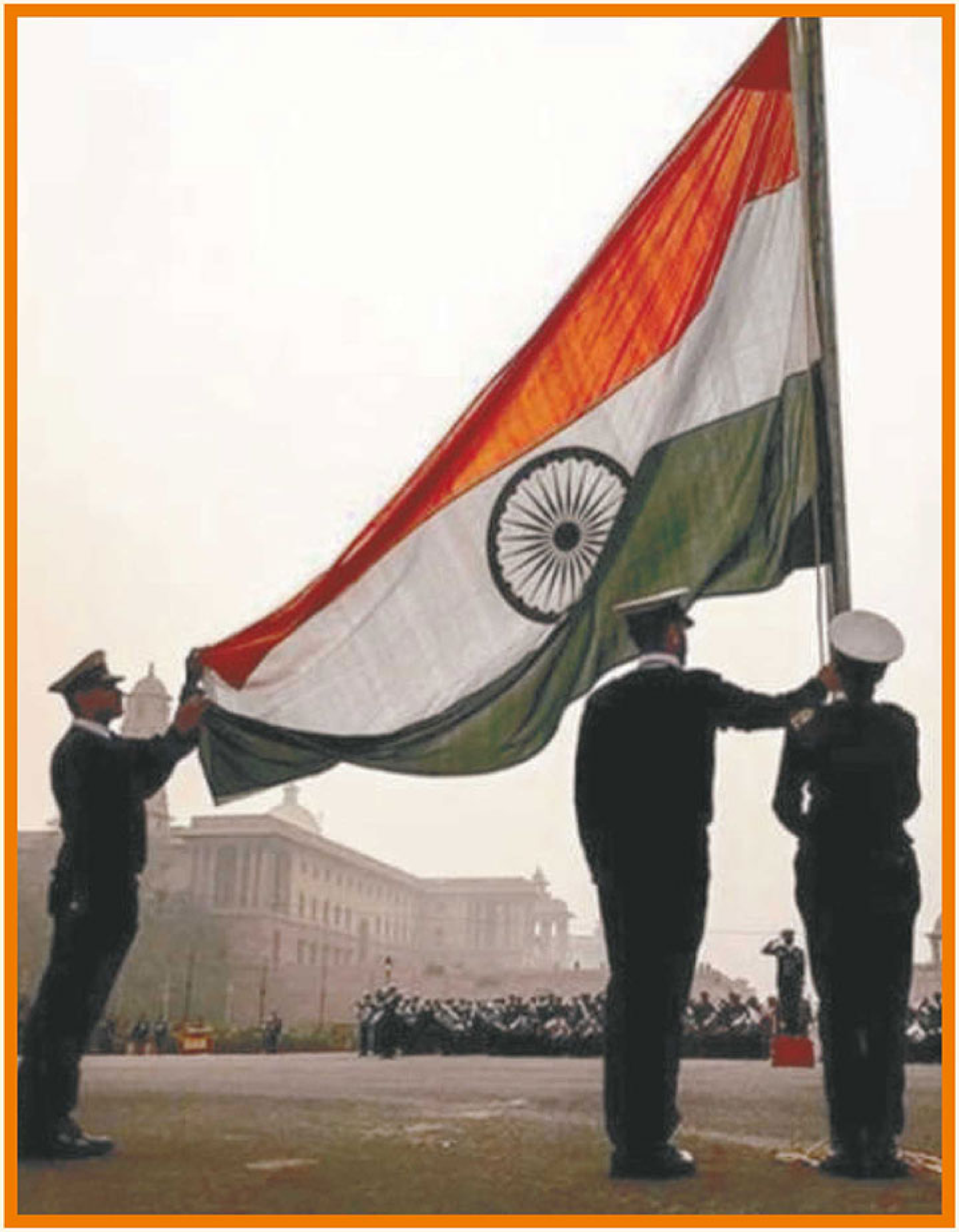
RNI - Regd No. 35688 / 20-11-1979
सवलतीच्या दराची तिकिटे लाऊन पोस्टाने पाठविण्याचा परवाना - NSK / RNP-231/2021-2023
सदर अंक दर महिन्याच्या १० तारखेस प्रसिद्ध होऊन नाशिक G.P.O मधून वितरित केला जातो.

अग्रतश्चतुरो वेदाः पृष्ठतः सशरं धनुः ।
इदं ब्राह्ममिदं क्षात्रं शापादपि शरादपि ।।

चित्तपावन मित्र

वर्ष ४२ वे
अंक ८ वा
१० ऑगस्ट २०२१
किंमत १ रूपया



"भारतीय स्वातंत्र्य दिनाच्या हार्दिक शुभेच्छा !"

चित्तपावन ब्राह्मण संघ, नाशिक

✻ विशेष सर्वसाधारण सभेची सूचना ✻

चित्तपावन ब्राह्मण संघ, नाशिक या संस्थेची विषेश सर्वसाधारण सभा **शनिवार दिनांक २८/०८/२०२१ रोजी, सकाळी १०.३० वाजता, काका गद्रे मंगल कार्यालय,** गोळे कॉलनी, नाशिक येथे संस्थेचे अध्यक्ष श्री. विजय साने यांच्या अध्यक्षतेखाली आयोजित केली आहे.

त्यात खालील विषयावर विचार विनिमय करून निर्णय घेण्यात येणार आहे. तरी आपण वेळेवर उपस्थित रहावे ही विनंती.

✻ सभेपुढील विषय ✻

विषय – गद्रे मंगल कार्यालय विक्री संदर्भात माहिती देऊन अंतिम निर्णय घेणे.

अभय खरे
कार्यवाह

सूचना –

१) सभेचे आयोजन हे कोरोनाच्या सर्व नियमांचे पालन करून करण्यात येईल.

२) कोरम अभावी सभा तहकूब झाल्यास सदरची सभा त्याच दिवशी त्याच ठिकाणी अर्ध्या तासाने सुरू करण्यात येईल. अशा सभेस गणपूर्तीची आवश्यकता राहणार नाही.

३) या बाबत काही सूचना असल्यास शनिवार दिनांक २१/०८/२०२१ पावेतो संस्थेच्या काका गद्रे मंगल कार्यालयात आणून द्याव्यात अथवा पोस्टाने वेळेवर पाठवाव्यात.

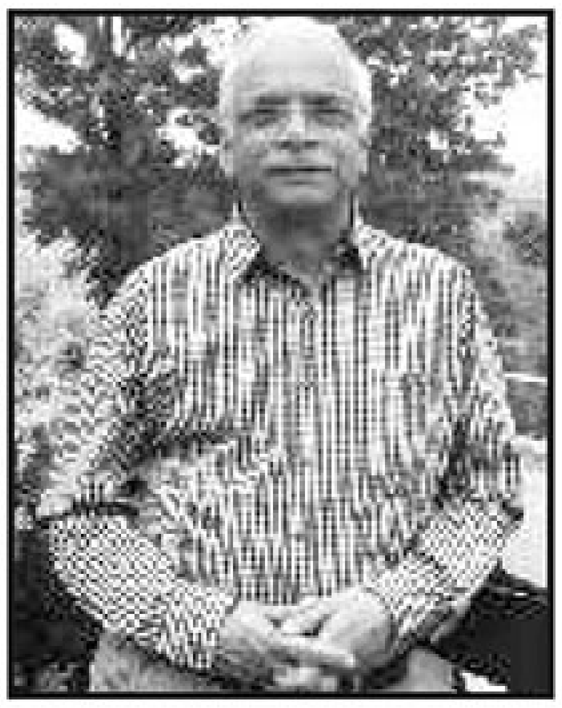
४) मुदतीनंतर किंवा आयत्यावेळी आलेल्या सूचनांचा विचार होणार नाही याची सभासदांनी नोंद घ्यावी.

