



प्रेरणास्थान  
श्री. सुरेशदादा जैन



Suresh Dada Scheme for  
Educational & Entrepreneurial Development  
सुरेशदादा शैक्षणिक व उद्योजक विकास योजना



मातीश्री प्रेमाबाई जैन  
उच्च शिक्षण शिष्यवृत्ती योजना

# ज्ञानयज्ञ

वर्ष ८ | अंक २४ | सप्टेबर – डिसेंबर २०१९

आमचे ध्येय  
गुणवंत विद्यार्थ्यांमध्ये  
शैक्षणिक व उद्योजकीय कौशल्ये विकसित करून  
त्यांना जागतिक स्तरावर सक्षम बनविणे.

संधी चालून येत नाहीत,  
त्या निर्माण कराव्या लागतात....

एसडी-सीड  
विद्यार्थी  
दत्तक योजना  
(तपशील पान ९ वर)



## संधीचे सोने करा !



श्री.यु.डी.पाटील

देणा—याने देत जावे,  
घेणा—याने घेत जावे !  
घेता घेता एक दिवस  
देणा—याचे हात घ्यावे!!

ही प्रार्थना एवढयासाठीच की, आदरणीय सुरेशदादांनी भगवंताकडे जणू प्रार्थनाच केली की, मला जे भरभरून मिळालं ते मी गरीब, गरजू,

होतकरू विद्यार्थ्यांना देवून त्यांचं जीवन उज्ज्वल बनवीन.

दादांच्या पूजनीय आईची शिकवण की; माझे जे आहे त्यात अनेकांचा वाटा आहे. शिक्षणापासून वंचित राहणारे काही मुलं क्षमता असतांनाही केवळ आर्थिक दारिद्र्यामुळे संधी गमवतात. अशांच्या भावना जाणून दादा अनेक वर्षांपासून निरपेक्षवृत्तीने मदतीचा हात देत आहेत. यातूनच एसडी—सीडचा जन्म झाला.

दान—देणगीदार तर अनेक जण आहेत पण आदरणीय दादांनी आपल्या खान्देशच्या विद्यार्थ्यांना शिक्षण देण्यासाठी केवळ आर्थिक अडचण अडचण ठरू नये म्हणून दातृत्वाचे जे दालन खुले केले आहे ते आहे पवित्र एसडी—सीड. मी एवढेच म्हणेल निर्णयक्षम बना, यशाचे उत्तुंग शिखर गाठा आणि आदरणीय दादांच्या एसडी—सीड या उपक्रमाचे चिज करा.

**यानिमित्ताने एसडी—सीड लाभार्थ्यांसाठी काही सांगावेसे वाटते.**

प्रथम यशाच्या उंच शिखरावर चढण्यासाठी आतुर, 'भविष्यवेधी स्वप्नदर्शिनी प्रतिभा, मिळे सकलरूप पालटण्याची दिशा' उज्ज्वल स्वप्ने पाहण्यासाठी लागणारी प्रतिभा विधायक दृष्टीकोन मिळो, तुम्हा विद्यार्थ्यांना नवीन वर्षांच्या हार्दिक शुभेच्छा!

**यशाच्या शिखरावर :** एखादं यश मिळाल की आपण जणू एक वेगळा माणूस बनतो. पहिला नंबर असो किंवा एखाद्या स्पर्धेत मिळालेली ढाल असो, परिक्षेतील गुण असो या यशाने होणा—या परिणामाची धुंदी चढू देवू नका. आपल्या यशाचे लोक कौतुक करतात तेव्हा इतरांना तुच्छ न लेखता 'ऑय अॅम व्हेरी स्पेशल' असं न वाटणारा विद्यार्थीच यशाच्या उत्तुंग शिखरावर पोहचतो.

**प्रश्न कौशल्य :** विद्यार्थी हा नम्र असावा. त्याबरोबरच त्याला जर खूप प्रश्न पडत असतील तरच आपण भविष्यातील मोठा गुंता सोडवू शकू म्हणून जाणिवपूर्वक प्रश्नकौशल्य विकसित करायला हवे. एक लक्षात ठेवा की प्रश्न पडणं हे जीवंत माणसांचे लक्षण आहे. आणि ज्यांना जगावेगळे प्रश्न पडले व त्या प्रश्नांची उत्तरे शोधण्यासाठी जे धडपडले तेचं मोठठे झाले. म्हणून कोणत्याही प्रश्नांच ओझं वाटू देवू नका.

**खिलाडू वृत्ती :** आज आपण बघतो की, आत्महत्या हे अगदी टोकाचं पाउल आहे ते टाळता आलच पाहिजे. 'त्यालाच जीवन ऐसे नाव'. स्पर्धा नसतांनाही जिथं सहकार्याने उद्दिष्ट गाठायचं असले, तेथे 'श्रेयाची' लढाई चालत नाही. हार, जीत, मान, अपमान, नफा, तोटा, नुकसान हे मानवी जीवनाचे अलंकार समजून परिधान केल्यास तुमच्यात खिलाडूवृत्तीची जोपासना होईल व असा विद्यार्थी अर्जुन बनतो हे लक्षात ठेवा.

