ज्ञान प्रबोधिनी प्रशाला ५१

51@51

आम्ही ५१

गोष्ट क्र. ४३

उत्तरा कर्णिक

(इ. १०वी १९८२)

दि. २१ नोव्हेंबर २०२१

आयुष्याच्या या वळणावर आल्यावर असं वाटतं, की आपल्या प्रत्येकाला प्रारब्धाची अशी चौकट आखून दिलेली आहे. आपल्या नकळत असणारी बंधनं आहेत आणि तशीच आपल्या इच्छेप्रमाणे वागायला मोकळ्या जागा आहेत. आपल्याला असं वाटतं की आपल्या आयुष्यातले महत्त्वाचे निर्णय आपण स्वत: घेतो. परंतु मला वाटतं, की त्यामध्ये आपल्या प्रारब्धाचा खूप मोठा वाटा असतो. माझ्यासारखी एकमताने संपूर्ण भारतीय मुलगी जिला परदेशात शिकायलाही यायचं नव्हतं आज ती तिथे राहते आहे, नोकरी करते आहे याचं मलाच आश्चर्य वाटतं. हा माझा प्रवास आहे आणि याकडे मी आज त्रयस्थ म्हणून बघू शकते. लहानपणीची उत्तरा, शाळेतली उत्तरा, कॉलेज मधली, इंग्लंडमध्ये आल्यानंतरची, पाच वर्षांपूर्वीची, आजची आणि उद्याची जी असेल ती उत्तरा या सगळ्यांमध्ये खूप फरक आहे. आपण दर क्षणाला बदलत असतो. अध्यात्मिक साधना म्हणजे आपल्या स्वत:ला आपल्या स्वत:च्या खऱ्या स्वरूपात ओळखण्याचा प्रवास. यासाठी गुरुचं महत्त्व अनन्यसाधारण आहे. तुम्ही गृहस्थ असा किंवा संन्यासी, तुमच्या वाटेवर असे गुरू मिळावेत अशी माझी सर्वांसाठी सदिच्छा आहे.

jpp51_51@jnanaprabodhini.org

प्रकल्प, वाचनवेग आणि शिक्षकांच्या आठवणी

मी आणि माझी मैत्रिण पद्मजा जोशी आम्ही दोघींनी मिळून प्रबोधिनीची प्रवेश परीक्षा दिली आणि आम्हाला प्रवेश मिळाला. शाळेत आल्या-आल्या भगव्या आणि गुलाबी रंगाची शाळेची पवित्र आणि मंदिरासारखी मोठी इमारत हे पहिलं आकर्षण. उपासना मंदिरातली ॐ ची प्रतिमा आजही मनात ठसलेली आहे. गणवेशही रोज घालायचा नसायचा. प्रबोधिनी म्हणजे आप्पा पेंडसे हे एक समीकरण होतं. आप्पांचं व्यक्तिमत्त्व आणि नेतृत्व दोन्ही खूप प्रभावशाली होतं. आप्पा हे खूप उत्तम वक्ते होते. कित्येक वेळा मला आणि पद्मजाला आप्पांनी त्यांच्या गाडीत बसवून प्रशालेत सोडलं आहे. मला आप्पांनी त्यांच्या कार्यालयात, त्यांच्या सोफ्यावर बसवून चिदानंद रूपः शिवोहम् हे शिकवलेले आहे. त्यांची मूर्ती अजूनही डोळ्यासमोर आहे. प्रकल्प' ही मला सगळ्यात आवडलेली संकल्पना होती. मी विज्ञानात प्रकल्प करायचा ठरवला होता. ५वीत असताना जुन्या वर्तमानपत्रांपासून आणि केळ्याच्या सालापासून कागद बनवायचा प्रयत्न केला होता. या सगळ्या उपद्व्यापात दोन तास उकळलेलं ते सगळं गरम पाणी माझ्या अंगावर सांडलं होतं, तेव्हा अगदी शूर-वीर असल्यासारखं वाटलं होतं. पुढच्या वर्षी आम्ही हिमोग्लोबिन-ब्लड ग्रुप या विषयात प्रकल्प केला होता.

