ला देऊ नये”. कुमुदमावशींना माझा अगदी मनापासून नमस्कार!

वासंती मुदकण्णा

उत्सव माझ्या दारी

तुळशीचे लग्न

अमरजा बाबतीवाले

"सिंदूर"

पतिव्रतेच्या माथ्यावरचे
स्वर्ग जणू हे कुंकू
त्याच्या वरती हल्ला करती
अतिरेकी भ्याड हे डाकू...

नव्हेच "सिंदूर",अग्निपथ जणू
भाळी लाविला टिळा
स्मरूनी तो दुर्दैवी हल्ला
नष्ट करू शत्रूला...

सशक्त पण संयमी असे
ती हिंदुस्तानी बाला
योग्य वेळ साधून पित्याने
केला ही प्रतिहल्ला...

अतिरेक्यांच्या शाळेवरती
क्षेपणास्त्र रोखले
एकेक अड्डा टिपून आणि
यमसदनी पाठवले....

किती जणींचे कुंकू तुम्ही
तेथे फिस्कटले
त्या अश्रूंचे मोल काय ते
तुम्हा आज कळले....

अजून नाही उघडला पित्याने
तिसरा आपला डोळा
पळता होईल भुई ही थोडी
स्मरा विधात्याला ...

बोलवा कोणत्याही देशाला
मदतीसाठी तुम्ही
गरज नसे हो आम्हा कुणाची
बळ समृद्ध आहोत आम्ही...

ऋचा सावरकर

आयुष्य हे असंच असतं !

आयुष्य हे असंच असतं
उनसावलीच्या खेळाबरोबर
उनसावलीच बनायचं असतं ।।१।।

आलो कुठून जाणार कुठे
हे कधीच कळत नसतं
पण जिथं आपलं अस्तित्व आहे
तिथच रमून जायचं असता ।।२।।
कारण आयुष्य हे ...

अनेक माणसं जोडलेली असतात
अनेक नाती जपलेली असतात
त्यांच्यावर प्रेम करताना मात्र
खूप काही सोसायचा असतं ।।३।।
कारण आयुष्य हे ...

भेटीगाठी रुसवे फुगवे
स्मृतींची फुलं गुंफायची असतात
आणि फुलांच्या या सुगंधात
मग असच हरवून जायचं असतं ।।४।।
कारण आयुष्य हे ...

कुणी दिलं हे सुंदर जीवन
याचं चिंतन करायचं असतं
मग त्याच परमात्म्याच्या शक्तीला
क्षणोक्षणी स्मरायचं असतं ।।५।।
कारण आयुष्य हे ...

कधी निरोप द्यायचा असतो तर
कधी निरोप घ्यायचा असतो पण
निरोपाच्या या हळव्या क्षणी मात्र
डोळ्यातलं पाणी पुसायचं असतं ।।६।।
कारण आयुष्य हे ...

शुभांगी काळे

गोकुळ भेट

मैत्री... असे आमची कृष्ण सुदामा परी
मैत्री... असे कान्हाची अनवट सुरांची बांसरी
मैत्री... असे सखी भेटीची आस परोपरी
मैत्री... असे यावे गोकुळी येथवरी
मैत्री... असे मग आनंदीआनंद अंतरी
मैत्री... असे तर हास्य सुमुखावरी
मैत्री... असे अर्थात भेट उराउरी
मैत्री... असे हा सखी संगम तरी
मैत्री... असे मग गप्पा अनेक परी
मैत्री... असे बहू खाद्य नानापरी
मैत्री... असे मनी संतोष भारी
मैत्री... असे विस्मरण घरचे पळभरी
मैत्री... असे जणू परत फिरु शाळेच्या दारी
मैत्री... अशी अनुभवावी आपुली छबी बाकावरी
मैत्री... असे फिरूनी व्हावे लहानापरी
मैत्री... असे जगावे मैत्र अंतरी
मैत्री... असे वय फक्त एक अंक तरी
मैत्री... अशी सदासर्वकाळ रंगीबेरंगी फुलपाखरी
मैत्री... अशीच नांदावी गोकुळापरी

