Price Rs.: 3/-

स्टेट बँक ऑफ इंडिया पेन्शनर्स असोसिएशन (मुंबई सर्कल), पुणे
ह्यांची गृहपत्रिका

।। स्वयमेव मृगेंद्रता ।।

संवाद

मनामनांचा मेळ जुळावा । द्वेषाचा लवलेश नसावा ।।
सादासी प्रतिसाद मिळावा । वाद नको संवाद असावा ।।

वर्ष पांचवे | अंक दुसरा | मार्च २००८ | (March - 2008)

Heartiest Congratulations..................!

CNN-IBN in partnership with Hindustan Times elected ***Shri.Om Prakash Bhatt***, *our Chairman* as **"Indian of the Year – 2007"** under **'Business Category'**. The selection was made by an eminent seven member jury comprising of Soli Sorabjee, Kiran Bedi, Nandan Nilekani, etc as well as public voting. Shri.Bhatt was selected for showing how a public sector behemoth can flex its muscle in the ferociously competitive banking sector. On behalf of our Mumbai Circle Pensioners' Association, we heartily congratulate our beloved Chairman Shri.Om Prakash Bhatt on getting the Award.

- V.M.Gokhale, President

संपादकीय

प्रिय वाचकहो सप्रेम नमस्कार,

ही गोष्ट आहे हॉर्वर्ड विद्यापीठातील. ह्या विद्यापीठातून दरवर्षी अनेक रँगलर, डॉक्टरेट, वाचस्पती अशी बुद्धिमान माणसे बाहेर पडतात. ही मंडळी अनेक क्षेत्रात उच्चपदावर काम करीत असल्याने मान-मरातब, पैसा, सर्व सुखे ह्यांच्या पायाशी लोळण घेत असतात.

मध्यंतरी ह्याच विद्यापीठातील एका मानसशास्त्रज्ञाने ज्यांची वये ६० ते ७० आहेत अशा बृहस्पतींची पाहणी करून ही मंडळी खरोखरीच सुखी आहेत का ह्याचा अभ्यास केला. ह्यातील बहुतेक मंडळी भावनिकदृष्ट्या दु:खाने ग्रासलेली होती. कोणी संस्थेतील राजकारणाने मागे पडले होते, तर कोणाला त्यांच्या उच्च पदस्थांबद्दल भय होते, तर कोणाला त्यांच्या घराच्या समस्या होत्या. अनेकजण क्रोध, भय, दु:ख, तिटकारा, स्पर्धा, ताणतणाव अशा विविध भावनांनी ग्रस्त होते.

लोकांचा असा समज आहे की, जो बुद्धिमान तोच जीवनात यशस्वी होतो. परंतु सगळेच बुद्धिमान जीवनात यशस्वी होत नाहीत हे आपल्या सभोवतालच्या माणसांच्या जीवनावरून दिसून येते. ह्याचे मुख्य कारण ''भावनिक बुद्धीमत्तेचा अभाव'' असे मानसशास्त्रज्ञांचे म्हणणे आहे. भावनिक बुद्धिमत्ता ह्याचा अर्थ आपल्या व इतरांच्या भावना समजून घेऊन त्या शहाणपणाने वापरण्याचे कौशल्य होय. योग्य सरावामार्फत ही भावनिक बुद्धिमत्ता वाढवली जावू शकते किंवा तिच्यात बदलही घडवून आणला जातो व आपले जीवन यशस्वी करता येते.

भावना दोन प्रकारच्या असतात. आनंद, प्रेम, उत्साह, हास्य ह्या सकारात्मक भावना मनाला उत्तेजित करतात. ह्या भावनांच्या प्राबल्याने जीवनात चांगल्या गोष्टी घडतात. स्वत:चे व दुसऱ्याचे जीवन उज्ज्वल करतात. ह्याउलट चीड, भीती, द्वेष, अविश्वास, क्रोध, दु:ख (हा एक प्रकारचा आजारच आहे.) ह्यांचा शरीर व मनावर वाईट परिणाम होतो. ह्या भावनांच्या फार आहारी गेल्यास स्वत:चेच जीवन विस्कळीत होते. ह्यामुळे आपली कार्यक्षमता कमी होते, अकारण संशयाचा मनात उगम होतो व पुन्हा त्यातून चिंता व भिती ह्यांचे प्रमाण वाढते.

आपल्याकडील ज्येष्ठांकडे अनुभवाने मिळविलेली व परमेश्वराने दिलेली भावनिक बुद्धिमत्ता आहेच व त्याचबरोबर खूप क्षमताही आहेत. सध्या बरीच ज्येष्ठ मंडळी घरात दोघेच असतात. सुना, मुले नोकऱ्यांना जुंपलेली. त्यांना ज्येष्ठांकडे पहायला वेळ नाही. नातवंडेही तशीच. त्यांचे अनेक क्लास. सर्वजण आपापल्या वेळापत्रकात पूर्णपणे गुरफटून गेलेले असतात. त्यामुळे वरून आपण आनंदी आहोत असे दाखविते. परंतु नकारात्मक विचारांनी 'माझे कसे होईल' ही भावना आत असतेच. यात आणखी भर म्हणजे नकारात्मक व घातक विचारांनी भरलेल्या विविध दूरदर्शन मालिकांचा आपल्यावर होणारा भडिमार. त्यामुळे आपल्या भावनिक गुंत्यावर भावनिक बुद्धिमत्तेचा आपल्याला कौशल्याने उपयोग करून घेता येईल.

ह्या आपल्या भावनिक गुंत्यावर भावनिक बुद्धिमत्तेचा कौशल्याने उपयोग करून घेतल्यास आपण आनंदी राहू. प्रथमत: आपल्या स्वत:च्या भावना अचूक ओळखण्यास आपण शिकले पाहिजे. बरेचजण काही वेळा भावनेच्या भरात संताप, राग वा इतर भावनांच्या आहारी जातात व आपलेच स्वत:चे नुकसान करून घेतात. त्याचप्रमाणे कुटुंबातील वा समाजातील इतरांच्याही भावना समजून घेण्याची आपली क्षमता वाढविणे आवश्यक आहे. ह्यामुळे आपले व इतरांचे संबंध चांगले राहतील. बऱ्याच वेळा बोलताना आपण अनवधानाने चुकीचे बोलतो आपल्या भावना अचूक शब्दात न मांडल्यामुळे समोरच्या व्यक्तीचा गैरसमज होतो. हे

ही आपण प्रयत्नपूर्वक टाळले पाहिजे.

ह्या अशा भावनिक समस्यांवर उपाय म्हणजे काहीतरी ध्येय ठेवून काम करणे आवश्यक आहे. कारण भरपूर क्षमता आपल्याकडे आहेत. संगीत, अध्यात्म, साहित्यसेवा, समाजसेवा, पेन्शनर्स असोसिएशनमध्ये काम, हास्य क्लब, ज्येष्ठ नागरिक संघ अशा आपल्या आवडीच्या ठिकाणी कामात गढून गेल्यास आपण कधीच एकटे रहात नाही. वेगवेगळ्या क्षेत्रातील अनेक मित्र आपल्याला मिळतात. वेळ आनंदात जातो. निवृत्त झाल्यावर काहीच करायचे नाही हेच जर ध्येय असेल तर ते जीवन निरस होय. आलेला दिवस कसातरी ढकलून वयाच्या पाट्या टाकणे म्हणजे जगणे नव्हे. मनाला उत्साह येईल, आनंद मिळेल, नकारात्मक भावनांना प्रतिबंध होईल व ह्यातून स्वत:ला समाधान आणि दुसऱ्याला आनंद मिळेल तो दिवस खरा. जीवनाची श्रीमंती यश, आनंद व शांती ह्यातच आहे. हे अवघड वाटते पण अशक्य नाही. तेव्हा ह्याच आनंदाच्या व प्रेमाच्या भावनेने आपली वाटचाल व्हावी हीच सदिच्छा. पुन्हा भेटूच.

- शरद शिंगवेकर

युनिट वार्ता

ठाणे :- दि.१३ नोव्हेंबर २००७ रोजी ठाणे येथील आपल्या असोसिएशनच्या कार्यालयात 'आयुर्वेदिक' दवाखान्याची मुहुर्तमेढ रोवली गेली. दवाखान्याचे उद्घाटन आपल्या सर्कल असोसिएशनचे अध्यक्ष श्री.व्ही.एम्.गोखले यांचे शुभहस्ते झाले. दिल्ली व हैद्राबाद येथे पेन्शनर्स असोसिएशनतर्फे पेन्शनरांसाठी आयुर्वेदिक सेवा उपलब्ध केली गेली आहे हे लक्षात आल्यावर, त्यापासून प्रेरणा घेऊन सोलापूर येथील आपल्या असोसिएशनच्या २००७ च्या वार्षिक सभेत आपले अध्यक्ष श्री.व्ही.एम.गोखले यांनी अशा तऱ्हेची आयुर्वेदिक उपचार सेवा सर्व जिल्ह्यांच्या ठिकाणी सुरू करण्यासाठी प्रयत्न करावेत असे सुचवले. त्याप्रमाणे ठाणे येथे श्री एस.बी.गोखले, श्री.शरद गडकरी, श्री.व सौ.खरे यांनी ही कल्पना उचलून धरली व सर्वांच्या सहकार्याने व श्री.व्ही.एम.गोखले यांच्या प्रोत्साहनाने, आपल्या असोसिएशनतर्फे पहिला आयुर्वेदिक दवाखाना १३ नोव्हेंबर २००७ रोजी सुरू झाला, यासाठी वैद्या अदिती गोखले, एम.डी.(आयुर्वेद), यांनी वैद्यकीय सल्लागार म्हणून काम करण्याचे मान्य केले.

उद्घाटनाचे दिवशी त्यांनी आपल्या भाषणात आयुर्वेदाची महती सांगितली.
''स्वस्थस्य स्वास्थ्य रक्षणम् । आतुरस्य विकार प्रशमनम् च॥'' हे आयुर्वेदाचे प्रयोजन स्पष्ट करून, दिनचर्या व ऋतुचर्येचे पालन करून आरोग्य उत्तम कसे राखावे याचे वर्णन केले. त्याचबरोबर पंचकर्माचे महत्त्व विशद करून उपस्थित पेन्शनर्स सभासदांनी विचारलेल्या शंकांचे निरसन केले. **हा दवाखाना आठवड्यातून एकदा दर मंगळवारी सायंकाळी ५ ते ६ या वेळेत चालू असतो** व वैद्या अदिती गोखले सल्ला देण्यासाठी उपलब्ध असतात. कांही औषधें दवाखान्यात उपलब्ध केलेली आहेत. तसेच वैद्या गोखले आवश्यकतेनुसार कांही औषधें लिहून देतात. या सेवेसाठी नाममात्र शुल्क आकारले जाते. या आयुर्वेदिक दवाखान्यातील सेवेचा लाभ सर्व पेन्शनर्सनी तसेच आपल्या बँकेच्या सेवेत कार्यरत असलेल्यांनीही जरूर घ्यावा हे असोसिएशनतर्फे आवाहन करण्यात येत आहे.

नागपूर विभागीय उपकेंद्र : वार्षिक स्नेह संमेलन

नागपूर विभागीय उपकेंद्राचे वार्षिक स्नेहसंमेलन ३० डिसेंबर २००७ रोजी स्टेट बँकेच्या विभागीय कार्यालयाच्या आवारात मोठ्या उत्साहात संपन्न झाले. संमेलनाची सुरूवात कार्यक्रमाचे प्रमुख पाहुणे श्री.एन.जी.मोरे (स्थनिक सल्लागार समिती सदस्य) ह्यांच्या शुभहस्ते सकाळी ११ वाजता दीपप्रज्वलन करून झाली. त्यानंतर प्रमुख पाहुणे व विभागीय उपकेंद्राचे पदाधिकारी सर्वश्री चोबे, पात्रीकर, पांढरे यांचे हस्ते सरस्वतीपूजन करून, कै.वामनराव डेग्वेकर यांच्या प्रतिमेस पुष्पहार अर्पण करण्यात आला. या संमेलनास बँकेचे अधिकारी, ऑफिसर्स व अॅवॉर्ड स्टाफ असोसिएशनचे पदाधिकारी यांची विशेष उपस्थिती होती. तसेच असोसिएशनचे सर्व सभासद/सहसभासद आणि फॅमिली पेन्शनर्स मिळून अंदाजे ३०० सभासद उपस्थित होते. माननीय श्री.मोरेसाहेब तसेच असोसिएशनचे पदाधिकारी यांची भाषणे झाल्यावर ''श्री.एन.जी.मोरे अॅवॉर्ड'' मिळालेल्या नागपूर उपकेंद्रातील उत्कृष्ट कार्य केलेल्या कार्यकर्त्यांच्या नावांची घोषणा झाली. श्री.एन.जी.मोरेसाहेबांचे हस्ते बक्षिसे व प्रशस्तिपत्रके प्रदान करण्यात आली. प्रथम पारितोषिक श्री.वझिरानी यांना, तसेच श्री.नागराज(अकोला), श्री.हमिने(यवतमाळ) यांनाही पारितोषिके देऊन गौरविण्यात आले.

बँकेतर्फे श्री.गुट्टे व श्री.दिलीप जोशी यांनी बँकेच्या 'रिव्हर्स मॉर्टगेज स्कीम' बद्दल सभासदांना सविस्तर माहिती दिली. त्यानंतर मनोरंजनाच्या कार्यक्रमात श्री.शिवपाल चव्हाण व श्री.संतोष नायडू यांनी मिमिक्री सादर केल्यावर 'लकी ड्रॉ ' काढण्यात आला. श्री.वझिरानी यांनी संपूर्ण कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन करतांना स्वरचित कविताही प्रस्तुत करून संमेलनात बहार आणली. समारोपाचेवेळी श्री.वि.रा.देहानकर यांनी आभार मानले व जेवणानंतर कार्यक्रमाची सांगता झाली. -

पी.के.चोबे, उपाध्यक्ष

अमरावती : अमरावती युनिटचे वार्षिक स्नेहसंमेलन दि. १६ फेब्रुवारी २००८ रोजी अमरावती येथील अनंत मंगल कार्यालयात मोठ्या उत्साहात संपन्न झाले. प्रमुख पाहुण्या म्हणून अमरावतीच्या महिला महाविद्यालयाच्या माजी प्राचार्या डॉ.सौ.माणिकताई पाटील उपस्थित होत्या. त्यांच्या हस्ते दीपप्रज्वलन झाल्यावर आपले ज्येष्ठ सभासद श्री.नामजोशी यांचा पंचाहत्तरी निमित्त शाल,श्रीफळ व पुष्पगुच्छ

देऊन पाहुण्यांच्या हस्ते सत्कार करण्यात आला. डॉ.सौ.पाटील यांनी आपले मनोगत व्यक्त करतांना, जीवनाच्या संध्याकाळी सर्वांनी सूर्याचा आदर्श ठेवावा. सूर्य ज्याप्रमाणे रोज मावळतांना त्याचे सर्व ओज-प्रखरता इ. स्वत:तच सामावून घेऊन, प्रत्येकाला शांतवून अस्ताला जातो, तसेच आपणही पुर्वायुष्यात केलेल्या कर्तृत्वाचा ताठा न दाखविता, समाधानी वृत्तीने, पुढील पिढीच्या उत्कर्षाकडे कौतुकमिश्रित तसेच त्यांना प्रोत्साहन देत, स्वत: मात्र अलिप्तपणाची ज्योत मनात तेवत ठेवण्याचा प्रयत्न करावा अशी अपेक्षा व्यक्त केली.

