

पुणे । वर्ष ४ । अंक २ । मार्च २०२३

बिडिंग बुमन

जागतिक महिला दिनाच्या सर्वांना शुभेच्छा

महिला स्पेशल



८ मार्च
जागतिक महिला
दिनाच्या निमित्ताने
८ महिला उद्योजकांच्या
मुलाखती

बिडिंग वुमन

पुणे | वर्ष ४ | अंक २
मार्च २०२३ | पाने २२

RNI No. MHMR/2019/78753

मुख्य संपादिका
रोहिणी वांजपे
९८२२८६२२५५

उपसंपादिका
चित्राली कुलकर्णी
९८५०९५८४३१

कॉर्पोरेट कमशियल्स
शुभांगी नांदूरकर
८५५२८५७७७९

संपर्क कार्यालय
'बिडिंग वुमन'

६०३, फिथ अव्हेन्यू,
सिटीप्राइड थिएटरजवळ, कोथरूड, पुणे ४११०३८
editorial@thebeingwoman.com
www.thebeingwoman.com

'बिडिंग वुमन' हे पाक्षिक मालक, प्रकाशक व मुद्रक रोहिणी अरुण वांजपे यांनी एकवीरा पब्लिसिटी, ए १२, निखिल पार्क, 'सी' सोसा., माणिकबाग, सिंगड रोड, पुणे ४११०५१ येथे छापून फ्लॅट नं. सी ११, संगीता सीएचएस, ताडीवाला रोड, पुणे ४११००१ येथून प्रसिद्ध केले.
संपादक : रोहिणी अरुण वांजपे

(प्रसिद्ध केलेल्या मजकुराशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही.)

अनुक्रमणिका

□ संपादकीय.....	३
□ सुलोचना चव्हाण :	
घरंदाज लावणी	४
□ महिला मुलाखती.....	
८ मार्च जागतिक महिला दिनानिमित्त	
● मानसी बीडकर.....	७
● सायली मुतालिक.....	८
● स्मिता देशपांडे.....	९
● तेजस्विनी पिसाळ.....	१०
● मनीषा पाध्ये	११
● जयंती देशपांडे	१२
● अपर्णा पेंडुरकर.....	१३
● जुई कांदळगावकर.....	१४
□ पिढ्यान् पिढ्यांची परंपरा.....	१५
□ स्त्री आरोग्य.....	१६
□ शेकोटी	१७
□ OTT प्लॅटफॉर्म.....	१८
□ कविता	
● ऐश्वर्या खळदकर.....	२०
● श्रुती नरवणे.....	२१
● स्वाती यादव.....	२१

Designed By :

Sadguru Creations, Pune • 9922419107



रोहिणी वांजपे संपादिका बिइंग वुमन

editorial@thebeingwoman.com

बिइंग वुमनच्या मार्च २०२३ च्या पहिल्या अंकात सर्वांचे मनःपूर्वक स्वागत. जागतिक महिला दिनाच्या सर्वांना हार्दिक शुभेच्छा. जागतिक महिला दिनाची या वर्षीची थिम आहे DigiALL : Innovation and technology for gender equality. योगायोगाने या अंकापासूनच बिइंग वुमनही डिजिटली प्रसिद्ध होणार आहे. जास्तीत जास्त वाचकांपर्यंत पोचण्यासाठी आणि बदलत्या टेक्नॉलॉजीनुसार डिजिटल अंक काढण्याचा निर्णय टीमने घेतला आहे.

याचबरोबर महिला उद्योगिनींसाठी डिजिटल प्रमोशनचे काही ऑप्शन्स ८ मार्च या दिवशी सुरू होणार आहेत, तर मैत्रिणींनो आमच्या या नव्या स्वरूपातील अंकाचे स्वागत करण्यासाठी सज्ज व्हा. डिजिटल अंकामुळे जगात कुठेही बसून बिइंग वुमनचा अंक वाचता येईल. बिइंग वुमनच्या जागतिक महिला दिनाच्या या स्पेसिअल अंकामध्ये अशा काही उद्योगिनींच्या मुलाखती, लेख आहेत की ज्यांचे बिझनेस खूप वेगळे आहेत. काही जणी आऊट ऑफ बॉक्स बिजनेस करतात. उदा. मनीषा पाध्ये यांचे गॅरेज आहे, तर जयंती देशपांडे ड्राय सिस्टीम तयार करणाऱ्या आणि त्या विकणाऱ्या आहेत. अशा विविध उद्योजक महिलांच्या मुलाखती आहेत. त्यांनी त्यांचा व्यवसाय कसा सुरू केला? अडचणी काय आल्या? त्यावर मात कशी केली, याविषयी माहिती देणाऱ्या प्रेरणादायी कथा आहेत.

संपादकीय

आपल्या आवडत्या गायिका सुलोचना चव्हाण यांचे नुकतेच निधन झाले. त्यांच्याविषयी एक लेख या अंकात आहे. अजून तुमची करमणूक करणारे, माहितीपूर्ण असेही लेख आहेत.

गेली तीन वर्षे बिइंग वुमनचा सोशल मीडिया प्लॅटफॉर्म हा ८० ते ९० हजार लोकांपर्यंत पोचला आहे आणि याचा फायदा उद्योजक महिलांसाठी उपलब्ध करून देणार आहोत. ज्यांना लगेच वेबसाइट, फेसबुक पेज तयार करणे शक्य नसते तिथे आम्ही त्यांना आमच्याकडून पूर्ण सपोर्ट देणार आहोत, तोही त्यांच्या बजेटमध्ये. व्हिडिओ, पॉडकास्ट हे तर असणारच आहे. आमची वेबसाइट जी रोज किती हजार लोकांकडून पाहिली जाते, दुसरा आमचा फेसबुक पेजचा फेसबुक ग्रुप, फेसबुक पेज, इंस्टाग्राम अशा विविध प्लॅटफॉर्मवरून त्यांची प्रसिद्धी होईल. या महिला आमच्याबरोबर सोशल मीडियासाठी पॅकेजेस घेतील. त्यांचा नक्कीच फायदा होईल.

जागतिक महिला दिनाच्या निमित्ताने आम्ही एक सेमिनार घेत आहोत त्याच्यामध्ये फायनान्शियल वेलनेस आणि मॅटल वेलनेस हे दोन विषय आहेत. हा सेमिनार आहे अकरा मार्चला आहे. त्याचे डिटेल्स तर आम्ही देऊ सगळ्यांनाच, तसेच बारा वेगवेगळ्या विषयांवरील बारा सेमिनारचं अरेंजमेंट आम्ही करणार आहोत. पण या पहिल्या सेमिनारलाच आम्हाला खूप चांगला रिस्पॉन्स येतो आहे. आताच आम्ही तो सुरू केला आहे. छान वेगळे विषय आणि तुमच्या प्रॉब्लेमवरील सोल्युशन या सर्व गोष्टी त्यातून मिळतील. आमच्या पुढच्या अनाउन्समेंटकडे लक्ष ठेवा. सेमिनार ११ तारखेला असणार आहे. सर्व नवीन विविध गोष्टी या वर्षात सुरू होत आहेत. सन २०२३ हे आमच्यासाठी नवीन घटना व उपक्रमांनी भरलेलं असेल. वेळोवेळी त्या सगळ्या गोष्टी तुमच्यापर्यंत पोहचतील.



सुलोचना चव्हाण : घरंदाज लावणी



वंदना लोखंडे, पुणे

कलावंत असूनही माणूसपण जपणाऱ्या सुलोचनाबाई जरा निराळ्याच. कला जोपासताना त्यांनी गृहिणीपदाची जबाबदारी तेवढ्याच तन्मयतेने पार पाडली. त्यामुळे संसार आणि करिअर याचा उत्तम मेळ कसा साधावा, हे त्यांच्या जीवनाकडे पाहिल्यावर समजते. एक कर्तृत्ववान महिला म्हणून त्यांनी स्वतःला सिद्ध केले आणि लावणी या कलाप्रकाराला एका अनोख्या उंचीवर नेऊन ठेवले. खास महिला दिनानिमित्त सुलोचना चव्हाण यांच्याविषयी...

कोल्हापूर. कोल्हापूर म्हटलं की, भाविकांना स्मरण होतं साडेतीन शक्तिपीठांतील देवी अंबाबाईचे. खवय्यांना झटका लागतो लवंगी मिरचीचा आणि गानरसिकांच्या डोळ्यांसमोर उभ्या राहतात त्या लावणीसम्राज्ञी सुलोचनाबाई.

‘नाव गाव कशाला पुसता

अहो मी आहे कोल्हापूरची

मला हो म्हणतात लवंगी मिरची’

जगदीश खेबुडकरांनी लिहिलेली ही पहिलीच लावणी. कोल्हापूरच्या गीतकार व नायकाप्रमाणे लावणी गायिकाही कोल्हापूरची असावी अशा विचारांती वसंतराव पवारांनी ती लावणी सुलोचना कदम-चव्हाण यांच्याकडून गाऊन घेतली.



‘आधी बीज एकले’ यांसारख्या आध्यात्मिक रचनांचे घरात संस्कार असताना ह्या शाळकरी पोरीच्या मनात मात्र वत्सलाबाई कुमठेकरांची-

‘सांभाळ गं सांभाळ गं, सांभाळ दौलत लाखाची

तुझ्या ज्वारीची कस्तुरी पाहून गं,

चहूबाजूंनी येतील पारधी गं

तुझी तूच एकली नावाडी गं’

ही लावणी रुजत होती.

हे गाणं ग्रामोफोनच्या तबकडीवर लागताच ‘बंद कर’ असा आदेश देणाऱ्या आईला ही मुलगी पुढे अशाच लावण्या गाणार आहे याची सुतरामही कल्पना नव्हती.

काचा-पाणी, आट्या-पाट्या असे खेळ खेळण्याच्या वयात फ्रॉक घातलेल्या मुलीनं गाणं ध्वनिमुद्रित करणं हे जरा अद्भुतच होते. ‘मैं तो सो रही थी, बन्सी काहे को बजायी’, या भक्तिरसाने ओथंबलेल्या सुरांडतकेच ‘नशेमें चूर प्याली हाथ’ या शृंगारिक सूरांना आळवणारी गायिका, केवळ नऊ वर्षांची बालिका होती. पहिली-वहिली ध्वनिमुद्रित झालेली तिची ही गाणी म्हणजे उपजत स्वरप्रतिभेचं लेणं लाभल्याची खूणच होती.