स्वामिनी बाबतीवाले

शब्द आणि नाद

झुळझुळ वारा
झरझर झरा
खुळखुळ नाणी
खळखळ पाणी
गुरगुर नारा
गरगर भोवरा
झुकझुक गाडी
झपझप चाली
झुणझुण साद
झनझन नाद
टुणटुण भोपळा
टपटप घोडा
टुकटुक वाकुल्या
टकटक घड्याळा
गुडुगुडु मोट
गडगड ढग
सुळसुळ साडी
सळसळ मोती
बुडबुड घागरी
बडबड सागरी
उगं उगं जनाई
अगं अगं अंगाई
मळुमुळु रडणं
मणमण ओढणं
घुळुघुळु सांदणं
घळघळ वहाणं
तुरूतुरू पळणं
तरतर चालणं
'उ' काराचं असं हे तोलणं
'अ' काराचं असं हे नेमणं
शब्दाची गम्मत भारी
नादाची जम्मत सारी
रुणुझुणु रुणुझुणु मोरपिसारा
रिमझिम रिमझिम श्रावणधारा !

जयश्री मुळे

मैत्री माझी ....

मैत्री माझी ....
मैत्री म्हणजे निखळ झरा ..
मैत्री म्हणजे गारवा ...
मैत्री म्हणजे सहारा ...
मैत्री म्हणजे रानवारा ...
मैत्री म्हणजे गप्पा...
मैत्री म्हणजे टप्पाही
कधी भांडण तर कधी धप्पा...
मैत्री म्हणजे चंद्र - प्रत्येकाच्या डोळ्यातला
मैत्री म्हणजे सूर्य - प्रत्येकाच्या स्वप्नातला
मैत्री म्हणजे कधी शीरखुर्मा तर कधी पुरणपोळी
मैत्री म्हणजे कधी आजीच्या बटव्यातली लिमलेटची गोळी
कधी गुलाबी हवा तर कधी वादळी सहारा
मैत्री म्हणजे सागरी किनाऱ्यावरचा शहारा !

प्रविणा पाठक

भूक भुक

समुद्रातल्या लाटांच्या भिंतींसारखीच
नभातल्या गडद मेघांच्या "गाद्यां"नाही
आली होती प्रचंड भरती....
आज बहुदा पावसाच्या मनात
रोजची नाजूक रिमझिम नव्हती....

कुणी बेत केले होते भेटण्याचे
कुणी जाणार होतं सुखरूप घरी....
कुणी आनंदाने झेलणार होतं
सुखावणाऱ्या नाजूक सरी....
कुणी घरी जाऊन आईला
सांगणार होतं साऱ्या गमती....
पण मनात "तूफान" घेऊन येणाऱ्या पावसाला
आज कशाचीच पर्वा नाव्हती....

सारे नभच बरसले
आणि होते नव्हते वाहून नेले....
जगण्याची जिद्द फक्त राहिली
आणि मदतीचे "आपले" हात पुढे आले....
जे वाचले त्यांच्या मते,
पावसाने त्यांना ही शिक्षा दिली होती....
मित्रांनो खरी गोष्ट एवढीच होती,
कधी कधी शेतकऱ्यांची
शेते खाणाऱ्या पावसाला
आज माणसांची भूक लागली होती....

नितीन मुळे

घेवर

घेवर स्नेहबंध मेळावा
 घेवर या कात्रज येथील रेस्टॉरंटमध्ये आज स्नेहबंध च्या सदस्यांचे खेळीमेळीच्या वातावरणात भोजन झाले... जवळपास एक दोन महिन्यांनी सर्वजण भेटत होतो... आता मिनियापोलीसची थंडी संपत आली आहे... त्यामुळे अनेक जण पुढील काही महिन्यात तिकडे जाण्याच्या तयारीत आहेत... त्यानिमित्ताने ही भेट महत्त्वाची होती...

भेट या शब्दाचा अर्थ फार मोठा आहे... कोणी कोणाला उगाच भेटत नाही... त्यामागे निश्चित काही कारण असेल... आणि नसेल तर काही शिकवण तर नक्कीच असेल असे मला वाटते... नाहीतर कोण कुठले आपण सर्व आपल्या मुलामुलींच्या रेशीमधाग्यांनी बांधले गेलो आहोत... हाच आपला स्नेहबंध आहे, नाही का...