आपले अमरावती येथील एक सभासद श्री.जनार्दन दातार ह्यांनी विनोदी कथाकथनाच्या माध्यमातून, कांही जुन्या सहकाऱ्यांची पुन्हा नव्याने अतिशय मार्मिक पद्धतीने ओळख करून दिली. त्यानंतर श्री.राजाभाऊ दुर्वे व त्यांचे सहकारी यांनी वाद्यवृंदाच्या साथीवर सुमधूर गीतांचा सादर केलेला कार्यक्रम सर्वांना आवडला. कार्यक्रमाचे सूत्रसंचालन श्री.अविनाश निमदेव व श्री.श्याम कुऱ्हेकर यांनी केले. श्री.यादव भोगावकर यांनी आभार प्रदर्शन केल्यावर सभासदांच्या स्नेहभोजनाने संमेलनाची सांगता झाली.

– अविनाश निमदेव, सचिव(अमरावती)

सोलापूर युनिट :– समाजातील गुणीजनांचा सत्कार करणे हे सुजाण व सुबुद्ध नागरिकांचे कर्तव्यच असते. संवेदनशीलतेचा तो दाखलाच असतो. अशा महनीय व्यक्ती आपल्या वागण्या-बोलण्याने अथवा लेखणीने समाजप्रबोधन करत असतात. सोलापूरच्या सांस्कृतिक वैभवात मोलाचे योगदान देणाऱ्या दोन व्यक्तींचा हार्दिक सत्कार आपल्या सोलापूर युनिटने त्यांच्या घरी जाऊन केला. त्यापैकी एक ज्येष्ठ समीक्षक श्री.गो.मा.पवार, ज्यांना नुकताच विठ्ठल रामजी शिंदे यांच्या चरित्रात्मक पुस्तकाबद्दल साहित्य अकादमीचा पुरस्कार मिळाला. व दुसरी ऋषीतुल्य व्यक्ती म्हणजे प्रा.निशिकांत ठकार. यांनी अनेक कन्नड व इंग्रजी पुस्तकांचा हिंदी अनुवाद केला आहे व प्रा.ठकार यांना महाराष्ट्र शासनाचा पुरस्कारही जाहीर झाला आहे.

– टी.एम.पाटील, सचिव

अमरावती युनिट - वार्षिक सर्वसाधारण सभा

अमरावती युनिटची आमसभा स्टेट बँक ऑफ इंडिया, अमरावती शाखेच्या **रंजन सभागृहात** शनिवार दि.१२ एप्रिल २००८ रोजी दुपारी ४.३० वाजता आयोजित केली आहे. सभेत खालील कामकाज होईल.

१) २००७-२००८ या वर्षाच्या जमा-खर्चाचा ताळेबंद सभेत मंजुरीसाठी सादर करणे.

२) पदाधिकाऱ्यांच्या २००८-०९ व २००९-१० च्या द्वैवार्षिक निवडणुका घेणे.

३) सभेच्या अध्यक्षांच्या परवानगीने उपस्थित विषयांवर चर्चा करणे.

अमरावती जिल्ह्यातील सर्व सभासदांना विनंती की सभेस उपस्थित राहून सभेच्या कामकाजात भाग घ्यावा.

– अविनाश निमदेव, सचिव

O *अभिनंदनीय*

आपल्या पेन्शनर्स असोसिएशनचे कोल्हापूर युनिटमधील सभासद सतत उत्साहात अनेक उपक्रम राबवत असतात. नुकताच त्यांनी १३ फेब्रु. ०८ रोजी तिळगूळ-समारंभ व हळीद कुंकू घडवून आणला. ह्या कामी सर्वश्री दिवाण, पत्की-स्वामी, व्हटकर, नलावडे, सौ.व्हटकर, सौ.दैनी, सौ.स्वामी ह्यांनी खूप परिश्रम घेतले. सुमारे ७० स्त्री-पुरुष ह्या कार्यक्रमास उपस्थित होते.

त्याचप्रमाणे १६ जाने. ते १९ जाने. २००८ रोजी रायगड, दिवेआगर येथे कोल्हापूर युनिटने एक अविस्मरणीय सहल यशस्वी केली. एकूण ५१ स्त्री-पुरुष सभासदांनी ह्या सहलीचा आनंद घेतला. ह्या सहलीचे आयोजन सर्वश्री स्वामी, प्रभाकर पोंक्षे, जगदीश दिवाण, व्हटकर ह्यांनी केले. श्री.बाळ दैनी सर्वांचे लीडर असून ते एक उत्साही, आनंदी सर्वांशी गोड बोलून त्यांना एकत्र आणणारे आहेत.

संपूर्ण कोल्हापूर युनिटला पुढील कार्यक्रमांना असोसिएशनच्या सदिच्छा. इतर जिल्ह्यातील युनिटस्नी असे कार्यक्रम आयोजित करावेत.

– सेक्रेटरी

O *अभिनंदनीय*

आपल्या असोसिएशनचे पुण्यातील सभासद श्री.एस.एन.जोशी यांच्या पत्नी सौ.संगीता जोशी यांना, शिवसेना प्रमुख श्री.बाळासाहेब ठाकरे यांच्या वाढदिवसानिमित्त उपमहापौर श्री.चंद्रकांत मोकाटे यांच्या प्रबोधन विचारधारातर्फे आयोजित केलेल्या भजन स्पर्धेमध्ये वैयक्तिक उत्कृष्ट गायिकेचे प्रथम पारितोषिक मिळाले. सौ.जोशी यांचा नटवर्य श्री.चित्तरंजन कोल्हटकर यांचे हस्ते सत्कार करून त्यांना करंडक व रोख रु.५००/- देण्यात आले.

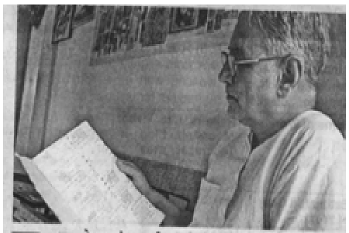
सौ.जोशी वेगवेगळ्या गायन व भजन स्पर्धेमध्ये नेहमी भाग घेत असतात.

असोसिएशनतर्फे त्यांचे हार्दिक अभिनंदन !

– सेक्रेटरी

वेगळे, पण अनमोल दातृत्व

सकाळी नेहमी प्रमाणे दै.सकाळ (पुणे) चा १२ मार्च ०८ चा अंक हातात घेतल्यावर पहिल्याच पानावरील एका बातमीकडे लक्ष वेधले. ''पेन्शनमधून शेतकऱ्यांना मदतीचा हात'' - या शीर्षकाखालील बातमी वाचली. नागपूर येथील आपले एक पेन्शनर बंधू श्री.आनंद पांडुरंग सोवनी (वय वर्षे ६५) यांनी केलेल्या निरपेक्ष समाजसेवेची माहिती वाचली. 'सकाळ' ने लिहिल्याप्रमाणे, शेतकऱ्यांच्या आत्महत्त्यांबद्दल दु:ख करण्यापेक्षा त्यांच्या कुटुंबीयांना केवळ शाब्दिक सहानुभूती दाखवून आणि त्यांची कर्जे माफ करून, त्याचे श्रेय लाटण्यासाठी चाललेल्या राजकीय पक्षांच्या चढाओढींच्या पार्श्वभूमीवर श्री.सोवनी यांचे हिमालयाएवढे मोठे, पण वेगळे कार्य प्रकर्षाने उठून दिसते. ऑगस्ट २००४ पासून दरमहा न चुकता, आपले पेन्शन जमा झाल्यावर त्यातील कांही रक्कम (आत्महत्या केलेल्या) मृत शेतकऱ्याच्या घरी मनीऑर्डरने पाठविणे त्यांनी स्वेच्छेने सुरू केले. आतापर्यंत ११० शेतकऱ्यांच्या कुटुंबीयांना एकूण ४२,०००/- रुपयांची मदत पाहोचवली आहे. सुरूवातीस ते रु.२०१/- पाठवीत होते. नंतर रु.५०१/- पाठवीत असत. आता ही रक्कम वाढवून ती रु.६०१/- केली आहे. होता होईल तेवढी गरजू कुटुंबास मदत करण्याची वृत्ती, तीसुद्धा कुठेही वाच्यता न करता, प्रसिद्धिची हाव न धरता मदत करत रहाणे ही सोपी गोष्ट नाही. दु:खी कुटुंबास या छोट्या रकमेचा फार मोठा आधार मिळण्याची शक्यता नाही, याची पूर्ण जाणीव श्री.सोवनी यांना आहे. पण त्यामागची त्यांची प्रामाणिक भावनाच अनमोल आहे. दु:खी कुटुंबास ह्यामुळे मानसिक आधार मिळतो. या समाजात आपल्याबद्दल सहानुभूतीने विचार करणारे कोणीतरी आहे ही भावना त्यांचे दु:ख कणभर का होईना पण आपण कमी करू शकलो याचे समाधान त्यांना मिळत असणार यात शंकाच नाही. वडिलांच्या पावलावर पाऊल टाकून सोवनी यांचा अमेरिकेत असलेला मुलगा मकरंद तसेच पुण्यात असलेला मयूरेश यांच्याकडून येणारे पैसेही त्यांनी मदतीच्या स्वरूपात आत्महत्याग्रस्त कुटुंबांना पाठविले आहेत ही फार मोठी मोलाची गोष्ट आहे. जर ही बातमी दै. सकाळने छापलीच नसती तर आपल्याला ती कळालीच नसती. बातमीत आणखी एक सकारात्मक गोष्ट सकाळच्या बातमीदाराने दिली आहे. ती म्हणजे, श्री.सोवनी यांनी पाठवलेल्या मनिऑर्डरींपैकी फक्त चार परत आल्या. त्यापैकी एका मनीऑर्डरवरील सर्व माहिती बरोबर होती. पण केवळ नावातील फरकामुळे त्या स्वाभिमानी महिलेने मनिऑर्डर नाकारून मदत परत पाठवली. खरोखर त्या अनामिक स्वाभिमानी भगिनीला त्रिवार वंदन !


नागपूर : मृत शेतकऱ्यांच्या घरी पाठविण्यात आलेल्या 'मनिऑर्डर'च्या व्यवस्थित जपून ठेवलेल्या पावत्या बघताना आनंद सोवनी.

श्री.सोवनी यांनी १९९३ साली स्वेच्छानिवृत्ती घेतली कारण दोनही मुले चांगले शिक्षण घेऊन आपापल्या क्षेत्रात प्रगतीपथावर आहेत. लहानपणापासून संघाचे संस्कार झाल्याने, समाजासाठी आपण कांही देणे लागतो या भावनेने श्री.सोवनी आपल्यापरीने खारीचा वाटा संधी मिळेल तेथे उचलत असतात. आपल्या स्टेट बँक परिवारातीलच या विनम्र, समाजहितैषी वृत्तीच्या सहकारी बंधूस सादर प्रणाम !!

॥ दिव्यत्वाची जेथ प्रचिती, तेथे कर माझे जुळती ॥

(श्री.सोवनी संपर्क मोबाईल-९४२२८०२७५४)

- रा.ना.लळिंगकर, पुणे

O *अभिनंदनीय*

आपले सभासद श्री.सुरेश कीर्तने यांच्या स्नुषा सौ.वर्षा कीर्तने यांना पुणे विद्यापीठाने पी.एच.डी. ही पदवी दिली. ''मराठी संत कवयित्री लोकतत्वीय, लोकबंधात्मक, चिकित्सक अभ्यास'' हा त्यांचा विषय होता.

सौ.वर्षा कीर्तने ह्यांनी विवाहानंतर पदवी, पदविका व विद्यावाचस्पतीपर्यंत शैक्षणिक प्रगती केली.

सौ.वर्षा कीर्तने ह्यांच्या यशाबद्दल असोसिएशन तर्फे हार्दिक अभिनंदन!

- सेक्रेटरी

O *प्रतिक्रिया*

'संवाद' चा जानेवारी २००८ चा अंक मिळाला. त्यात प्रसिद्ध झालेला श्री.साठे यांचा 'गीतेतील अर्जुन' हा विश्लेषणात्मक लेख आमच्या कुटुंबातील मंडळींना आवडला. हा लेख वाचल्यावर तर वाटले, आपण ज्ञानेश्वरीच वाचली. आम्हाला ज्ञानेश्वरीचे चांगले ज्ञान मिळाले.

नवीन वर्षाच्या 'संवाद' ला शुभेच्छा.

मारुती कुंभार, हडपसर (पुणे)

FEDERATION OF STATE BANK OF INDIA PENSIONERS' ASSOCIATIONS

Ref. No. P-61 of 2007-08 Date : 13th February, 2008

Shri. Arun Ramnathan,
Special Secretary (Finance Sector),
Government of India, Ministry of Finance,
Department of Economic Affairs, (Banking Division),
New Delhi

Dear Sir,

State Bank of India
Pension Scheme - Revision
Family Pension Scheme - Modification

We understand, you have just taken over from Shri.Vinod Rai. We wish you success in this new assignment.

