



म नोरंजनविश्वात काम करण्ह हा अनंददायी अनुभव असतोच पण येथील व्यस्ततेमुळे तुम्हाला काही बाबी मारे ठेवाया लागतात हेडेखील सत्य आहे. अर्थात इथे खूप गोडी शिकायला मिळतात, जगाकडे पाण्याची वेगळी दृष्टी मिळते हेडेखील नाकारून चालाणार नाही. 'पोठ' च्या अनुभवाबदलाई मी असंच सांगू इच्छिते. या मालिकेन मला घडवत. या कामामुळे अभिनयात सहजता येण्यास मदत झाली. उल्लेख करायाजोगी बाबी म्हणून या मालिकेत प्रथमच पाण्याखालील दृष्टी चित्रित करायात आलं, तो अनुभव माझासाठी अविसरणीय होता. खरं तर मला पोहात येत नाही. त्यामुळे असं दृश्य चित्रित करायचं आहे, हे समजल्यावर अंगावर काटा आला होता. आपल्याबदून हे काम व्यवस्थित होईल का, असा प्रश्न सतत मनात येत होता. मात्र, दृश्याच्या

आयुष्यात खूप काही करायचं आहे...

त्यारीसाठी स्कूबा डायवर्सची टीम बोलावण्यात आली होती. त्यांच्याकून व्यवस्थित प्रशिक्षण घेतल आणि मी या दृश्यासाठी सज्ज झाल्या आहेत. ज्योती याचे प्रतीकै नैनवाल यांना लष्कराच्या अपेक्षेन रखक अंतर्गत दहशतवादांची लढताना वीरमरण आलं. त्यावेळी ज्योती यांच्यावर दुःखाचा डोंगरच कोसळला. दीपक यांच्या अशा अचानक जाण्याने त्यांच्या कुंबुंबाच काय होणार असा प्रश्न अनेकाना सतावू लागत. त्यावेळी गृहणी असण्याचा जागी यांना काय करायचं हे सुवत नव्हत. ज्योती यांच्या त्यांच्या आईने धीर दिला. तूच तुम्हा जीवनातील शिल्पकार आहेस आणि तुला तुड्या मुऱासमोर आदर्श उमा करायाचा आहे. अयुष्य करंग घडवयाचे हे तुङ्ग तुङ्ग ठरव, अस त्यांच्या आईने सांगितल. आईचा सल्ला ऐकून ज्योती यांनी लष्करात दाखल होण्याचा निर्णय घेतला. लष्कराची निवड प्रक्रिया कवी असते, याबदल ज्योती यांना अजिबात कल्पना नव्हती. पण त्यांचा जाण्याची तीव्र इच्छा त्यांना स्वस्थ बसू देत

मला व्हायोलिन वादनाची आवड आहे. त्यांचं थोडं शिक्षणाही घेतल आहे. परंतु उरविरत शिक्षण पूर्ण करायासाठी पुरेसा वेळ मिळत नाही. अर्थात, वेळ मिळताच ही इच्छा पूर्ण करायाआ आहे. मला कथकारीही आवड आहे. परंतु करायकरींदरल्या व्यस्ततेमुळे तेही शिक्षण अर्धेट राहिल आहे. मात्र, मालिकेतील बायो आजूमुळे माझ्यात कथकारींचं शिक्षण पूर्ण करायाची जिह्व निर्माण झाली. शिवाय फिजिओथेरेपीचं शिक्षण घेतल्यानं विलिनिक सुरु करायाचीही इच्छा आहे. अर्थात, या विलिनिकचं स्वरूपाही वेगळ असणार आहे. त्याबाबतच्या काही कल्पना मनात तयार आहेत. मला आयुष्यात खूप काही करायाची इच्छा आहे.

ता बाजारात लालबुंद गाजर येण्यास सुरुवात झाली आहे. ती बघितल्यावर डोळ्यासमोर पहिली डिश येते ती गाजर हलव्याची. तुम्हार परतलेला, दुधात शिंजवलेला, भरारू सुका मेवा घातलेला गाजर हलवा खूप छान लागतो. चाला तर मग, आपण गाजर हलव्याची रेसिपी जाणून घेऊ या.