 हे रेस्टॉरंट आमच्यासारख्या बहुतेक जणांसाठी नवीनच आहे... राजस्थानी गुजराथी पद्धतीचे जेवण आहे. तेथील बाहेरील सजावट सर्वांनाच फार आवडली. समोरच तुळशी वृंदावन पाहून आनंद वाटला... बजाज स्कूटरवर जोडी जोडीने उत्साहाने फोटो काढले... नंतर आमचा गप्पांचा फड जमला. सर्वजण आल्यावर आम्ही जेवायला आत मध्ये गेलो... जेवणाची व्यवस्था छान आहे... एका मोठ्या थाळ्यामध्ये आठ वाट्या आणि चमचा मांडून तयारच होते... टेबलवर जलजिराच्या सरबताने आमचे स्वागत केले आणि नंतर हात धुण्यासाठी तस्त आणि झारीची सेवा आहे... हे विशेष वाटले... मग एक एक वाटी भरत गेली... चार भाज्या, कढी, आमटीचे दोन प्रकार, जिलबी रबडी, पायनॅपल शिरा, मिक्स डाळीची भजी, सँडविच ढोकळा, फुलके, छोटीशी भाकरी वर गुळतूप असा भरगच्च मेनू ... ताट तर पूर्ण भरून गेले... पाहूनच पोट भरले... पण जलजीराने आपले काम केले... सर्वांना चांगलीच भूक लागली ... भाकरी आणि फुलक्यांवर तुपाची धार वाढण्यात आली... ताकाचा ग्लास सांगायचा राहिलाच... आणि सगळं अनलिमिटेड ... परत परत वाढायला येत होते... सर्व पदार्थ चवदार आणि सेवा ही अगत्यशील आहे त्यामुळे जेवण आणि रेस्टॉरंट सर्वांना आवडले...
आजच्या या कार्यक्रमाला स्नेहबंधचे ३१ सदस्य उपस्थित होते...

जे सदस्य येऊ शकले नाहीत त्यांची अनुपस्थिती जाणवली तरी पुढच्या कार्यक्रमाला सर्वांनी आवर्जून उपस्थित राहायचे आहे...
कार्यक्रमाच्या संयोजनाबद्दल मनःपूर्वक आभार...

कात्रजच्या घाटात असे हे
शहरापासूनी दूर
खानपानगृह नाव तयाचे
आहे हो "घेवर"...१...
चव गुजराथी स्वागत करते
मूग भजी ढोकळा
दूध जिलेबी चवदार शिरा ही
तृप्त करी रसना...२...
फुलका भाकरी डाळ कढी अन् लुसलुशीत खिचडी
धार तुपाची त्यावरती आणिक
जिव्हा ही चाळवी...३...
थंड गार ताकाने भागली
आज आमची तहान
मधुर पुदिना सरबत पिऊन
तृप्त होती सारे जण...४...
स्नेह बंध चे सगे सोबती
झाले येथे गोळा
गप्पा गोष्टी हास्य विनोदे
रंगे भोजन सोहोळा...५ ...

स्वामिनी बाबतीवाले, ऋचा सावरकर

अगस्त्य अनुप थत्ते

आरव गुंड

आर्या पाठक

मायरा नगरकर

रिधीमा जोशी

मिहिरा जोशी

अभिनंदन

मिलिंद आणि अमिता सोहोनी यांच्यासाठी आणखी एक गौरवाचा क्षण—त्यांचा मुलगा अनीश सोहोनी याची Teach For America या प्रतिष्ठित संस्थेच्या सीईओपदी नियुक्ती झाली आहे. सध्या 'वन मिलियन डिग्रीज'चे सीईओ असलेल्या अनीश यांनी टीच फॉर अमेरिका ट्विन सिटीज २००९ मधून शिक्षण घेतले असून, त्यांनी ग्रेटर शिकागो-नॉर्थवेस्ट इंडियानामध्ये कार्यकारी संचालक म्हणूनही काम पाहिले आहे. मराठी असोसिएशन ऑफ मिनेसोटा (MAM) तर्फे अनीश आणि त्यांच्या कुटुंबीयांचे मनःपूर्वक अभिनंदन!

अनीश सोहोनी

कलाकौशल्य

श्रध्दा बरीदे

कल्याणीचे कला प्रदर्शन

गेल्या वर्षी नोव्हेंबर महिन्यात, कल्याणीने Plymouth आर्टिसन मार्केटमध्ये आपल्या कलाकृतींचं एक अद्भुत प्रदर्शन ठेवले. या प्रदर्शनात तिच्या विविध रंगीबेरंगी, अभिव्यक्तीपूर्ण कलेने सर्वांचे लक्ष वेधून घेतले. प्रत्येक कलाकृतीत तिच्या भावना आणि विचारांची एक वेगळीच छाप दिसत होती. तिच्या कार्याने उपस्थितांना कला आणि सौंदर्याची एक नवीन दृष्टी दिली.