वयाच्या पाचव्या वर्षापासून गायला सुरुवात करणाऱ्या सुलोचनाबाईंनी आपल्या घरच्या ‘श्रीकृष्ण बालमेळा’च्या माध्यमातून कलाक्षेत्रात पहिले पाऊल टाकले. याच मेळ्यात त्यांच्यासोबत अभिनेत्री ‘संध्या’ यांनी सुद्धा काम केले होते. मेळ्यांच्या सोबतीतच त्यांनी हिंदी, गुजराती आणि उर्दू नाटकात बालभूमिका साकारल्या. शास्त्रीय संगीताचे कोणतेही धडे न गिरवता केवळ घरातील ग्रामोफोनच्या रेकॉर्ड ऐकून गाण्याचा रियाज करणाऱ्या सुलोचनाबाईंच्या गाण्याची मोहिनी रसिकांना पडली. ती चिरकाल राहिल यात शंका नाही.

करिअरच्या सुरुवातीलाच पार्श्वगायन करताना सी रामचंद्र, मोहंमद रफी, मन्ना डे, शमशाद बेगम, गीता दत्त, शामसुंदर यांसारख्या आघाडीच्या गायकांबरोबर त्यांना गाण्याची संधी मिळाली व त्या संधीचं त्यांनी सोनं केलं. त्यांनी हिंदी चित्रपटात जवळपास २५० गाणी गायली. 'दिल को करार आ गया', 'चोरी चोरी आग सी दिल में', 'ओ महलोंमें रहनेवाले बलमा', 'घिरके बादल आये' यांसारखी गाणी त्यांच्या प्रासादिक स्वराने उजळ झाली.

वयाच्या १६ व्या वर्षी मन्ना डे यांच्यासोबत 'भोजपुरी रामायण' गाणाऱ्या सुलोचनाबाईंनी मराठीव्यतिरिक्त हिंदी, गुजराती, भोजपुरी, तमीळ, पंजाबी या भाषांमध्ये भजन, गझल, भावगीत असे विविध प्रकार गायले. हिंदुस्थानी शास्त्रीय संगीतातील गझल, दादरा आणि ठुमरी शैलीतील महान गायिका म्हणून ओळखल्या जाणाऱ्या 'बेगम अख्तर' जयपूरच्या महोत्सवात सुलोचनाबाईंची गझल ऐकून अवाक झाल्या.

पांढऱ्या साडीचा अंगभर आवळून घेतलेला घट्ट पदर, कपाळभर मोठं कुंकू लावणाऱ्या आणि मंचावर पूर्ण वेळ खाली नजर ठेवून गाणार्याह सुलोचनाबाईंचे गाणे श्रोत्यांनी डोळे मिटून ऐकले तर समोर कुणी फटाकडीच अदा करून गाणं म्हणत असल्याचा भास रसिकांना होत असे. याचं विश्लेषण करताना बाई म्हणाल्या, मला नृत्याची माहिती आहे. लावणी म्हणताना मी मनातल्या मनात त्या नर्तकीला नाचवत असते. तिच्यावर माझ्या शब्दांची उधळण करते. शब्दांत प्राण ओतते. पण गाणं संपलं की कमळाच्या पानासारखी निर्लेप राहते. केवळ ह्या वृत्तीमुळे आणि पती शामरावांच्या सततच्या साथीमुळे देशभर दौरे करूनही त्यांची प्रतिमा स्वच्छ राहिली.

मंचावर गाताना सुलोचनाबाईंची स्वतःची अशी एक शिस्त होती. त्याबरोबरच त्यांनी रसिकांनाही कलेला दाद देण्याची शिस्त लावली असे म्हणणे वावगे ठरणार नाही. पुण्याच्या एका कार्यक्रमात पांडुरंग शिंदे यांची-

'खेळताना रंग बाई होळीचा, होळीचा

फाटला गं कोना माझ्या चोळीचा'

ही लावणी गाताना श्रोत्यांनी स्टेजवर पैसे फेकायला सुरुवात केली त्याच क्षणी सुलोचनाबाईंनी गाणं थांबवून, कार्यक्रम सोडून, निघून जाण्याची तंबी प्रेक्षकांना दिली. थिल्लर प्रेक्षकांचा लगाम आवळून आपणच आपला आब राखायला हवा, हा मोठा मंत्र सुलोचनाबाईंनी आपल्या वागण्यातून कलावंतांना दिला.

मराठी सिनेविश्वात गाण्याची पहिली संधी संगीतकार वसंत देसाई यांनी दिली. त्यांच्या 'हीच माझी लक्ष्मी' या

चित्रपटासाठी आचार्य अत्रे यांची

'कालीजात गेले पती आले होऊन बीए बीटी'

हे 'हंसा वाडकरां'वर चित्रित झालेलं गाणं ऐकून 'आचार्य अत्रे' एकदम खूष झाले आणि त्यांनी सुलोचनाबाईंना पदवी दिली 'लावणीसम्राज्ञी'.

पट्टे बापूराव, होनाजी बाळां, छगनभाऊ, रवींद्र भट यांच्या काव्यातील शब्दफुले आपल्या अंतस्थ सुरांच्या धाग्यात गुंफून, रसिकांच्या मणिबंधावर ठसकेबाज लावणीचा गजरा बांधून, त्या त्यांच्या गळ्यातल्या ताईत झाल्या.

त्यांची कामाच्या प्रति असलेली निष्ठा वाखाणण्याजोगी होती. 'मल्हारी मार्टंड'साठी ग. दि. माडगूळकरांची बारा गाणी सुलोचनाबाईंनी राजकमल रेकॉर्डिंग स्टुडिओमध्ये एका दिवसात गायली, हे समजल्यानंतर शांतारामबापूसुद्धा थक्क झाले होते. या चित्रपटातील-

'पदरावरती जरतारीचा मोर नाचरा हवा

आई मला नेसव शालू नवा'

आणि **'फड सांभाळ तुर्योला गं आला**

तुझ्या ऊसाला लागल कोल्हा'

ही गाणी रसिकांनी अक्षरशः डोक्यावर घेतली.

हे लावणीचं वारू जसजसं वेगात दौडू लागले तसे त्यांचे भजन, गझल, भावगीत हे गीतप्रकार सुरेल असले तरी झाकोळले गेले, याची रसिकांना कायमच खंत राहिल.

'अतिथी देवोः भव' ह्या संस्काराचं पालन करणाऱ्या सुलोचनाबाईंनी 'वसंतराव पवार' या अनाहूत पाहुण्याला भरदुपारी भोजनासाठी विचारले असता त्यांच्या डोक्यात अश्रू तरळले. सदगदित आवाजात ते म्हणाले, लोकांनी आजपर्यंत मला फक्त पिणार का म्हणून विचारले, दोन घास खाणार का असे प्रेमाने कोणीच विचारले नाही. त्यानंतर वसंतरावांनी आयुष्यभर बाईंच्या भाकरीची सोय केली. वसंतरावांच्या जाण्याचा फार मोठा धक्का त्यांना बसला. त्यांच्या सुरांनी मौन धारण केले. काही काळ त्यांनी गाणी गायलीच नाहीत.

कलावंत असूनही माणूसपण जपणाऱ्या सुलोचनाबाईं जरा निराळ्याच. आपण समाजासाठी काहीतरी देणे लागतो याचे भान ठेवून त्यांनी सीमेवर सैनिकांसाठी, शाळांच्या इमारती बांधण्यासाठी, पानशेत पूरग्रस्तांच्या मदतीसाठी, पोलिसांच्या निधीसाठी शेकडो कार्यक्रम केले. जयपूरमध्ये शून्य डिग्री तापमानात, बल्लारशा (चंद्रपूर) मध्ये ४८ डिग्री तापमानात, तर काही ठिकाणी कंबरभर पाण्यात चालत जाऊनही त्यांनी कार्यक्रम केले. आपली बिदागी बुडाली, तरी साथीदारांचे पैसे त्यांनी वेळेवर चुकते करत व्यवहार जपला.



कला जोपासताना त्यांनी गृहिणीपदाची जबाबदारी तेवढ्याच तन्मयतेने पार पाडली. वाळवणाचे पदार्थ, कपड्यांचा साबण त्या घरीच बनवत. प्रवासात क्रोशा, विणकामाचा छंद जोपासताना बटवे, चष्मा केसकव्हर, पानाची चंची अशी नावीन्यपूर्ण निर्मिती त्यांनी केली. पूर्वी पैसे कमवण्यासाठी आपण दिवाळीचे कंदील बनवत होते हे त्या कधीच विसरल्या नाही.

काश्मीरपासून कन्याकुमारीपर्यंत विविध रेडिओ स्टेशनवर गाणाऱ्या सुलोचनाबाईंच्या दोन गझला (अझीझ हिंदी) पाकिस्तानात तर गेल्या. त्याव्यतिरिक्त त्यांची काही गाणी रेडिओ सिलोनवर ऐकायला मिळू लागली.

अशा हरहुन्नरी गायिकेला दिग्दर्शक शामराव चव्हाणांची सहचारी म्हणून साथ मिळाल्याने त्यांच्या गाण्याला निश्चितच बहार आली.

‘जन्मोजन्मी तुम्हीच यावे माझ्या संसारी’

‘एकच आशा सदैव राहिल अखेरची ह्या उरी’

‘अनिल भारती’ लिखित वसंत प्रभूंनी संगीतबद्ध केलेल्या गाण्यातून त्यांची सहचाराप्रतीची कृतज्ञता व्यक्त होते.

त्यांच्या गाण्यावर रसिकांनी अमाप प्रेम केलं. ‘गळ्यात माझ्या बांधा एक डोरलं’ हे गाणं ऐकण्यासाठी एक रसिक थिएटरात रोज हजेरी लावत असे. विदर्भाकडच्या कार्यक्रमात ‘आनंद जाणू बाई आनंद कर माझा’ हे गौरीचं गाणं ऐकून बायकांच्या अंगात येत असे. ‘आई म्हणून कोणी आईस हाक मारी’, हे गाणं ऐकताना प्रेक्षकांचा उर भरून यायचा. रसिकांच्या

अतिरेकी भावनांचा असा उद्रेक पाहून त्यांनी ही गाणी मंचावर गाणे बंद केले. परंतु या गाण्यांची लोकप्रियता बघून एच. एम. व्ही. कंपनीने ही गाणी ध्वनिमुद्रित केली.