**आत्मविश्वास :** छोट्या—छोट्या गोष्टी जाणीवपूर्वक ठरवून की वेगळाच आत्मविश्वास मिळतो. त्यातून हळूहळू छोटे—मोठे संकल्प करून ते पूर्ण करण्याचे बळ, विश्वास वाढीस लागतो. संकल्प आपल्या शालेय वर्षांच्या सुरुवातीला करावेत. ते संकल्प पूर्ण होण्यासाठी वर्षभर सातत्याने पाठपुरावा करावा. त्यातूनच आपल्या स्वतःच्या समस्या, स्पर्धा परिक्षेची तयारी करतांना येणा—या अडचणी व सध्याच्या भेडसावणा—या समस्या सोडविण्यासाठी काहीतरी करायचे नक्की केल की, त्यादिशेने पाउल पडून आत्मविश्वास वाढतो.

**वेळेचा सदुपयोग :** विद्यार्थी दशा ही आयुष्यातील महत्वाची स्थिती आहे. आपले उज्ज्वल भविष्य विद्यार्थी दशेतच घडते. व्यक्तिमत्व विकास व मुलभूत विकासासाठी विद्यार्थीदशेतच वेळ मिळतो. त्या वेळेचा सदुपयोग करा. वेळ वाया घालवू नका. कारण गेलेली वेळ कधीच परत येत नाही. सतत काहीतरी वाचा व लिहा. रामदास स्वामींनी विद्यार्थ्यांना महत्वाचा उपदेश केला आहे. 'दिसामाजि काहीतरी लिहीत जावे'. आणि आपणांस माहितच आहे, 'वाचाल तर वाचाल'.

विद्यार्थी मित्रांनो, शिक्षणाने सुसंस्कृत, आदर्श विद्यार्थी बना व कुटुंब, गाव राष्ट्राचे नाव उज्ज्वल बनवा. स्पर्धेच्या युगात स्पर्धा परिक्षांची तयारी करा. चुकीच्या मार्गाने जावू नकोस. नेकीने यश मिळवा. को—या को—या कागदावरी, शब्द टपोरी उमटावे ! तशाच को—या आयुष्यावरी भाष्य गोजिरे रेखावे.

— श्री. यु. डी. पाटील

एसडी—सीड सल्लागार समिती सदस्य

या अंकात...	पृष्ठ क्र.
१. संपादकीय	२
२. एसडी—सीड शिष्यवृत्ती यशोगाथा	३
३. विद्यार्थ्यांसाठी प्रशिक्षण कार्यक्रम	४
४. प्रभावी भाषण तंत्र आणि मंत्र	५
५. विकसित करा लेखन कौशल्य	६
६. सकारात्मक विचारांचे सामर्थ्य	७
७. लाभार्थ्यांचे मनोगत	८
८. एसडी—सीड विद्यार्थी दत्तक योजना तपशील	९

### ज्ञानयज्ञ संपादक मंडळ

श्री. राजेश यावलकर — ज्ञानयज्ञ प्रमुख संपादक, श्री. एन.जे. गादिया, श्री. महेश गोरडे, श्री. नीळकंठराव गायकवाड,



“स्वतःच्या अडचणीच्या काळातही जी व्यक्ती इतरांना मदत करते,  
ती व्यक्ती जगातील सर्वात सुंदर व्यक्ती असते.”

बिल गेट्स मायक्रोसॉफ्टचे संस्थापक हे जगातील सर्वात श्रीमंत व्यक्ती म्हणून जाहीर झाले तेव्हा पत्रकारांनी त्यांना विचारले, “आता आपल्या भावना काय आहेत? जगातील सर्वात श्रीमंत व्यक्ती म्हणून आपल्याला कसे वाटते? बिल गेट्स म्हणाला, “मी जगातील सर्वात श्रीमंत व्यक्ती नाही. माझ्यापेक्षा एक वर्तमानपत्र विकणारा बारा वर्षांचा मुलगा श्रीमंत आहे. एकदा तरूणपणी मी न्युयॉर्क विमानतळ परिसरात एक वर्तमानपत्र विकत घेतले. पैसे घायला खिशात हात घातला तर पैसे नव्हते. म्हणून मी वर्तमानपत्र जागेवर ठेवले. मुलाला तसे सांगितले. त्या मुलाने मला ते वर्तमानपत्र मोफत देवू केले. मी नाकारल्यावर तो म्हणाला की ते वर्तमानपत्र मी मुदद्दलाच्या रकमेतून देत नसून मला मिळणा-या मजुरीच्या रकमेतून देत आहे. त्याने आग्रहाने तो पेपर मला दिला. स्वतःचे अनेक प्रश्न व अडचणी असतांना व स्वतःचे उत्पन्न अत्यल्प असतांनाही त्याने मला पेपर दिला. त्यामुळे तो मुलगा माझ्यापेक्षा निश्चितच श्रीमंत आहे.”