कल्याणी कुवळेकर

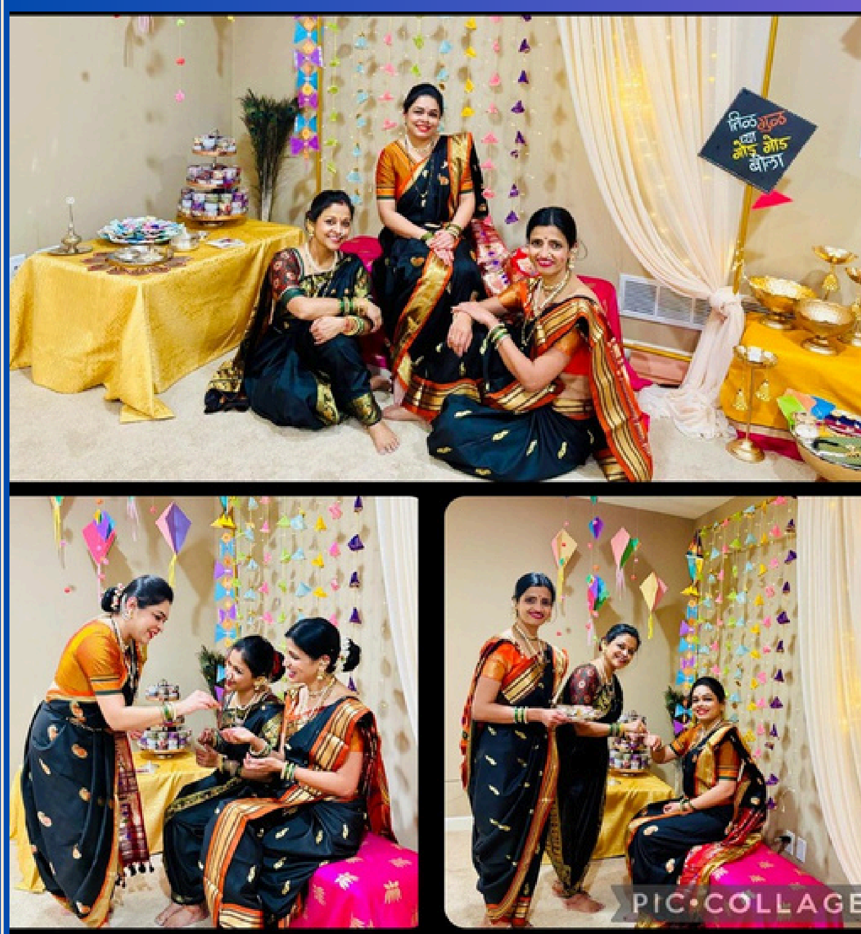
अंजली भुरे

रुपाली तेलंग

अमरजा बाबतीवाले

अर्पिता थत्ते

उत्सव माझ्या दारी



श्रध्दा बरीदे,अर्पिता थत्ते,कल्याणी कुवळेकर

शुभांगी महाजन, रोहिणी म्हाळगी,
प्रविणा पाठक, वैशाली चिमणपुरे

पाककला

चटपटीत ज्वारी नूडल्स

साहित्य

* १ कप ज्वारीचं पीठ
* चवीनुसार मीठ
* जरुरीनुसार गरम पाणी
* १ मोठा चमचा तेल
* १ चमचा जिरं
* बारीक चिरलेला लसूण
* कढीपत्ता
* १ बारीक चिरलेला कांदा
* बारीक चिरलेली ढोबळी मिरची
* बारीक चिरलेलं गाजर
* १/२ चमचा धनेपूड
* १/४ चमचा गरम मसाला
* १/४ चमचा हळद
* चवीनुसार मीठ
* १/२ चमचा लाल तिखट
* १/२ चमचा धनेपूड
* १/४ चमचा गरम मसाला
* १/४ चमचा हळद
* चवीनुसार मीठ
* १/२ चमचा लाल तिखट
* चिरलेली कांद्याची पात

कृती

१. ज्वारीच्या पिठाचा मीठ आणि गरम पाणी घालून छान गोळा मळून घ्यावा.
२. हलकासा थंड झाल्यावर चकलीच्या सोरयातून कुरडया पाडतो त्याप्रमाणेच शेवया एका तेलाचा हात लावून घेतलेल्या ताटावर पाडून घ्याव्यात.
३. दहा ते बारा मिनिटं त्या वाफवून घ्याव्यात.
४. कढईत तेल गरम करून त्यात फोडणी करून घ्यावी.
५. कांदा आणि इतर भाज्या मसाले आणि मीठ घालून छान परतून घ्याव्यात.
६. त्यात वाफवलेल्या शेवया घालून एकत्र करून एक वाफ काढावी.
७. गरमागरम पौष्टिक ज्वारीच्या नूडल्स तयार!!!