अशा या महान गायिकेला २०१३ चा लोकगीतासाठीचा ‘संगीत नाटक अकादमी पुरस्कार’ तर मिळालाच, त्याशिवाय यंदाच्या वर्षी (२०२२) भारत सरकारने मानाचा ‘पद्मश्री पुरस्कार’ देऊन त्यांचा उचित गौरव केला. प्रजासत्ताक दिनी व्हीलचेअरवर बसून राष्ट्रपती ‘रामनाथ गोविंद’ यांच्या हस्ते सुलोचनाबाईंनी हा सन्मान स्वीकारला. हा सन्मान म्हणजे महाराष्ट्राच्या पागोट्यावर खोचलेले रत्नजडित भूषण – कलगी तुरा. दिल्ली दरबारात झालेल्या या सन्मानामुळे महाराष्ट्राची मान पुन्हा उंचावली.

नव्वदीच्या उंबरठ्यावरचे हे ‘कळीदार कपुरी पान’ आज मात्र मायमातीच्या कुशीत विसावा घेण्यासाठी गळून पडले. गळताना लोभस गिरक्या घेत ‘पाडाला पिकलाय आंबा’, ‘सोळावं वरीस धोक्याचं’, ‘कसं काय पाटील बरं आहे का?’, ‘मला बघून मारतोय डोळा’, ‘माझ्या लग्नाचा बँड बाजा वाजतो’, ‘बसा रावजी खातीर करते तुमची’, ‘कसा चोरून बघतोय’ यांसारख्या महाराष्ट्राचे सांस्कृतिक वैभव म्हणून मिरवणाऱ्या ठसकेबाज लावणीचे सदाबहार हरित उपवन बहाल करून गेले.





आज ८ मार्च जागतिक महिला दिन. जगभर हा दिवस मोठ्या उत्साहात साजरा केला जातो. महिला आज सर्वच क्षेत्रांत प्रगती करत आहेत. वेगवेगळ्या आघाड्यांवर, विविध अडचणींवर मात करत आज ती स्वतःचे अस्तित्व सिद्ध करत आहे. विविध क्षेत्रांत कार्यरत असणाऱ्या आणि घरातून व्यवसायाची कोणतीही पार्श्वभूमी नसताना स्वतःला घडवत, प्रसंगातून शिकत आज अनेक महिला उद्योजिका म्हणून कार्यरत आहेत. अशाच काही महिलांच्या मुलाखती खास महिलादिनानिमित्त....



इलेक्ट्रॉनिक क्षेत्रातील यशस्वी उद्योजिका

मानसी बीडकर MELCON - MELUX CONTROL GERS PVT. LTD

इलेक्ट्रॉनिक क्षेत्रातील प्रथम पिढीतील एक यशस्वी उद्योजिका म्हणजे मानसी बीडकर. इलेक्ट्रॉनिक क्षेत्रात स्वतःचं अस्तित्व निर्माण करणं, हे त्यांच्यासाठी एक आव्हान होतं. कारण १९९२ साली फारशा सुविधा नव्हत्या. त्यांनी इलेक्ट्रॉनिक इंजिनिअरिंग केले. घरातील अनेक इलेक्ट्रॉनिक उपकरणांतील उत्सुकता त्यांना या क्षेत्राकडे घेऊन गेली. काही वर्षे त्यांनी नोकरी केली, परंतु लग्नानंतर त्यांच्या सासऱ्यांनी सल्ला दिला की, बाहेर जाऊन काम करण्यापेक्षा तू स्वतःच असं का काही चालू करत नाहीस? यावर सारासार विचार करून घरच्यांच्या सहकार्याने त्यांनी त्यांचा स्वतःचा छोटासा व्यवसाय चालू केला. सुरुवात खूपच खडतर होती, कारण अगदी शून्यातून सगळी सुरुवात करायची होती. प्रॉडक्ट, कच्चा माल, नवीन ग्राहक, मार्केटिंग अशा सगळ्या आव्हानांवर त्यांनी मात केली. त्या काळात महिला उद्योजिका होणे, ही सोपी गोष्ट नव्हती आणि त्यातून उत्पादनक्षेत्रात महिलांचे योगदान कमी असताना मानसी बीडकर या सगळ्या महिलांसाठी एक आदर्श ठरतात. कारण कोणतेही क्षेत्र किचकट अवघड असे नाही, पण आपला त्या गोष्टीकडे बघण्याचा दृष्टिकोन कसा असतो, यावर बऱ्याचशा गोष्टी अवलंबून असतात. हळूहळू प्रगती करत Melcon या त्यांच्या कंपनीच्या माध्यमातून त्यांनी गगनभरारी घेतली. Led lamps च्या अनेक सिस्टीम त्यांनी innovation करून सुरू केल्या. स्वतःची अनेक नवनवीन उत्पादने आणि त्यात वेगवेगळे प्रयोग त्या करत असतात. अनेक खडतर

मार्गावर मात करत त्यांनी स्वतःला इलेक्ट्रॉनिक क्षेत्रात सिद्ध केले आहे. केवळ भारतातच नव्हे, तर युरोप आणि अन्य देशांत फिरून त्यांनी आपली बाजारपेठ निर्माण केली आहे. महाराष्ट्र उद्योगिनी २०१०, आम्ही उद्योगिनी दादर २०१४, उद्योगिनी गौरव सन्मान पुरस्कार अशा अनेक पुरस्कारांनी त्यांना सन्मानित केले गेले आहे. स्वतःचा व्यवसाय सांभाळत असताना त्या इतर महिला उद्योजिकांसाठी देखील कार्यरत आहेत. महिलांना व्यवसाय करताना येणाऱ्या विविध समस्या यावर मार्ग कसा काढायचा, यासाठी त्या प्रयत्नशील आहेत. केवळ स्वतःपुरता विचार न करता आपल्यासोबत इतरांनाही घेऊन जाणे हाच संदेश त्या नेहमी देत असतात. थांबू नका आणि व्यवसाय करायचा असेल तर पडेल ते काम करण्याची सुरुवातीला तयारी ठेवा, तरच तुम्ही यशस्वी होऊ शकता. कायम तुमच्या व्यवसायाचा विस्तार कसा करायचा याकडे स्वतः जातीने लक्ष द्या. मानसी बीडकर यांचा प्रवास हा अनेक महिलांसाठी प्रेरणादायी आहे.





Mrs. Saylee Mutalik

She is Managing Director of Para Force HR Services Pvt. Ltd. working in the field of Security services, Housekeeping and Human Resource Management. Mrs. Saylee Mutalik is Director of Vipra World, a sales and marketing company. She is Director of ParaStays Pvt. Ltd. a Vacation Rental Business portal which aims to provide Homestays & camp. Hotels across India. She is Founder of Gaurishankar Education & Agro Foundation which aims to work for empowerment, Child Entrepreneurship Building. She is also a Director of Udyam Vipra, a section 8A Company working for the sustenance & growth of entrepreneurs and their business. Vision & Mission : Business and particularly that of providing security services has always been considered as domain field of masculine gender.

However, brain and beauty working relentlessly in the kitchen can also excel in the prejudicially forbidden territory of male chauvinism, where she can explore her innate skills of efficiency, strength, management and discipline! The objective is not to create a brand based on gender discrimination, but to set an ideal to inspire, encourage and motivate feminine spirit to grow, flourish and flower with full swing and power. Awards : Mrs. Saylee Mutalik has been felicitated with various awards for her contribution as



Leading Lady Entrepreneur

leading lady entrepreneur in Maharashtra!

- Head, Mahila Samiti, BJP.
- Udyog Aghadi Maharashtra Pradesh.
- Women Co-ordinator, Western maharashtra
- Swawalambi Bharat Abhiyaan.
- Udyogini Puraskar Gold Medal by Sakal lamp; MITCON.
- Jyoti Sanman Puraskar by DSK Group, Udyogshree Puraskar.
- Satara Icon Puraskar by Polad Group.
- Yadnavalkya Yuva Icon Purskar.
- Rashtravadi Audyogik Cell Award.
- Parvati Nagrik Bhushan Award.
- Satara Nagar Parishad Kamgar Bhushan Puraskar.





स्मिता देशपांडे



ज्वेलरी बिझनेसमध्ये उंच भरारी

महिलांच्या अत्यंत जिवाळ्याचा विषय म्हणजे दागिना. आज बाजारात अनेक प्रकारचे व विविध पद्धतीचे दागिने उपलब्ध आहेत. जे दागिने बघून आपले मन हरपून जाते. ते दागिने नक्की बनतात कसे? तस बघितलं तर महिलांसाठी दागिने तयार करण्याच्या या व्यवसायात पुरुष मंडळी अधिक असतात. दागिन्यांचा कच्चा माल? त्यांची प्रोसेस? त्यांचे विविध प्रकार? अशा कितीतरी गोष्टी त्यात असतात. या एका वेगळ्याच व अनोख्या क्षेत्रात स्मिता देशपांडे कार्यरत आहेत. जिथे सहसा जास्त महिला सहभागी होत नाहीत. विशेष म्हणजे त्यांच्या कुटुंबातील पिढ्यांमध्ये त्या पहिल्या उद्योजिका आहेत.

स्मिता देशपांडे या मूळच्या सोलापूर येथील. १८ वर्षांचा त्यांचा ज्वेलरी क्षेत्रातील अनुभव आहे. भावाच्या मित्राचा सोने दागिने तयार करण्याचा कारखाना होता तिथे सुपरवायझर म्हणून जॉब करत असताना निरीक्षणातून त्या कलेविषयी अधिक जाणून घेण्याची उत्सुकता त्यांच्या मनात निर्माण झाली आणि त्यांनी त्यांच्या करिअरची दिशा निश्चित केली. १५ वर्षे ह्याच क्षेत्रात नोकरी करून ३ वर्षांपासून Jewelry Business consulting हा स्वतःचा व्यवसाय त्यांनी सुरू केला. ज्वेलरी बिझनेस वाढीसाठी त्या कन्सल्टिंग आणि ट्रेनिंग करतात. सोने खाणीतून काढल्यानंतर त्याची शुद्धता कशी ठरवतात? त्या सोन्याचे दागिने कसे तयार करतात आणि कसे विकावेत? ज्वेलरी व्यवसायात येणाऱ्या विविध आव्हानांना सामोरे कसे जावे? अशा अनेक विषयांवर त्या मार्गदर्शन करत असतात. Women of influence 2022, नारीशक्ती, बारामती-नाशिक सराफ व्यावसायिक संघटना अशा अनेक पुरस्कारांनी त्या सन्मानित झाल्या आहेत.