2. We are aware that we are encroaching upon your valuable time. In spite of this, please spare a few minutes and read further certain bare and basic issues confronting the Pensioners and Family Pensioners community. In this regard we need your active and even sympathetic consideration for solving our problems. Some of the issues are pending for the last 20 years and affected pensioners who have crossed 75 years of their age. A few problems are as under :-

i) Pension:- As per recommendations of the Bank (i.e. State Bank of India) and as approved by the Government of India in March 1988 and further confirmed by the Supreme Court as stated in their Judgement dated 23-2-1989 the pension was calculated at maximum 50 % of Pensionable pay (last 12 months average) subject to 30 years pensionable service. This formula was applicable to all categories. This calculation was based on salary scales wherein D.A. upto 332 pts. (1960 = 100) was merged. Thereafter four times salary scales were revised by merging DA upto 600 pts. (1987), 1148 pts. (1992), 1684 pts. (1997) and 2288 pts. (2002). However the above principle i.e. 50% of pay as pension was not extended to future retirees, especially to sizeable number of higher grade officers. The worst affected category is the employees who retired during 1-11-1997 and 31-10-2002 (popularly known as 7th Bipartite retirees). Even now their pension is calculated on the basis of pre-revised salary (i.e. 1148 pts. DA merger) though they were drawing salary wherein DA upto 1684 pts. was merged.

ii) Other problems are as under:-

a) Higher Grade retirees during 1-11-1987 and 31-10-1992 are in receipt of pension, even now, at 31% of last drawn pay (earlier retirees receive 50% and subsequent retirees receive 40 %).

b) Retirees between 1-11-1992 and 31-10-1997 (1148 pts. DA merger) were receiving maximum Rs.4,250/- p.m. as pension from Scale II to Dy. Managing Director i.e. 8 scales of basic salary ranging from Rs.8,740 to Rs.14,800.

c) From 1-3-1999 the formula of 40 % of pay minimum Rs.4,250 was introduced ignoring the period from 1-11-1993 to 28-02-1999. Even as per this formula Scale II, III, & IV all are getting Rs.4,250/- p.m. as pension.

d) Retirees between 1-11-1997 and 31-10-2002 : position explained above at Para 2 (i).

e) Retirees after 31-10-2002 to 30-04-2005 (DA merger 2288 pts.) : Pension of the retirees retired during above period was calculated on Pre-Pre-Revisied salary. This means though they were actually in receipt of salary wherein 2288 pts. DA was merged, their pension was calculated on salary wherein DA upto 1148 pts. was merged (ignoring subsequent two revisions wherein DA upto 1684 and 2288 pts. was merged). However from 1-5-2005 their pension is being calculated on their actual salary.

f) 100 % neutralization of D.A. : This formula, though applicable to pensioners retired after 31-10-2002, has not been extended to all earlier retirees.

g) Family Pension :- Though this has been revised, the base adopted for this revision is not correct. Family Pension Scheme in our Bank is based on DA merger upto 332 pts. (salary scales in force prior to 1-11-1987). In other Banks the Scheme was introduced in 1995 based on salary scales wherein DA upto 600 pts. was merged. State Bank of India ignored 268 points (i.e. 600-332) while finalizing the revision in Scheme, causing several anomalies. Therefore only way out is that Family Pension should be at 30 % of pay (Flat Rate), and minimum correspondingly stipulated.

There are some other issues which can be sorted out by you subsequently.

3. Incidentally we wish to add that we had submitted a Memorandum dated 6-7-2006 to the Committee constituted by the Government of India after the strike of April 2006 of Bank's employees. We also requested the Committee Members to allow us to present our case but no response to our letters.

4. Some of the problems mentioned above have been ignored despite clear directions as per Supreme Court Judgements in Civil Appeal No.5048 of 1998 dated 9-10-1998 (V. Kasturi Vs State Bank of India) and Civil Appeal No.1389 of 2006, dated 12-05-2006 (U. Raghavendra Acharya & others Vs. State of Karnataka and others).

5. We represent all the pensioners and family pensioners of the Bank which number is over 65000. We are the only representative body of the pensioners of State Bank of India.

6. In view of the above and the matter being very old we request you to give us a few minutes to enable us to present the case before you.

We look forward for an early action.

Yours faithfully,
Sd/-
President

(We reproduce letters addressed to our Bank in respect of FPP & Bank's Rights Issue for Employees & Retirees)

Federation of State Bank of India Pensioners' Associations

Ref. No. P/57/2007-2008 Date : 31-01-2008

Shri. Ajay Deole
Dy. General Manager (IR)
State Bank of India, Corporate Centre,
Mumbai - 400021

Dear Sir,

Fixed Personal Pay (FPP)

As per our discussions we had with you on 30-01-2008, we have carefully gone through para 7 of the recommendations made by the Bank to the Govt. of India.

You have rightly stated at the end of the paragraph that the "cut off point may be fixed as Rs.21,040/- + PQP + FPP". However one sentence viz. "Therefore it would be in the fitness of things that FPP is also included in the "cut off point" gives a wrong signal. As you are aware that FPP was introduced in the Bank to provide some incentives to the Officers/Executives who could not get further promotions even after reaching the maximum of the particular scale. This being the policy decision, taken by the Bank in the past for good reason the above sentence if implemented could result in withdrawal of the well thought out benefit to the retirees.

In view of the above we are of the opinion that the cut off point should be reckoned as stated by you in the last line of the paragraph seven i.e. Rs.21,040/- + PQP + FPP for calculating the basic pension. Average pensionable pay should be arrived after deducting PQP + FPP paid to the employees. Therefore the calculation of basic pension would be as under :

Rs. 21,040/-	50 %	Rs. 10,520/-
+ 50 % of PQP		Rs.
+ 50 % of FPP		Rs.

Permissible Basic Pension		Rs.

Yours faithfully,
Sd/-
President
(B.G.Dandekar)

****

Federation of State Bank of India Pensioners' Associations

Ref. No. P-69 of 2007-08 Date : 12th March 2008

The Chairman,
State Bank of India
Corporate Centre
Mumbai

Dear Sir,

Employees Stock Option Scheme
Incentive to Officers & Employees

We are happy to note that the Bank is offering shares to employees under the above Scheme. In this connection we wish to add that State Bank has grown in size and stature considerably during the last several decades. For the growth of the Bank not only the existing employees but the former employees have also made a very substantial contribution during their employment in the Bank. We strongly feel that a similar offer should have been made to the retirees of the Bank also since their contributions for the prosperity of the Bank is equally important and it is an occasion for the management to recognize their services as well.

We, therefore, request you to kindly look into the matter and reserve a portion from above "Employees Stock" for allotment to the retirees of the Bank, along with their successors in the Bank.

Yours faithfully,
Sd/-
(B.G.Dandekar)
President

Minutes of the Discussions held at State Bank of India, Corporate Centre, Mumbai on the 25th February 2008 pursuant to the STRIKE Call given by the All India State Bank Officers' Federation & All India State Bank Staff Federation

Pursuant to the joint strike notice dated 4th January 2008, discussions were held between the representatives of Management and both the Federations. The Management representatives appreciated the concerns of the Federations in regard to the demands raised. The Federations were apprised of the tangible steps taken so far by the Management towards resolving the issues as listed in the strike notice.

1. Superannuation benefits in SBI :

Management representatives indicated that there has been fresh appreciation of the facts in the top echlons of GOI. The Management representatives assured that the legitimate aspirations of 7th Bipartite retirees will once again be taken up with GOI alongwith other pension related issues as mentioned in the strike notice and it is expected that the issues will be resolved amicably. A detailed representation will be addressed to GOI within a week.

2. Merger of Associate Banks with SBI :

The Management representatives stated that they are open to the suggestions of the Federations to ensure that various concerns are suitably addressed. The Management representatives also assured that they do not propose to surrender any branch licence or reduce the total number of branches and no retrenchment is envisaged under the merger process.

3. Outsourcing of normal Banking Services :

The Management representatives assured that outsourcing is being done in strict conformity with RBI guidelines. Suggestions, if any, from Federations will be suitably considered.

4. Recruitment of staff, both employees and officers :

The retirement of around 12,000 assistants already made/under process by the Bank, and about 7,500 officers will be recruited/promoted. This is an ongoing process and will be taken up well within time.

5. Restoring compassionate appointment scheme in the Bank :

Although, this is an industry level issue, the Management representatives assured that on receipt of clarifications from IBA, the matter will be examined to ensure that compassionate approach is adopted, abiding by the Government of India/IBA guidelines in this regard.

6. Early settlement of wage revisions :

The Management advised that the mandate has already been given to IBA for wage negotiation on behalf of SBI.

The Federations' representatives appreciated the responses and the steps taken by the Management and in resolving the issues. Both the Federations exhibited positive approach in accommodating the views of the Management in the overall interests of the Bank, which has been appreciated by the Management. The representatives of the Federations appreciated the sincere efforts put in by the Management so far on the 7th Bipartite retirees as well as other Pension issues and in order to strengthen the hands of the Management for taking up these matters once again more forcefully with the GOI, decided **to defer the proposed agitational programme and the strike on 25th & 26th February, 2008 and indefinite strike commencing during the last week of March 2008.**

Signed on behalf of :

The Management	**All India State Bank Officers' Federation**	**All India SBI Staff Federation**
Sd/- (Ms. Bharati Rao) DMD & CDO	Sd/- (Amar Pal) President	Sd/- (V.K.Gupta) President
Sd/- (Y.S.S.Kapadi) CGM (HR)	Sd/- (G.D.Nadaf) General Secretrary	Sd/- (Prakash Gangal) Secretary
Sd/- (Jeevandas Narayan) GM (HR)	Sd/- (T.N.Goel) Vice President	Sd/- (S.A.Kadri) Asstt. Secretary
Sd/- (A.S.Deole) DGM (IR & PM)	Sd/- (V.D.Deshpande) Joint General Secretary	
	Sd/- (G.Muthuswami) Vice President	

Attention VRS Optees (2001)

We are informed that as a result of close follow-up of Shri.Sunil Mone, Chartered Accountant, with the Income-Tax Department, Mumbai, about 40 VRS optees of 2001(from Mumbai) who had claimed relief under Section 89(1) of I.T.Act have since received their refund cheques and the refund amount ranges between Rs.30,000/- to Rs.80,000/-. On enquiries with Income-Tax Dept, it is also learnt that many claims are yet to be settled and are in process. Those VRS Optees of 2001 who have submitted their claims but not received the refund orders under section 89(1) so far, **may contact** Shri.Sunil Mone, C.A., to speed-up the issue, whose contact numbers are : Mobile-**9821237025**; landline **(022)26182747** or **64127085.**

VRS Optees from other places in Maharashtra - Goa **may contact** Shri.Sunil Mone, if they desire, to expedite their claims submitted by them to the respective I.T.Depts in their area. Shri.Mone may be able to guide them to get benefit under section 89(1) of Income-Tax Act.

The names listed below are the VRS optees from Mumbai whose claims are reported to be pending with the Income-tax Dept. This is for information of VRS Optees only. **No enquiries** will be entertained at Association Office which please be noted. **Interested persons may contact Shri.Mone directly on the above mentioned numbers.**

Alphabetical list of VRS Optees (2001) whose claims are reported to be pending

ADVANI JAYA
ADVANI N.R.
ALPHANSO MARG ANN
MAHALAKSHMY A' raman
BAGAYATKAR PRANALI P.
BANDEKAR SEEMA MAHADEO
BAPAT VAISHALI VASANT
BHATIA RESHMA GOKAL
BHATIA MOTI A.
BHATT JITENDRA R.
BHATT HIMANSHU HARENDRA
BHAUWANANI GOVIND D.
BHAVE ARVIND SADASHIV
BHEWAR SHARAD LAXMAN
BHOPATKAR BHIMSEN LAXMAN
BHUKAHANWALA SHILPA S.
BHUKHANWALA SHILPA S.
BIDAYE MOTIRAM D.
BIJLANEY MEENA DILIP
BOBHATE JYOTI JANARDAN
BODHARE SMITA H.
BOKIL JAYAPRAKASH N.
BONDRE JAYESHREE V.
BORKAR SMITA SUBHASH
BUCH KAMALNAYAN S.
CHACHLANI KISHAN G.
CHANDNANI MADHU P.
CHAUBAL MEGHANA SUBHASH
CHAUDHARY SUMITA
CHAULKAR NARAYAN K.
CHAVAN HARISHCHANDRA R.
CHAVAN PRAVIN J.
CHAVAN PRITI DNYANESH
CHITALE PRAKASH S,
CHITNIS AJIT GANESH
CHITRE RUTA AVINASH
CHITRE RUTA AVINASH
CLARA BARRETTO
D'SOUZA MARTIN M.
DALVI SATYENDRA V.
DALVI SHANKAR A.
DALVI SHANKAR A.
DAMLE SANYOGITA S.
DAMLE SROJ PRABHAKAR
DATE ULKA VIJAY
DESAI ANJALI SUKUMAR
DESAI INDRANI P.
DESAI SHANKAR RAMCHANDRA
DESAI SUNITA KASHIRAM
DESAI HEMALATA DILIP
DESHMUKH MANJEETA V.
DESHPANDE SNEHA R.
DHAIRYAWAN ASHA KISHOR
DHANKANI MANJU HEMAN
DHANKANI MANJU HEMAN
DHARWALKAR MEDHA P.
DHAVASE VIJAYA PRAMOD
DHEKNE ARATI ASHOK
DHOND SUNITA P.
DHURANDHAR SARITA DILIP
DIES MARINA DENIAL
DIGHE ANITA A.
DIGHE ASHOK LAXMAN
DIVECHA JANGOO NOSHIR
DORDI DAULAT JIMMY
FERNANDES DELPHINE A.
FERNANDES LOUILS JOSEPH
FERNANDES ROSE RONALLD
GADRE ANIL YASHWANT
GAJWANI HARGUNDAS T.
GAJWANI VASUDEO C.
GANAPATHY MEENALOCHANA
GANDHI NAGINDAS N.
GAWADE DATTARAM SOMA
GAWDE DIGAMBAR S.
GENANI RAMESH M.
GODKAR RINA RAYMOND
GOGATE VASUDHA V.
GOKHALE SUJATA S.
GOPALKRISHNAN V.
GULRAJANI MALA AJIT
GUPTE SHILPA MADHAV
GURAV VISHNU KRISHNA
HALAPELI SADANAND P.