स्वरदा नवले

पाककला

मासवडी

साहित्य

* २ वाटी बेसनपीठ
* १ वाटी पांढरे तिळ
* पाऊण वाटी शेंगदाणे
* १/२ किलो कांदे
* ३ सुक्या खोबऱ्याच्या वाट्या
* १/२ वाटी बारीक चिरलेला लसूण
* १ टेबलस्पून जिरे
* १ टेबलस्पून ओवा
* ४ टेबलस्पून लाल तिखट
* मिठ चवीनुसार
* हिंगपुड चवीनुसार
* १/२ टेबलस्पून हळद
* १/२ वाटी बारीक चिरलेली कोथिंबीर

कृती

१. सुके खोबरे, तिळ, शेंगदाणे वाटीचे प्रमाण घ्यावे, नंतर कांदे बारीक चिरून घ्यावे, खोबरे किसून घ्यावे..
२. तिळ, शेंगदाणे, किसलेले खोबरे, हे सगळे जिन्नस वेगवेगळे सुकेच भाजून घ्यावे, चिरलेला कांदा तेल घालून छान सोनेरी रंग येईपर्यंत मिडीयम गॅसवर भाजून घ्या.
३. भाजलेले तिळ, शेंगदाणे मिक्सरमध्ये जाडसर वाटून घ्यावे, खोबरे हातानेच कुस्करून घ्यावे व त्यात लाल तिखट, मिठ, ओवा आणि जिरं जाडसर वाटलेले, हळद, हिंग हे सर्व जिन्नस एकत्र मिसळून घ्यावे.
४. बेसन पीठ शिजवण्यासाठी लाल मिरची, जिरं, ओवा, लसूण हे बारीक वाटून घ्यावे
५. गॅसवर पातेले ठेवून त्यात एक वाटी तेल घालून ते तापले की त्यात हळद व हिंग घालून वाटलेले मिश्रण घालावे आणि नंतर पाणी घालून त्याला उकळी आणावी आणि मग त्यात एका हाताने थोडे थोडे बेसन पीठ सोडावं आणि दुसऱ्या हाताने ते ढवळून घ्यावे.त्यात गुठळ्या होऊ नये याची काळजी घ्यावी. गॅस मिडीयम असावा. अशाप्रकारे बेसन हाटुन (शिजवून) घ्यावे.
६. एक रुमाल ओला करून पोळी पाटावर अंथरुण त्यावर थोडा खोबऱ्याच्या किस व कोथिंबीर भुरभुरावे, त्यावर एक पळी भरुन गरम बेसण ठेवून ते पटापट हाताने थापून घ्यावे, त्याच्यावर सारण ठेवून त्याची गुंडाळी (रोल)करावी व हाताने थापून त्याला माशाचा आकार द्यावा.
७. थंड झाल्यावर त्याच्या वड्या पाडाव्यात. मासवडी तयार.

अमित पाठक

मराठी शाळा

MAM मराठी शाळेसाठी अभिमानाचा क्षण :

आम्ही २०२५ च्या BMM समुह गान स्पर्धेत विजेते ठरलो!!

97 शाळा ह्या स्पर्धेत सहभागी होत्या.
गाणं, थीम सादरीकरण आणि परफॉर्मन्स ह्या निकषांवर, मराठी शाळा ह्या स्पर्धेत विजेते ठरली!

सर्व गायक मुलांचे खूप खूप कौतुक!

गाणं/संगीत - माधुरी गोसावी
थीम स्क्रिप्ट - मृदुला वाडके
स्क्रिप्ट सादरीकरण - त्रिषा कुलकर्णी
व्हिडिओ क्रेडिट - अनुप थत्ते