स्मिता देशपांडे यांनी आतापर्यंत महाराष्ट्रातील अनेक नामवंत सराफ व्यावसायिकांना मार्गदर्शन केले आहे. ज्वेलरी व्यवसायासाठी कन्सल्टिंग आणि ट्रेनिंग करण्यासाठी स्मिताचा मार्ग हा दिसतो तितका मोहक नव्हता. त्यात आव्हाने होती. इंडस्ट्रीतील दिग्गज आहेत, याशिवाय रोज नवीन ब्रँड्स आपली

छाप पाडत आहेत. तिची सर्जनशीलता आणि तिच्या ग्राहकांचे चांगले ऐकण्याची आणि त्यांच्या गरजा समजून घेण्याची तिची क्षमता ही तिची खासियत आहे. तिने त्यांच्या उपक्रमांमध्ये जोडलेल्या गोष्टींना क्लॉअंट कसे महत्त्व देतात, हे लक्षात घेऊन त्यांना पुढे काम करण्याची शक्ती मिळते. स्मिता तिच्या क्लॉअंटला समजून घेते आणि ते त्यांच्या व्यवसायाची स्वप्ने आणि चिंता तिच्यासोबत शेअर करतात. स्मिता तिच्या अनुभवी मार्गदर्शनातून क्लॉअंटच्या स्वप्नं पूर्ण करण्यासाठी ताकद देते. स्टॉक व्यवस्थापन करणे, वाढ करणे, विक्री सुधारणे आणि अकुशल कर्मचाऱ्यांना प्रशिक्षण देणाऱ्या महाराष्ट्रातील छोट्या ज्वेलर्सना यशस्वी ब्रँड बनवण्यासाठी आणि त्यांच्या संभाव्य ग्राहकांपर्यंत स्वतःची आणि त्यांची उत्पादने पोहोचवण्यासाठी स्मिता सध्या तयार आहे.

या क्षेत्रात काम करताना त्यांना अनेक चांगल्या-वाईट प्रसंगांना सामोरे जावे लागले. पण, त्या कधीही डगमगल्या नाहीत. क्षेत्र कोणतेही असो त्यात करिअर करण्याचा निर्णय घेतलात की मागे यायचे नाही संकटांवर मात करत पुढे जात राहायचे, हाच संदेश त्यांच्या प्रवासातून आपल्याला मिळतो. ध्येय प्राप्ती होईपर्यंत न थांबता न थकता काम करत रहा नक्कीच यश मिळेल, हाच संदेश त्या नेहमी देत असतात.





Tejaswini Pisal



Business Coach

Tejaswini Pisal is a leading Transformation & Productivity Expert and a Coach and author of the ebook **10 Secrets to Enrich Your Entrepreneurial Journey**. She has coached more than 1000 business owners across the globe from various industries and domains.

An International Coach with more than 15 years of diverse experience has been a part of many entrepreneurial groups. She has been awarded several times for her remarkable contributions. Awarded the lioness Business Builder Award 2018 at the national Conference for Women leadership, she has also been featured in the Stars of Startup Online Magazine and Our Stories portrait under **She the Change**. Honored with The National Leadership Award by Mahila Prashikshan Sansthan for an exemplary contribution towards Women

Empowerment 2019. Zest Transformation has been shortlisted among the Top-10 Most Promising Coaching companies by a survey done by Silicon India Magazine.

She has successfully coached 1000s of professionals and entrepreneurs from diverse sectors such as IT, Manufacturing, Sports, Education, Sole proprietors of small businesses like Chartered Accountants, Architects, Trainers, and Coaches seen a 100% or more turnaround and growth in their business.

Tejaswini continues to inspire excellence and positive transformation in the lives of many. On a mission to empower 5,000 entrepreneurs to the lives and businesses of their dreams by 2020, she devises various programs for entrepreneurship success.





मनीषा पाध्ये



गॅरेज व्यवसायातील यशस्वी महिला

गॅरेज- अर्थात जिथे गाड्यांची दुरुस्ती होते थोडक्यात गाड्यांचा दवाखाना. गॅरेज म्हटलं की, पटकन डोळ्यांसमोर उभे राहते ते पुरुष व्यक्तिमत्त्व. गॅरेज आणि स्त्री असं म्हटलं तर ते कदाचित हास्यास्पद ठरेल नाही का? पण या प्रश्नावर खणखणीत उत्तर दिलं आहे मनीषा पाध्ये यांनी त्यांच्या गॅरेजच्या व्यवसायातून. गॅरेज व्यवसायातील एक यशस्वी महिला उद्योगिनी ठरलेल्या मनीषा पाध्ये कॉमर्स विषयातील पदवीधर आहेत. आपले पती श्री. पाध्ये यांना त्यांच्या ऑटोमोबाईल इंजिनिरिंग या क्षेत्रात गाड्यांच्या कामात मदत करता करता मनीषा पाध्ये यांना त्यात इंटरेस्ट निर्माण झाला आणि रिपेयरिंग, सर्व्हिसिंग करताना त्यांच्यातील कामाप्रति असणारी आवड आणि उत्सुकता त्यांच्या पतीने हेरली आणि यातच तू पुढे जा, छान पद्धतीने काम करू शकते असे सांगितले. त्या वेळी मनीषा पाध्ये यांनी त्याला विरोध दर्शवला. २०१० मध्ये एक बंद गॅरेज चालवण्याची संधी त्यांना मिळाली आणि त्यांनी त्या संधीच सोनं केलं. त्यांचे पती उन्मेष पाध्ये यांच्या मित्राचे गॅरेज होते ते. त्यांच्याशी टायअप करून त्यांनी या प्रवासाला सुरुवात केली. अनेक अडचणींवर मात करत त्यांनी त्यांचा हा व्यवसाय वाढवला. सुरुवातीचा काळ हा अत्यंत खडतर होता. दिवस रात्र मेहनत घेऊन त्यांनी एक स्वप्न उराशी बाळगलं आणि ते पूर्णही केलं. आज पुण्यात त्या चार वेगवेगळ्या ठिकाणी गॅरेज मॅनेज करत आहेत. सध्या

साधारण १० ते १२ जणांची त्यांची टीम आहे आणि सर्व एक्सपर्टीज मिळून एकत्र काम करत आहेत. हसरा चेहरा, गोड बोलणं, दिलेला शब्द पाळणं आणि श्रमाला न कंटाळणं या तत्वावर त्या काम करतात. आज अनेक ग्राहक त्यांनी जोडले आहेत ते त्यांच्या कामावरती असलेल्या श्रद्धेने आणि निष्ठेने. इतकंच नाही तर त्यांनी ऑटोमोबाईलमध्ये काही innovations देखील आणली आहेत. स्त्रीने ठरवलं की काहीही अवघड नाही आणि अशक्य असं काहीच नाही, हे त्यांनी त्यांच्या कार्यातून सिद्ध केलं आहे. गॅरेज क्षेत्रातील कोणतीही पार्श्वभूमी नसताना केवळ आवड निर्माण झाली म्हणून त्यांनी या क्षेत्रात प्रवेश केला आणि आज त्यांनी त्यांची स्वतःची ओळख निर्माण केली व स्वतःला सिद्ध केलं. आज सकाळ न्यूज पेपर, आर्य ब्राह्मण समाज पेपर, सॅटर्डे क्लब हडपसर चाप्टर, रणरागिणी उद्योजिका, युवा ग्रुप अशा अनेक पुरस्कारांनी त्यांना सन्मानित केले आहे. कुटुंबीयांच्या सहकार्याने त्यांनी जीवनातील एक माइलस्टोन पार केला आहे. कायम पुढे जात रहा, मागचा विचार करू नका आणि लोक काय म्हणतील यात न अडकता गगनभरारी घेण्याचं बळ अंगी रुजवा हाच संदेश त्या मैत्रिणींना देत असतात. म्हणूनच मनीषा पाध्ये यांचा जीवनप्रवास हा अनेक महिलांसाठी आदर्श आहे, तसेच प्रेरणादायीही आहे.

●●●





जयंती देशपांडे



ड्राय सिस्टीमचा अनोखा व्यवसाय

कपडे वाळत घालण्याचे स्टँड हे व्यवसायाचे क्षेत्र ठरू शकते का? तर उत्तर आहे हो.. एक महिला याला आपले करिअर क्षेत्र बनवू शकते का? उत्तर आहे हो आणि खरंच हो.. कारण आता कोणतेही क्षेत्र असे नाही जिथे महिला काम करू शकत नाहीत. जयंती देशपांडे यांनी हे आगळंवेगळं क्षेत्र निवडलं आणि त्यात त्या यशस्वीही झाल्या आहेत. मुळातच कपडे वाळत घालण्यासाठी काही वेगळ्या साधनांची, innovationची गरज असते हीच संकल्पना समाजात रुजवणं, हा त्यांच्यासमोरील सगळ्यात अवघड असा प्रश्न होता. नवीन जेव्हा या व्यवसायला सुरुवात केली तेव्हा त्यांना ग्राहकांच्या अनेक प्रश्नांना सामोरे जावे लागले. हा प्रवास खूप खडतर होता. कपडे वाळत घालताना जर त्यासाठी काही विशिष्ट पद्धतीची रचना केली तर घरात कपडे कुठेही कसेही वाळत घातले जातं नाही.

याच हेतूने जयंती देशपांडे यांनी नावीन्यपूर्ण ड्राय सिस्टीम चा व्यवसाय सुरू केला. बघता बघता ही संकल्पना लोकांना आवडली आणि या एका अनोख्या क्षेत्रात जयंती देशपांडे यांनी स्वतःला सिद्ध केले.