लोकमान्य टिळक पुण्यतिथी

चित्तपावन ब्राह्मण संघ, नाशिकरोड शाखेच्या वतीने **१ ऑगस्ट लोकमान्य टिळक पुण्यतिथीच्या** निमित्ताने टिळक प्रतिमा पूजन करण्यात आले व त्याच सोबत रक्तदान शिबिराचेही आयोजन करण्यात आले होते. त्याला नाशिकरोड चित्तपावनांनी उत्तम प्रतिसाद दिला.

यशस्वी उद्योजकाची प्रेरणादायी यशोगाथा... विवेक गोगटे

स्टॅबिलायझर, कंट्रोल अँड प्रोटेक्शन युनिट्स, इलेक्ट्रॉनिक रिले उद्योगातील अत्यंत विश्वसनीय नाव - गोगटे इलेक्ट्रो सिस्टिम्स



उद्योग, बिझिनेस, व्यवसाय हे शब्द उच्चारले की, साधारणतः सिंधी, पंजाबी, मारवाडी, गुजराथी नावे समोर येतात. मला फक्त अती मोठ्या, नामांकित, उद्योग समुहांबद्दल बोलायचे नाही, तर बेताचे, छोटे, लघु उद्योगामध्ये देखील मराठी, ब्राह्मण नावे कमीच आहेत. हे कटू सत्य असले तरी, मान्य करावेच लागेल. आणि म्हणूनच जेव्हा एखादा चित्तपावन ब्राह्मण, कोकणस्थ उद्योजक गेल्या अनेक वर्षांपासून एखाद्या चांगल्या व्यवसायात घट्ट पाय रोवून उभा असतो व आपल्या उद्योगाचा आलेख सतत प्रगतीच्या दिशेने उंचावत नेत असतो त्याची दखल घ्यावीशी वाटते !

४० – ४५ वर्षांपूर्वी नाशिक तसं छोटं होतं... शहर ह्या सदरात बसत असलं तरी, पुण्या–मुंबईचे वलय त्याला नक्कीच नव्हते. 'तीर्थक्षेत्र' हीच ओळख अधिक पक्की होती. नाशिकच्या मध्यवर्ती भागात रहात असलेले गोगटे कुटुंब, अनेक लोकांना विशेषतः ब्राह्मणांना नक्कीच परिचित होते ते वैद्यकिय व्यवसायासाठी. एकाच कुटुंबातील आई–वडील, एक मुलगा व एक मुलगी डॉक्टर आहेत म्हणजे Doctor Family च. पण त्यातील धाकट्या चिरंजिवांनी मात्र वेगळा मार्ग निवडला. अर्थात गोगटे यांच्या सुशिक्षित घरातून त्याला विरोध तर झाला नाहीच, उलट पाठिंबाच मिळाला. म्हणजेच यशस्वी उद्योजक श्री. विवेक गोगटे.

विवेक यांनी आपले शालेय शिक्षण पेठे विद्यालयातून पूर्ण केले. १२ वी पर्यंत ते HPT College मधे होते व नंतर मेरिटवर त्यांनी कराड Govt. Engineering College मध्ये प्रवेश घेतला व नंतर पुण्याच्या Govt. Engineering कॉलेज मधून इंजिनिअरिंग पूर्ण केले. शिक्षण घेत असतानाच त्यांच्या मनात स्वतःचा व्यवसाय करावा, काहीतरी वेगळे करावे असे विचार येत होते. 'नोकरी नक्कीच करायची नाही' हे निश्चित ठरवले होते. पण शिक्षण पूर्ण झाल्यावर अनुभव असावा, म्हणून काही काळ त्यांनी मुंबईला नोकरी केली. एका नामांकित रेडिओ बनविण्याऱ्या कंपनीत तसेच नाशिकमध्ये नव्यानेच सुरू झालेल्या College मध्ये MBA चे शिक्षण देखील घेतले.

नाशिकमध्ये तेव्हा औद्योगिक क्षेत्र अतिशय बाल्यावस्थेत होते. काही अन्य भाषिक कुटुंबीय आपापल्या घराण्यांचे पारंपारिक उद्योग घरात, म्हणजे घराच्या आसपासच्या जागेत, नाशिक गावातच चालवीत असत....

विवेक यांनी देखील आपल्या राहत्या घराच्या जवळच एका छोट्या जागेत, Stabilizer and Components Emergency Lamps, बनविण्याचे छोटेसे काम सुरू केले. ह्या Electronic कामासाठी मोठी मशिनरी नाही, वायू प्रदुषण, जमीन प्रदुषण नाही, त्यामुळे नाशिक शहरात, मध्यवर्ती भागात हा व्यवसाय सुरू करणे त्यांना शक्य झाले.

येथे एक गोष्ट नमूद करावीशी वाटते, ती म्हणजे श्री. विवेक यांना मिळालेला गोगटे कुटुंबाचा Support पाठिंबा !

व्यवसाय सुरू झाल्यावर, लगेचच श्री. विवेक यांचा मृणाल शारंगपाणी यांच्याशी विवाह झाला. गोगटे कुटुंबातील वडीलधाऱ्या मंडळींनी सांगितले की, ''तुझा व्यवसाय नवीन आहे; तरी व्यवसायातील उत्पन्न तू जास्तीत जास्त, व्यवसायाच्या वृद्धीसाठी वापर. कुटुंबाची काळजी करू नको'' एकत्र कुटुंब पद्धतीचे फायदे व सुसंस्कृतपणा म्हणतात तो हाच ! तसेच शारंगपाणी ह्या परिवाराचे देखील कौतुक करायला हवे, कारण एका उमेदीच्या उद्योजकाच्या हातात त्यांनी आपल्या लेकीचा हात दिला, विश्वासाने...! व श्री. विवेक यांनी तो विश्वास सिद्ध केला.

विवेक यांनी व्यवसाय सुरू केला तेव्हा त्यांचा एक मित्र, त्यांच्याबरोबर होता (Partner). ते दोघे मिळून व्यवसाय करीत असत. एकदा Order घेण्यासाठी, त्यांचा मित्र एका मोठ्या व्यावसायिकाकडे गेला. असताना, त्या कंपनीने मित्रांसमोर एक प्रस्ताव मांडला, जो ऐकून मित्र अतिशय आनंदित झाला व ती बातमी घेऊन विवेक यांच्याकडे आला. प्रस्ताव अर्थातच दोघांसाठी होता... विवेक मात्र बातमी ऐकून खुश झाले नाहीत. ते म्हणाले, ''तुम्ही आम्हाला Join व्हा'' असं ते म्हणत आहेत... पण नोकरी म्हणून मला तेथे Join होण्यामध्ये रस नाही. काही छोट्या प्रमाणात भागीदारी मिळत असेल तर, मी विचार करीत'' उत्तम नोकरीचे मला आकर्षण नाही ! मला माझा स्वतःचा व्यवसायच करायचा आहे !... आणि त्या दिवसापासून पुढील अनेक वर्षे विवेक यांनी 'एकला चलो रे !' ह्या न्यायाने व्यवसाय केला व तो भरभराटीला आणला. पुढे काही वर्षांनंतर मुलगा आदित्य, ह्या व्यवसायात आला ती गोष्ट वेगळी.