HARWADKAR SADHANA AJIT
HATE ARCHANA A.
HEBBAR SACHIDANAND M.
HELGAONKAR GANPAT G.
ICHHAPORIA GOOLCHER K.
INDIRA KRISHNA
JANI BHARATI JANAK
JATHAM RANJANI SANJEEV
JOG VINAY VIDYADHAR
JOGDEO MADHAVI ARUN
JOLLY RANCHEL
JOSHI ANURADHA MOHAN
JOSHI LALITKUMAR K.
JOSHI MALLELA C.
JOSHI MANISHA RAMESH
JOSHI RAJARAM ANANT
JOSHI SADHANA DILIP
JOSHI SHRIKANT B.
JOSHI SUDHIR V.
KADREKAR REKHA RAMESH
KAIR SONALI S.
KALE KARTIK VISHWAS
KALE KARTIK VISHWAS
KALLIANPUR RAVINDRA B.
KALTE VAIDEHI VAMAN
KAMAT PRABHA ANANT
KAMLESHKAR V.SHANTARAM
KARANDE LATA MADHUKAR
LARANDIKAR SMITA Y.
KAREKAR SANDHYA J.
KARKHANIS MEERA S.
KARKHANIS SHASHANK P.
KARNIK ANJALI ARJUN
KARNIK SUCHETA SUNIL
KASBEKAR ARUNA A.
KASBEKAR ARUNA
KASKHEDGIKAR AJAY P.
KATKORIA KIRIT S.
KELKAR ABHAYKUMAR V.
KELKAR MADHURI M.
KELKAR SHAILA ASHOK
KHANDKAR RAVIUDAY Y.
KHANNA SURINDER M.
KHANVILKAR PRATAPSING R.
KHARE VIJAYA AVINASH
KHARKAR HEMLATA S.
KHUNTE MUKUND LAXMAN
KILLEKAR RAMAKANT D.
KOLHATKAR ALKA ANIL
KOLTE SHANTARAM R.
KORE GAJENDRA GOVIND
KULKARNI AARTI DEEPAK
KULKARNI ANAGHA M.
KULKARNI MANOHAR B.
KULKARNI RAVINDRA S.
KULKARNI SATISH B.
KULKARNI SWATI B.
KULKARNI VEENA VINOD
KULKARNI VIJAY ANANT
KUMAR LATHA
LAD SUDHA GANESH
LAXMIDEVI K.
LONDHE NIVRUTTI D.
LUKADIYA TRIBHOVAN D.
MAHYAVANSHI UTTAMBHAI K.
MAHYAVANSHI NATHUBHAI
MAJGAONKAR ALKA ASHOK
MAKKAR VEENA SUDARSHAN
MAKWANA YASHWANT P.
MALANDKAR YOGINDRA B.
MALANDKAR YOGINDRA B.
MALGAONKAR VILAS S.
MANSUKHANI MAYA
MASTER SHAPUR E.
MATELE ARJUN SHIVRAM
MEHTA HILLA FIROZE
MHATRE MOHAN ANANDRAO
MHATRE REKHA BALCHANDRA
MHATRE SADANAND NARAYAN
MHATRE SHARAD S.
MISTRY FURROKH PHEROZE
MORE SHANKAR BALWANT
MURTHY MEENA S.
NADKARNI ARCHANA P.
NADKARNI MADHAV VITHAL
NADKARNI VEENA ANIL
NAGARKAR SHRUTI SUSHIL
NAGPAL SATISH NAGPAL
NAIK EKNATH GANGARAM
NAIK JAYANT ASHOK
NAIK NEELAM SUDHAKAR
NAIK REKHA RAMESH
NAIK VITHOBA SAKHARAM
NAIK VIJAY YASHWANT
NAKTI KISHOR GOVIND
NAMBOODIRI U.M.N.
NARSULE SUJATA A.
NARVEKAR SHRIKANT R.
NERURKAR PRADEEP S.
NIKALE JAGANNATH C.
NIRHALKAR VASANT B.
OKE SHYAMAL S
PAI SUCHETA M
PAI VIJAYA S.
PANDIT JYOTI PRAKASH
PANDIT MANGESH VISHNU
PANDIT VANDANA G.
PANDIT REKHA SURESH
PANSE NAYAN PRAKASH
PARADKAR SHRIPAD R.
PARANJAPE MANJIRI M.
PARANJAPE VIJAYA M.
PAREKH DHIRAJLAL M.
PAREKH JITENDRA R.
PARVATHI NARAYAN
PATANKAR PRAKASH B.
PATEL MANECH MAHIAR
PATEL MANILALA T.
PATEL MANGESH N.
PATHARE CHITRA C.
PATIL CHAYA DILIP
PATIL MADHUKAR KESHAV
PATKAR ANIL SHRIDHAR
PATNE IBRAHIM HASAN
PATWARDHAN ALKA W.
PAVNI YASMIN BEHRAM
PAWAR KSHAMA JAYAWANT
PAWAR SURESH Y.
PAWAR KSHAMA JAYAVANT
PEDNEKAR SHUBHANGEE P.
PENKAR ANIL RAMRAO
PEREIRA GREGORY I.
PHADKE MUKUND VINAYAK
PHADKE SUCHITRA M.
PHADKE R.D.

PHADNIS SUNIL GOVIND
PHALKE JAYA DEEPAK
PHANSEKAR KRISHNA S.
POKARDAS MARUJA GUL
POOJARI BHASKAR NAGAPPA
PRABHALVALKAR MANDLI M.
PRABHELLA SATYAVATI S.
PRABHU ASHOK RAMCHANDRA
PRABHU ASWANI A.
PRABHUDESAI SUMITRA S.
PRADHAN AMITA DILIP
PRADHAN SHAILAJA Y.
PRADHAN VIJAY JAGANNATH
PRASAD RAJIV
PUDIPEDDI SAKUNTALA
PURANDARE ANITA ANIL
RAIYA BHAGWANDAS L.
RAJAGOPALAN LEELA
RMASWAMI ANATHAVALLI
RAMASWAMY RAJESHWARI
RAMCHANDANI HARISH
RAMNAKHIANI UTTAM K.
RAMNATHAN LALITHA D.
RANDIYA VONOD ANANT
RANE CHANDRAKANT KRISHNA
RANE PRAVEEN D.
RANE VAISHALI BALKRISHNA
RANE JYOTSNA JAGDEESH
RANE LEENA PRABHAKAR
RANGANEKAR NILIMA D.
RANJIT SHASHANK SHRIKANT
RAO SUKANYA SHASHIKANT
RAO SUPRABHA SUDHIR
RATHOD AMRUTLAL N.
REDKAR ANURADHA VINOD
REDKAR ARJUN NARAYAN
REDKAR ARJUN NARAYAN
REGO ALOYSIUS P.
REKAR ARJUN NARAYAN
REUBEN LILY MOSES
ROBNIS PAILY ARACKAKUOY
RODRIGUES IVY THEREIA
ROY SHEELA
SABNIS DEVKI V.
SABNIS SANDHYA S.
SABNIS SANDHYA S.
SALAGRE RAMCHANDRA M.
SALAGRE RAMCHANDRA M.
SALHOYTA S.V.
SANGHANI VASANTLAL K.
SANGHVI RANJANA VIJAY
SAPRE SHEETAL SANTOSH
SARAF VAIJAYANTI S.
SATVILKAR SAKHARAM M.
SAVE CHARULATA VASUDEO
SAWAIKAR SHANKAR N.
SAWANT LEENA RAMAKANT
SAWANT MANOHAR K.
SAWANT SURYAKANT L.
SAWANT JANARDHAN SHIVRAM
SAWANT SHANKAR NARAYAN
SHAH VINA JAGAT
SHAH CHANDRAKANT C.
SHAIKH ABDUL KADER
SHANBHAG MEENA
SHANBHOGUE GANAPATHY
SHARMA PRATIMA C.
SHELAR DASHRATH S.
SHETYE SMITA PRAMOD
SHINDE SUDHA SADANAND
SHINDE MADHAVI R.
SHROFF FRENY RUSI
SOHONI SUMITRA ASHOK
SUBRAMANIAM SHYAMALA
SULE REKHA AJAY
SUNDARAM LALITA MEENAKSHI
SUNDER VIJAYA
TAGGI SATPAL
TAKLE PRAFULLATA RATISH
TAMMANE MILIND VASANT
TAURO RITA FRANCIS
THAKUR SHAILA VIKAS
THATTE SMITA MADHAV
TIPNIS ANJALI ARVIND
UDANI KISHOR NAGARDAS
VADHEL LAXMAN LALJI
VAGAL ASHOKKUMAR B.
VAISHAMPAYAN SHUBHADA
VARMA AMBRUTA SUDHIR
VARTAK SUNITA M.
VARTAK MUKUND R.
VAST DINESH KASHIRAM
VASUDEVAN HEMALATA
VED LALITA CHHOTALAL
VEKHAL MANGAIL VIJAY
VENKATESHWARAN UMA
VESUWALA HANSA NAVIN
VIDYANATHAN SURGANARAYAN
VISHWASRAO JAYPRAKASH B.
WADIA MAHROOKH N.
YASHODAVA RAMARAO P.

PENSIONER

P	**PERSON**	**PERSON**
E	**EARNING**	**EXPECTING**
N	**NICELY**	**NICENESS**
S	**SAVING**	**SHOWING**
I	**INTELLIGENTLY**	**INTEREST**
O	**OBSERVING**	**OFTEN**
N	**NET**	**NARRATING**
E	**EXPECTATIONS**	**EXPERIENCE**
R	**REGULARLY.**	**ROYALLY.**

सूचक - प्र. गो. काणेकर

*** मुन्नाभाईचा सवाल !**

ए मामू, अगर बिना दातों का कुत्ता काटे तो क्या करना चाहिए? मुन्नाभाईने डॉक्टर अस्थानाला विचारले.

'सिंपल' त्यांच्याच तालमीत तयार झालेल्या अस्थानाने उत्तर दिले 'बिनासुई का इंजेक्शन लेना चाहिए !'

*** खरं वय ?**

शिक्षक : हे आहे २००८ साल. १९५४ साली जन्मलेल्या माणसाचं आज किती वय असेल ?

बंडू : स्त्री का पुरुष ?

- पी.के.देवधर, पुणे

Developing Immune System

Some people catch disease easily but some others are not affected. This is because their immunity is well developed.

Dr. John E. Sarno, a professor of Clinical Rehabilitation Medicine at the New York University School of Medicine and attending physician at the Howard A.Rusk Institute of Rehabilitation Medicine at New York University Medical Centre, has established that in over 90% cases of back pain or head ache or muscular pain, the cause of the problem is psychosamatic. Many patients got rid of back pain simply by reading either of his books 'Mind over Back Pain' or 'Healing Back Pain' – The Mind-Body connection.

In good faith the idea that pain means injury or damage has been fostered by the medical profession and other healers according to John Sarno. The majority of these pain syndromes are result of a condition in the muscles, nerves, tendons and ligaments brought on by tension. These common pain syndromes are the result of a physiologic alteration in certain muscles, nerves, tendons and ligaments which is called as the Tension Myositis Syndrome (TMS). Myo stands for muscles. Hence the syndrome in which tension in the mind is transferred to muscles is called as TMS. The physical disorder manifests as a defense against repressed emotions. The purpose of the physical symptomology is to distract attention and to avoid feelings. But, mostly these are the decisions of the subconscious mind and not the one consciously made. The patients are able to stop the process simply by learning about it. This is the reason why many people got rid of the pain simply by reading Sarno's book. But, the cure comes when the knowledge is acquired by the logical reasoning and knowing the case histories.

In his book 'Healing Back Pain' – The Mind-Body connection, John Sarno states that "mutual and emotional states can impinge upon and alter, for good or ill, any of the body's organs and systems………Most of what the brain does (all subconsciously) is a complete mystery to us. Why, then, are we disturbed because we can't explain how mental and emotional phenomena can do things to brain and body?…..Let me emphasise that in my view mind can influence any physical process".

Mind Controls Immune System

The book has given illustration of serious disorders caused by emotions. How mind can effect the immune system has been explained by John Sarno. "The immune system is a marvel of complexity and efficiency. It is designed to protect us from foreign invaders of all kinds, the most important of which are infectious agents, and from dangerous enemies that are generated within, like cancer. It is composed of a variety of defense strategies; it can generate chemicals to kill invaders; it can mobilize armies of cells to swallow them up; and it has an elaborate system whereby it can recognize thousands of substances that are foreign to our bodies and then neutralize them.

The book contains how mind and consequently immune system affects cancer, infectious diseases, allergies, gastrointestinal system, headache, skin-ache and warts etc. However, an example of a role of psychological and social factors in the cause and cure of cancer is quite interesting.

Miracle Cancer Cure

Kenneth Pelletier, a member of the faculty of the School of Medicine, University of California, at that time, was interested in – "miracle cancer cure" that had occurred in seven persons in the San Francisco area. "He found, in fact, that all seven people became more outgoing, more community oriented, interested in things outside of themselves; they all tried to change their lives so that there

was more time for pleasurable activities; all seven became religious, in different ways, but all looked to something bigger than themselves; each spent a period of time each day meditating, sitting quietly and contemplating or praying; they all started physical exercise programme and they all changed their diets to include less red meat and more vegetables. It certainly looks as though social and emotional factors played a role in these miracle cures".

Mostly Pain is Psychosomatic

The book has many illustrations of wrong diagnosis, wrong treatment, sometimes relief due to placebo effect which is temporary instead of correct identification of TMS problem. A young basket ball player in his twenties had some mild back pain while he was brushing teeth. Hence he went to a specialist. X-ray showed a malalignment of lower end of the spine. This resulted into turning mild symptoms getting worse. Therefore, a CT scan was done that showed a herniated disc. He was devastated. Thanks to the structural imbalance diagnosis, he was profoundly depressed. It was, however, a TMS case and John Sarno's treatment gave him back normal life including playing basket ball. This illustrates the effect of mind which caused mild problem turning into a grave problem and ultimately getting resolved when the cause of TMS was identified.

"It is perfectly acceptable to have a physical problem in our culture, but people tend to shy away from anything that has to do with the emotions. It is one more reason why mind will choose a physical rather than an emotional manifestation when confronted with unpleasant emotional phenomena". This is because "there are important components of our personality that we are unaware of, that are in the unconscious (i.e. subconscious mind), that may have a profound effect on our lives. It is subconscious mind which drives persons to respond in a manner they do and they are unaware of this response.

Many patients have written to Dr. John Sarno of the relief and cure they got by reading his book. Some of them read it many times to internalize the TMS concept and to get rid of their back pain. Some letters have been reproduced in part or full in the last chapter of the book.

One of the letters is from a clinical psychologist who had active athletic life style. His pain was diagnosed as a herniated L-5 disc with sciatic nerve pain. CT scan findings and chemical symptoms resulted into this diagnose by two well-respected orthopedists. He was ordered to remain in bed for several weeks. As his incapacitation dragged on, he was worried about need of a surgery the outcome of which was uncertain. The book offered to him an alternate scientifically plausible explanation of the cause of the problem. The expert diagnosis was incorrect. On the advice of a friend who had also been cured by the book, this patient also read the book. Since he was convinced that the problem was TMS and not structural abnormality, he increased his activity against the orthopedists' medical advice. Within two weeks, he had his life back as stated in the letter. He wrote "that his letter can be of use to others who are suffering from what for me was an iatrogenic disorder caused by my orthopedists' misunderstanding of what began as a harmless somatization problem……"

Subconscious Mind

We have only one mind but it has double nature or two functions – conscious mind and subconscious mind. If conscious mind sows thought of peace, happiness, right action, goodwill and prosperity and when the thoughts deposited in subconscious mind are constructively harmonious and peaceful, the magic working power of your subconscious will respond.

Dr. Joseph Murphy says in his book 'The Power of Your Subconscious Mind', that once you learn the truth about the interaction of conscious and subconscious minds, you will be able to transform your whole life. "To remove discord, confusion, lack and limitation from your life, you must remove the cause. That cause is the way you use your conscious mind, the thoughts and images you encourage

in it. Change the cause and you change the effect.