आज अनेक नामवंत कंपन्यांसोबत त्यांचे टायअप आहेत आणि जयंती देशपांडे या उत्तम सुविधा उपलब्ध करून देत आहेत. एकदा सिस्टीम तुमच्या घरात बसवली की वर्षभर त्याच्या मॅटेनन्सची जबाबदारी त्यांची कंपनी घेते. आज नवनवीन संकल्पना त्यांनी तयार केल्या आहेत. दर्जेदार क्वालिटी आणि उत्तम सेवा यावर त्यांनी अनेक ग्राहकांचा विश्वास संपादन केला आहे. जयंती देशपांडे यांच्या प्रवासातून नवीन क्षेत्राची संधी शोधा आणि ती वाढवण्याचा प्रयत्न करत राहा, हेच दिसून येते. कामाप्रती विश्वास आणि सर्वोत्तम दर्जाचे काम या गोष्टी पाळल्या की व्यवसाय नक्कीच मोठा होतो, हाच संदेश त्या मैत्रिणीना देतात.



आमची खासियत

- * आम्ही तुमची जुनी system दुरुस्त तसेच modify पण करून देऊ.
 - * एका ठिकाणाहून दुसरीकडे तुमची system शिफ्ट पण करून देतो.
 - * महिलांना बिझनेस साठी Franchise पण देतो (आउट ऑफ पुणे)
 - * **Best Service, Best Quality Best Price.**
- महिला दिनानिमित्त १२ मार्चपर्यंत बुकिंग केल्यास महिलांसाठी खास गिफ्ट देण्यात येईल.





सौ. अपर्णा पेंडुरकर,
सांगली



कुकिंग क्लास बनला व्यवसाय.....

अनेकदा येणारा प्रश्न म्हणजे- एक गृहिणी काय करू शकते? स्वयंपाक करता येणं हे कलेचं क्षेत्र होऊ शकतं, असं फार पूर्वीच्या काळी कोणी म्हटलं असतं तर ते विधान हास्यास्पद झालं असतं; पण काळ बदलला आणि करिअरची क्षेत्रं विस्तारत गेली. यातच सौ. अपर्णा पेंडुरकर यांनी निश्चय केला आणि मी ज्यात पारंगत आहे ते मी इतरांना शिकवीन, हा निश्चय मनाशी केला आणि त्यात त्या यशस्वीही झाल्या. इतकंच नाही तर त्यांनी या बदलत्या काळात, बदलत्या टेक्नॉलॉजीशी जुळवूनही घेतलं.

सांगली शहरात राहणाऱ्या अपर्णा पेंडुरकर यांचे गेली पंचवीस वर्षे सांगली व पुणे येथे कुकिंग क्लास आहेत. त्यामध्ये त्या पाचशेपेक्षा जास्त पदार्थ शिकवतात. त्यात पारंपरिकपासून ते आधुनिक फूड असे सगळे प्रकार असतात. अगदी साधी कसुरी मेथी कशी करायची, इथपासून ते बेकिंग-कुकिंग असं सगळंच त्या शिकवतात. कोणतीही कृती त्या अगदी मनापासून शिकवतात. केटरिंगचा छोटा व्यवसाय करायचा असेल तर कसा करावा किंवा शेफ असणाऱ्यांना ट्रेनिंग या गोष्टी त्या उत्तम पद्धतीने स्वीकारतात. हळूहळू त्यांच्या या क्लासला मागणी वाढत गेली. त्यांनी बदलत्या काळाशी जुळवून घेण्याचा निर्णय घेतला आणि स्वतःचे यू-ट्यूब चॅनेल काढण्याचा निर्णय घेतला. Aparna's kitchen या यू-ट्यूब चॅनेलची सुरुवात केली. हे करत असताना त्यांनी त्याचा सखोल

अभ्यास केला.

व्हिडिओ कसे करायचे, कधी कोणते व्हिडिओ अपलोड करायचे, त्याची भाषा कशी हवी अशा अनेक गोष्टी त्यांनी आत्मसात केल्या आणि व्हिडिओच्या माध्यमातून त्या लोकांपर्यंत पोहचू लागल्या. T.V वर देखील त्यांचे अनेक एपिसोड झाले आहेत. त्यांनी बचत गटांसाठी, हॉटेल, तसेच नाष्टा सेंटरसाठी अनेक रेसिपी शिकवल्या आहेत.

सौ. अपर्णा पेंडुरकर यांच्या या क्लासेसमुळे आज अनेक जणी स्वावलंबी झाल्या आहेत. त्यांच्या मनातील भीती नाहीशी झाली आहे. लॉकडाऊनच्या काळात १०० हून जास्त जर्णीनी केक शिकून ऑर्डर घेऊन संसार सांभाळले. आज त्या अनेक जर्णींचा आधारस्तंभ बनल्या आहेत. अपर्णा पेंडुरकर यांची केकची व चॉकलेटची अनेक प्रदर्शने झाली आहेत. त्यांच्या या प्रदर्शनाला उदंड प्रतिसाद लाभतो. त्यांच्या या धाडसी निर्णयाचे कौतुक करावे तेवढे थोडे आहे. तुम्ही एखादी गोष्ट ठरवली की, तिचा ध्यास घेऊन ती पूर्ण करा आणि पारंपरिकतेला आधुनिकतेची साथ द्या, हाच संदेश त्यांच्या या प्रवासातून मिळतो. आज त्यांचे 46.1k subscriber आहेत. नवनवीन व्हिडिओ त्या शेअर करत असतात. आपल्याजवळ जे आहे ते इतरांना भरभरून देता आलं पाहिजे, हाच संदेश अपर्णा पेंडुरकर आपल्या मैत्रीणींना देत असतात.



पुढारी कस्तुरी क्लबतर्फे आयोजित मोदक कार्यशाळेस उत्स्फूर्त प्रतिसाद

सांगली : पुढारी वृत्तसेवा

पुढारी कस्तुरी क्लबतर्फे खास श्री गणेशोत्सवानिमित्त मोदक कार्यशाळा आयोजित करण्यात आली होती. सौ. अपर्णा पेंडुरकर यांनी या कार्यशाळेत कस्तुरी क्लबच्या सभासद महिलांना विविध प्रकारचे मोदक बनवण्याचे प्रात्यक्षिक दाखवले. या कार्यशाळेस कस्तुरी क्लबच्या महिला सभासदांचा



सांगली : पुढारी कस्तुरी क्लबतर्फे आयोजित मोदक कार्यशाळेत प्रात्यक्षिक



जुई कांदळगावकर



‘विविका’च्या माध्यमातून सॅनिटरी नॅपकिन्स निर्मिती

ज्या प्रमाणे मनुष्याला अन्न, वस्त्र आणि निवारा ह्या मूलभूत गरजा महत्त्वाच्या आहेत, त्याचप्रमाणे स्त्रियांच्या देखील मूलभूत गरजा म्हणजे पुढे जाऊन तिचे योग्य मानसिक आणि शारीरिक आरोग्य, मासिक पाळी चक्र आणि आंतरिक, तसेच बाह्य सौंदर्य जपणे हेदेखील अतिशय महत्त्वाचे आहे. याचा विचार करून त्यांनी स्त्रीच्या मानसिक आणि शारीरिक उद्भवणाऱ्या समस्यांवर काम करण्यासाठी या विषयाची निवड केली. पुढे जाऊन Aromatherapy चा Therapeutic Essential Oils चे शास्त्रशुद्ध प्रशिक्षण घेतले. निसर्ग उपचार आणि योगिक science याचेदेखील शिक्षण पूर्ण केले. संधी भरपूर येत होत्या, परंतु म्हणावा तसा करिअरचा योग जुळत नव्हता. काही काळ कॉलेजमध्ये त्यांनी visiting faculty म्हणूनही काम केले. कोरोनाच्या परिस्थितीमधून त्यांनी स्त्रियांच्या अजून एका समस्येवर काम करायला सुरुवात केली. ६ महिने कुठलाही अनुभव आणि MB ची डिग्रीदेखील नसताना त्यांनी Vivika Sanitary Napkins Mm Brand सुरू केला आणि सर्व महिलावर्ग ह्यांच्या पोचपावतीने हा व्यवसाय यशस्वी

झाला. ह्या काळात विविध वर्गातील स्त्रियांच्या मासिक पाळीच्या अडचणी, वयात आलेल्या आणि नुकत्याच पाळी सुरू झालेल्या मुलींच्या अडचणी समजून घेताना महिला सक्षमीकरणकारिता मासिक पाळी योग्य मार्गदर्शन आणि सॅनिटरी पॅड विक्रीकारिता घरगुती व्यवसायाला त्यांनी मार्गदर्शन केले. पर्यावरण जपण्यासाठी Biodegradable disposable सॅनिटरी पॅड्ससोबत कचरा व्यवस्थापन करण्यास सॅनिटरी पेपर बॅग्सदेखील सुरू केल्या. सतत नवीन काहीतरी करत राहायच्या त्यांच्या आवडीने त्यांनी अरोमा ऑइलने सुगंधीयुक्त हॅन्डमेड साबण आणि कँडल बनवायला सुरुवात केली. त्या स्त्रियांना Natural Beauty Therapyही देतात. Vivika's Nutri Diet Consultancy मधून स्त्रियांना त्यांचे आरोग्य नीट ठेवण्यास त्या मार्गदर्शन करतात. हे सर्व करत असताना त्यांना अनेक संकटांना सामोरे जावे लागले. घर आणि व्यवसाय यांचा उत्तम समतोल राखत आज त्या यशस्वी उद्योजिका झाल्या आहेत. सतत नवीन काहीतरी शोधत रहा, शिकत रहा हाच संदेश त्या आपल्या मैत्रिणींना देत असतात. जुई कांदळगावकर यांचा हा प्रवास अनेक स्त्रियांसाठी प्रेरणादायी आहे.





चित्राली कौस्तुभ कुलकर्णी, पुणे

अनेकदा गैरसमजुतीमधून मन विचलित होऊन जातं आणि नकळतपणे आपण एखाद्या गोष्टीकडे नकारात्मकतेनं पाहायला जातो आणि इथेच सगळी गडबड व्हायला लागते. पिढ्यान् पिढ्यांची परंपरा समजून घेताना अशीच गडबड होते आणि सुंदर असणाऱ्या या परंपरेची परवड केली जाते. खरंतर परंपरा असतात या आपल्यातील नात्यांची वीण घट्ट करण्यासाठी, एका पिढीला पुढच्या पिढीशी जोडण्यासाठी, संस्कार पिढ्यान् पिढ्यांमध्ये रुजवण्यासाठी, आनंदाच्या क्षणांची साठवण करण्यासाठी आणि खूप काही सुखद अनुभूती देण्यासाठी....

पिढ्यान् पिढ्यांची परंपरा ...