पहिली काही वर्ष नाशिकमधे छोट्या गाळ्यात Workshop सांभाळल्यानंतर १९९३–९४ मध्ये त्यांनी सातपूर येते भाड्याने दोन गाळे घेतले. कारण त्या काळात त्यांचा व्यवसाय वाढला होता. सातपूरमध्ये काही मोठ्या नामांकित कंपन्या स्थित झाल्या होत्या. त्यातील Crompton कंपनीचे काम त्यांना मिळाले. त्यावेळी गोगटे यांच्याकडे १८ जण काम करत होते. स्वतःचा व्यवसाय करण्यात स्वतःचा तर

फायदा असतोच पण आपल्यामुळे आज काही कुटुंबांना, हातांना काम मिळते, त्यांचा संसार चालतो ही जाणीव देखील सुखकारक आहे, समाज उपयोगी आहे. श्री. विवेक यांच्याशी बोलताना त्यांनी सांगितले की, 'त्यांच्या कंपनीत काम करणारे कामगार, अधिकारी हे एक कुटुंबच आहे' हे फक्त मुलाखतीमध्ये, भाषणात बोलण्यासाठी नाही, बरं का – सत्यस्थिती पण तशीच आहे.

कामाचा व्याप वाटायला लागला होता. तसेच Excise Duty चा फायदा व काही सरकारी नियमात बसण्यासाठी, Private Firm असणे गरजेचे होते. तेव्हा त्यांनी सातपूरमध्ये स्वत:ची जागा विकत घेतली (20 B - 78) ज्यावर काही, बांधकाम झालेले होते व त्यात काही सुधारणा आपल्या गरजेनुसार श्री. विवेक यांनी करून घेतल्या.

आणखी एक गोष्ट नमूद करावीशी वाटते, इथपर्यंतच्या वाटचालीत विवेक यांनी एक पैशाचे देखील कर्ज घेतले नव्हते.

२००३ मध्ये जी जागा घेतली, ती देखील एक रकमी, जवळचे, रोख पैसे देऊनच ! अर्थात त्यांची पत्नी नोकरी करत होती, पण व्यवसायात पडल्यापासूनच त्यांनी एक सवय लावून घेतली होती, एक नियम ठरवला होता, 'संसाराला आवश्यक असतील, तेवढेच पैसे वापरायचे, व अन्य अधिक नफा, जास्तीत जास्त पुन्हा व्यवसायातच वापरायचा... (चांगली कोकणस्थी सवय)

पुढे काही दिवसांनी त्यांचा मुलगा आदित्य Engineer झाला. आदित्यने काही महिने अनुभव म्हणून, TATA MOTORS मध्ये नोकरी केली व नंतर आपल्या घरच्या व्यवसायात श्री. विवेक यांना Join झाला. विवेक गप्पा मारताना असं म्हणाले की, इतर अनेक मुलांप्रमाणे त्याने GRE, TOFEL ह्या परीक्षा कधी दिल्याच नाहीत. परदेशी जाण्याचा त्याचा कधीच मानस नव्हता. उलट घरच्या व्यवसायात येण्याची त्याची मनापासून इच्छा होती.

आदित्य जेव्हा विवेक ह्यांच्याबरोबर कामाला लागला, तेव्हा विवेक यांनी लेकाला काही महत्वाच्या गोष्टी, व्यवसायातील मार्गदर्शक तत्त्वे सांगितली.

* उद्योगात स्वप्नाळू राहायचे नसते. १० चे २०, २० चे ४०, ५० चे १०० अशी वाढ कधीच होत नसते.
* शक्यतो कर्ज घ्यायचे नाही, पण घ्यायचे झाल्यास Private Company कडून कधीच नाही.
* कोणालाही जामीन राहायचे नाही, मदत करावी.
* आपण राहतो ते घर कधीही गहाण ठेवायचे नाही. छप्पर कधीही नष्ट करायचे नाही.

ह्या चार गोष्टी म्हणजे उत्तम, सचोटीचा व्यवसाय कसा करावा? ह्याचा परिपाठच एका पित्याने आपल्या मुलाला दिला आहे.

गोगटे यांच्या कंपनीत, (Gogate Electro Systems) मध्ये Stabilizer, Chargers, Communication Device, Control and Protection Units, Electronic Relays, Products For Low Voltage Application अश्या अनेक वस्तूंचे उत्पादन होते व देशात, विदेशात त्याचे वितरण होते.

आदित्यने २००३ पासून Gogate Electro Systems मध्ये कामाला सुरवात केली. आपल्या कंपनीत त्याने मनापासून काम केले व अजूनही करतोच आहे. कंपनीची वाढ, विकास अधिक व्हावा, यासाठी आदित्य प्रयत्नशील आहे. वेगवेगळी सेमिनार attend करणे, देशा-विदेशात जाऊन प्रदर्शनांना हजेरी लावून, नवीन तंत्रज्ञानाची माहिती मिळवणे, नवनवीन संकल्पना आपल्या कंपनीत राबवणे हे आजकालची नवीन पिढी उत्साहाने करत असते व तेच आदित्य गोगटे देखील करीत आहे.

आपल्या ग्राहकांना, Supplier ना, कामगारांना अधिक चांगली सेवा, सुविधा देता याव्या यासाठी आता काही वर्षांपूर्वीच कंपनीचे Infrastructure बदलले गेले. मात्र त्यासाठी प्रथम गोगटे यांनी 'कर्ज' घेतले.

आज विवेक गोगटे सत्तरीकडे मार्गक्रमण करत असून साठी नंतरच त्यांनी आपल्या व्यवसायाची धुरा आदित्यवर सोपविली, व स्वत: 'मार्गदर्शक' ह्या पदावर बसले. आवश्यक तेव्हा ते आदित्यच्या व कंपनीच्या पाठीशी आहेतच पण नवीन पिढीकडे अशी जबाबदारी सोपविणे हा योग्य निर्णय आहे असे त्यांचे मत आहे. आता आदित्यची पत्नी देखील त्याला ह्या कामात मदत करते.

गेल्या वर्षीच्या करोना महामारीच्या काळात, २ महिने कंपनी पूर्ण बंद होती, तेव्हा देखील गोगटे परिवाराने सर्व कर्मचाऱ्यांना पूर्ण वेतन अदा केले. सरकारी नियमाप्रमाणे ESIS ची आरोग्य सुविधा कामगारांना मिळते पण Staff व अधिकारी वर्गाच्या आरोग्याची काळजी गोगटे परिवाराने घेऊन त्यांचे विमा, Mediclaim काढले आहेत. कंपनीमध्ये मालक व कामगार संबंध अतिशय चांगले आहेत.

सध्या येथे १५० ते २०० कामगार काम करतात, म्हणजेच १५० ते २०० कुटुंबीयांचा सांभाळ गोगटे इलेक्ट्रो सिस्टिम्स द्वारे केला जात आहे. ह्यामध्ये ७० महिला कर्मचारी आहेत. त्यांच्यासाठी अनेक चांगले उपक्रम राबविले जातात. रक्तदान शिबीर, सांस्कृतिक कार्यक्रम, उत्सव इ.

'नाशिक', – पूर्वीचे मंत्राचे शहर आता तंत्राचे बनले आहे. नाशिक शहराने विडीपासून विमानापर्यंत भरारी घेतली आहे. अर्थात ह्या प्रगतीशील वाटचालीमधे विवेक गोगटे व त्यांच्यासारख्या अनेक उद्योजकांचा मोलाचा वाटा आहे. त्यांना पुढील वाटचालीसाठी चित्तपावन ब्राह्मण संघ, नाशिक तर्फे मन:पूर्वक शुभेच्छा...!