सुप्रियाताईंसमवेत काही वर्गमैत्रिणी

सुप्रियाताई दर्प आमच्या वर्गशिक्षिका होत्या. त्यांनी आमच्यावर आईसारखं प्रेम केलं. नलूताईंचाही माझ्यावर प्रचंड प्रभाव आहे. त्यांच्याकडे विषयांचं सखोल ज्ञान असायचं. वर्गात शिकवताना संपूर्ण तयारीनिशी शिकवायचं, आणि सगळ्यांना एकत्र पुढे घेऊन जायचं ही त्यांची हातोटी आज शिक्षक म्हणून मी अंगीकारायचा प्रयत्न करते. नलूताई जेव्हा कौतुक करायच्या तेव्हा ते ऐकणं हा एक वेगळाच आनंद असायचा, कारण त्या कायम खरं कौतुक करायच्या. आणखी एक प्रभावी व्यक्तिमत्त्व म्हणजे मुक्तीताई. त्यांचं हस्ताक्षर अतिशय सुंदर होतं, आणि त्यांनी आम्हाला रनिंग लिपीत लिहायला शिकवलं होतं. एका आंतरशालेय स्पर्धेसाठी त्यांनी आमचं Julius Ceaser च्या कथेवर नाट्यवाचन बसवून घेतलं होतं आणि त्यात मला बक्षीसही मिळालं होतं. इयत्ता ८वीत असताना आम्ही विवेकानंदांवर एक इंग्रजी नाटक बसवलं होतं, ते मी आणि मुक्तीताई आम्ही मिळून लिहिलं होतं. त्याच्यासाठी आप्पांकडून कौतुकाची थाप मिळाली होती, ती अजूनही आठवते आहे. माझं संस्कृतप्रेम शाळेत असताना आणखी वाढलं त्याचं श्रेय विनयाताई डोळे यांना. आजही मी थोडंफार संस्कृत बोलू शकते. शाळेतलं गणेशोत्सवातलं भारलेलं वातावरण अजून आठवतं. वारी, त्यातले अभंग, ती भक्ती सगळं डोळ्यासमोर उभं राहतं. समाजाची जबाबदारी आणि त्याचं भान हे प्रबोधिनीने जाणवून दिलं. आणखी एक शाळेतला लक्षात राहिलेला उप्रकम म्हणजे 'वाचनवेग'. हा उपक्रम मी माझ्या विद्यार्थ्यांनाही करायला सांगते. अभ्यास करताना कसं वाचायचं ही गोष्ट खूप महत्त्वाची वाटते. शाळा ही केवळ शाळा नव्हती तर सगळ्या पातळ्यांवर विकास घडवणारी संस्था होती.

मुक्तीताई व नलूताई

बी.जे. मेडिकलमध्ये प्रवेश

माझी मावशी डॉक्टर होती आणि त्यामुळे लहानपणा पासूनच मला डॉक्टर व्हायचं होतं. मला ॲपटिट्यूड टेस्टमध्ये वाणिज्य शाखा असं उत्तर आलं पण मी तेव्हा त्याच्याकडे लक्ष दिलं नाही. आर्किटेक्चरच्या प्रवेश परीक्षेमध्येही मी पहिली आले होते. पण पुढे मी बीजे महाविद्यालयात प्रवेश घेतला आणि डॉक्टर झाले. मला नेहमीच जन्म आणि मृत्यू या दोन्हीबद्दल विशेष आकर्षण होतं. आणि दुसरी गोष्ट म्हणजे माझं हस्तकौशल्य चांगलं होतं. त्यामुळे एमबीबीएस नंतर forensic medicine करायचं असं त्यावेळेस ठरवलं होतं. पण त्यावेळी posts नव्हत्या. मग मी दोन वर्षं पॅथॉलॉजीमध्ये पदव्युत्तर शिक्षण घेतलं आणि पुढे मुंबईला forensic साठी जायचं असं ठरवलं. मला सगळ्यांनी वेड्यात काढलं, हे क्षेत्र मुलींसाठी नाही असंही सांगितलं. पण दोन वर्षांमध्ये मी पॅथॉलॉजीच्या पूर्णपणे प्रेमात पडले आणि त्यात एमडी करायचं ठरवलं. एमडी चालू असताना मी डॉ. किशोर भिंगारे यांच्या लॅबमध्ये काम करायला लागले. त्यांच्याकडून मी खूप शिकले. ते माझे अधिमित्र (mentor) आहेत. पॅथॉलॉजी या विषयाअंतर्गत चार विभाग असतात, histopathology, chemical pathology, autopsy किंवा post

morbid pathology आणि haematology. सरांकडे काम करत असताना मला असं लक्षात आलं की मला हॉस्पिटलमध्ये काम करायला जास्त आवडेल, स्वतःची लॅब काढायला किंवा वैयक्तिक प्रॅक्टीस करायला फार आवडणार नाही. आणि त्यासाठी एमपीएससीच्या posts येतील यासाठी वाट पाहिली. पण दोन वर्षं त्या काही आल्याच नाहीत. त्यानंतर काही महिने केईएममध्ये काम करून पाहिलं, घरी लग्नाची बोलणी सुरू झाली होती. मी मला काय हवंय ते साध्य करण्याचा प्रयत्न करत होते पण काहीच होत नव्हतं, जे करत होते ते विशेष आवडत नव्हतं, अशी सगळी परिस्थिती होती. तो काळ माझ्यासाठी खूप खडतर होता. मला हवी असलेली एक नोकरी मला मुलाखतीला वेळेत न पोचता आल्यामुळे मिळाली नाही. हे सगळं करत असताना घरून आणि समाजातून लग्नासाठी खूप दबाव आणला जात होता. माझी लग्न करायला ना नव्हती पण मला हवा तसा जोडीदार मिळत नव्हता, त्यामुळे वैयक्तिक पातळीवर आणि कामाच्या ठिकाणी असा दुहेरी तणाव असणारा असा हा काळ होता. पण केवळ मनाशी जिद्द होती, वेळ आली तर लग्न न करता राहण्याची तयारी होती.