आमच्या वेळी नव्हतं असं, आता काय बाबा सगळा काळ बदलला आहे... छे हे असल काहीही नव्हतं हो त्या काळी... अशी अनेक वाक्यं पिढ्यान् पिढ्यांच्या अंतरात ऐकायला मिळतात. अगदी सहजरीत्या घराघरांत हे बोललं जात. असं का बरं...? कधी विचार केला आहे का? तर ९०% याचे उत्तर नाही येईल. या गोष्टीवर कधी घरात चर्चाही होणार नाहीत कारण ही अशी वाक्यं बोलण्यात आली की, मग चालू असलेल्या विषयाला फाटे फुटतात आणि नको त्या शब्दाने शब्द वाढत जाऊन वाद भलतीकडे विकोपाला जातात. परिणामी काय तर कुणाचाही बोलण्याचा हेतू तो नसतो, पण घेणारा अर्थ त्याच्या परीने घेतो आणि मग होत्याचं नव्हतं होऊन बसतं. हे वाचल्यावर कदाचित तुमच्याही घरातही असंच घडतं, या गोष्टीशी सहमत व्हाल.

साधा विचार करा मैत्रिणींनो, आज, उद्या, अजून होतं तर मग काळाला विसरून कसं चालेल? सगळंच बदलत जातं. अगदी माणसांच्या स्वभावापासून ते खाण्यापिण्याच्या आवडी, फॅशन, टेक्नॉलॉजी अशा एक ना अनेक गोष्टी असतात की ज्या काळानुरूप बदलत जातात. त्यात काही चुकीचे नाही, पण फरक पडतो तो आपण त्या गोष्टी सकारात्मक दृष्टीने स्वीकारतो की नकारात्मक दृष्टीने.

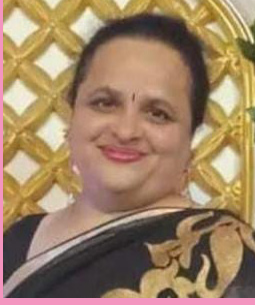
घरातील सण-समारंभ, रूढी-परंपरा या गोष्टी प्रत्येकाच्या पद्धतीप्रमाणे वेगवेगळ्या असतात. त्या कितीतरी पिढ्या चालत आलेल्या असतात आणि एका पिढीकडून दुसऱ्या पिढीकडे पास केल्या जातात, त्यात प्रत्येक जण आपल्या सोयीनुसार त्या वेळी उपलब्ध असणारी साधने तेव्हाची असणारी परिस्थिती या सगळ्या गोष्टींच्या आधारे बदल करत जातो आणि मग मूळ असलेली परंपरा खूप दूर कुठे तरी राहून जाते आणि आताच्या भाषेत सांगायचे झाले, तर ती फिल्टर होऊन पुढे पुढे जात राहते. आता मला सांगा यात चूक कोणाची आहे का? नीट विचार केलात तर उत्तर सापडेल. कारण ज्याने त्याने आपली सोय बघितलेली असते. आपण जेव्हा या परंपरा आपल्या पुढच्या पिढीला शिकवतो किंवा सांगतो किंबहुना आपली अपेक्षा असते

की त्यांनीही असंच केलं पाहिजे, पण त्यात जेव्हा पुढची पिढी काही बदल सुचवू इच्छिते, त्या वेळी मात्र तो बदल स्वीकारण्याची तयारी आपली नसते आणि मग आपण म्हणतो छे असलं काही चालत नाही. तुम्हाला काही करायचं नाही म्हणून ही सगळी नाटकं... हे आपण बोलून सहज जातो, पण बोलताना समोरच्या व्यक्तीवर याचा काय परिमाण होईल याचा विचारही केला जात नाही आणि मग यातून वळण वेगळं लागतं. इथेच वादाची आणि मनात गैरसमज निर्माण होण्याची ठिणगी पडते. सगळेच जण बदलाला विरोध करतात असे नाही, पण सगळेच ते स्वीकारतात असे नाही. काय हरकत आहे जुन्या आणि नव्याचा मेळ घालून काही गोष्टी केल्या तर? थोडं मागच्या पिढीचं ऐकू आणि थोडं आताच्या. शेवटी महत्त्वाचं काय असतं तर ती गोष्ट पूर्णत्वास जाणं. मग एकमेकांचे रुसवे-फुगवे ओढवून घेऊन करायचं म्हणून करून टाकणं किंवा करून टाकल्यासारखं काहीतरी करायचं. याला काहीच अर्थ राहत नाही. यात समाधान कोणालाच मिळत नाही. खरंतर परंपरा असतात या आपल्यातील नात्यांची वीण घट्ट करण्यासाठी, एका पिढीला पुढच्या पिढीशी जोडण्यासाठी, संस्कार पिढ्यान् पिढ्यांमध्ये रुजवण्यासाठी, आनंदाच्या क्षणांची साठवण करण्यासाठी आणि खूप काही सुखद अनुभूती देण्यासाठी.

आपणच थोडं समजून घ्यायचं कधी असं, तर कधी तसं करून बघायचं. नेहमी मध्य साधायचा प्रयत्न करायचा कारण कोणीतरी एका बाजूने सैल सोडावं लागतं. सगळ्यांनीच ताणलं तर ते तुटून जाण्याची शक्यता असते.

पिढ्यान् पिढ्यांच्या परंपरा वाईट नसतात त्याकडे आपला बघण्याचा दृष्टिकोन कधी कधी उलटा होतो आणि आपण त्या कशा स्वीकारतो, यावर अनेक गोष्टी अवलंबून असतात. दोन्ही पिढ्यांनी जुळवून घेतलं, की या पिढ्यान् पिढ्यांच्या परंपरांचं ओझं वाटत नाही. सगळ्या गोष्टी आनंदाने स्वीकारल्या जातात आणि मग येथून आनंदू रे आनंदू...





श्रुती नरवणे, परिचारिका

इतरांसाठी जगताना आज स्त्रियांनी स्वतःकडे लक्ष देणं, ही काळाची गरज आहे. कारण या वाढत्या धकाधकीच्या जीवनात स्त्रीचे आरोग्य हा खूप गांभीर्यानं घेण्याचा विषय आहे. महिलांनी स्वतः याकडे लक्ष देण्याची गरज आहे आणि सतत ताणतणाव, चिंतेत जीवन व्यतीत करणे योग्य नाही.

स्त्री आणि आरोग्य

स्त्री आणि आरोग्य हा विषय तसा सोपाही आणि खरं सांगायचं तर चावूनचावून चोथा झालेलाही. पण काय करायचं? बोललं तर पाहिजेच या विषयावर, जरा सोप्या आणि सहज गप्पा मारत जर या विषयावर बोलता आलं तर? चला प्रयत्न करूया.

असं म्हणतात की स्त्री ही पृथ्वीतलावरील भगवंतानी निर्मिलेली सर्वात सुंदर निर्मिती आहे. तिच्या आयुष्यातील प्रत्येक टप्पा म्हणजे एक आश्चर्य आहे. तिचा जन्म हा सर्वांना आनंद देण्यासाठी झालेला आहे असं म्हटलं तर त्यात वावगे काही नाही. घरातल्या कामात स्वःतला जुंपून घ्यायच्या. अगदी चूल आणि मूल, व्यतिरिक्तही स्त्रीला स्वतःच अस्तित्व आहे हे जाणवले आणि यात बदल होत गेला. स्त्री शिकू लागली किती तरी शिखरे पादाक्रांत केली. बाहेरच्या जबाबदाऱ्या सांभाळण्याची तारेवरची कसरत करू लागली पण. हा पणच खूप महत्त्वाचा आहे. त्या काळी आणि आताही स्त्री स्वतःच्या आरोग्याकडे दुर्लक्ष करत होती आणि आताही करत आहे. आजकाल मेकअप करून सुंदर दिसता येतं आणि खरंतर यातच स्त्रिया जास्त वेळ घालवतातही, पण साधं पाणी पिऊनही आपले सौंदर्य टिकवता येतं हे त्यांना कधी कळणार? खरं सांगू. आजची स्त्री या स्पर्धेच्या जगात टिकून रहाण्यासाठी धडपडते आणि बरेच उपाय करते? उदाहरण घ्यायचं झाल तर - ताण दूर करणे, पुरेशी झोप घेणे, आहाराची काळजी घेणे जेवण न चुकवणे, व्यायाम करणे, हे सर्व ती प्रामाणिकपणे करण्याचा प्रयत्न करते. पण नियमित आरोग्य तपासणी मात्र कधीच करत नाही. तिच्या आयुष्यात येणारी सर्व अवघड स्थित्यंतरे ती सहजपणे पार पाडते. पण स्वतःचे आरोग्य? ते मात्र ती इतर गोष्टींच्या पुढे विसरून जाते. मला तर असं नेहमी वाटतं की, मूल गर्भात असल्यापासूनच स्त्रीने स्वतःची काळजी घ्यायला हवी. चांगला आहार, गरम अन्न खाणे असं सर्वच. मुलींना शरीर वाढीसाठी योग्य पोषणतत्त्वे न मिळाल्यास तिची वाढ खुंटते. अर्थात, हे सर्व स्त्रियांना लागू होते असे नाही. काही जणी स्वतःची काळजी घेतात, पण हे प्रमाण खूपच कमी आहे. आता तुम्ही म्हणाल हे सर्व आम्हाला माहिती आहे. पण व्यापामुळे तब्येतीकडे लक्ष घ्यायला वेळ नाही. एक लक्षात ठेवा- इच्छा तेथे मार्ग. छोट्या छोट्या गोष्टींमधून सुरुवात करून आपण आपली

काळजी घेऊ शकतो. सकाळी उठल्यावर घड्याळाच्या काट्या प्रमाणे आपले हात काम करतात आणि मनात मात्र पुढच्या वेळेची आकडेमोड चालू होते. त्यापेक्षा सकाळी उठल्यावर छानशी गाणी लावावीत हळू आवाजात आपल्यापुरती तुमच्या आवडीची. त्या गाण्याच्या तालावर आपली कामंही पटापट होतील. गाणं गुणगुणलं तर जास्तच छान. मनावरचा ताण आपोआप निघून जाईल कारण आपल्याला केवळ शारीरिक नाही, मानसिक आरोग्यही जपायचं आहे. प्रयत्न तर करा. घरातील काम करता करता जास्तीत जास्त साधं पाणी प्या. जेवढं जास्त पाणी प्याल तेवढे जास्त टॉक्सिन शरीराबाहेर जातील. चेहरा आणि त्वचा आपोआप नितळ होईल. अजून एक आधीचा दिवस कितीही वाईट गेला तरी नवीन दिवसाची सुरुवात आनंदाने आणि प्रसन्नतेने करायची. मनापासून हसायला शिका. खळखळून हसलात तर चेहऱ्याच्या स्नायूंना आपोआपच व्यायाम होतो त्यासाठी वेगळा वेळ काढावा लागत नाही.