He further states that subconscious mind is all wise. It knows the answer to all questions. However, it does not know it knows. It does not argue or talk with you. When you set up obstacles, delays in your conscious mind, you are denying wisdom and intelligence resident in it. Joseph Murphy recommends the following affirmation several times a day to realize desires:-

"The infinite intelligence that gave me this desire lends, guides, and reveals to me the perfect plan for the unfolding of my desire……………".

Paramahansa Yogananda's booklet 'Metaphysical Meditations' contains universal prayers, affirmations and visualizations. The affirmations can be used after prayers, meditation, while going to sleep and on waking up to sow seeds in the subconscious mind for deriving benefits of the power of the subconscious mind. Two illustrative affirmations are given below:-

i) O Eternal Energy, awaken in me conscious will, conscious vitality, conscious health and conscious realization.

ii) There is hidden strength within me to overcome all obstacles and temptations. I will bring forth indomitable power and energy

Joseph Murphy has stated in his book, the cases of healing of a malignancy of skin and restoration of optic nerves by the power of subconscious mind. He has also narrated cases of prayer healings. In one case his own sister in the UK was healed by his prayers in the US. How scientists used the subconscious mind has been illustrated by naming the scientists and their inventions. It is interesting to know that the power of subconscious mind can achieve material benefits, happiness and success. The spiritual principle that a man is the maker of his own destiny is amply illustrated by establishing what the power of subconscious mind has done.

Conclusion

The mind power is incredible in developing immune system. But, for majority of people there is scope to improve the power of subconscious mind. How we perceive things and what are our responses is very important. Developing healthy mind enables us to see people and respond to situations differently. We have no control over the behaviour of others. But, we have a choice of giving response which when appropriate saves us from many undesirable situations.

Positive thinking free from envy, jealousy and anger and developing subconscious mind by sowing good seeds through right affirmations will result into healthy, happy and prosperous life.

- S.V. Naik, Mumbai-69
Tel.No: (22) 28360249
Mobile: 9821127616

मै हूं ना !

पेशंट - या दुखण्याने मी अगदी हैराण झालोय डॉक्टर ! कधी कधी वाटतं आत्महत्या करावी.

डॉक्टर- आता तुम्ही माझ्याकडे आला आहात ना ? ते सगळं आता माझ्यावर सोपवा. मै हूं ना !'

- पी.के.देवधर, पुणे

अनुभव

नोकर - बाई पुढल्या एक तारखेपासून मी आपलं काम सोडणारय. मला वेड्यांच्या इस्पितळात मोठ्या पगाराची नोकरी मिळालीय.

बाई - अरे, पण तिथल्या कामाचा तुला काय अनुभव आहे ?

नोकर - व्वा बाई असं कसं ? तुमच्याकडे चांगली सहा वर्षे नोकरी केली की मी !

- पी.के.देवधर,

मी पाहिलेला चीन

(सेवानिवृत्त झाल्यावर वेळ कसा घालवावा याची भ्रांत अनेक सभासदांना सदैव पडते. बोटावर मोजण्या इतक्याच व्यक्ती कोणत्यातरी सामाजिक धार्मिक कार्यात अथवा छंदामध्ये स्वत:ला गुंतवून घेतात. आपले एक ज्येष्ठ सभासद श्री.मेघ:श्याम सदाशिव साठे हे असेच एक असामान्य व्यक्तिमत्त्व आहे. सेवानिवृत्त झाल्यापासून ते आपल्या सर्व वार्षिक सर्वसाधारण सभांना हजेरी लावतच असतात.

श्री.साठे ह्यांनी वयाच्या ८७ व्या वर्षी चीनचा तीन आठवड्याचा प्रवास एकट्यानेच केला. हे चीनच्या भिंतीइतकेच आश्चर्यकारक आहे. श्री साठे यांचा हा आगळावेगळा पर्यटनाचा धाडसी छंद वा उपक्रम विशेष अभिनंदनीय आहे. प्रवासातील त्यांची विविध निरीक्षणे अभ्यासपूर्ण आहेत. त्यांचे संक्षिप्त दर्शन - संपादक)

चीनने आर्थिक, औद्योगिक व सामाजिक क्षेत्रात जी लक्षणीय प्रगती केली ती अभ्यासू दृष्टीने पाहण्याचा माझ्या प्रवासाचा मुख्य उद्देश होता. प्रेक्षणीय स्थळे सर्वच लोक बघतात. पण त्याही पलिकडे दृष्टिक्षेप टाकणे महत्त्वाचे असते. प्रथम मी चीनचे नकाशे, अनेक पुस्तके वाचून चीनचा व्हिसा मिळवला. चीनमधील बारा मुख्य गावे पाहिली. प्रेक्षणीय स्थळे न पाहता तेथील सर्व पुरुषांची वेशभूषा, शेती व्यवसाय, नियमबद्ध वाहतूक, चीनमधील शाकाहारी भोजन, भाषा, संस्कृती, लिपी याचा आनंद लुटला. चीनमधील वेशभूषा पाश्चात्य पद्धतीसारखीच आहे. शेतकरी बदके, मेंढ्या ह्यांचा जोडधंदा करतात. सामान्य लोक पाईप, तंबाखू, सिगारेट, दारु पितानाही आढळले. चीनमधील वाहने जपान जर्मनीतून आयात होत असून विजेवर चालणाऱ्या मोपेड आहेत. सर्व वाहतूक नियमबद्ध असते. तेथील लोकांचे शाकाहारी भोजनाचे पदार्थ बहुतेक भारतातील पदार्थांसारखेच आहेत. चहा, कॉफी मात्र गोल सिलेंडरमध्ये उकळते पाणी घालून चहा, कॉफीची भुकटी घालतात व ते पेय घोट घोट पितात. सर्व भाज्या, दूध सर्वत्र मिळते परंतु भारतापेक्षा महाग आहेत. स्त्रिया घरात बाहेर सर्व प्रकारची कामे करतात. हॉटेल दुकानातून पन्नास टक्के स्त्रियाच काम करताना दिसतात. रेल्वे स्टेशन स्वच्छ व एकूण वाहतूक शिस्तबद्ध आहे.

सर्वत्र चिनी भाषाच बोलली जाते. इंग्रजी भाषा तशी कमीच आहे. चिनी लिपी, चित्र लिपी प्रमाणे आहे. चित्र वरुन खाली किंवा उजवीकडून डावीकडे लिहतात. मुस्लिम वस्तीत मशिदी दिसल्या नाहीत. बुद्ध मंदिरे खूप ठिकाणी आहेत. येथे बऱ्याच वंशाचे लोक दिसतात. फक्त दहात दोन नकटे, गोरे, पीतवर्णीय दिसले. बाकी सर्व भारतीयांसारखे सावळे आहेत.

एकूण चीन भव्य दिव्य आहे. सर्वत्र शिस्त आहे. चीनच्या प्रगतीकडे पाहताना भारत किमान पंचवीस वर्षे मागे आहे.

- मेघ:श्याम सदाशिव साठे

स्वरयात्रा

आज स्मृतींची स्वरयात्रा ही कंठातून निघाली
पुकारीत ते क्षण हर्षाचे सनई निनादली ।।धृ.।।
सजली गात्रे सजले मन हे विचार माझे सजले
तृप्तीच्या हुंकारानी हे चैतन्य जगी भरले
उन्मादाची आतषबाजी बघून दृष्टी निवली.....
आर्त स्वरांतील छोट्या ठिणग्या दु:खाच्या विझल्या
सोहळ्यात या आनंदाच्या सहभागी झाल्या
त्या क्षणताऱ्यांची ही माला स्वरांस अर्पियली....
व्याकुळले मन फुलविताना सर्व रागिण्या राग
निद्रिस्त अशा सर्व स्मृतींना आज येतसे जाग
पंचमात हर्षाच्या विरही आसावरी गुंतली....

- सौ.उज्ज्वल र. ब्रम्हांडकर
हिंदु कॉलनी, दादर- मुंबई १४.

मध्यमवर्गीयांसाठी डिलक्स, इकॉनॉमी सहली

राजगुरु टुर्स
जिव्हाळा जपणारी माणसं

काश्मिर-वैष्णोदेवी (AC Bus)	13,475/-
डलहौसी-धर्मशाला-अमृतसर	9,975/-
सिमला-मनाली-चंदीगड (AC Bus)	10,775/-
नैनीताल-कौसानी-कार्बेट	9,975/-
लेह लडाख	12,975/-
भूतान-पारो-थिंपू	10,775/-
दार्जिलींग-सिक्कीम-कॅलींम्पॉग	11,475/-
नेपाळ-पोखरा-काटमांडू	9,975/-
मॉरीशस	45,975/-
बॅंकॉक-सिंगापूर-मलेशिया	55,975/-

स्टेट बॅंक पेन्शनर्ससाठी विशेष सवलत
काश्मिर ते कन्याकुमारी बजेट हॉटेल बुकींग

संपर्क : राजन पाडलोसकर - 9322231216
मुंबई : 022 - 2431 8082 / 2438 1026
पुणे : 98229 49289

○ कर्दळीवन - एक अविस्मरणीय आध्यात्मिक क्षेत्र

कर्दळीवन हे नरसिंह सरस्वती यांचे एक अक्षय निवास स्थान असून तिथे महाराजांची एक नैसर्गिक गुहा आहे. ह्यात साधारण १००० साधक बसू शकतात. नरसिंह सरस्वती हे दत्तात्रेयाच्या अवतारांपैकी एक आहेत.

'कर्दळी' ह्या कानडी शब्दाचा अर्थ दलदल असून हे एक निर्जन वन आहे. सात डोंगर चढणे व उतरणे, पायऱ्या पायवाटाही नाहीत, वाटेत घनदाट जंगल. येथे हिंस्र श्वापदाशिवाय मनुष्यवस्ती नाही. तीन दिवस पायी प्रवास, मुक्कामात चहा, पाणी, जेवण मिळणार नाही, तर आजारी पडल्यास डॉक्टर कोठून असणार ?

प्रवास अत्यंत खडतर असून केवळ गुरु महाराजांची कृपा म्हणूनच आमच्या ४० गुरुबंधूंनी हे आध्यात्मिक ठिकाण पाहण्याचे निश्चित केले. दत्रात्रेयाचा श्रीपाद श्रीवल्लभ हा पहिला अवतार असून दुसरा अवतार नरसिंह सरस्वती महाराज ह्यांचा आहे. ह्या श्रीपाद श्रीवल्लभ ह्यांचे चरित्र त्यांच्या ३३ व्या पिढीने तेलगूत प्रसिद्ध केले असून त्यांचे भाषांतर भाऊ महाराज निटुरकर ह्यांनी नुकतेच प्रसिद्ध केलेले आहे. हा प्रवास त्यांनी मागे दोन वेळा केला होता. हे भाऊ महाराज निटुरकर आमच्या बरोबर होते. त्यांच्यामुळे सर्व प्रवास व्यवस्थित झाला.

आम्ही सर्व गुरुबंधु २४ फेब्रु. २००८ रोजी मुंबई-हैद्राबाद एक्सप्रेसने निघून हैद्राबादला सकाळी ६ वाजता पोहोचलो. त्यानंतर बसने श्रीशैल्य मल्लीकार्जुन येथे प्रयाण केले. श्रीशैल्य मल्लीकार्जुन हे बारा ज्योतिर्लिंगांपैकी एक आहे. येथे दर्शन घेतल्यावर कर्दळी वनाकडे जाण्यास निघालो. श्रीशैल्य पर्वतावरुन कृष्णा नदीकडे जाण्यासाठी रोप-वे आहे. दुर्दैवाने तो बंद असल्याने आम्हाला ६०० पायऱ्या उतराव्या लागल्या. ह्यानंतर कृष्णानदीतून आमचा नौकानयन प्रवास सुरू झाला. आजूबाजूचे सृष्टिसौंदर्य न्याहाळत आम्ही व्यंकटेश पर्वतापाशी पोहोचलो. विश्रांती घेवून व्यंकटेश पर्वत चढण्यास सुरूवात केली. डोंगरामागून डोंगर चढणे व उतरणे सुरू होते. मधूनच गुडघे बोलायचे, पण त्यांना चूप करून पुन्हा पुढचा डोंगर चढण्यास सुरूवात करायची. डोंगर चढण्यासाठी पायवाटसुद्धा नाही. हे सर्व सात डोंगर चढत उतरत आम्ही श्री.नरसिंह सरस्वती ह्यांच्या सुंदर नैसर्गिक गुहेपाशी आलो. गुरुमहाराजांच्या कृपने कोठेही हिंस्र श्वापदे दिसली नाही. वाघ, हत्ती, अस्वले व इतर रानटी जनावरे आहेत असे कळले होते. महाराजांची गुहा मोठी असून आत नरसिंह सरस्वतींची अप्रतिम मूर्ती आहे. दर्शनाने इच्छापूर्तीचे सार्थक झाले. महाराजांच्या गुहेपाशी थंडगार पाणी प्याल्यावर सर्व शीण नाहीसा झाला. एरवी १००-२०० पायऱ्या चढल्यावर माझी दमछाक होते. हे सात डोंगर चढणे व उतरणे हा माझ्या दृष्टीने एक चमत्कारच होता. परंतु तुमची आंतरिक तळमळ असेल तर गुरुमहाराज तुम्हाला तारून नेतात ह्याचा प्रत्यय आला. आमच्या बरोबर २२ ते ८१ वर्षापर्यंत वयाचे साधकांनी हाच अनुभव घेतला. या गुहेत एक साधू गेली दोन वर्षापासून तपश्चर्या करीत आहे. तो तेथील सुवर्णपुष्पे खाऊन राहतो. त्या पुष्पाने सात दिवस भूक लागत नाही.