शब्दांकन – मैथिली गोखले

आईच्या स्मरणार्थ लोंढे बंधू कडून संस्थेस भरीव देणगी

श्री. राजन व श्री. संजय लोंढे यांनी आपल्या मातोश्री **श्रीमती विमल प्रभाकर लोंढे** यांच्या स्मरणार्थ संस्थेस **रूपये एकावन्न हजार (रू. ५१,०००/-) देणगी प्रदान केली आहे.** देणगीच्या व्याजाच्या रकमेतून हुशार व होतकरू विद्यार्थ्यास शिक्षणासाठी पुढील दहा वर्षे, दरवर्षी शिष्यवृत्ती देण्यात येणार आहे.

नुकतेच **श्रीमती विमल लोंढे** यांचे निधन झाले. कर्तबागर आणि कर्तृत्ववान वृत्तीसोबतच धार्मिक आणि आध्यात्मिक आवड असलेल्या विमलताईंकडे स्वत:चा असा अध्यात्मिक पुस्तकांचा बराच मोठा संचय होता. वाचनासोबतच प्रवासाची, कला, नाटक, संगीताची त्यांना विशेष आवड होती. अत्यंत हौशी, बोलकं मनमिळाऊ व्यक्तिमत्व असल्यामुळे नातवंडे, पतवंडामध्ये विशेष प्रिय होत्या.

आपल्या आईच्या कर्तबागरीचा समृद्ध वारसा त्यांची दोन्ही मुले पुढे चालवत आहेत. श्री. राजन हे बँक ऑफ महाराष्ट्रच्या महाव्यवस्थापक पदावरून निवृत्त झाले तर श्री. संजय हे अशोका बिल्डकाँन या मोठ्या ग्रुपचे संचालक आहेत. अनेक सामाजिक कामामध्ये दोघेही बंधू अग्रणी असतात.

मुलगी शैलजा ही मुंबईस्थित असते. मोठा असून आजही लोंढे परिवार हसतखेळत एकोप्याने नांदतो आहे हे लोंढे आजींच्या शिकवणीचे फलित म्हणावे लागेल. श्रीमती विमल लोंढे यांना संस्थेच्या वतीने भावपूर्ण श्रद्धांजली व लोंढे बंधूंना भावी सामाजिक कार्यास शुभेच्छा...!

''राम मंदिर निर्माणच्या कामासाठी रु. १,११,०००/- ची देणगी देतांना''

Leading Manufacturer of
Kitchen Trolleys & Modular
Furniture Since 2002

Klassic Kitchen

We Manufacture

- Kitchen Trolley
- TV Unit
- Ward Robe
- And Many More....
- Bed

Milind Sathaye 98222 43882

Siddharth Sathaye 96235 47665

काळे*s

रूचकर स्वयंपाक तुमचा...मसाला मात्र आमचा

संपर्क :- ९७६६९९११० ओंकार काळे / ७०२०६२७६२९ सरोज काळे

- चहा मसाला • चाट मसाला • बिर्याणी मसाला
- पावभाजी मसाला • गोडा मसाला • किचनकिंग मसाला
- पाणी पुरी मसाला • सांबार मसाला • छोले मसाला
- शाही पनीर मसाला • मालवणी मसाला
- काळा मसाला • दाबेली मसाला • गरम मसाला
- थालीपीठ भाजणी • उपवास थालीपीठ भाजणी

✽ आमची वैशिष्ट्ये ✽

- सर्व मसाले घरच्या गिरणीवर दळले जातात.
- कुठलाही रंग अथवा प्रिझर्वेटिव्ह घातले जात नाही.
- यामुळे मसाल्याचा रंग आणि नैसर्गिक सुगंध तसाच टिकून राहतो.
- १००% नैसर्गिक
- १००% केमिकल विरहित
- प्रत्येक वेळेस खडे मसाले चाळून व निवडून घेतले जातात.
- रुचकर आणि चवदार

संतुष्ट ग्राहक हाच आमचा परिवार... या आमच्या परिवारात सामील व्हा.

मैत्री मधुमेहाशी

लेखक – डॉ. अजित कुमठेकर, एम.डी.,
सुमती मधुमेह सल्ला केंद्र, गंगापूर रोड, नाशिक. फोन – ९४२३९७०६९६

''पडू आजारी, मौज वाटे भारी'' हे लहानपणीचे कवीवचन तात्पुरते म्हणून ठीक आहे. कारण कोणतेही आजारपण ३–४ दिवसाच्या पुढे लांबले की माणसाला काळजी वाटू लागते. हल्लीच्या काळात तर मधुमेह, उच्च–रक्तदाब, हृदयविकार, संधिवात आणि कर्करोग या दीर्घकालीन आजारांनी मानवी जीवनास ग्रासून टाकले आहे. त्यांनी होत असलेल्या शारीरिक हानीशिवाय या आजारांनी होणारे मानसिक परिणाम तेवढेच घातक आहेत. पण यापैकी मधुमेहाकडे वेगळ्या अंगाने बघितले तर त्याच्याशी मैत्री होऊ शकते आणि त्या व्यक्तीचे जीवन अजून जास्त आरोग्यपूर्ण होऊ शकते. हे कसे काय जमवायचं ते कळण्यासाठी प्रथम या आजाराची प्राथमिक माहिती समजावून देतो.

मानवी शरीरात पोटाच्या अगदी मागच्या बाजूस स्वादुपिंड हा अवयव असतो. त्यामध्ये अनेक प्रकारच्या पेशी असतात. त्यामधील बीटा पेशींपासून इन्सुलिन नावाचे हॉर्मोन तयार होत असते. आपल्या आहारातील पिष्टमय पदार्थापासून (भात, पोळी, भाकरी, साखर, गूळ, मध इत्यादी) ग्लुकोज तयार होते. ही ग्लुकोज आतड्यातून रक्तात मिसळते. ग्लुकोजच्या रक्तातील पातळी वाढली की स्वादुपिंडातून इन्सुलिन रक्तात मिसळते. इन्सुलिनमुळे रक्तातली ग्लुकोज पेशींमध्ये ढकलली जाते आणि रक्तातील साखरेचे प्रमाण नॉर्मल राखले जाते. पण नॉर्मल म्हणजे काय ते आता पाहू.

तक्ता १ : रक्तातील साखरेचे प्रमाण

	नॉर्मल	कुंपणावर	मधुमेही
उपाशीपोटी	७० ते १००	१०० ते १२६	१२६ च्या पुढे
जेवून २ तासाने	१०० ते १४०	१४० ते २००	२०० च्या पुढे

* उपाशी म्हणजे किमान ८ तास काही न खाता रक्ताचा नमुना देणे.
* जेवणाच्या पहिल्या घासापासून २ तास मोजावेत.
* निदानासाठी लघवी तपासण्याची गरज नसते.

पण लक्षात ठेवा की मधुमेह–निदान हे वाढलेल्या साखरेवरून केले जात असले तरी ह्या आजाराचा आवाका खूप मोठा, म्हणजे शरीराच्या प्रत्येक इंद्रियापर्यंत पोचणारा आहे. याचे कारण असे की मधुमेहामुळे रक्तवाहिन्या अरूंद होतात. असे झाल्याने हृदय, मूत्रपिंड, डोळा, पावले व मेंदू यासारख्या मोलाच्या अवयवांचे काम बिघडते. त्याचा परिणाम म्हणून दम लागणे, पायावर सूज येणे, नजर कमी होणे, पायाचे गँगरीन अन लकवा यासारखे भयानक विकार माणसाचे आयुष्य उध्वस्त करतात. पण या धोक्यांची पूर्वकल्पना वर्षातून एकदा संपूर्ण तपासणी केली तर खूप आधी मिळू शकते आणि त्यावर प्रतिबंधक उपाय करून सुखी आयुष्य जगता येते.

त्यामुळे घाबरू नका आणि निराश तर मुळीच होऊ नका. महत्वाचा मुद्दा आहे तो म्हणजे उपचाराची योग्य वेळ साधणे. कसे ते समजून घेऊया.