अजून एक करा एक छानशी मैत्रीण शोधा हक्काची. जिच्याशी प्रॉब्लेमविषयी नाही तर तुमच्या स्वप्नाविषयी बोला. पॉझिटिव्हिटी आपोआपच तुमचं मन शांत होईल. चिडचिड त्रागा करून काहीही होत नाही. आपल्यालाच त्रास होतो. एक डोक्यात ठेवा- जेव्हा आपण उभे असतो तेव्हाच सगळं कुटुंब उभं असतं. आपण झोपून तर घराची फरफट होते. गोष्टी सहन करताना सहनशीलता आणि संतुलन यातला फरक लक्षात घ्या. एकदम बदल होणं शक्य नाही पण छोट्या छोट्या गोष्टींमधून सुरुवात तर करावी लागते. एकदा का सवय लागली की, या गोष्टी पण अवघड वाटणार नाहीत. आपलं आयुष्य आपल्याला मिळालेली देणगी आहे. आहे तोवर आनंदात जागून घ्यायला शिकूयात. त्यामुळे आपल्या आरोग्याची काळजी आपणच घ्यायची आहे. चला या जागतिक महिला दिनाच्या निमित्ताने संकल्प करा आणि स्वतःच स्वतःच्या डॉक्टर व्हा आणि फिट, फाइन, आनंदी रहा. निरोगी राहून जगण्याचा आनंद लुटा.

●●●



अंजली मुतालिक, कुडाळ

थंडीचे दिवस संपले असले तरी काही आठवणी या मनात थंडीतल्या गारव्यासारख्या घर करून राहतात. कडक उन्हातही या आठवणी आठवल्या की, मन कसं सुखावून जात आणि मग या उष्णतेच्या लाटेची जाणीवही होत नाही. अशीच प्रत्येकाच्या आठवणीत असणारी ही शेकोटी मनामनांत नात्यांच्या घट्ट विणीची ऊब निर्माण करत असते....

शेकोटी

रात्री साडेआठ नऊ वाजता जेवून बसायचे आणि सकाळी लवकर साडेसहा वाजता सूर्याला साक्षी मानून आपली दैनंदिन कामे उरकली तर आरोग्य उत्तम राहते, असे आयुर्वेद सांगतो. आम्हीसुद्धा आमचे जेवणाचे काम (?) आठालाबरोबरच अधाशासारखे उरकून घ्यायचो. मग गृहपाठ करणे, जादा अभ्यास करणे अशा कामांना वेळही मिळायचा. त्यात कधी टीव्ही. तर कधी भगवान बापूचे साभिनय एकपात्री महानाट्य असायचे, तर कधी वर्तमानपत्रातील कात्रणे असले नसते उद्योग असायचे.

यात बऱ्याच वेळा शेकोटी करणे हा अनिवार्य भाग असायचाच. थंडीच इतकी असायची की, वाटायचे पाण्याचा बर्फ वगैरे बनतंय की काय? त्या वेळी बातम्यांच्या शेवटी तापमानही पाहायचो. ते कधी ७ अंश, तर कधी ८ अंश से. असायचे. इतक्या खाली तापमान सर्रास जायचे. आमच्या घराच्या पाठीमागे आड (छोटी विहीर) व घरापुढे ओढा, यामुळे थंडी असायचीच; पण इतरापेक्षा मला ती जास्त वाजायची. सकाळी तोंडातून वाफा यायच्या तेव्हा सिगारेट पिण्याची नोंटंकी करायचो. शनिवारी सात वाजता शाळेत जातांना सायकलच्या मुठीपण गोठल्यासारख्या थंड पडायच्या. अशा थंडीत रस्त्यास्त्यांवर शेकोट्या सर्रास दिसायच्याच. आम्ही रात्रीचे जेवण झाले की, परड्यात शेकोटी करायचो. 'खारछाप अनिल' माचीस लगीवर (गुरांच्या गोठ्यात आडव्या तुळईवर/लाकडी खांबावर) विशिष्ट ठिकाणी ठेवलेली असायची.

शेकोटीभोवती बाबा, आई, आम्ही भावंडे, शेजारीपाजारी गोळा व्हायचे. शेजारचा बंड्यासारखा एखादा पोरगा लांबून येताना दिसला की, आवाज चढवून सासू घेऊन ये तुझी, अशी हाक दिली जायची. सासू म्हणजे जाळण्यासाठी लागणारा पालापाचोळा-चगाळा! तंबाखू खाणारे शेकण्याबरोबरच थुंकण्याचे कामही मध्ये करायचे. बापू, काका, बाबा आळीपाळीने मुलांना जा सासू आण, असे फर्मान काढायचे. आम्ही इकडचा तिकडचा पाला, चगाळा, गुरांनी खाऊन राहिलेला कडबा, ज्वारीचे सुके दांडे, गंजीचे सांडलेले गवत, गणगटे घेऊन यायचो. शेकून शेकून हाता-पायावरचे केस अक्षरशः जळून जायचे. पण त्या पुढेही मजा म्हणजे अग्निपरीक्षा! सीता आपण चारित्र्यसंपन्न/निष्कलंक आहोत हे सिद्ध

करण्यासाठी अग्निदिव्यातून गेली, आम्ही मजा म्हणून असले दिव्य उद्योग करायचो. 'दंड्या जाळ करा' म्हणजे खूप मोठा जाळ करा. असे सांगून धावता धावता जाळातून उडी मारायचो. मोठा जाळ केला की आजूबाजूच्या गुरांच्या डोळ्यांत लखलखाट दिसायचा. आमचा संबंध वाडा दिवाळीत प्रकाशमान व्हावा तसा चमकायचा. चटचट असा आवाज यायचा. जळताना काळी काजळी धरलेली कोलती कधीकधी अंगावर पडायची; पण त्याने भाजत नाही. ती पूर्णपणे विझलेली असत. भुईमुगाच्या शेंगांच्या सुगीत तन्हेतन्हेच्या शेंगा भाजून खाल्ल्या जायच्या. शेकोटीच्या ज्वाळात शेंगाना लज्जत यायची. फुले प्रगती, उन्हाळी शेंग, पसरी शेंग, चारपेरांची शेंग! अशा नाना तन्हा! जवळजवळ सात महिने ओल्या शेंगा उपलब्ध व्हायच्या आणि त्या खाण्याचे सुख लाभायचे. कधी शेंगांच्या जागी हुरडा, तर कधी कणीससुद्धा असायचे.



शेकोटी तापता तापता गप्पांनाही उधाण यायचे. अमुक एक म्हातारीस ही थंडी झेपवेल की नाही, यावर चर्चासत्र रंगे. कोणाचे कर्ज फिटले, कोणाचे लग्न जमले यावर चर्चा होई! शिवाय या शेकोटीभोवती दिवसातील घडामोडी, राजकारण, बातम्या कोणताही विषय चालायचा. त्यामुळे माणसे जवळ येऊन संवाद व्हायचा आणि साहजिकच प्रेम वाढायचे. शेकोटी हे एक माहिती केंद्र असायचे.

आता स्लॅबची घरे, बंद दारे खिडक्या यामुळे लोकांनी आपल्या मनाची कवाडेच बंद करून टाकलीत. त्यामुळे संवाद कमी होतोय. शेकोटीच्या उबेबरोबरच मनामनांतील ऊब कुठेतरी थंड पडतेय...!





मधुवंती गोडसे

नवनवीन चित्रपट येत असतात पण यातला नक्की बघायचा कुठला, हा यक्ष प्रश्न आपल्यासमोर असतो. त्यात सध्या आलेला नवा ट्रेंड म्हणजे OTT PLTFORM. अशाच OTT PLTFORM वर असलेल्या एका चित्रपटाचे परीक्षण.....

द स्विमर्स

आपल्या देशांचं संरक्षण करण्यासाठी आपलं सैन्य मजबूत हवं, पण शक्यतो कोणालाही युद्ध नको असतं... असं असतानाही जगात आजही कित्येक ठिकाणी युद्ध चालू आहेत आणि अनेक लोक आजही बेघर, निर्वासित होत आहेत. सीरिया ह्या देशात गेली दहा वर्षे युद्ध सुरू आहे आणि त्याचीच पार्श्वभूमी लाभलेल्या सत्यकथेवर आधारित 'द स्विमर्स' हा चित्रपट तुम्हाला नक्कीच अस्वस्थ करेल. सीरियामधल्या मर्दिनी कुटुंबात एजाद मर्दिनी म्हणजेच बाबा स्विमिंग कोच आहेत, त्यांचं स्वप्न आहे आपल्या मुलींना सीरियातर्फे ऑलिंपिकमध्ये पाठवायचं. त्यासाठी हे बाबा आणि त्यांच्या मुली सारा आणि युसरा अतोनात कष्ट करताहेत....पण युद्ध सुरू झालंय आणि लोकांच्या मरणाच्या बातम्या येत आहेत. कुटुंबात देखील देश सोडून जाण्याच्या चर्चा सुरू आहेत. एक दिवस स्थानिक स्पर्धा सुरू असताना त्यांच्या स्टेडियमवर बॉम्ब हल्ला होतो आणि त्यानंतर मात्र सारा आणि युसरा यांनी टर्कीला जाऊन तिथून जर्मनीला जाण्याचा प्रयत्न करायचा आणि मग संपूर्ण कुटुंबाला बोलावून घ्यायचं ठरतं....इथून सुरू होतो या दोन