लंडनला स्थलांतर आणि अनेक आव्हाने

माझी एक मैत्रीण उर्मिला, इंग्लंडमध्ये होती. तिच्या सल्ल्याने मी एक वर्ष तिथे काही नवीन शिकायला मिळतंय का, नवीन काही करता येतं आहे का हे पहायला म्हणून जायचा निर्णय घेतला. तिथे आपल्या पदवीला मान्यता नाही. त्यासाठी PLAB परीक्षा द्यावी लागते. ही इंग्रजी विषयाची परीक्षा, एसबीबीएसच्या विषयांची theory आणि practical अशा स्वरूपाची परीक्षा आहे ती देण्यासाठी म्हणून मी तिथे गेले. केईएम मधली नोकरी सोडली. माझ्या खिशात फक्त दोनशे पौंड होते, हे मार्गी लागलं नाही तर काय करायचे असा विचार न करता आणि काहीही पुढे मागे न पाहता केवळ हिंमतीच्या जोरावर मी इंग्लंडला आले. इथे माझा निभाव लागेल का नाही, शिकण्यासाठी नोकरी मिळेल का नाही अशा नकारात्मक शंकांना मी मनात येऊ दिलं नाही. आज मागे वळून पाहताना माझं मलाच आश्चर्य वाटतं आणि मजा वाटते.

वॉशिंगटनमध्ये आईनस्टाईन यांच्या पुतळ्याबरोबर उर्मिला

उर्मिला Brighton येथे राहत होती. मी तिच्याकडेच उतरले. तिथे अगदी typical British वातावरण होतं. तिथला अगदी गंधही वेगळा होता आणि आपण आता वेगळ्या देशात आलो आहोत हे पावलो-पावली जाणवत होतं. माझ्यासाठी यशाची व्याख्या ही पदवी मिळवणं एवढीच कधी नव्हती. आपल्या कमतरतांवर मात करून, धाडसी निर्णय घेऊन ते तडीस लावणे याला मी यश म्हणते. जोखमीचं पाऊल उचलण्याला मी यश म्हणेन, त्यामुळे अशा परिस्थितीत माझा परदेशात जायचा निर्णय हेच माझ्यासाठी खूप मोठं यश होतं.

उर्मिला ज्या रुग्णालयात काम करत होती, तिथेच मला काही काम करता येईल का असा प्रयत्न मी करत होते. एक महिनाभर मी तिथे observer म्हणून काम केलं. ती माणसं वेळोवेळी मला पारखून पहायची, माझं ज्ञान तपासायची. त्यांना नंतर खात्री पटली की खरंच या मुलीने पॅथॉलॉजीचा अभ्यास केलेला आहे. उर्मिलाचे educational supervisor Mr. Nigel Kirkham हे देशातल्या सर्व पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांसाठी एका कोर्सचे आयोजन करायचे. त्यांनी मला तिथे जायची संधी दिली. आणि तीसुद्धा माझ्याकडून शुल्क न घेता. शिवाय त्यासाठी लागणाऱ्या वह्या व पुस्तकेही त्यांनी मला उपलब्ध करून दिली. तो पाच दिवसांचा कोर्स झाल्यावर झालेल्या परीक्षेमध्ये मी दुसरी आले आणि त्या अधिकाऱ्यांच्या पात्रतेस उतरले. त्यांनी मला लंडनमध्ये एका वर्षाचा ट्रेनिंग जॉब उपलब्ध करून दिला.

त्याच वेळी रॉयल कॉलेजने मला, जर तू ट्रेनिंग पोस्ट शोधलीस तर आम्ही तुला sponsor करू. तुला PLAB परीक्षा द्यायची गरज नाही असं सांगितलं होतं. त्यामुळे registrar आणि house officer अशा दोन्ही पदांसाठी मी अर्ज करत राहिले. house officer च्या पदासाठी माझा अनुभव पुरेसा होता पण registrar या पदासाठी मात्र माझा अनुभव पुरेसा नव्हता. त्यामुळे नक्की परीक्षा द्यावी की नाही अशी दुविधा मनात निर्माण झाली होती. घरी केवळ उर्मिलाचाच पगार होता. मी पूर्णपणे तिच्यावर अवलंबून होते. त्यामुळे शक्य तोवर चालत जायचं, खाण्या-पिण्यावरही पैसे वाचवायचे असा खाक्या होता, काही रविवार तर फक्त चार डोनट खाऊन ही काढलेले आहेत.

काही दिवसांनी मला West Midland मध्ये एका registrar च्या मुलाखतीला बोलावलं. माझ्यापेक्षा बरेच अनुभवी लोक तिथे मुलाखतीसाठी होते. मी सुद्धा पूर्ण तयारी करूनच तिथे गेले होते पण मिळाली नोकरी तर मिळाली, नाही तर पुन्हा प्रयत्न हे ठरवूनच मी गेले. I did not have anything to lose. मी भरपूर काम केलं. शनिवार-रविवारीही सुट्टी घेतली नाही. त्यांनी विचारलेल्या शेवटच्या प्रश्नाला, मी ''हे उत्तर जर मला ठाऊक असतं तर तुमच्याकडे कशाला शिकायला आले असते?'' असं

बेधडक उत्तर दिलं आणि परत आले. ती नोकरी मला मिळाली ती एकदम चार वर्षांसाठीच. प्रशिक्षण सुरू झालं आणि तीन वर्षातच माझं प्रशिक्षण पूर्ण झालं. दोन परीक्षा दिल्या आणि मी प्रथम रॉयल कॉलेजची मेंबर आणि त्यानंतर फेलो झाले.