तत्पूर्वी नेहमीचा अनुभव काय सांगतो ते पहाणे महत्वाचे ठरेल. जेव्हा एखाद्याला किंवा एखादीला मधुमेह आहे असे समजते किंवा सांगितले जाते तेव्हा.

१. छे, शक्यच नाही, रिपोर्ट चुकला असेल.
२. आमच्या घराण्यात तर सात पिढ्यात नाही मधुमेह.
३. मला तर कोणताच त्रास नाही.
४. यंदा आंबे खाल्ले म्हणून वाढलीय शुगर, मधुमेह मुळीच नाही.

यासारखी संत – वचने मला डॉक्टर म्हणून अनेकदा ऐकावी लागतात. या लोकांना समजावून सांगावे लागते की बहुतेक लोकांचे आणि तुमचे म्हणणे सारखेच असते, पण ते अर्ध सत्य आहे. मधुमेह हा गुपचूप शरीरात प्रवेश करतो आणि त्यावेळी कोणतीच लक्षणे जाणवत नाहीत. जेव्हा मधुमेहामुळे इंद्रियहानी होते तेव्हा लक्षणे जाणवतात. दुसरा महत्त्वाचा मुद्दा सांगावा लागतो तो म्हणजे मधुमेह नियंत्रण लवकर सुरू केले तर त्याचे फायदे अमाप व दीर्घकालीन असतात. या उलट नियंत्रणाचे उपाय उशिरा म्हणजेच इंद्रियहानी झाल्यानंतर सुरू केले तर ते काही वेळा बुमरांग सारखे उलटते. त्यामुळे मधुमेहाचे निदान सकारात्मक विचाराने स्वीकारा. हे निदान झाल्यामुळे तुम्हास ईश्वराने जीवनास योग्य वळण लावण्याची एक संधी दिली आहे हे समजून घ्या.

मधुमेहाशी मैत्री करण्याचे चार सोप्पे सोपान आहेत.

१. आहार नियंत्रण २. नियमित व्यायाम
३. व्यसन मुक्ती ४. योग्य औषधे

यांच्या जोडीला वरचेवर आणि संपूर्ण तपासणी करून आपला मधुमेह दोस्त आहे की नखे काढून बोचकारायच्या तयारीत आहे याचा अंदाज घेता येतो. या बद्दल सविस्तर माहिती या लेखमालिकेच्या पुढील लेखात.

❋ भावपूर्ण श्रद्धांजली ❋

नाशिक - नाशिकमधील बालनाट्याच्या चळवळीची मुहूर्तमेढ करणाऱ्या लेखिका आणि एक नामवंत शिक्षिका **सुषमा अभ्यंकर** यांचे वृद्धापकाळाने दुःखद निधन झाले. त्या ९५ वर्षाच्या होत्या.

वयाच्या ८२ वर्षापर्यंत नाशिकमधील फ्रावशी अकादमी येथे मराठीची तज्ज्ञ शिक्षिका म्हणून कार्यरत असलेल्या सुषमाताई या अतिशय विद्यार्थी प्रिय शिक्षिका होत्या.

स्वातंत्र्यपूर्व राष्ट्रभक्ती जागृतीसाठी होणाऱ्या मेळ्यांमध्ये सहभागी होणाऱ्या सुषमाताई यांनी आपल्या उमेदीच्या काळात लोकहितवादी मंडळाच्या अनेक नाटकांमधून कामे केली. या निमित्ताने त्यांना बालगंधर्वांचा काही काळ सहवास लाभला होता. पुढे एस टी महामंडळातर्फे सादर झालेली संगीत नाटके तसेच नॉव्हेल्टी ड्रामास्टिक्स आणि नाट्यनम्रता या संस्थातर्फे त्यांनी राज्य नाट्य स्पर्धेच्या नाटकांमधून अनेक भूमिका केल्या. राजदत्त यांनी दिग्दर्शित केलेल्या विनायक दामोदर सावरकर ही मालिका तसेच 'कथास्तु' मालिकेत त्यांनी अभिनय केला होता. त्यांनी केलेल्या प्रदीर्घ आणि वैविध्यपूर्ण नाट्यसेवेबद्दल नाशिकमध्ये झालेल्या नाट्य संमेलनात संमेलनाध्यक्ष श्री. नाना पाटेकर यांच्या हस्ते त्यांचा गौरव करण्यात आला होता. अखिल भारतीय मराठी नाट्य परिषद, मुंबई तर्फे अभिनयाचा राज्य पुरस्कार त्यांना मिळाला होता. बालनाट्य हा त्यांचा विशेष आस्थेचा विषय असल्याने कुमुदताई अभ्यंकर यांच्यासह त्यांनी सदाफुली या बालनाट्य संस्थेची स्थापना करून मुलांची अनेक नाटके रंगभूमीवर आणली. या संस्थेसाठीच त्यांनी लिहिलेल्या बालनाट्याच्या दोन संहितांना राज्य शासनाचा उत्कृष्ट वाङमय निर्मितीचे दोन पुरस्कार मिळाले होते. याखेरीज मुलांसाठी त्यांनी लिहिलेल्या अनेक कथांची पुस्तके प्रसिद्ध झाली आहेत.

त्यांच्या माघारी एक मुलगा-सून आणि तीन मुली, जावई, नातवंडे, पतवंडे यांचा मोठा परिवार आहे. पत्रकार वंदना अत्रे आणि शहरातील नामवंत वकील ॲड. श्रीकांत अभ्यंकर यांच्या त्या मातोश्री होत्या.

❋ भावपूर्ण श्रद्धांजली ❋

नाशिक एज्युकेशन सोसायटीच्या सारडा कन्या विद्यालयाच्या **सेवानिवृत्त मुख्याध्यापिका श्रीमती सुशिलाताई परांजपे** यांचे वयाच्या ८८ व्या वर्षी वृद्धापकाळाने दुःखद निधन झाले आहे. मरणोपरांत त्यांनी **देहदान** केले.

त्या एक व्यासंगी, उपक्रमशील व विद्यार्थी प्रिय शिक्षिका होत्या. शिस्तप्रिय मुख्याध्यापिका म्हणून ही त्यांचा खास लौकिक होता. त्यांच्या निधनाने शिक्षण क्षेत्राचे नुकसान झाले आहे.

संस्थेच्या वतीने भावपूर्ण श्रद्धांजली.

निवासी, व्यापारी, औद्योगिक संकुल बांधकाम, प्लॉट डेव्हलपमेंट यातील विश्वसनीय नाव

मिहिर कन्स्ट्रक्शन

सिव्हिल कॉन्ट्रॅक्टर

ऑफिस : २, प्रसाद रेसिडेन्सी, माणेकशा नगर, रत्नपारखी हॉस्पिटलजवळ, द्वारका, नाशिक.
फोन : २५९०७५४

सी. व्ही. रानडे, बी.ई. (सिव्हिल)

मोबाईल : ०९४२२२४६८७८
ईमेल : cvranade@gmail.com

सुखांत जीवनाचा

लेखक : ॲड. अविनाश जनार्दन भिडे, नाशिक

B] त्यात काय असावे ?