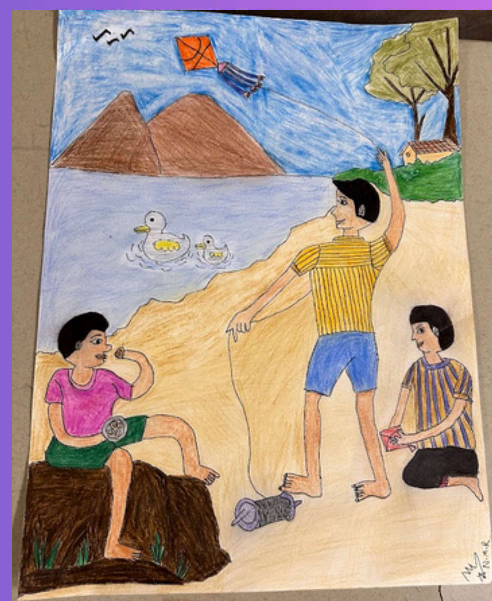
BMM समुह गान स्पर्धेचे विजेते:
आरुष वराडे , आद्विक भोयर , आर्वी जोशी , अन्वय वझे, अनिशा साखरकर, दिवित साळवी , गीतिका गौडी , सई पाटील , समर्थ पाटील , त्रिषा कुलकर्णी , वर्धन गडेकर

मृदुला वडके
शाळा सचिव

मराठी मंडळ कमिटी २०२४-२०२६

दिवाळी २०२४

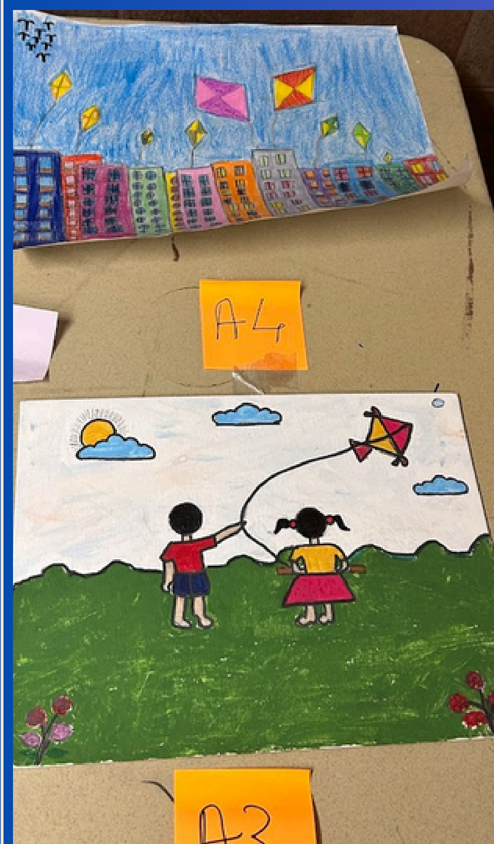
संक्रांत २०२५



हळदी

मकर संक्रांत
HAPPY PONGAL

॥ भारत: शेती ते अवकाश ॥


A4
A3

A6

राहुल देशपांडे २०२५

मराठी असोसिएशन ऑफ मिनेसोटा
Marathi Association Of Minnesota

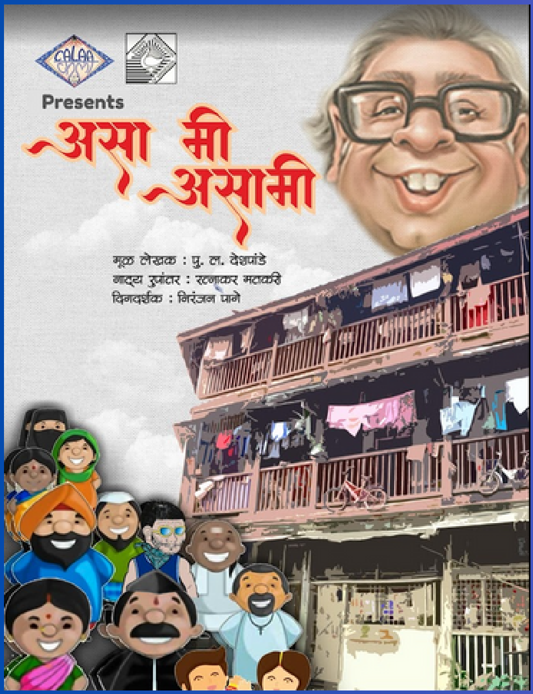
मंडळी ,
अनेक वर्षानंतर MAM
committee ने प्रयन्तपूर्वक
"The राहुल देशपांडे
Collective " हा कार्यक्रम
योजिला आहे.

ह्या कार्यक्रमाला प्रचंड यशस्वी
करणं केवळ तुमच्या हातात आहे.
त्वरित टिकिट काढून तुमचाही
हातभार लावा .

Ticket Link:
https://parashare.com/events/rdcmn/

Please contact
mam.committee@gmail.com
for more details on childcare or Group
Discount

होळी आणि रंगपंचमी २०२५



वसंत बहार २०२५

असा मी असामी