रात्रीचा मुक्काम आटोपल्यावर दुसऱ्या दिवशी अक्कलकोट स्वामी महाराजांनी जेथे तपश्चर्या केली त्या गुहेपाशी जाण्यास निघालो. गुहेत राहणारा एक साधू फेरफटका मारून परत येत होता. आमचे मार्गदर्शक गुरु निटुरकर महाराज ह्यांचे त्यांच्याशी तेलगूत बोलणे झाले. त्याने सांगितले की, इतक्या लांब एवढ्या वयस्कर लोकांना नेऊ नका, कारण वाटेत रानटी कुत्री, रानडुक्करे, वाघाचा धुमाकुळ चाललेला आहे. माणसाएवढ्या उंचीची सापांची वारुळे आहेत. अशा अवस्थेत एवढ्या वयस्कर लोकांना काही बाका प्रसंग आल्यास परिस्थिती बिकट होईल. तेव्हा तुम्ही सर्व पुढे जाऊ नका. परंतु मार्गदर्शक गुरू खंबीर असल्याने आम्ही नरसिंह सरस्वतींची प्रार्थना करून पुढील प्रवासास सुरूवात केली. हा तर प्रवास आणखी खडतर होता. एकतर घनदाट जंगल व दुसरे त्या साधूने घातलेली भिती. पण देव तारी त्याला कोण मारी ! पाच तासाच्या पायी प्रवासानंतर आम्ही स्वामींच्या गुहेपाशी आलो. गुहेत अक्कलकोट महाराजांची सुंदर मूर्ती आहे. ध्यान व दर्शनाने मनाला अत्यंत आनंद वाटला. तेथील सहस्त्रधारा पाहिल्यावर सर्वांना आंघोळीचा मोह आवरता आला नाही. परत परतीचा ५ तासांचा प्रवास सुरू झाला. संध्याकाळी नरसिंह सरस्वती महाराजांच्या गुहेपाशी पोहचलो. रात्रभर गुहेतच मुक्काम केला. दुसऱ्या दिवशी नरसिंह सरस्वती स्वामींचा निरोप घेऊन परतीचा प्रवास सुरू केला. पुन्हा सात डोंगर पार केले. नावेने श्रीशैल्य पर्वताकडे येताना मधे अक्कम्मा देवीचा डोंगर लागतो. तो डोंगर चढून देवीचे दर्शन घेतले व नावेने श्रीशैल्यापाशी आलो. आनंदाची बातमी म्हणजे रोप-वे चालू होता. आता ६०० पायऱ्या चढाव्या लागणार नव्हत्या. महाराजांनी केलेल्या साक्षात्काराचा पुन्हा प्रत्यय आला.

ह्या आध्यात्मिक सहलीवरून एकच गोष्ट कळते की, माणूस कितीही अपंग असला तरी प्रबळ इच्छाशक्ती, श्रद्धा आणि विश्वास असला की, सद्गुरू भक्ताची इच्छा पूर्ण करतात.

- **सुरेश डोंगरे**, पुणे. फोन : २४४७८५४९

चमत्कार

मेनकाबाईंनी वर्तमानपत्रांतील ती जाहिरात पुन्हा वाचली. 'चमत्कार ! चमत्कार !! आजच मागवा. तुम्ही साऱ्यांना पाहू शकाल. पण तुम्हाला कोणी पाहू शकणार नाही. किंमत रू. १००/- फक्त. पत्ता.... '

मेनकाबाईंनी ताबडतोब पैसे पाठविले. आठ दिवसांनी एक आकर्षक पार्सल त्यांच्या नावे आले. उत्सुकतेने त्यांनी ते पार्सल फोडलं. आत होता एक काळा बुरखा !

- पी.के.देवधर, पुणे

० अभिनंदनीय

२६ जानेवारी २००८ या भारतीय प्रजासत्ताकाच्या ५८ व्या दिना निमित्त सोलापूर युनिटच्या काही जणांनी आधीच ठरविल्यामुळे उस्मानाबाद जिल्ह्यातील तुळजापूर पासून १५-१६ किलोमीटर अंतरावरील यमगरवाडी या छोट्याशा गावी भेट दिली. किल्लारीच्या विनाशकारी भूकंपानंतर निराधार झालेल्या, विशेष करून भटक्या विमुक्त आणि ज्यांच्या माथी पिढ्यान्‌पिढ्या ''गुन्हेगारी जमात'' म्हणून शिक्कामोर्तब झाले आहे अशा पारधी समाजातील लहान मुलांचा सांभाळ करणाऱ्या एका संस्थेमुळे ही 'यमगरवाडी' प्रकाशात आलेली आहे.

स्वातंत्र्याच्या ५८-६० वर्षानंतरही प्रौढ अन् पोक्त झालेल्या लोकशाहीत अजूनही उपेक्षा अन् वंचनाच ज्यांच्या जीवनाचा अविभाज्य भाग झाला आहे आणि देश प्रगतीची आकाशभरारी घेत असतानाही ज्यांची कायम अधोगतीच चालू आहे; अशा गुन्हेगारी जमातीच्या व भटक्या विमुक्तांच्या बालकांचे सर्वांगीण पालन पोषण करण्याची कल्पना किती उदात्त आणि मानवतेची मूल्ये वृद्धिंगत करणारी आहे हे समजण्यासाठी माणसाचे मन संवदेनशील व करुणेने भरलेले असायला हवे.

''रोजचाच दिवस आमच्या दारात वारंट घेऊन उभा असतो । काळ असा की, जगण्यासाठी घेतलेल्या चार श्वासांचाहि टॅक्स मागतो । सुखांनी कधी हात पाठीवर ठेवून विचारली नाही खुशाली। आम्ही वाहतो रोज खांद्यावरून वेदनांच्या परवाली ।।''

गुन्हेगारी पार्श्वभूमी, असुरक्षितता, पोलिसी अत्याचार, समाजाने केलेली उपेक्षा व वंचना यामुळे जिथे पालकांचाच विकास खुंटला तिथे त्यांच्याच अनाथ बालकांचा वाली कुठला ? यामुळेच यमगरवाडीला माणुसकीचा गहिवर दाटला आणि त्यांच्या विकासाचा ध्यास घेऊन यमगरवाडीने चिमुकल्यांचा छोटासाच संसार थाटला.

त्यांच्या या प्रयत्नांना यश येवो ही सदिच्छा ठेवून स्टेट बँकेच्या पेन्शनर्स असोसिएशनच्या सोलापूर युनिटने त्या संस्थेला मदतीसाठी छोटासाच हात दिला. एक मोठे स्टीलचे कपाट, १०० कंपास बॉक्स, १०० ड्रॉईंग वह्या इत्यादी साहित्य भेट दिले.

ह्यावेळी आपल्यातील काही पेन्शनर मंडळींनी संस्थेच्या कार्याने प्रभावित होऊन रोख रकमांच्या देणग्या दिल्या. उपस्थित बालकांनी अतिशय आनंदाने नृत्य, गायन, नाट्याविष्कार इ. कलागुण सादर केले. दिवाळी व उन्हाळ्याच्या सुट्टीत या बालकांना प्रोत्साहित करण्यासाठी पुण्यातील अनेक स्वयंसेवक तसेच संघटना या मुलांना आपापल्या घरी नेऊन स्वत:बरोबर दिवाळी सणाचा आनंद मिळावा म्हणून प्रयत्न करतात. संस्थेच्या भरभराटीसाठी व तेथील बालकांच्या सर्वांगीण प्रगतीसाठी सदिच्छा देऊन ही भेट कृतार्थ झाल्याचा आनंद घेत आम्ही कार्यकर्ते परत फिरलो. सोलापूर युनिटच्या पुढील उपक्रमास असोसिएशन तर्फे हार्दिक शुभेच्छा.

- सेक्रेटरी

मराठी नववर्षाच्या हार्दिक शुभेच्छा.

अंबाजोगाई दर्शन यात्रा

दर महिन्यात दुसरा व चौथा शुक्रवार/शनिवार/रविवार
सोबत.माहुरगड, लोणार सरोवर, औंढानागनाथ,अंबाजोगाई,परळी वैजनाथ
सहल खर्च रु.५१५०/-३ ए.सी व दुसरा वर्ग रु.४३५०/-
गुरुवार रात्री (8.05pm.cst) लातूर एक्सप्रेसने निघणार.

****

▶ फक्त **रेणुकामाता दर्शन** माहुरगड
गुरुवार रात्री निघुन शुक्रवारी दर्शन शनिवारी सकाळी परत.
सहल खर्च रुपये.२७५०/-३ ए.सी व दुसरा वर्ग रु.१८५०/-

****

अंबाजोगाई दर्शन यात्रेच्या यशानंतर
नववर्षी आपल्यासाठी नवीन यात्रा.

कारवार कोस्टल कर्नाटक

सोबत पंचक्षेत्र दर्शन.
धारेश्वर,गुणवंतेश्वर,शेजेश्वर, मुरडेश्वर,आणि गोकर्ण-महाबळेश्वर
दि.१४ ते १७ जुलै . सहल खर्च रुपये.४८००/-
▶ ज्येष्ठ नागरिकांस सहल खर्चात 10% सवलत. ◀
(कोकणरेल्वेने प्रवास) यामध्ये रेल्व प्रवास, सुमो प्रवास
,चहा,नाष्टा,जेवण आणि हॉटेल वास्तव्य इत्यादी खर्च समाविष्ट आहे
नोंदणी व अधिक माहिती करीता संपर्क
आयोजक: राजेश रानडे.

अनोळखी जगाची ओळख
TOURWAYS
Tel : 92232 73496 , 93240 70687
C-305 Palm Acres , M.Phule Road.Mulund (east) Mumbai 400081
www. ambajogai.com

पूज्य साने गुरुजींची कर्मभूमी - अमळनेर

खान्देशातील एक महत्त्वाचे गाव म्हणजे अमळनेर. पेशवाईच्या शेवटास अमळनेरवर मालेगावकर राजेबहाद्दर यांची सत्ता होती. शिवाजी महाराजांनी सुरत दोनदा लुटली तेव्हा ते धरणगांव-अमळनेर-बेटावद मार्गे गेल्याचा उल्लेख आढळतो. थोरल्या बाजीरावाच्या फौजाही तापीकाठावरुन या गावातून पुढे सरकल्या. येथे एक किल्लाही होता, त्याचे काही अवशेष आता शिल्लक आहेत. उत्तरेचा दगडी दरवाजा व दोन बुरूज चांगल्या अवस्थेत आहेत. गाव बोरी नदीच्या काठावर आहे.

देशाच्या स्वातंत्र्य चळवळीत अमळनेरचे नाव अग्रभागी होते. लो.टिळकांनी होमरुल-लिगसाठी भारतभर प्रवास केला. नोव्हें.१९१६ मध्ये त्यांनी अमळनेरला भेट दिली व येथे स्वराज्य संघाची स्थापना केली. १९३२ च्या लढ्यातही अमळनेर मागे राहिले नव्हते. १९४२ च्या लढ्यात अमळनेरात गोळीबार झाला होता. अमळनेर तेव्हा अत्यंत संवेदनशील गाव समजले जात असे. २७ ऑगस्टच्या गोळीबारात अमळनेरात ९ जण हुतात्मे झाले. अमळनेरचे विद्यार्थीही स्वातंत्र्य चळवळीत मागे नव्हते त्यामागे प्रेरणा होती पूज्य साने गुरुजी यांची.

या अमळनेरचे नाव उच्चारताच साने गुरुजींची सहज आठवण होते. अमळनेरशी त्यांचे दृढ नाते होते. ''अमळनेरचे साने गुरुजी किंवा साने गुरूजींचे अमळनेर''. ते अमळनेरला येण्याचे एक निमित्त घडले. अमळनेरचे प्रताप शेटजींचे तत्त्वज्ञान मंदिर त्यावेळी कीर्तीच्या शिखरावर आरूढ झाले होते. त्या संस्थेस 'फेलो' पाहिजेत अशी जाहिरात 'केसरी' त त्यांच्या वाचनात आली. तत्त्वज्ञानाचा गाढा अभ्यास आपल्याला करता येईल या हेतूने गुरुजी १९२३ च्या जुलै महिन्यात अमळनेरला आले. येथील रम्य वातावरण तत्त्वज्ञान मंदिराचे भव्य आवार, समृद्ध ग्रंथालय यामुळे ते सुखावले. पण त्यांचे फारसे सूत येथे जमले नाही. १७ जून १९२४ ला प्रताप हायस्कूल मध्ये शिक्षक म्हणून त्यांनी प्रवेश केला. साधे धुतलेले धोतर, अंगात सदरा, कोट, क्वचित खांद्यावर उपरणे, डोईवर काळी टोपी, पायात वहाणा अशा साध्या वेशात ते रहात. त्यांचा शिक्षक म्हणून प्रवेश हा केवळ एका शिक्षकाचा प्रवेश नव्हता, तर एका युगकर्त्याचा स्वातंत्र चळवळीच्या उंबरठ्यावरील तो प्रवेश होता. एका थोर स्वातंत्र्य सेनानीचा पहिला पवित्र पदस्पर्श होता. अमळनेरला भविष्यात घडणाऱ्या राजकीय व सामाजिक चळवळीची ती नांदीच होती. साने गुरूजी नावाच्या एका सौम्य वाटणाऱ्या पण वादळी व्यक्तिमत्त्वाचा तो प्रवेश होता.

राष्ट्रीय शिक्षण देणारी संस्था म्हणून प्रताप हायस्कूल त्यावेळी आधीच नावाजलेले होते. राष्ट्रीय वृत्तीचे व बाण्याचे स्वाभिमानी विद्यार्थी घडविणारे शिक्षक या संस्थेत होते. त्यात साने गुरुजींची भर पडली. हिऱ्याला कोंदण मिळाले. एक उत्कृष्ट राष्ट्रीय दागिना महाराष्ट्र सारस्वताच्या गळ्यात विराजमान झाला. आपल्या गोड, मृदू स्वभावाने गुरुजी लवकरच विद्यार्थीप्रिय झाले. मुलांच्याच काय पण साऱ्या अमळनेरच्या गळ्यातले ताईत बनले.

प्रसिद्ध कवी माधव ज्यूलियन हे सुद्धा त्या सुमारास याच संस्थेत होते. येथेच गुरुजींचे वाचन, चिंतन, मनन व लेखन बहरले. १९२४ ते १९४२ पर्यंतचा अमळनेरचा इतिहास म्हणजे साने गुरुजींचा इतिहासच म्हणावा लागेल. अमळनेरचे नाव काढताच गुरुजी भारावून जात. पण खरे तर गुरुजींच्या वास्तव्याने अमळनेरच भारावले होते.

लेखक म्हणून गुरुजींनी अनेक कथा, कादंबऱ्या, कविता, नाटके, चरित्र इ. विपुल साहित्य निर्मिती अमळनेर येथेच केली. 'पत्री', 'आस्तिक', 'निळा पक्षी', 'राजवाडे यांचे चरित्र', 'सखाराम महाराज यांचे चरित्र', 'गोखले यांचे चरित्र', 'बलसागर भारत होवो' हे गाजलेले गीत इत्यादी. सतत पंचवीस वर्षे राजकीय, सामाजिक चळवळीत राहूनही या थोर साहित्यिकाने एकशे पंचवीसच्यावर पुस्तके लिहिली.

गुरुजींच्या जीवनातील ऐन उमेदीचा व कर्तबगारीचा काळ अमळनेर मध्ये व्यतीत झाला. १७ मे १९३० ला गुरुजींना प्रक्षोभक भाषण केल्याबद्दल पहिल्यांदाच अटक झाली ती अमळनेर मध्येच.