- लिव्हींग विलमध्ये स्पष्टपणे कोणत्या परिस्थितीत औषधोपचार थांबवावा किंवा काढून घ्यावा याचा स्पष्ट उल्लेख असणे आवश्यक आहे.
- याबाबतची वाक्यरचना अतिशय सुस्पष्ट व सोप्या भाषेतील व स्पष्टपणे अर्थ समजेल अशा प्रकारची असावी.
- लिव्हींग विलमध्ये त्याला स्वत:ला लिव्हींग विल कधीही रद्द करण्याचे अधिकार असल्याचा उल्लेख असावा.
- त्याचप्रमाणे लिव्हींग विलमध्ये उल्लेखिलेल्या इच्छेचे काय, कोणते परिणाम होणार आहेत हे समजून उमजून लिव्हींग विल लिहून ठेवल्याचा उल्लेख असावा.
- त्याचप्रमाणे, काही कारणांमुळे लिव्हींग विल च्या बाबतीत योग्य तो निर्णय, ती व्यक्ती घेऊ शकत नसेल तर लिव्हींग विलमध्येच एखाद्या जवळच्या नातेवाईकाचा किंवा पालक सदस्याचा उल्लेख असावा व त्याला वरील सर्व अधिकार दिलेले असल्याचा उल्लेख असावा.
- कदाचित कोणतेही रद्द न केलेले एकापेक्षा जास्त लिव्हींग विल त्या व्यक्तीने करून ठेवलेली असल्यास सर्वात शेवटचे लिहून ठेवलेले इच्छापत्र (लिव्हींग विल) हे त्याची इच्छा असल्याचे गृहीत धरले जाईल व त्याप्रमाणे अंमल बजावणी होईल. (याचाच अर्थ इच्छापत्रावर तारखेचा स्पष्ट उल्लेख असावा.)

C] कसे लिहावे व कसे जतन करावे ? :

- प्रत्येक जिल्ह्यातल्या जिल्हा न्यायाधीशांनी केवळ या कारणासाठी नियुक्त केलेल्या प्रथम वर्ग न्यायाधीशासमोर असे लिव्हींग विल करणाऱ्या व्यक्तीने (एक्झीक्युटर) व त्याबरोबर दोन साक्षीदारांनी सह्या करणे आवश्यक आहे. त्याचप्रमाणे त्यावर त्या प्रथमवर्ग न्यायाधीशाने स्वत: स्वाक्षरी केलेली असावी.
- सह्या करण्यापूर्वी दोन्ही साक्षीदारांनी व प्रथम वर्ग न्यायाधीश यांनी ती व्यक्ती कोणाच्याही दबावाखाली, दडपणाखाली किंवा बळजबरीने लिव्हींग विल लिहून ठेवत नाही ना आणि ते स्वत: तो स्वत:चे इच्छेने, स्वत:हून व त्यातील मजकुराचा पूर्ण अर्थ समजून घेऊन करीत आहे ना याची खात्री करावी.
- असे इच्छापत्र / लिव्हींग विल कमीत कमी ६ प्रतीत असावे.
- अशा इच्छा पत्राची / लिव्हींग विल ची एक मूळ प्रत प्रथम वर्ग न्यायाधीश यांनी स्वत:च्या कार्यालयात जतन करावी, तसेच त्याची एक प्रत डिजिटल स्वरूपात (म्हणजेच कॉम्प्युटरमध्ये किंवा तत्सम प्रणालीत) जतन करावी.
- या इच्छापत्राची एक प्रत त्या जिल्ह्यातील जिल्हा न्यायाधीशांच्या कोर्टातील रजिष्ट्रार यांच्याकडे जतन करण्यासाठी पाठवावी, ठेवावी. तसेच संबंधीत रजिष्ट्रार यांनी त्या इच्छापत्राची डिजिटल प्रत ही त्या प्रणालीत जतन करावी.
- इच्छापत्र–लिव्हींग विल लिहून ठेवताना त्याच्याबरोबर त्याच्या जवळचे नातेवाईक हजर नसल्यास न्यायाधीश यांनी त्वरित असे इच्छापत्र लिहून ठेवल्याची सूचना त्या व्यक्तीच्या जवळच्या नातेवाईकांना द्यावी.
- अशा इच्छापत्राची लिव्हींग विल ची एक प्रत स्थानिक प्रशासन जसे की कलेक्टर किंवा पंचायत समिती, ग्रामपंचायत यांच्या कार्यालयात द्यावी व त्या कार्यालयाने ती प्रत जतन करण्यासाठी सक्षम अधिकाऱ्याची नेमणूक करावी, ज्याच्या ताब्यात ती प्रत जतन केली जाईल.
- तसेच त्या रूग्णाचे फॅमिली डॉक्टर, कोणी असल्यास त्यांच्याकडे अशा इच्छापत्रांची एक प्रत जतन करण्यासाठी ठेवावी.
- उर्वरीत प्रती त्या व्यक्तीने स्वत: जवळ अथवा जवळच्या नातेवाईकांकडे ठेवाव्यात.

D] कधी व कसे अमलात आणावे ? :

- जेव्हा ती व्यक्ती टर्मिनली इल असेल म्हणजे जेव्हा त्याचा आजार गंभीर टोकाच्या अवस्थेत किंवा आता कधीही बरा न होणाऱ्या अवस्थेत असेल.

- तसेच रुग्ण – ती व्यक्ती काही कालावधीसाठी त्या आजाराचा औषधोपचार घेत असेल पण तो बरा होण्याची शक्यता उरलेली नसेल अशावेळी त्याने करून ठेवलेल्या लिव्हींग विलची कल्पना औषधोपचार करणाऱ्या डॉक्टरांना दिली गेली तर प्रथम त्याबाबतची खात्री डॉक्टरांनी त्या अधिकार क्षेत्रातील न्यायाधीशांना विचारून केली पाहिजे.

- अशी खात्री करून घेतल्यावर संबंधित डॉक्टरांनी त्या व्यक्तीच्या शारीरिक परिस्थितीची व त्याला झालेला आजार आता कधीही बरा होणार नाही अशा स्थितीत आहे ना याची पूर्ण खात्री करून डॉक्टरांचे त्याबाबत पूर्ण समाधान झाल्यानंतरच इच्छापत्रात व्यक्त केलेल्या गोष्टीप्रमाणे वर्तन करणे अपेक्षित आहे.

- अशी पूर्ण खात्री झाल्यानंतर डॉक्टरांनी त्याच्या नातेवाईकांना, स्वत:ला त्याला (एक्झिक्युटर) त्याच्या आजाराच्या गंभीर स्वरूपाबात, दवाखान्यात उपलब्ध असलेल्या लाईफ सेव्हिंग उपकरणांबाबत किंवा वैकल्पिक उपलब्ध औषधोपचारांची व त्याच्या परिणामांची, त्यांच्या उपयुक्ततेची संपूर्ण माहिती देणे अपेक्षित आहे. तसेच असे औषधोपचार थांबविले, काढून घेतले तर काय परिणाम होतील या बाबत माहिती देत डॉक्टरांना स्वत:ला काय वाटते हे सर्वांना सांगणे महत्त्वाचे आहे.

- अशी सर्व खात्री व डॉक्टरांचे समाधान झाल्यानंतर ज्या हॉस्पिटलमध्ये ती व्यक्ती औषधोपचार घेत आहे, त्या हॉस्पिटलच्या व्यवस्थापनाने चार तज्ज्ञ वैद्यकीय अधिकाऱ्यांची समिती नेमावी. त्या समितीचे प्रमुख, रूग्ण ज्या रोगाने आजारी आहे त्या विभागाचे प्रमुख असावेत तसेच इतर तीन सदस्य हे निरनिराळ्या वैद्यकशास्त्र जसे की हृदयरोग, मानसोपचार, मेंदूचे विकार, किडनीविकार या व अशा वैद्यकाशास्त्रातील तज्ञ असावेत व ज्यांचा त्या वैद्यक शास्त्राचा कमीत कमी वीस वर्षांचा अनुभव त्यांना असावा. असे हे वैद्यकीय पथक / समिती त्या रूग्णाला त्याच्या नातेवाईक किंवा स्नेह्याच्या उपस्थितीत तपासून त्या व्यक्तीला चालू असलेला औषध उपचार थांबवायचा की नाही थांबवायचा याबाबत ही समिती त्यांचा अहवाल सादर करेल. जो प्राथमिक अहवाल असेल.