इंग्लंडमधील शिक्षण व नोकरी

शिकत असताना इथे अनेक रुग्णालयात काम करावं लागतं. रुग्णालय बदललं की सगळं आयुष्य बदलायचं. वाहतूक बदलावी लागायची. घड्याळाच्या काट्यावर काम करावं लागायचं. आपण परदेशातून आलो आहोत त्यामुळे आपल्याला सिद्ध करून दाखवायचं असायचं. परदेशात आपण आपल्या देशाचं प्रतिनिधित्व करतो आहोत याचं भान मी सतत ठेवलं. I wanted my presence to be felt ! माझ्या कामामुळे तिथल्या माझ्या शिक्षकांना मी तिथेच राहून नोकरी करावी असं वाटत होतं पण माझा व्हिसा संपत आला होता, आणि मला भारतात यायचं होतं. मी ज्या रुग्णालयात काम करत होते नेमकी तिथे एक consultant ची जागा रिकामी झालेली होती. मी असाच अर्ज केला, मुलाखत दिली आणि मला ती नोकरी मिळाली. त्यामुळे व्हिसा सुद्धा मिळाला. थोडे दिवस consultant पदाचा अनुभव घेऊन भारतात परत जायचं असा विचार करून मी ही नोकरी स्वीकारली. परंतु दोन वर्षांनी मी आत्ता जिथे काम करते त्या हॉस्पिटलने मला काम करण्यासाठी बोलवून घेतलं. या रुग्णालयाचं नाव new cross hospital. हे रुग्णालय खूप मोठं कॅन्सर सेंटर आहे. या हॉस्पिटलमध्ये कॅन्सरच्या दृष्टीने खूप संधी उपलब्ध होणार होत्या. त्यामुळे ही नोकरी मी स्वीकारली. आणि २००२ सालापासून मी तिथेच consultant म्हणून काम करते आहे.

मी consultant histopathologist आणि cytopathologist म्हणून काम करते आहे. आमच्या department चं नाव Department of Cellular Pathology, Black Country, Pathology services असं आहे. Black Country Pathology Services अंतर्गत West Midland या भागात चार रुग्णालये एकत्र आलेली आहेत. माझं मुख्य काम म्हणजे कॅन्सरचं निदान करणे. थोडक्यात सांगायचं झालं तर रुग्णाच्या गाठीची biopsy करावी लागते, ती आमच्याकडे तपासणीला येते. ही गाठ नक्की कॅन्सर आहे का? आणि असेल तर कुठला आहे याची तपासणी आम्ही करतो, त्याचे मुख्य characteristics काय हे आम्ही बघतो. ही तपासणी उघड्या डोळ्यांनी तसंच microscope खालीही होते. यावरून आम्ही जे काही निष्कर्ष काढतो त्यांच्यावरून नक्की रुग्णावर काय उपचार करायचे हे ठरवलं जातं. त्याच्यासाठी एक multi-disciplinary meeting असते. आमचा अभ्यास आम्ही त्या बैठकीत मांडतो. या बैठकीत surgeon, oncologist, radiologist आणि histopathologist असे सर्वजण मिळून विचारविनिमय करून प्रत्येक रुग्णाबाबतचा निर्णय घेतो. रुग्णाची surgery करून कॅन्सरग्रस्त अवयव काढायचा की त्याला radiotherapy आणि chemotherapy अशा उपचारांसाठी पाठवायचे याचा निर्णय आमच्या रिपोर्टवर अवलंबून असतो. हे काढलेले अवयव आमच्याकडे तपासणीला येतात. त्यांची एका विशिष्ट प्रकारे तपासणी करावी लागते. त्याची पहिली पायरी म्हणजे dissection. यात वेगवेगळ्या प्रकारे कापाकापी करून, exactly कुठला tissue निरीक्षणाला घ्यायचा हे ठरवलं जातं. हे खरंच कौशल्याचं काम आहे. कारण खरंच कॅन्सर कुठपर्यंत पसरलेला आहे, तो किती मोठा आहे, तो काढण्यामध्ये सर्जनला पूर्णपणे यश आलेलं आहे का हे dissection ने कळतं. Dissection हा पॅथॉलॉजीचा आत्मा आहे असं म्हणलं तरी त्यात काही वावगं ठरणार नाही. dissection हे काम मला खूप आवडतं आणि त्या विभागाची प्रमुख म्हणून मी सध्या काम करते. आमच्या कार्यक्षेत्रासाठी संपूर्ण शरीराचं function आणि structure माहीत असावं लागतं. मानवी शरीराची गुंतागुंतीची रचना आणि त्याहून गुंतागुंतीची कार्यपद्धती आणि त्यातून होणारे रोग मला नेहमी अचंबित करतात. दोन जीवांमध्ये काहीही भेद नाही हे पुन्हा-पुन्हा जाणवतं आणि मन भरून येतं. निसर्गापुढे आणि ईश्वरापुढे पुन्हा-पुन्हा नतमस्तक होतं. पोस्ट मॉर्टेम करताना मृत्यूचं गूढ पुन्हा-पुन्हा खुणावतं.

पॅथॉलॉजी बिल्डींग आणि हिस्टोपॅथॉलॉजी स्टाफ

रुग्णालयात येणाऱ्या काही कॅन्सरवर मी lead histopathologist म्हणून काम करते. ते क्षेत्र म्हणजे urological cancers आणि head आणि neck cancers, किडनीचे वेगवेगळे आजार, किडनी निकामी होणे अशा रोगांमध्येही मी तज्ज्ञ म्हणून काम करते आहे.