साहित्य : किसलेली गाजर, दोन कप दूध, एक वाटी तूपू, चमचार वेलची पूळ, गरजेन्सुसार सुका मेवा (पिस्ता, बादाम, काजू, बेदांगे काप करून) वाटीभर खावा, साखर इत्यादी.

कृती : आधी कढई गरम करून द्या. नंतर त्यात गाजराचा किस घाला. गाजराला सुटणार पाणी पूर्पणे सुकू द्या. किस

पूर्पणे कोरडा झाला की त्यात दूध घाला. दुधासोबत गाजर शिंजू द्या. दूध गाजरात नीट शोफल गेल की तूप घाला. मिश्रण नीट हलवू द्या. आता सासर्ही घाला. यानंतर गाजर तुपा-दुधात गाजर शिंजू द्या. शिंज्यानंतर त्यात खवा घालून चांगलं परत्तू द्या. चांगलं वरून सुका मेवा आणि वेलची पूळ घाला. नीट हलवून कढईल गरिमेंटभर झाकांग ठेवा. रुचकर हलवा गरमगरम सर्वहं ठेवा.

रसगंधा :

पूर्पणे कोरडा झाला की त्यात दूध घाला. दुधासोबत गाजर शिंजू द्या. दूध गाजरात नीट शोफल गेल की तूप घाला. मिश्रण नीट हलवू द्या. आता सासर्ही घाला. यानंतर गाजर तुपा-दुधात गाजर शिंजू द्या. शिंज्यानंतर त्यात खवा घालून चांगलं परत्तू द्या. चांगलं वरून सुका मेवा आणि वेलची पूळ घाला. नीट हलवून कढईल गरिमेंटभर झाकांग ठेवा. रुचकर हलवा गरमगरम सर्वहं ठेवा.

स्टाइलिंग टिप्प्स...

* उंच आणि बारीक महिला धोती पैंट कॉर्ट वेस्टर्न आणि पारंपरिक अशा दोन्ही पद्धतीनी कॉर्ट करायची करायचा आहे. अनेकोंना इंडो वेस्टर्न लूक कॉरी करायाचा खूप आवडत. लग्नसमारंभातही फुजुन चालून जातां. तुम्ही वेगवेगळ्या पद्धतीनी ट्रिस्ट देता येईल. आरामाही वेगळा लूक हवा असेल तर धोती पैंट कॉरी करात येईल. धोती पैंट कॉरी करायाच्या या काही

स्टाइल रेटेमेंट

* उंच आणि बारीक महिला धोती पैंट कॉर्ट वेस्टर्न आणि पारंपरिक अशा दोन्ही पद्धतीनी कॉर्ट करायची करायचा आहे. अनेकोंना इंडो वेस्टर्न लूक कॉरी करायाचा खूप आवडत. लग्नसमारंभातही फुजुन चालून जातां. तुम्ही वेगवेगळ्या पद्धतीनी ट्रिस्ट देता येईल. आरामाही वेगळा लूक हवा असेल तर धोती पैंट कॉरी करात येईल. धोती पैंट कॉरी करायाच्या या काही

शेकातात. धोती पैंटवर क्रॉप टॉप किंवा शॉर्ट कुर्ताही घालता येईल. मात्र यासोबतच श्रग कॉरी करा. या लूक्सोबत हिल्स किंवा मोजाडी यांपैकी काहीही घालता येईल.

* मध्यम बांध्याच्या महिलांवर कोणतीही प्रावरणं शोभून दिसतात. अशा महिला धोती पैंट अंगदी बिनाधारस कॉरी करू शकतात. धोती पैंट, शॉर्ट कुर्ता आणि पायांपरिक जॉकेट असा तुकू भन्नात दिसेल. यासोबत मोजडी आणि झूम्के घाला.

* अंगेल शेड शरीरस्थृती असणाऱ्या महिलाही धोती पैंट कॉरी करू शकतात. अशा महिला धोती पैंटवर टच्युनिस कॉरी करू शकतात. त्यावर लांग कुर्ताही घालता येईल. विविध पद्धतीच्या अंकसेसरीज घालून तुम्ही लूक येहुलू शकता.