- हॉस्पिटल समितीचा प्राथमिक अहवाल रूग्णाचा औषधोपचार थांबवावा, बंद करावा असा असेल तर त्या हॉस्पिटलच्या व्यवस्थापनाने त्वरित सदरचा अहवाल व संबंधीत सर्व कागद त्या जिल्ह्यातील कलेक्टर (जिल्हाधिकारी) यांना सादर करावेत. जिल्हाधिकारी त्वरित त्यासंबंधी एक मेडिकल बोर्ड गठीत करतील, बनवेल. ज्यामध्ये त्या जिल्ह्याचे सिव्हिल सर्जन प्रमुख असतील व इतर तीन सदस्य इतर वैद्यकशास्त्रातील तज्ज्ञ डॉक्टर असतील ज्यांना कमीत कमी वीस वर्षांचा अनुभव असेल व जे प्राथमिक हॉस्पिटल समितीचे सदस्य नसतील. असा सर्व वैद्यकीय अधिकाऱ्यांचा बोर्ड (समिती) त्या रूग्णाला त्या हॉस्पिटलमध्ये जाऊन भेटतील, तपासतील व प्राथमिक अहवालाप्रमाणेच औषधोपचार थांबविण्याचे त्यांचेही मत झाले तर प्राथमिक हॉस्पिटलच्या अहवालावर त्याबाबत तशी नोंद घेतील व रूग्णाच्या इच्छापत्राप्रमाणे (लिव्हींग विल) कारवाई करण्याचे (औषधोपचार न करण्याचे) प्रमाणपत्र देतील.

(क्रमश:)

आपल्याला दुसऱ्याचे बोलणे समजत नाही का?
होय....! तर आपल्या कानाच्या तपासणीसाठी...

एक उपयुक्त दागिना...!

अनेक नावाजलेल्या कंपन्यांचे श्रवणयंत्र उपलब्ध

अनुभवी तज्ञांचे मार्गदर्शन

मंडळाच्या आजीवन सभासदांसाठी **विशेष सुट**

संपर्क : डॉ. श्री व सौ. वैद्य
संवाद स्पीच ॲण्ड हिअरिंग क्लिनिक
फ्लॅट नं. १, पहिला मजला, प्रधान पार्क, एम.जी. रोड, नाशिक.
Ph.: 2318333, Mob : 9422269394

शाखा : हेरिटेज अपार्टमेंट, म्हसोबा मंदिराच्या समोर, VLCC जवळ, जेहान सर्कल, गंगापूर रोड, नाशिक

* अटी लागू

चित्तपावन ब्राह्मण संघ - वधू यादी

अ.क्र.	नाव पत्ता व फोन	जन्मतारीख	गोत्र	उंची	शिक्षण	मासिक उत्पन्न
१.	**कु. प्राजक्ता श्रीनिवास पाटणकर** घर नं. ४४, श्री. परशुराम मंदिराजवळ, मु. पो. त्र्यंबकेश्वर, नाशिक – ४२२ २१२.	१०/०९/१९९४	शांडिल्य	५'.२''	MBA + HR & IT	२५,०००/–
२.	**कु. सुप्रिया विश्वास साठे** ४, नूतन सायली सोसायटी, थत्तेनगर, गंगापूर रोड, नाशिक – ४२२ ००५. मो. : ९८५०८७६३६६.	११/०८/१९८५	वशिष्ठ	५'.३''	B.Sc	

चित्तपावन ब्राह्मण संघ - वर यादी

अ.क्र.	नाव पत्ता व फोन	जन्मतारीख	गोत्र	उंची	शिक्षण	मासिक उत्पन्न
३.	**सुयोग सुनिल खोडके** एन–५३ व्ही. एफ. १/१९/८१९९१, पाटीलनगर, त्रिमुर्ती चौक, सिडको, नाशिक – ४२२ ००८. फोन : ०२५३–२३९७०२३. मो.: ९४२३१३६५४५	०६/०४/१९९१	काश्यप	५'.७''	CA	७ लाख /– (वार्षिक)
४.	**प्रथमेश प्रमोद दीक्षित** ५, ओमकार अपार्टमेंट, आनंद विहार कॉलनी, गंगापूर रोड, नाशिक – ४२२ ०१३. मो. : ९८२३१६८६१७	१४/०२/१९९३	चंद्रात्रेय	५'.६''	BE (Prod.) & M.Tech	५१,६००/–
५.	**निखिल विनायक गोखले** ३७१, शनिवार पेठ, पुणे – ४११ ०३०. मो. : ९८२२५२४४६८	२५/०५/१९९२	काश्यप	५'.९''	MSC Instrumentation सायबर सिक्युर्रिटा कोर्सेस	५०,०००/–
६.	**कुणाल माधव काळेले** फ्लॅट नं. ११, मात्री विहार, गंगाजमना सोसायटीच्या समोर, इलोरापार्क, वडोदरा – ३९० ०२३. मो. : ०९५३७४४४७३८	२५/११/१९८५	जामदग्नी	५'.११''	M.Com & CSA	१४ लाख /– (वार्षिक)
७.	**चिन्मय मकरंद मराठे** फ्लॅट नं. १, गुरूकृपा अपार्टमेंट, वंदनापार्क जवळ, इंदिरानगर, नाशिक – ४२२ ००९. मो. : ८८०५४०३९३८	२४/०५/१९९६	कपि.	६'	CA & M.Com	५०,०००/–

✻ देणगी ✻

सौ. अकल्पिता अनिरूद्ध अभ्यंकर, यांच्याकडून शिधा वाटप योजनेसाठी वडील **कै. मधुकर काशिनाथ वैशंपायन** यांच्या स्मृतीप्रित्यर्थ. देणगी **रु. १०,०००/–** प्राप्त झाली. संस्थेकडून कृतज्ञतापूर्वक स्वीकार. या आधीही त्यांनी आईच्या स्मृतीप्रित्यर्थ अशीच देणगी दिलेली आहे.

✻ भावपूर्ण श्रद्धांजली ✻

अद्वैत करमरकर यांचे नुकतेच आजाराने निधन झाले. एक हसतमुख आणि दिलखुलास मित्र म्हणून तो सर्वांना सुपरिचित होता. त्यांच्या अकाली निधनाने सर्वांना धक्का बसला आहे. करमरकर कुटुंबियांच्या दु:खात संस्था सहभागी आहे.

संस्थेतर्फे त्यांना भावपूर्ण श्रद्धांजली.

साहसी सायकलवारी...