पदव्युत्तर शिक्षण घेत असताना आणि आता consultant झाल्यावर सुद्धा माझ्याकडे माझ्या विषयाचं अद्ययावत ज्ञान आहे ना याबाबतीत मी दक्ष असते. त्यासाठी वेगवेगळी journals वाचणे, courses- seminars, विचार- चिंतन करणे या गोष्टी अंतर्भूत असतात. आज इतकी वर्षं काम केल्यानंतर मला second opinion साठी कोणाकडे cases पाठवाव्या लागत नाहीत एवढी तज्ज्ञ मी झालेली आहे.

काही वर्षे मी head of department होते. त्यात administrative काम बरंच येतं. अनेक post साठी interview panellist म्हणून मी काम केलेलं आहे. वेगवेगळ्या हॉस्पिटलच्या advisory board वर रॉयल कॉलेजची प्रतिनिधी म्हणून काम केलं आहे. मी बरीच वर्षं आमच्या रुग्णालयाची audit lead म्हणून काम पाहिलेलं आहे. Quality improvement मध्येसुद्धा मला बराच रस आहे. काम करण्याच्या पद्धतींमध्ये वैविध्य आणता येईल का आणि त्याचा स्तर वाढवता येईल का असा माझा सतत प्रयत्न असतो. अर्थात कोणी बदल सुचवला तर आधी तो करून बघायचा, तपासायचा आणि मगच अवलंबायचा, हे माझं सूत्र आहे. यासाठी मला clinical excellence award ही मिळालेलं आहे.

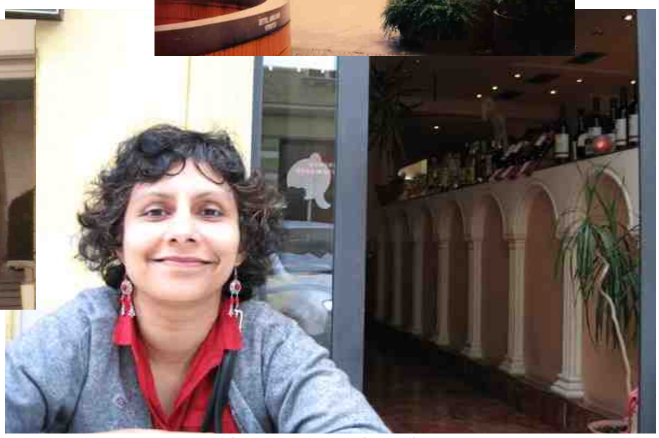
पेपर लिहिणे यात मला विशेष रस नाही. परंतु काही journals मध्ये माझे लेख प्रकाशित झालेले आहेत. काही वर्षांपूर्वी मी एक विशेष tumour चं diagnosis केलेलं होतं. त्याचा case report माझा एक विद्यार्थी प्रकाशित करणार आहे. माझ्या कामाचा आणखी एक भाग म्हणजे पदव्युत्तर विद्यार्थ्यांना शिकवणे.

जेव्हा २००० साली मी consultant म्हणून रुजू झाले तेव्हा आम्ही तीनच जण होतो. दोघं ज्येष्ठ consultant आणि एक मी. तेव्हा आमच्या department मध्ये पदव्युत्तर प्रशिक्षणार्थी यायचे. त्यांची education supervisor म्हणून पहिल्यांदा एका विद्यार्थिनीची जबाबदारी माझ्यावर पडली आणि शिक्षक म्हणून माझा प्रवास सुरू झाला. पदव्युत्तर शिक्षक म्हणून काम करण्यासाठी काही नियोजनबद्ध कोर्सेस करावे लागतात. Dissection पासून diagnosis पर्यंत त्यांना शिकवणे, रिपोर्ट कसा तयार करतात हे सांगणे, त्यांच्या चुकांचा आढावा घेणे, प्रगती पाहणे, अशा अनेक गोष्टी यात अंतर्भूत असतात. करता-करता हे काम मला आवडायला लागलं आणि आपल्याला शिकवता येतं हे लक्षात यायला लागलं. त्यांना शिकवताना मीही खूप शिकत असते.

लॉस अँजेलिस येथील परिषदेमध्ये इंग्लंडमधील तज्ज्ञ

बर्लिन येथील कॉन्फरन्समध्ये पहिला सहभाग

AFIP, USA



प्राग येथील परिषदेमध्ये

प्रशिक्षणामधील वेगवेगळे प्रयोग

मी स्वत: खूप प्रयोगशील आहे. मला साचा माहित असतो, पण मी त्यात खूप बदल करून शिकवायचा प्रयत्न करते. आयती उत्तरं द्यायला मला आवडत नाही. सुस्पष्ट आणि नियोजनबद्ध विचार कसा करता येईल ते मी शिकवते. चांगले विद्यार्थी आल्यावर मला यांना काय देऊ आणि काय शिकवू असं होतं. आता काही वर्षे मी आमच्या संपूर्ण प्रांतातल्या trainees साठी म्हणून काही कार्यक्रमांचं नियोजन केलं आहे. वेगवेगळ्या वक्त्यांनी येऊन सत्रं घेतली, मीही शिकवलेलं आहे, अजूनही शिकवते. या प्रांतातल्या सगळ्या विद्यार्थ्यांचा आलेख मांडण्यासाठी एक कमिटी असते, त्यातही काही वर्षं मी काम केलेलं आहे. या पातळीवर आल्यावर आता मला माझ्या विद्यार्थ्यांनी नावाजावं acknowledge करावं याची गरज भासत नाही. देण्या मधला जो आनंद असतो तोच माझ्यासाठी खूप असतो, त्याच्यावरून कौतुकाची गरज पडत नाही. पुण्यात सुद्धा मी लेक्चर्स आणि सेमिनार्स घेतली आहेत.