* धोती पैंटने कॅंजुअल लूकही मिळवता येता. या पैंटवर टी शर्टीही घालता येईल. भटकंतीला निघाला असल तर असा लूक कॉरी करायता येता. काय करू? तिला कसं समजावू?

- तुमचीच नव्हे तर सध्या अनेक माताती ही व्यव्या आहे. या उपचारामुळे त्वचेतील रोमछिद्रं स्वच्छ होतात. तसंच पिपलतीची समस्या दूर व्हायला मदत होते. हे उपचार अनेक अर्थानी उपयुक्त ठरतात.

* नितळ, मुलायम त्वचेवर मेक अप खुलून दिसतो. त्वचेवरील डगाधबे घालून्यासाठी डर्मा प्लानिंग करून धेता येईल. या उपचारामुळे त्वचेवरील मूत त्वचा निघून जाते आणि वेहरा नितळ, मुलायम दिसू लगातो.

स्टाइलिंग टिप्प्स...

* उंच आणि बारीक महिला धोती पैंट कॉर्ट वेस्टर्न आणि पारंपरिक अशा दोन्ही पद्धतीनी कॉर्ट करायची करायचा आहे. अनेकोंना इंडो वेस्टर्न लूक कॉरी करायाचा खूप आवडत. लग्नसमारंभातही फुजुन चालून जातां. तुम्ही वेगवेगळ्या पद्धतीनी ट्रिस्ट देता येईल. आरामाही वेगळा लूक हवा असेल तर धोती पैंट कॉरी करात येईल. धोती पैंट कॉरी करायाच्या या काही

शेकातात. धोती पैंटवर क्रॉप टॉप किंवा शॉर्ट कुर्ताही घालता येईल. मात्र यासोबतच श्रग कॉरी करा. या लूक्सोबत हिल्स किंवा मोजाडी आणि झूम्के घाला.

* अंगेल शेड शरीरस्थृती असणाऱ्या महिलाही धोती पैंट कॉरी करू शकतात. अशा महिला धोती पैंटवर टच्युनिस कॉरी करू शकतात. त्यावर लांग कुर्ताही घालता येईल. भटकंतीला निघाला असल तर असा लूक येहुलू शकता.

* धोती पैंटने कॅंजुअल लूकही मिळवता येता. या पैंटवर टी शर्टीही घालता येईल. भटकंतीला निघाला असल तर असा लूक कॉरी करायता येता. काय करू? तिला कसं समजावू?

- तुमचीच नव्हे तर सध्या अनेक माताती ही व्यव्या आहे. या उपचारामुळे त्वचेतील रोमछिद्रं स्वच्छ होतात. तसंच पिपलतीची समस्या दूर व्हायला मदत होते. हे उपचार अनेक अर्थानी उपयुक्त ठरतात.

* नितळ, मुलायम त्वचेवर मेक अप खुलून दिसतो. त्वचेवरील डगाधबे घालून्यासाठी डर्मा प्लानिंग करून धेता येईल. या उपचारामुळे त्वचेवरील मूत त्वचा निघून जाते आणि वेहरा नितळ, मुलायम दिसू लगातो.

केअरंग टिप्स

काळजी दागिन्यांची

आपल्याकडे बच्याचे प्रकारचे दागिने असतात. त्यातही आर्टिफिशियल दागिने खरेदी करायचा कडे असेही आहे. असांच दागिने नीट ठेवावे लागतात. नीट काळजी धोती तरच त्यांचं सौंदर्य टिक्कत.

हे लक्षात धेता दागिने काढल्यानंतर डबीत ठेवण्याची मज काढावून नीट ठेवून द्या. दागिन्यांचे चमक टिक्कवू

ठेवण्याची मज काढावून नीट ठेवून द्या. दागिन्यांचे चमक टिक्कवू

ठेवण्याचे चमक टिक्कवू

ठेवण्याचे चमक टिक्कवू