बहिणींचा प्रवास....टर्कीपर्यंतचा प्रवास सोपा असतो... त्यानंतर मात्र ग्रीसपर्यंत पोहोचण्याचे मार्ग त्यांनाच शोधून काढायचे असतात. एखाद्या स्थानिक एजंटला पकडून त्याने आणलेली रबरी बोट घेऊन... क्षमतेपेक्षा जास्त माणसं भरून समुद्रातला प्रवास आणि समुद्रात गेल्यावर जेव्हा ही रबरी बोट बुडायला लागते तेव्हा वजन कमी करून लोकांना वाचवण्यासाठी ह्या दोन्ही बहिणींनी समुद्रात मारलेली उडी आणि अखेर अनेक तास पोहून बोटीसकट ग्रीसमधल्या लेस्बोसनामक बेटाला सुखरूप लागणं.... प्रवास इथेच संपला नाहीये बरं...आता त्यांना अनेक तिरस्कारपूर्ण नजरा, तस्कर, कधी प्रसंगाचा गैरफायदा घेणारे लोक, ग्रीसपासून जर्मनीपर्यंत जाताना वाटेत लागणाऱ्या देशांच्या सीमा आणि तेथील पोलीस या सगळ्यांचा सामना करत अखेर जर्मनीला पोहोचायचं असतं. जिथे जर्मन सरकार त्यांना आसरा देत आहे. आता ह्या बहिणींच्या जोडगोळीचं ध्येय फक्त जर्मनीला पोहोचणं एवढंच नाही, तर ऑलिंपिकमध्ये भाग घेऊन सीरियाच्या बाजूने स्विमिंग स्पर्धेत उतरणं आणि त्यासाठी आवश्यक असलेला सराव एका अशा

देशात करणं जिथली भाषादेखील वेगळी आहे, नवीन आहे या सगळ्या अडचणींवर मात करत अखेर युसरा रिओ ऑलिंपिकमध्ये रेफ्यूजी ऑलिंपिक टीमतर्फे सहभागी होते. ह्या चित्रपटाची गोष्ट इथे संपली तरीही हजारो निर्वासितांची गोष्ट अजूनही संपलेली नाही, सत्यकथेवर आधारित चित्रपटांमध्ये अनेकदा सिनेमॅटिक लिबर्टीच्या नावावर किंवा चित्रपट अजून रोमांचक बनवण्यासाठी काही मसाला टाकण्याचा किंवा ज्या गोष्टी झालेल्या नाहीत त्या टाकण्याचे प्रकार घडतात. 'गुंजन सक्सेना द कारगिल गर्ल'मध्ये ज्या प्रमाणे चित्रपट अधिक रोमांचक बनवण्यासाठी तिच्या पुरुष सहकार्याकडून तिच्याशी दुजाभाव करण्यात आल्याचं दाखवण्यात आलं होतं, पण नंतर खऱ्या गुंजन सक्सेनांनी असं काही झालं नसल्याचं सांगितलं होतं. इथे हा प्रकार टाळलेला आहे. रेफ्यूजी आणि त्यांना आसरा देणारे आणि न देणारे देश या सगळ्यांचीच एक बाजू आहे ह्या सगळ्या बाजू इथे दाखवल्या आहेत. कुठेही ग्लोरिफिकेशन करण्याचा प्रयत्न केलेला नाही. चित्रपटाच्या शेवटीदेखील काही गोष्टी ज्या नंतर घडल्या त्या स्पष्ट मांडलेल्या आहेत. एक प्रेरणादायी चित्रपट जरी हा वाटला तरी हा सामाजिक

प्रश्नाबद्दल चा चित्रपट जास्त वाटतो. राजकीय पातळीवर देशांचे संबंध बनत आणि बिघडत असतात, परंतु त्याचा प्रत्यक्ष फटका सर्वसामान्य नागरिकांना बसतो. कोणाच्या तरी महत्त्वाकांक्षेपायी, स्वप्नांपायी या सामान्य जनतेला आपलं घरदार सोडून वाट फुटेल आणि आसरा मिळेल अशा ठिकाणी जावं लागतं. ह्या चित्रपटात दाखवलेल्या अनेक शिकवणींपैकी एक आहे सारा आणि युसरा ह्या बहिणींमधलं सुंदर नातं...आणि विशेष म्हणजे चित्रपटात ह्या भूमिका सखळ्या बहिणींनीच केल्या आहेत. मनल इस्सा आणि नटाली इस्सा ह्या लेबनानी अभिनेत्रींनी सारा आणि युसराच्या भूमिका अनुक्रमे केल्या आहेत. Sally Hossaini ह्या दिग्दर्शिकेने दिग्दर्शित केलेला हा चित्रपट नेटफ्लिक्सवर बघण्यासाठी उपलब्ध आहे.

●●●



कविता

२१ मार्च हा दिवस जागतिक कविता दिन म्हणून साजरा केला जातो. कविता हा अभिव्यक्तीचा सुंदर प्रकार आहे. कवितेच्या अमूर्ततेइतकी संवेदना आणि भावनांची विपुलता इतर कोणत्याही प्रकारच्या साहित्यात निर्माण होत नाही. युनोस्कोने १९९९ मध्ये पॅरिस येथे आयोजित केलेल्या ३० व्या सर्वसाधारण परिषदेच्या निमित्ताने राष्ट्रीय, प्रादेशिक आणि आंतरराष्ट्रीय काव्य चळवळींना नवीन मान्यता आणि प्रेरणा देण्यासाठी हा दिवस प्रस्तावित आणि स्वीकारण्यात आला होता.

१

थेंबा थेंबा आहे क्षणभंगुरतेचा शाप

थेंबा थेंबा आहे क्षणभंगुरतेचा शाप
काही नवे येता जन्मा जुने पावतसे लोप

थेंबा थेंबा तूच आता सावर तुझे घोळ
एकाच तळ्यात नवे जुने, कोणाचा कुठला ओहोळ,

‘मातीमोल’ जुन्या थेंबांस म्हणती सारे,
पण मातीशिवाय नवे काही जन्म येति का रे?

जुने केव्हा नवेच होते, अन् नवेही जुने होणार
त्या त्या वेळी, त्याची त्याची कहाणी कोणी गाणार

पण म्हणून काही जुने कधी दूर सरावयाचे नाही
टिकवून त्याची मुळं घट्ट, व्हावे तयाचे उतराई...



ऐश्वर्या खळदकर



२

आता कुठं तरी थांबण्याची गरज आहे

आता कुठं तरी थांबण्याची गरज आहे
भावनांची घडी घालून compartmentalize
करण्याची गरज आहे
आनंद, दुःख, मत्सर, बीभत्स प्रेम आणि इतर असे कप्पे
करून भावना ओळीनं ठेवण्याची गरज आहे
कंटाळा आलाय आता दरवेळी सोयीप्रमाणे
भावना शोधून मग मांडण्याचा आणि....
कधीतरी चुकीची भावना चुकीची बाहेर आल्यामुळे
भांडण्याचा जरा विचार करून
मनातल्या भावना त्यांचे आवाज ते ऐकले नाहीत तर
त्यांचे आवाज ह्या वाजल्या आवाजातल्या
आवाजाला जरा लगामाची गरज आहे

कविता

३

आपलं आभाळ आपणच शोधू....

शांता शेळके यांनी एका कवितेत म्हटलं आहे....
निरभ्र असतं ते आकाश आणि भरून येतं ते आभाळ....
आयुष्याला एक सार्थ उपमा...
भरून येतं ते आभाळ! म्हणजेच आपलं मन...
आपलं आभाळ आपणच शोधू...
खरंच शक्य आहे का हे? खूप जणी विचारतात मला...
मग प्रश्न पडतो- असं का वाटतं त्यांना?
घरदार, नोकरी, मुलं-बाळ, आलं गेलं, सणसुद...
सगळे समारंभ... अगदी लीलया करणाऱ्या आपण
युद्ध भूमीवरील रणरागिणीच जणू...
दहा हात असल्यासारखे भराभर
आणि निगुतीने सगळं करतो...
मग असं असताना आपल्यासाठी वेळ काढणं
खरंच इतकं अवघड आहे का?
आपलं आभाळ आपणच शोधू.....
दिवसातला फक्त अर्धा तास
आपल्या स्वतःचा विचार करू...
आपलं बालपण आठवू... फक्त आपलं बालपण...
आपण काय केलं, आपल्याला काय आवडलं,
काय नाही आवडलं...अगदी सगळं सगळं आठवू...
आयुष्याच्या कोणत्या टप्प्यावर आपण काय सोडून दिलं...
याचा विचार करू...आपलं आभाळ आपणच शोधू...
आता आपलं शरीर, आपलं मन आपणच सांभाळू...
आपली सगळी नाती जपली आता आपलं मन जपू...
आपलं आभाळ आपणच शोधू....
बघाच मग...मन आणि शरीर कसं लख्ख होईल...
आरशासारखं स्वच्छ होईल...आणि मग नक्कीच....
भरून आलेलं आभाळ निरभ्र आकाश होईल....
भरून आलेलं आभाळ निरभ्र आकाश होईल....

श्रुती नरवणे, परिचारिका (ससून रुग्णालय)



४

कवितेवरील कविता

मी इथेच असते तरिही मी इथेच केवळ नसते
ती दुरून देते हाका मी खुशाल ऐकत बसते

ती लहरी चंचल हट्टी कधि उदासवाणी दिसते
मौनाचा स्तब्ध पहारा ती गूढगूढसे हसते

शब्दांच्या काठावरती मी थकूनभागुन येते
अलवार घेउनी मजला ती डोहामध्ये नेते

गंधार मला सापडतो त्या डोहतळाशी बाई
हे सूर कोठुनी येती ही कुठलीशी नवलाई

हे समजत नाही त्यांना मी कुठली गीते गाते
ते तरूनही बुडलेले मी बुडून तरुनी जाते

स्वाती यादव, पुणे



नमस्कार मैत्रिणींनो,

बिइंग वुमन हे व्यासपीठ आहे तुमच्या अव्यक्त भावना व्यक्त करण्याचे.
अनेकदा लिखाणाची आवड असते, पण प्लॅटफॉर्म मिळत नाही.
असंच छानसं लिहिलेलं प्रसिद्ध करायचंय? मग बिइंग वुमन आहे ना.....
मग पाठवताय ना.....

तुमचे लेख, कथा, कविता आम्हाला.

संपर्क

editorial@thebeingwoman.com



RNI No. MHMR/2019/78753

● संपर्क कार्यालय ●

बिइंग वुमन

६०३, फिथ अवेन्यू,
सिटीप्राईड थिएटरजवळ, कोथरूड,
पुणे ४११०३८

editorial@thebeingwoman.com

www.thebeingwoman.com