Microscope खाली तपासणी करण्याआधी tissues वर काही विशिष्ट प्रकारे प्रक्रिया करावी लागते. यासाठी जी टिम असते त्यातल्या लोकांना biomedical scientist असं म्हणतात. वॉर्डमधल्या नर्सेस यांच्याशी त्याची तुलना करता येऊ शकेल. त्यांच्याकडे biomedical science ची वेगळी पदवी असते. पण ते मेडिकल कॉलेजमध्ये शिकलेले नसतात. त्यामुळे त्यांच्या ज्ञानात एक प्रकारची मर्यादा असते. पण त्यांचा मर्यादित प्रमाणात dissection करण्यासाठी उपयोग होऊ शकतो. त्यामुळे बऱ्याच वर्षांपासून त्यांना limited dissection मध्ये आणायला पाहिजे यासाठी माझे प्रयत्न चालू होते. रॉयल कॉलेजनी सुद्धा याचा पुरस्कार केल्यामुळे अनेक प्रयत्नांच्या अंती माझ्या department level वर मी हा उपक्रम चालू केला. याच्यातून मी पहिल्या तीन विद्यार्थिनींना तयार केलं आणि त्या उत्तीर्ण झाल्या. आता आणखी काही विद्यार्थ्यांना मी त्याचं प्रशिक्षण देत आहे. त्यानंतर या biomedical scientist साठी एक dissection चा कोर्स तयार करायला हवा असं खूप वाटायला लागलं. तेव्हा आम्ही Wolverhampton नावाच्या एका विद्यापीठाशी संपर्क साधला आणि त्यांच्याबरोबर मिळून dissection कोर्स तयार केला. याचं नाविन्य असं की यात फक्त theory नव्हे तर आम्ही practical सुद्धा शिकवायचं ठरवलं. अजूनही इंग्लंड मध्ये practical dissection शिकवणारा एकही कोर्स नाही. यात मुख्य अडचण म्हणजे तुम्ही तुमच्याकडे आलेले नमुने (specimen) तर वापरू शकणार नाही, मग काय करता येईल याचा विचार करताना असं लक्षात आलं की त्याच्यासाठी आपण काही फळभाज्या वापरून dissection शिकवायला सुरू करू शकतो. बीट, मटार, पास्ता घेऊन, त्यांना ink करून, तीच उपकरणं म्हणून वापरून मी dissection शिकवते. चिनी मातीची मॉडेल्स तयार करून आम्ही practical dissection करायला शिकवतो. आता गेली तीन वर्षं हा उपक्रम चालू आहे. याच्या वर युनिर्व्हसिटी आणि आम्ही मिळून एक पेपर ही लिहिला. देश पातळीवर आम्हाला या उपक्रमाला उदंड प्रतिसाद मिळाला. हाँगकाँग आणि चीनमधूनही काही शास्त्रज्ञ येऊन गेले. त्यांना शिकत असताना बघायला मिळणारा आनंद खूप मोठा होता, माझं एक स्वप्न पूर्ण झालं होतं. काही जण तर अगदी मला मिठी मारून गेले. माझ्यासाठी हा मोठा गौरवच होता.

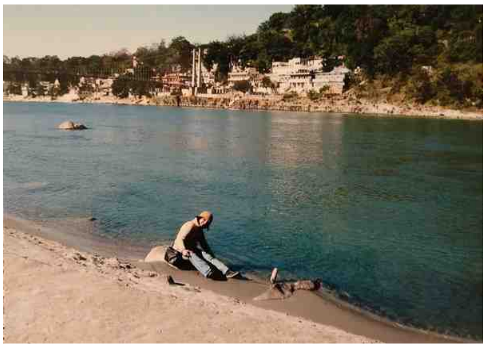
गेले काही वर्षं माझी मैत्रिण खूप आजारी आहे, तिच्या सहनशक्तीला आणि धैर्याला सलाम. ती पूर्ण बरी होईपर्यंत तिची जबाबदारी मी घेतली आहे. परदेशात तुमच्याकडे जेव्हा कुटुंब नसतं तेव्हा तुम्ही एकटे पडता, मित्रसुद्धा एका परिस्थितीनंतर साथ देत नाहीत. लग्न झालं नसल्यामुळेही एकटेपणाशी सामना करावा लागतो. पण या सगळ्या वर्षांनी मला खूप धीट केलं आहे आणि म्हणूनच प्रचंड अडचणी आल्या, ताणतणाव असले तरी मी तिला मदत करू शकते. तिच्या आजारामुळे मी मुद्रा शास्त्र, आयुर्वेदातील काही कर्म, फिजिओथेरपी, ॲक्युपंक्चर मधील काही गोष्टी शिकून घेतलेल्या आहेत. मला घरच्या घरी ट्रीटमेंट देण्यासाठी त्याचा उपयोग होतो. मला ॲक्युपंक्चर या शास्त्राचा खोल अभ्यास करण्याची इच्छा आहे. त्यासाठी प्रयत्न चालू आहेत.