सायकलिंग.... लहानपणी खूप सोप्पं वाटायचं. कधीही काढली सायकल, निघालो.. कधी गेलो सोमेश्वरला तर कधी त्रिंबकेश्वरला. डबल सीट तर किती फिरलो आहोत त्याची गणतीच नाही. पण ह्या वयात चाळीशी नंतर, ते पण **मनाली ते खरडुंगला.... बापरे!** विचार करून पण अंगावर काटा येतो. ५३५९ मी उंचीवर असलेली ही खिंड... जगातील सर्वात उंच, की जिथे गाडीने ही सहज पोहचता येतं नाही, अशा अवघड ठिकाणी नाशिकचे सहा अवलिया मित्र चेतन म्हणजे आपला चेतन भट, आनंद, अमर, मंदार, समीर व कौस्तुभ सायकलवारी करून आले. जगातली सर्वाच्च खिंड लढवून आले म्हणाना ! आपण त्यांचं कौतुक करावं तेवढं कमीच. त्याला लागणारा मानसिक व शारीरिक कणखरपणा ह्या सगळ्यांनी दाखवला. माझ्यासारख्या आळशी माणसाला तर हे सर्व स्वप्नवतच ! ह्या सगळ्यांना त्यांच्या विनयशील स्वभावामुळे कणखरपणा मिळाला असावा असं मला वाटतं. ह्या प्रत्येकाला कुठच्यातरी क्षणी नक्कीच असं वाटलं असणार की मरेना ती मोहीम... त्यापेक्षा बसू शांतपणे ! पण त्यांच्या मध्ये असलेल्या विजिगीषु वृत्तीमुळेच हे सहजसाध्य झालं. त्यांनी मिळवलेलं हे यश कल्पनातीत आहे ह्याबद्दल जरापण शंका नाही. त्यांनी अकरा दिवसात जवळपास सहाशे किलोमीटर सायकल चालवली. त्यात २०५० मी वरून ५३५९ मी उंचीवर ते पोहचले. चेतनला आपल्यातले सगळे नक्कीच ओळखत असणार ! मितभाषी, शांत पण कोणाला मदत हवी असेल तर कायम पुढे. लहानपणापासून वेगवेगळ्या खेळांमध्ये त्याने ठसा उमटवला. ज्युदो म्हटलं की चेतन भट आणि माधव भट समस्त नाशिककरांच्या नक्की डोळ्यासमोर येणार. मध्ये खूप वर्षे ह्या सर्व उपक्रमातून सुट्टी घेतल्यावर चेतनने मॅरेथॉन पळण्याचं ठरवलं. ते जमतंय अस लक्षात आल्यावर पुढचं ध्येय गाठायचं ठरवलं. नुसतं सायकलिंग केलं नाही, तर त्यात एक अवघड ध्येय घेऊन ते सहजपणे पूर्ण पण केलं. त्यांचा प्रत्येक दिवस एक वेगळेच आव्हान घेऊन समोर यायचा. पहिल्या दिवशी ५० किलोमीटर सायकलिंग होतं, ते पण पूर्णवेळ पाऊस व विरळ हवामानात ! त्या एका दिवसात त्यांनी २१०० मी (२.१ किमी) चढाई केली. साधारणत: रोज ५० किमीच्या आसपास सायकलिंग करावं लागायचं. त्याला कधी सहा तास ते कधी कधी नऊ तास दमवणारे प्रयत्न असायचे. शेवटच्या दिवशी लेह ते खरडुंगला असं ४८ किमी आणि परत अस ध्येय होतं. येताना ते दीड तासात आले कारण सर्व उतार होता पण जाताना... चेतनच्या भाषेत सांगायचं तर ''पाच वेळा वणीला सायकलवर गेल्यावर जे वाटेल तसा अवघड चढ आणि वळणे होती.'' या वाक्यातच त्या प्रवासाला जो मानसिक व शारीरिक कणखरपणा लागतो त्याची चुणूक दिसते.

या सगळ्यांन कडूनच आपल्याला शिकण्यासारखं खूप काही आहे हे नक्की. त्यांच्या कौतुकास्पद कामगिरीसाठी मला तर आता शब्दच सुचेनासे झाले आहेत. आज मला ह्या सगळ्यांचा अभिमान वाटतोय आणि इतरांसमोर वावरताना माझे हे जवळचे मित्र आहेत म्हणून माझी कॉलर ताठ होते ते वेगळेच !

ह्यापुढे पण त्यांनी अशीच यशाची उंच उंच शिखरे पार करावीत या शुभेच्छा. ह्या सायकलवीरांना माझा मनापासून सलाम !

– प्रभंजन पटवर्धन

डॉ. अजित कुमठेकर हार्दिक शुभेच्छा...!

आपल्या संस्थेचे ज्येष्ठ सभासद आणि इंडियन मेडिकल असोशिएशन नाशिक शाखेचेही ज्येष्ठ सदस्य डॉ. अजित कुमठेकर यांचा डॉक्टर्स दिनाच्या निमित्ताने ३ जुलै २०२१ रोजी, महाराष्ट्र मेडिकल कौन्सिल अध्यक्ष डॉ. शिवकुमार उत्तुरे यांच्या प्रमुख उपस्थितीत, व अध्यक्ष आय. एम. ए. महाराष्ट्र राज्य यांच्या अध्यक्षतेखाली डॉक्टर्स दिनाच्या दिवशी सत्कार करण्यात आला. संस्थेतर्फे हार्दिक शुभेच्छा...!

श्री परशुराम नागरी सहकारी पतसंस्था व टकले बंधू यांच्या संयुक्त विद्यमाने

सुवर्ण संचय समृद्धी योजना

बघता बघता वर्ष-दोन वर्षावर मुला मुलींचं लग्न येऊन ठेपलं आहे!

गुंतवणुकीचा उत्तम व खात्रीशीर पर्याय शोधत आहात ?

सोने खरेदी करायचे आहे? शेअर मार्केट धक्के देतंय?

पण महागाई व वाढत्या भावामुळे शक्य होत नाहिये?

थांबा, काळजी करू नका, आपली ही काळजी दूर झाली आहे.

तुमच्या सोयीने हवे तेवढे सोने आजच खरेदी करा. ते पण सोन्याच्या आजच्या भावाच्या फक्त २५% रक्कम भरून. उर्वरित रकमेची सुलभ मासिक हप्त्यांमध्ये एका वर्षात परतफेड करा. लग्नात लागणारी अपरिहार्य गोष्ट किंवा वर्षानुवर्षापासून सिद्ध झालेला उत्तम गुंतवणुकीचा पर्याय म्हणून देखील सोने हाच पर्याय आहे.

आमचे ध्येय... "तुमची धनसमृद्धी"

अधिक माहितीसाठी आजच संपर्क करा.

श्री परशुराम नागरी सहकारी पतसंस्था
फोन : (०२५३) २३१३७०९/ ९१६८४२६८८८

टकले बंधू, सराफ बाजार
फोन : ०२५३-२५९४१५४, २५९६६५४, २५९९०५४

विचार कसला करताय, येताय ना मग !

चित्तपावन ब्राह्मण संघ, नाशिक या संस्थेच्या मालकीचा हा अंक संपादक व प्रकाशक श्री.विजय राजाराम साने, यांनी मीरा एंटरप्राईजेस, २, जयश्री अपार्टमेंट, ठाकरे बंगला, गंगापूर रोड, नाशिक- २ येथे छापून काका गद्रे मंगल कार्यालय, गोळे कॉलनी, नाशिक-४२२००२ येथे प्रसिद्ध केला.
गद्रे मंगल कार्यालय, फोन : ०२५३ - २५७६२४१

प्रति, ______________________

____

____

संस्थेची वेबसाईट :-

- Website : www.nasikchitpavan.org
- Email ID : nasikchitpavan@gmail.com
- http://twitter.com/nasikchitpavan
- http://facebook.com/nasikchitpavan
- http://youtube.com/user/nasikchitpavan

या मासिकातील लेखांशी संपादक सहमत असतीलच असे नाही. लेखातील सर्व मते व विचार हे सर्वस्वी त्या त्या लेखकांचे आहेत. जाहिरातदारांनी जाहिरातीत केलेल्या निवेदनाला संपादक जबाबदार नाहीत. ग्राहकांनी जाहिरातीतील उत्पादनांची व नमूद केलेल्या बाबींची प्रत्यक्ष पडताळणी करून पाहावी. 'चित्तपावन मित्र' च्या मालक, मुद्रक, प्रकाशक, संपादकांचा या गोष्टींशी काहीही संबंध नाही.