भगतसिंग, सुखदेव आणि राजगुरू यांना ज्या दिवशी लाहोर येथे फाशी देण्यात आली त्यादिवशी गुरुजी अमळनेरलाच होते. या स्वातंत्र्यवीरांना झालेल्या फाशीने ते अत्यंत दु:खी झाले. अमळनेरला त्या दिवशी झालेल्या शोकसभेत त्यांनी अप्रतिम भाषण केले. वाढी चौक, बोरी नदीचे पात्र, दरवाजा समोरची मोकळी जागा, टाऊन हॉलचे पटांगण आदि ठिकाणी गुरुजींच्या सभा नेहमी होत असत. या साऱ्या जागा पवित्र बनल्या आहेत. राजकारणात विद्यार्थ्यांना प्रेरणा देणारे गुरूजीच होते.

६ एप्रिल १९३८ ला गुरुजींनी ''काँग्रेस'' नावाचे साप्ताहिक सुरू केले होते, परंतु इंग्रज सरकारच्या वाढत्या दडपणामुळे व कायद्याने आणलेल्या दडपणामुळे ते १९४० मध्ये बंद करावे लागले.

त्यावेळी पूर्ण खानदेशचे ''डीएसपी'' (अमळनेर हे गाव पूर्व खान्देश म्हणजे हल्लीचा जळगाव जिल्हा यात आहे) थार्नहिल नावाचे ब्रिटिश अधिकारी होते, माझ्या वडिलांना (प्रा.मो.द.ब्रह्मे) लिहिलेल्या एका पत्रात ते म्हणतात, ''अमळनेरइतके राजकीयदृष्ट्या संवेदनक्षम गाव महाराष्ट्रात नसावे. आमचे दृष्टीने अमळनेर शांत म्हणजे पूर्व खान्देश शांत, अमळनेर ताब्यात म्हणजे खान्देश ताब्यात. एका तत्कालीन ब्रिटिश अधिकाऱ्याचे हे मत बोलके आहे.

संत सखाराम महाराज, श्रीमंत प्रताप शेटजी व ज्यांच्यामुळे अमळनेरचे नाव सर्वतोमुखी झाले ते साने गुरूजी ही अमळनेरची प्रमुख दैवते होत.

१९५२ मध्ये ३५ वे अखिल भारतीय मराठी साहित्य संमेलन अमळनेर येथे १२ ते १४ ऑक्टो. ला मोठ्या दिमाखात आयोजित करण्यात आले होते. श्री.कृ.पां.कुलकर्णी या संमेलनाचे अध्यक्ष म्हणून निवडले गेले. संमेलनात ना.सी.फडके, श्री.म.माटे, आचार्य अत्रे व द.वा.पोतदार या सर्वांची व्याख्याने झाली होती. योगायोगाने माझे वडील प्रा.मो.द.ब्रम्हे हे त्या संमेलनाचे संयुक्त कार्यवाह होते. फडके आणि अत्रे या दोघातील ''कलेसाठी कला की जीवनासाठी कला'' या वादाचा शिखराध्याय याच संमेलनात झाला. नंतर मात्र दोघांनीही या वादाचे जाहीर उच्चारण पुन्हा केले नाही.

१९१६ मध्ये श्रीमंत प्रताप शेटजींनी अमळनेर येथे Indian Institute of Phylosophy (तत्त्वज्ञान मंदिर) या संस्थेची स्थापना केली. ती संस्था आजही कार्यरत आहे, १९९२-९३ पासून संस्था उत्तर महाराष्ट्र विद्यापीठाशी निगडित आहे. तत्त्वज्ञान व विविध विषयांवरील उत्तमोत्तम ग्रंथसंपदा हे या संस्थेचे वैशिष्ट्य आहे. आंतरराष्ट्रीय ख्यातीच्या तत्त्वचिंतकांचे साहित्य येथे उपलब्ध आहे. द्वैत, अद्वैत तत्त्वज्ञान विषयाचे हे एक प्रमुख केंद्र गणले जाते.

भागवत धर्माची परंपरा सांभाळणारे सखाराम महाराज संस्थान हे अमळनेरचे एक भूषण आहे. वैशाख शुद्ध एकादशीस सायंकाळी भव्य रथोत्सव असतो व पौर्णिमेस पालखीची भव्य मिरवणूक निघते. लाखो भाविक या सोहळ्यासाठी अमळनेरला येत असतात. दरवर्षी ज्येष्ठ वद्य प्रतिपदेस संस्थानची पायी पंढरपूर वारी सुरू होते. पारोळा-आडगाव-भडगांव-नगरदेवळा-नागद-बिलखेडे-चिखलठाणा-दौलताबाद-पैठण-पाथर्डी-करमाळा मार्गे पंढरपूर वारी होते.

खान्देशात अमळनेरला ''खान्देशचे पंढरपूर'' म्हणूनही संबोधण्यात येते.

मी गेल्या पंधरा-वीस वर्षात 'अमळनेर' विषयी अनेक लेख प्रसिद्ध केले. त्यांचा सारांशरूपाने परिचय वाचकांना व्हावा या हेतूने व अमळनेरच्या प्रेमापोटी हा लेख मी लिहिला आहे.

- केदार ब्रह्मे

'कुसुमकुंज' टाऊन हॉल जवळ, अमळनेर, जि.जळगाव

आगळं नातं !

पुणे-लातूर एस टी मध्ये दोन प्रवाशात गप्पा सुरू झाल्या.

एकाने विचारले - काय हो, हा मांडीवर बसलेला मुलगा तुमचा का? गोड आहे अगदी !

दुसरा म्हणाला - नाही. हा माझा लांबचा सख्खा भाऊ आहे.

पहिला - सख्खा आणि लांबचा ? म्हणजे ?

दुसरा - हो. म्हणजे याच्या आणि माझ्यामध्ये अकरा भावंडं आहेत!

- पी.के.देवधर, पुणे

O सरत्या संध्याकाळी

सरत्या संध्याकाळी आयुष्याच्या
जीवनाचा पीळ सुटत चाललाय
आपुलकी, जिव्हाळ्याचा नाजुक धागा
जाणते अजाणतेपणाची सुटत चाललाय
जबाबदाऱ्याचं ओझं वाहताना
तुझी साथ जाणवलीच नाही
रक्ताची नाती सांभाळताना
तुझं माझं नातं जाणवलंच नाही
नाती गोती मने जपताना
घुसमट तुझी कळलीच नाही
आपुलकीची झळ सोसताना
तुझ्या मनाचा दाह कळलाच नाही
सोडून एकटं रित्या घरात
पाखरं आभाळी उडून गेलीत
प्रेमाची छाया आपला आधार
नजरेआड करून दूर गेलीत
चार भिंतींच्या मोकळ्या घरात
आपण दोघंच मागं राहिलोय
एकमेकाला साथ नित्य देत
पैलतीर मावळतीचा पहात राहिलोय

- आर.जी.कडवेकर, शाहुपुरी, सातारा

O ऋतुचक्र

तू जेव्हा जेव्हा मला सोडून
माहेरी वा परगावी जातेस तो काळ
माझेकरिता असतो ऊन्हाळा........

तू जेव्हा जेव्हा परत येऊन
तुझ्या प्रेमवर्षावाने
मला न्हाऊ घालतेस
तो काळ माझेकरिता असतो पावसाळा...

अन् तू जेव्हा जेव्हा
मार्केट, मॉल, बिग बाजारमध्ये
भटकत खरेदी करतेस,
तेव्हा मला हूडहूडी भरते
तो काळ माझेकरिता असतो हिवाळा..

- वसंत धुपकर, पुणे.

○इजिप्तच्या इतिहासातील सौंदर्यस्थळे

इजिप्त देशांतील कैरो या शहरात एक उत्कृष्ट वस्तुसंग्रहालय आहे. इ.स.पू. ५५०० पासून इ.स.पू. ६०० पर्यंतच्या काळातील इजिप्तच्या जागतिक गुणवत्तेच्या वस्तु आदर्श स्वरुपात संग्रहित आणि दर्शनीय केलेल्या पहावयास मिळतात. प्राचीन काळात प्रसिद्ध असलेल्या फॅरोजचे अनेक पुतळे इथे कालानुसार ठेवलेले आहेत. इजिप्तच्या इतिहासाच्या महत्त्वाच्या कालखंडाकडे म्हणजे इ.स. पू. ४००० च्या सुमारास तिथे, नाईल नदीच्या सुपीक खोऱ्यात ''रेड किंगडम'' ही पुढारलेली संस्कृती अस्तित्वात होती. त्याकाळी तेथील लोकांना ३६५ दिवसांचे वर्ष, पृथ्वी सूर्याभोवती फिरते, विविध ताऱ्यांची माहिती अशा खगोशास्त्रातील कल्पना ज्ञात होत्या. इजिप्तमध्ये आजही अस्तित्वात असलेले राक्षसी पिरॅमिडस्, त्या कालातील फॅरोजच्या कबरी, कर्णाक, अबुसिम्बल, कॉमआम्बो या ठिकाणी आढळणारी भव्य आणि उत्कृष्ट मंदिरे, त्यांच्या स्थापत्यशास्त्रातील कलेची साक्ष देतात. वैद्यकशास्त्रातही त्यांची प्रगती लक्षणीय होती. कॉमआंबो येथील मंदिरातील भित्तीचित्रांमध्ये त्यावेळी वापरण्यात येणारी व शस्त्रक्रियेत उपयोगी पडणारी आयुधे चित्रांकित केलेली आहेत. त्यामधील बरीच उपकरणे सध्याच्या काळातही उपयोगी पडणारी आहेत. पिरॅमिडस्मध्ये सापडलेल्या ममीज्च्या अंगावर सापडलेले उत्कृष्ट प्रकारची घडणावळ असलेले आणि तेजाने झळाळणारे दागदागिने त्या संस्कृतीच्या सुबत्तेची साक्ष देतात. एवढेच नव्हे तर ''पॉपरस'' या बांबूसदृश असणाऱ्या वनस्पतीपासून बनविलेल्या कागदावर सांकेतिक लिपीमध्ये शास्त्र, कला, करमणूक या विषयांवर मौलिक लेखन केलेले आढळते. ह्या अशा ऐतिहासिक पार्श्वभूमी लाभलेल्या इजिप्तची ही संक्षिप्त ओळख.

अलेक्झांड्रिया हे इजिप्तचे महत्त्वाचे असे शहर आणि उत्कृष्ट बंदर. विशालतम समुद्रकिनाऱ्यामुळे शहराला आगळे सौंदर्य लाभलेले आहे. भूमध्यसागरी आल्हाददायक हवेमुळे या सुंदर शहराच्या प्रथमदर्शनी प्रेमात पडावेसे वाटते. बाराही महिने ऊबदार आणि सुखद वातावरण तसेच रसरशित फळे, भाजीपाला, फुले यामुळे येथे वास्तव्य करणे सुखदायी ठरते. मुंबईच्या मरिनड्राईव्ह सारखा सुंदर रस्ता अलेक्झांड्रियाचे सौंदर्य खुलवितो. नैसर्गिक 'लगून' या सौंदर्यावर मुकुटच चढविते. इजिप्तचा शेवटचा राजा फारुख याचा सुंदर राजवाडा अशा लगूनच्या लगतच बांधलेला आहे. 'अलेक्झांडर द ग्रेट' या महत्त्वाकांक्षी आणि शूर अशा बादशहाने येथे जगातील प्रथम क्रमांकाची लायब्ररी स्थापन करून अभ्यासाला चालना दिली परंतु इ.स. ६४१ मध्ये अरब लोकांनी केलेल्या स्वारीत या महत्त्वपूर्ण लायब्ररीचा नाश केला. सध्याची लायब्ररीची इमारत ही सात मजली असून युनेस्कोच्या मदतीने बांधली आहे. तीन हजार प्रेक्षक एकावेळी बसून अभ्यास करू शकतील एवढी भव्यता आणि ऐंशी लाखाहून जास्त ग्रंथ संग्रही आहेत. इमारत स्थापत्यशास्त्रदृष्ट्या अभ्यासनीय आहे.

कैरो हे इजिप्तचे राजधानीचे शहर. आम्ही उतरलो ते झोसेर हॉटेल, पंचतारांकित आणि उत्कृष्ट दर्जाचे होते. राजधानीचे शहर असल्याने प्रशस्त चौक, मोठे रस्ते, बागा यांनी सजविलेले आहे. विविध देशांच्या राजदूतांची कार्यालये येथे आहेत.

येथील म्युझियम अत्यंत महत्त्वाचे आहे. इजिप्तचा पुरातन इतिहासच जणू वस्तुरुपाने येथे पहावयास मिळतो. म्युझियमच्या तीन नंबरच्या दालनात पिरॅमिडस् आणि कबरीतून मिळवलेले आणि त्या काळी वापरात असणारे सोन्याचे अलंकार पाहून प्रेक्षक आश्चर्यचकित होतात. सोन्याचे सिंहासन, सोन्याचे रथ, शवपेट्यावरून आच्छादलेला सुंदर कलाबत केलेला सोन्याचा पत्रा, सोन्याचे धनुष्य, ममीवर आच्छादलेले सोन्याचे सुंदर काम असलेले मुखवटे (Mask) एवढेच काय पण तुतेनखामेन या एकोणीसाव्या वर्षी, इ.स.पू. १३२४ मध्ये मरण पावलेल्या राजाच्या कबरीतून मिळालेल्या तीन हजार वस्तू ज्यात अप्रतिम मुखवटा आणि सोन्याचे पाणी दिलेला लंगोट आणि दैनंदिन वापरातल्या अनेक वस्तूंचा समावेश आहे. लुटली न गेलेली अशी तुतेनखामेन याची एकमेव कबर यात एवढी संपत्ती तर लुटल्या गेलेल्या कबरी आणि पिरॅमिडस्मध्ये किती संपत्ती असेल याचा विचारच न केलेला बरा !

याच म्युझियममध्ये ''ममीज रूम'' आहे. प्रवेश फी प्रत्येकी शंभर इजिप्शीयन पौंड म्हणजे आठशे रुपये. अतिप्राचीन काळचे, पाच ते सहा हजार वर्षापूर्वीचे सुप्रसिद्ध राजे-महाराजे, फैरोज त्यांच्या राण्या या दालनात काचेच्या पेट्यातून दीर्घतम सुखनिद्रा घेत पडून राहिलेल्या पहावयास मिळतात. एकूण चाळीस ते पन्नास ममीज असाव्यात. सगळ्या ममीजचे दात अजून शाबूत आहेत.

पांढऱ्या शुभ्र वस्त्रात गुंडाळलेल्या या पाच हजार वर्षांपूर्वीच्या शरीराची आता पावडर होते की काय असे वाटत होते. वाटले होते की या ममीज रात्री माझ्या स्वप्नात भुतांच्या रुपात येतील. परंतु तसे काही घडले नाही. ममी फिकेशनची प्रक्रिया करताना मृत शरीरातून मेंदू, यकृत, किडनी, आतडी वगैरे अवयव काढून शरीराचे निर्जलीकरण करायचे. फक्त हृदय शरीरात परत ठेवायचे. भावनांचे केंद्र हे मेंदूत नसून हृदयात आहे. अशी समजूत त्यावेळी झाली असावी.