स्वत:चा शोध

इंग्लंडमध्ये बारा महिने पाऊस, लांबलचक हिवाळा अशी परिस्थती असल्यामुळे गाडीनेच प्रवास करणं सोपं असतं. रोज टीव्हीवर travel news बघताना, त्याचे चॅनेल्स बदलता-बदलता एक दिवस आनंदमूर्ती गुरु माँ या बोलत होत्या, त्यांचं चॅनेल लागलं. त्यांचं बोलणं कानावर पडलं. त्या बोलत होत्या ते मनाला खूप भावलं, आपलं वाटलं, त्या जे बोलल्या त्यात तथ्य वाटलं. रोज असं पाच मिनिटे ऐकत राहिल्यावर काही दिवसांनी मी आणि माझ्या मैत्रिणीने त्यांचं प्रवचन ऐकायला सुरू केलं.

बर्फाच्या वर्षावात ऑफिस गाठताना

त्या जेव्हा इंग्लंडमध्ये आल्या तेव्हा आम्ही सहज घरी येण्याची विनंती केली, विशेष म्हणजे त्या आल्यासुद्धा! त्या आमच्या घरी आल्या, बसल्या आणि मला विचारलं तू कशी आलीस इथे? ही सगळी गोष्ट सांगता-सांगता मला एकदम रडूच फुटलं. काही काळाने त्यांनी मला डोळ्यात डोळे घालून एकच प्रश्न विचारला की who am I to you? त्या नंतर सगळंच स्तब्ध झालं, जणू माझं मन विरून गेलं. काही वेळाने माझ्या डोक्यात एकच शब्द उमटला तो म्हणजे गुरू. तेव्हापासून त्यांना मी गुरू मानायला सुरू केलं.



ऋषिकेश येथील गुरुजींच्या शिबिरात सहभाग

भारतात आले की मी गुरुजींच्या आश्रमात रहायला जाते, जेव्हा-जेव्हा शक्य असेल तेव्हा त्यांच्या ध्यानधारणा शिबिरांमध्ये भाग घेते. गेले दोन वर्षं कोरोना काळात गुरुजी ऑनलाईन शिबिरं किंवा वेदांतातील काही पुस्तकांचा तास घेतात, मी शक्य तेव्हा या अभ्यासवर्गात उपस्थित होते. योगासनं, प्राणायाम, जप आणि ध्यान हे माझ्या रोजच्या दिनचर्येचे भाग आहेत.

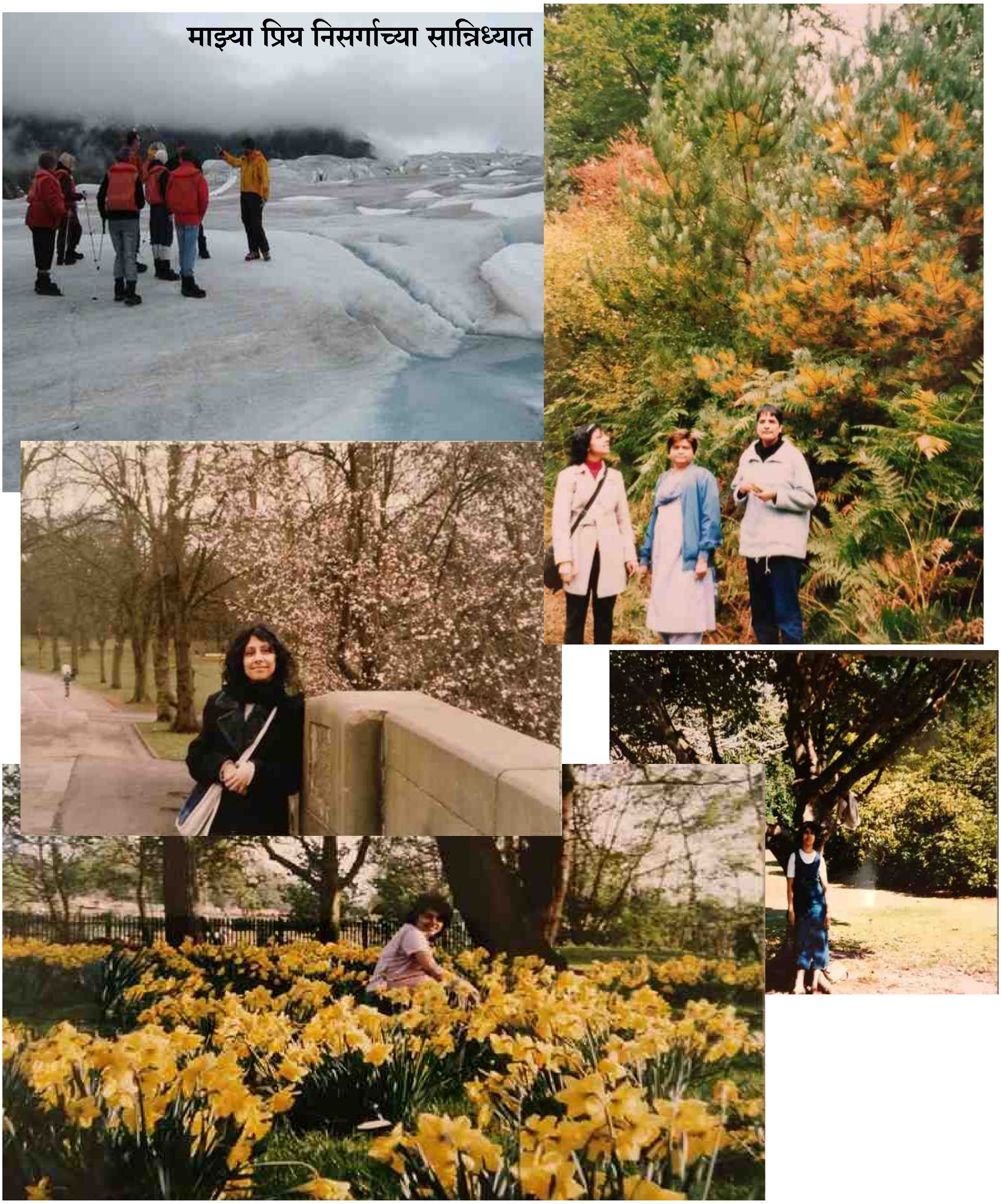
मी २००८ साली मानसरोवर आणि कैलास परिक्रमा केली. तिथे मानसरोवराकाठी ब्राम्हमुहूर्तावर आम्ही जप केला आणि मला माझे गुरू तिथे आहेत असा भास झाला. त्या परिसरामध्ये अनेक साधू-संतांनी तपश्चर्या केलेली आहे. कुठल्याही अध्यात्मिक तपश्चर्या करणाऱ्या माणसाला खेचून ठेवण्याची शक्ती त्या परिसरात आहे. या शक्तीचा प्रचंड प्रभाव मलाही जाणवला आहे. कदाचित परिस्थिती असती तर मी तिथे राहून तपश्चर्या केलीही असती.

तिथून आल्यावरही मी जवळपास सात दिवस सारखी रडत होते आणि या सात दिवसानंतर जो शब्द उमटला तोही गुरुच. आणि म्हणून आज मी जे काय करते ते या गुरुंच्या चरणी अर्पण करते.

हॉस्पिटलमध्ये रोज कॅन्सरचे असंख्य रुग्ण येतात, माझा रोज कॅन्सरशी संबंध येतो. मी खूप व्याधी आणि आजारपणांचं suffering पाहिलं आहे, यातून उठण्याचा एकच उपाय आहे तो म्हणजे अध्यात्मिक साधना. मानव जन्माचं हित हे आत्मबोध आहे असं जे गुरुजी म्हणतात ते मला खूप पटतं. यासाठी माझ्या हातून गुरुंच्या मार्गदर्शनाने अध्यात्मिक साधना व्हावी अशी खूप इच्छा आहे.

कैलास-मानसरोवर परिक्रमा आणि तिबेटियन गाईड बरोबर

आयुष्याच्या या वळणावर आल्यावर असं वाटतं, की आपल्या प्रत्येकाला प्रारब्धाची अशी चौकट आखून दिलेली आहे. आपल्या नकळत असणारी बंधनं आहेत आणि तशीच आपल्या इच्छेप्रमाणे वागायला मोकळ्या जागा आहेत. आपल्याला असं वाटतं की आपल्या आयुष्यातले महत्त्वाचे निर्णय आपण स्वत: घेतो. परंतु मला वाटतं, की त्यामध्ये आपल्या प्रारब्धाचा खूप मोठा वाटा असतो. माझ्यासारखी एकमताने संपूर्ण भारतीय मुलगी जिला परदेशात शिकायलाही यायचं नव्हतं आज ती तिथे राहते आहे, नोकरी करते आहे याचं मलाच आश्चर्य वाटतं. हा माझा प्रवास आहे आणि याकडे मी आज त्रयस्थ म्हणून बघू शकते. लहानपणीची उत्तरा, शाळेतली उत्तरा, कॉलेज मधली, इंग्लंडमध्ये आल्यानंतरची, पाच वर्षांपूर्वीची, आजची आणि उद्याची जी असेल ती उत्तरा या सगळ्यांमध्ये खूप फरक आहे. आपण दर क्षणाला बदलत असतो. अध्यात्मिक साधना म्हणजे आपल्या स्वतःला आपल्या स्वतःच्या खऱ्या स्वरूपात ओळखण्याचा प्रवास. यासाठी गुरुचं महत्त्व अनन्यसाधारण आहे. तुम्ही गृहस्थ असा किंवा संन्यासी, तुमच्या वाटेवर असे गुरू मिळावेत अशी माझी सर्वांसाठी सदिच्छा आहे.



RAPID FIRE

१. आवडते पुस्तक - दुस्तर हा घाट आणि थांग, विचार चंद्रोदय, सांध्यपर्वातील वैष्णवी

२. आवडता चित्रपट- कोशिश, मौसम

३. छंद - निसर्गाच्या सान्निध्यात राहणे, चालणे, संगीत, कविता, वाचन, लेखन

४. शाळेतील लक्षात राहिलेला उपक्रम - मुलींचे दीक्षाग्रहण

५. पहिली प्रतिक्रिया -

- Pathology - profession and passion
- ज्ञान प्रबोधिनी- नावातच सर्व काही सामावलेलं आहे.

उत्तरा कर्णिक
+ 44 7729 155536
mugdha.uttara@gmail.com

मुलाखत आणि शब्दांकन - चिन्मयी खरे

संपादन - मानसी बोडस, पल्लवी गोखले - नगरकर

आरेखन व मांडणी - निशिगंधा खळदकर

Write to us : jpp51_51@jnanaprabodhini.org