कैरोपासून जवळच गिझा GIZA येथे पिरॅमिडचे दर्शन घडते. एका पिरॅमिडमध्ये उत्सुकता आणि जिज्ञासेपोटी पंचवीस पौंड प्रत्येकी मोजून, आतल्या चिंचोळ्या भागात प्रत्यक्ष ममी ठेवतात ती जागा पाहून आलो. ओणवे होऊन चालत अर्धा कि.मी. जावे लागते. हवा विरळ असल्याने, जिवाची तगमग होऊन केव्हा

येथून बाहेर पडतो असे वाटते.

मधल्या भागात ममी आणि त्यांच्या सुखद परलोक यात्रेसाठी आवश्यक त्या वस्तूंचा साठा करून ठेवतात. तेथपर्यंतच जाता येते. बाकीचा भाग प्रचंड आकाराच्या दगडांनी व्यापलेला आहे. हे दगड प्रत्येकी दोन ते तीन टन वजनाचे आहेत. यापैकी मोठा पिरॅमिड Great Pyramid हा चारशेसाठ फूट उंचीचा आणि त्याचा पायथा तेरा एकर जमिनीवर विस्तारलेला आहे. अशाच प्रकारचे परंतु लहान आकाराचे पिरॅमिडस् तिथे आहेत. तेथून जवळच 'स्फेंक्स' हा एकाच दगडातून कोरलेला मानवी चेहरा आणि सिंहाचे शरीर असलेला प्रचंड पुतळा तरीही प्रमाणबद्ध आहे. सिंहाची बैठक प्रेक्षणीय आहे. कबुतरे इतर पक्षी यांनी या पुतळ्याचे डोळे, कान, नाक मोठ्या प्रमाणावर खराब केलेले आहे.

कैरोहून लक्झर (LUXUR) या गावी येताना फर्स्टक्लास इजिप्शियन ट्रेनने 'ओव्हरनाईट' प्रवास केला. छोट्याशा केबीनमध्ये जास्तीत जास्त सुविधा दिलेल्या आहेत.

लक्झर शहराजवळ 'व्हॅली ऑफ किंग्ज्' आणि 'व्हॅली' ऑफ क्वीन्स्' या नावाने ओळखल्या जाणाऱ्या उंच, एकाकी डोंगराच्या दरीत त्रेसष्ट कबरी सापडल्या. यातच प्रसिद्ध अशी तुतेनखामेनची कबर आहे. 'रॅमसेसे द सिक्स्थ' याची कबर पहाण्यासारखी आहे. कबरीमध्ये भिंतीवर आणि छतावरही सुदंर चित्रे काढलेली आहेत. पाच हजार वर्षापूर्वीचे हे रंगकाम असेल यावर विश्वास बसणार नाही इतके हे रंग उठावदार आहेत. गुहेतील छत निळ्या रंगात तर आकाशातील चांदण्या सोनेरी रंगात दाखविलेल्या आहेत.

याशिवाय इजिप्तच्या सौंदर्यात भर टाकायला कारण असलेले कर्णाकची मंदिरे पहाण्यासारखी आहेत. जगातील सर्वात मोठा अन् अतिभव्य असा पन्नास हजार चौ.फुटांचा मंडप आहे. कालौघात छप्पर कोसळून गेले. परंतु उत्कृष्ट रंगसंगती केलेले पॅपिरस आणि केळीच्या झाडासारखे प्रशस्त खांब आजही प्रेक्षणीय आहेत. एडफू आणि कॉमआंबो येथील मंदिरामध्ये चित्रमालारुप रंगकाम आहे.

'एस्ना' या ठिकाणी नाईल नदी आणि आस्वान धरण याकडे जाणाऱ्या क्रुझसाठी विज्ञानाचा चमत्कार पहावयास मिळतो. आस्वान या जगातील प्रथम क्रमांकाच्या धरणाकडे जाताना तीनशे कि.मी. लांबीचे सहारा वाळवंट तुडवीत जावे लागते. धरणाच्या पाण्यातून वाचविलेले आणि होते तसेच परत उभारलेले अबुसिम्बलची दोन मंदिरे पहाण्यासारखी आहेत. आस्वान धरणामुळे शेतीला पाणीपुरवठा, पूरनियंत्रण, कमी खर्चाची जलवहातूक, विद्युतनिर्मिती, कसदार शेती आणि पर्यटकांसाठी आकर्षण या गोष्टी इजिप्तला मिळाल्या.

इजिप्तमधील इतिहासाच्या आकर्षणाशिवाय, क्रूझवरील वास्तव्य आणि प्रवास हेही आकर्षण आहेच. प्रशस्त सुंदर डेकवरील पोहण्याचा तलाव आणि नदीच्या भव्य आणि संथ पाण्याकडे पहात तासन्तास वेळ कसा जातो याचा पत्ता लागत नाही. क्रूझवर डिस्को डान्स, बेले डान्स, सिनेमा असे करमणुकीचे कार्यक्रम मन रुजवितात.

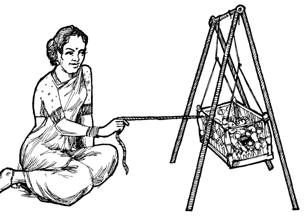
प्राचीन सौंदर्यस्थळांना आधुनिक सुखोपभोग आणि आकर्षणे यांची जोड देऊन जागतिक पर्यटकांना आकर्षित करण्याचे त्यांचे प्रयत्न इजिप्तच्या विकासाला पूरक आहेत.

ऐतिहासिक अवशेष पहाण्याची आवड आणि ऐतिहासिक वातावरणात हरवून जाण्याची तयारी असेल तर इजिप्तची सफर ही एक चांगलीच पर्वणी आहे.

- अशोक वाकचौरे,पुणे

फोन नं.: २४२१००९४

आई



नयने मिटता देवापुढती,
तुझी मूर्त ठाकते,
सांजवात पाहता आई गं,
तुझी आठवण येते ॥धृ ॥
निरांजनापरि अखंड तेवून,
फुलवलेस तू माझे जीवन.
सर्वस्व अर्पुनि कर्पूरापरी,
स्मृतिछाया तव उरते ॥१॥

तुझा स्पर्श, तुझी दयार्द्र दृष्टी,
तुझा भरोसा, जरी मी कष्टी
माया ममता तुझी सांगण्या
ज्योत समईची फडफडते ॥२॥

आज लेकीचे लग्न लागता
आठवते मज तुझी आर्तता.
निरोप देता निज दुहितेला
हृदय कसे हुरहुरते ॥३॥

विविधरंगी या नवीन गेही
पोरकाच मी तुझ्याअभावी.
तव मायेची थाप झेलण्या,
तनु ही थरथरते ॥४॥

तृप्त जरी मी निज संसारी,
उणीव भासते तुझी अंतरी
नाही दैवत तुजसम कोणी,
आज मनोमनी मज गमते ॥५॥

- गोविंद करमरकर, सांगली

O वाढदिवस

वाढदिवस माझे चिरंजीव झाले ॥धृ॥
दिवस आले, झरझर गेले वर्षे, महिने, निघून गेले ।
कालचक्राचे भ्रमण अखंड झाले
परंतु वाढदिवस साजरा करायचे
राहूनच गेले ॥१॥
उन्हाळे, पावसाळे, हिवाळे गेले
नक्षत्रे सत्ताविस, अनेकदा आले ।
ऋतू सहा, येता जाता भेटले
परंतु वाढदिवस साजरा करायचे
राहूनच गेले ॥२॥
वयाची साठी सेवेत संपली
सेवानिवृत्तीने सवड थोडी लाभली ।
एकसष्टीच्या वाढदिवसाचे बिगुल वाजले
''पेन्शनर्स असोसिएशनचे'' अभिनंदन पत्र
न विसरता आले ॥३॥
वाढदिवस साजरा करायचे निश्चित ठरले
मेणबत्त्या पेटवून विझविणे, नाही मला पटले ।
औचित्य केक कापण्याचे नाही मना भावले
वाढदिवसाचे स्वागत मी
नावीन्यपूर्ण केले ॥४॥
वाढदिवसाचा सन्मान मी आम्रवृक्ष लावून केला
थोडं पाणी देऊन त्याला स्वावलंबी केला ।
नित्यनेमे तो, फुलणार फळणार आहे
फळातलं अमृत, वाढदिवशी वाटणार आहे
माधुर्य वाढदिवसाचे शतपट वाढले ॥५॥

- **पी.बी.भेंडे,** गांधीनगर, पुसद

पतिनिष्ठेचे रहस्य !

जोशी आजोबा व आजी एका हॉटेलात जेवायला जातात. जेवणाच्या एका ताटाचीच ऑर्डर देतात. जोशी आजोबा आधी जेवतात. त्यांचे जेवण झाल्यावर दुसऱ्या ताटाची ऑर्डर दिली जाते. वेटर ताट घेऊन येतो व जोशी आजींच्या पुढे ठेवून म्हणतो 'बाई वा ! काय पतिनिष्ठा आहे ! पतीचे जेवण झाल्यावर तुम्ही जेवताय.'

शेजारच्या टेबलाशी बसलेले गृहस्थ हळूच वेटरला म्हणाले, 'अरे, कसली पतिनिष्ठा ? त्यांच्याजवळ एकच कवळी आहे ना, म्हणून त्यांनी असे जेवण केले.

- पी.के.देवधर, पुणे

ती

पाऊस संततधार,
तिचे एवढेसे घर, गळणारे छप्पर
ती ओली, ओलं पातळ पिळून पिळून
अंगावरच सुकवणारी, सतत कामे करणारी
रात्रभर घरात साठलेले पाणी,
बादल्यात, पातेल्यात भरणारी
अशी माझी कामवाली बाई........
तिचे राबणारे हात, दु:ख मनात, पण हास्य ओठात.......

ताठ मानेने जगणारी, लाचार न होणारी
कामाला वाघ असणारी.......
'तुमा फ्लॅटमधल्या लोकास्नी,
न्हाय कलनार आमचं दु:ख'
असे न म्हणणारी........
तिच्या डोळ्यात मला तिची मुग्धता दिसली
तिच्या हास्यात मला तिची वेदना उमगली.......
माझी शब्दांची फुंकर........
किती सोसते ती सारे, संकटांचे आले जरी वारे........

- **मंगला पुणतांबेकर,** पुणे

O आपली बँक

आयुष्याच्या ह्या बँकेत
खाती उघडावी प्रेमाची
करावी गुंतवणूक हृदयाची
ठेवावी बचत स्नेहांची ।
घेऊन भागभांडवल माणूसकीचे
व्हावे धारक गोतावळ्याचे
बाळगूनी पासबुक नियतीचे
द्यावे क्रेडिटकार्ड सचोटीचे ।
सद्गुणांचे भांडवल वाढवूनी
व्याजापोटी नाव मिळवावे
सुखाने जगात जगूनी
दु:ख मुदत ठेवीत गोठवावे ।
राग, मत्सर, द्वेषाच्या ठेवी
मनात कधी ठेवू नका
दुर्गुणांचे कर्ज काढूनी
अब्रूचे धिंडवडे काढू नका ।

- **शामराव खंडू पोटे, अंधेरी (पूर्व)**

Regd. under RNI No. MAHBIL04149/13/1/2003-TC & Declaration No. PHM/SR/12/VIII/2004
SSPO Pune under Postal Concession register No. L-2/RNP/PNW/M-144/2008 Dated 22.02.2008
Licence to post without Prepayment No.: LWP-217 at Market Yard PSO, Pune 37on 25th of each Month

Form IV (See Rule 8)
Statement about the ownership and other particulars concerning
SBI Pen.Assn.'s "SAMVAD"

1. Place of Publication : Pune.
2. Periodicity of Publication : Monthly
3. Printer's Name : Shri.Mandar S.Phatak
   Nationality : Indian
   Address : 49/763 Lokmanya Nagar, Navi Peth, Pune 411030.
4. Publisher's Name : Shri.Ramchandra Narayan Lalingkar,
   Nationality : Indian
   Address : "Anubandh", Bldg. No.B/2, Block No.16, Near Ramkrishna Math, Sinhagad Road, Pune - 411030
5. Editor's Name : Shri.Krantisen Ramchandra Athawale
   Nationality : Indian
   Address : "Anubandh",Bldg. No.B/2, Block No.16, Near Ramkrishna Math, Sinhagad Road, Pune - 411030
6. Owner's Name : S.B.I.Pensioners' Association (Mumbai Circle), Pune
   Address : "Anubandh",Bldg. No.B/2, Block No.16, Near Ramkrishna Math, Sinhagad Road, Pune - 411030

I, Shri.Ramchandra Narayan Lalingkar, Secretary, SBI Pensioners' Association (Mumbai Circle), Pune hereby declare that the particulars given above are true to the best of my knowledge and belief.

Sd/-
R. N. Lalingkar
Date : 25th March 2008 Signature of the publisher

सूचना : १) या मासिकांत प्रसिद्ध झालेल्या लेखांतील मतांशी संपादकमंडळ सहमत असेलच असे नाही. तसेच जाहिरातीतील मजकुराची सत्यासत्यता सभासदांनी स्वत: पडताळून घ्यावी. त्याबाबत असोसिएशन वा 'संवाद' चे संपादक मंडळ जबाबदार असणार नाही.
२) असोसिएशनचे कार्यालय, सोमवार ते शुक्रवार, संध्याकाळी ६ ते ७.३० या वेळातच उघडे असते. याची कृपया नोंद घ्यावी.
संपर्क दूरध्वनी क्र (०२०) २४३३२१४१

Printed Matter

If Undelivered Please Return to :
STATE BANK OF INDIA PENSIONERS' ASSOCIATION, (MUMBAI CIRCLE), PUNE
Anubandh, Building No. B-2, 4th Floor,
Block No.16, Near Ramkrishna Math,
Sinhagad Road, Pune 411030. Ph: 24332141

To,

प्रकाशक : श्री. रा. ना. लळिंगकर, सेक्रेटरी, स्टेट बँक ऑफ इंडिया पेन्शनर्स असोसिएशन (मुंबई सर्कल), पुणे.
संपादक मंडळ : सर्वश्री. वसंत धुपकर, प्रभाकर गुपचुप, शरद शिंगवेकर, श्रीधर सहस्रबुद्धे, क्रांतिसेन आठवले
अंक सजावट, मांडणी व मुद्रित शोधन : क्रांतिसेन आठवले, प्रभाकर गुपचूप
मुद्रक : संविज्ञान इन्फोटेक प्रा. लि., ४९/७६३ लोकमान्य नगर, नवी पेठ, पुणे-३० फोन : २४३३५३०५, २४३३५३२४, ३२५४११५९