**स्वतःच्या अडचणीच्या काळातही जी व्यक्ती इतरांना मदत करते ती व्यक्ती जगातील सर्वात सुंदर व्यक्ती असते.**

माणसाजवळ किती पैसा आहे यावरून जग त्याचे मोठेपण ठरवत नाही, तो किती शिकलेला आहे व तो कोणत्या पदावर यावरूनही लोक त्याचे मोठेपण ठरवत नाहीत. तर तो माणून किती लोकांच्या पाठीशी उभा राहिला यावरून जग त्याचे मोठेपण ठरवते. स्वतःची तबबेत साथ देत नसतांना, स्वतः अडचणीत असतांना गरीब व हुशार विद्यार्थ्यांच्या शिक्षणात सहाय्य करणाऱ्याची भूमिका माननिय सुरेशदादांचे वेगळेपण दाखवते.

एखाद्या भूकेल्या व्यक्तीला आपल्या अन्नातील घास देवून भूक भागवणे ही कौतुकास्पद सेवा आहे. पण त्यामुळे त्याचा प्रश्न तात्पुरता सुटतो. एखाद्या हुशार व गरीब गरजू विद्यार्थ्यांचा चरितार्थाचा प्रश्न कायमचा सोडवण्याचा प्रयत्न करणे म्हणजे त्याला शिक्षण देणे होय. त्यातून त्याला ज्ञान व कौशल्य प्राप्ती होवून तो त्याची व कुटुंबाची प्रगती करू शकेल. अशा गरीब व हुशार मुलांना शिक्षणात शिष्यवृत्ती म्हणून अल्पस्वल्प मदतीचा हातभार लावणे हे मा. सुरेशदादांचे विशाल मनाचे प्रतिक आहे.

नकारात्मक विचारसरणीच्या माणसाला प्रत्येक संधीतही अडचणीच दिसतात. पण सकारात्मक विचारसरणीच्या

माणसाला प्रत्येक अडचणीतही संधी समोर दिसते. स्वतःचे आरोग्य ठिक नसतांना व अडचणी समोर असतांनाही विद्यार्थीहीत समोर ठेवून एसडी-सीड ही शिष्यवृत्ती योजना सुरू ठेवण्यात दादांची प्रचंड सकारात्मकता दिसून येते.

वेळ ही एकविसाव्या शतकाचे नाणे आहे. वेळ कोणासाठीही थांबत नाही. गेलेली वेळ पुन्हा येत नाही. वेळ तशीही निघून जाणारच आहे, प्रश्न आहे तो “तुम्ही वेळेचा वापर कसा करता?”. “याक्षणी माझ्या वेळेचा फायद्याचा उपयोग कोणता होवू शकेल?” स्वतःच्या प्रतिकूल कालखंडातही दादांनी विद्यार्थीहीतच पाहिले हे त्यांचे वेगळेपण दर्शवते.

निश्चयी माणसाला कोणीही थांबवू शकत नाही. अनिश्चयी माणसाला थांबवण्याची गरज पडत नाही कारण तो जागेवरून निघतच नाही. निश्चयी माणून छोटा शब्द देवून मोठी पूर्तता करतो आणि हेच दादांचे निश्चयीपण दर्शवते.

राजा हरिश्चंद्राने स्वप्नात दिलेले वचन पूर्ण करण्यासाठी अनेक संकटे झेलली हे आपण वाचले आहे. ते खरे की खोटे ते माहित नाही. एकदा एका शास्त्रीय उपकरणांचे प्रदर्शन पाहातांना एका विद्यार्थ्याची उपकरणे व कल्पना माजी राष्ट्रपती ए.पी.जे. अब्दुल कलाम साहेबांना भावल्या. त्यांना ते सर्व तपशीलवार समजून घ्यायचे होते पण वेळ नव्हता. म्हणून एपीजेंनी विद्यार्थ्याला सांगितले की ते त्याच्या घरी येवून यथावकाश सगळे समजून घेतील. खूप काळ गेला. विद्यार्थ्याला वाटले की आता काही ते येणार नाहीत. पावणेदोन वर्षांनी एपीजेंनी त्यामुलाची उपकरणे, नव्या कल्पना तपशीलवार समजावून घेतल्या व त्याचे कौतुक व मार्गदर्शन केले. काही माणसे आजच्या काळातही शब्द पाळतात ही माणसे खरोखरच मोठी असतात.

एसडी-सीड या शिष्यवृत्ती योजनेला पुढे सुरू ठेवले. अनेक गरीब व हुशार मुलांना शिक्षणाची संधी मिळवून दिली, अनेक मुलांना दत्तक पालक मिळवून दिले हे सगळे कार्य मा. सुरेशदादा यांच्या मार्गदर्शन व मदत यामुळेच होत आहे.

विद्यार्थी बंधूभगिनींना मी विनंती करतो की त्यांनी खूप अभ्यास करून शिक्षण यशस्वीरित्या पूर्ण करण्यासाठी खूप प्रयत्न करावेत. दादा आणि त्यांचा परिवार यांना समाधान लाभेल असेच आपले वर्तन असावे.

श्री. निलकंठ गायकवाड



मागील चार महिन्यात एसडी-सीडने विद्यार्थ्यांमधील सुप्त कौशल्यांचा विकास होण्यासाठी तसेच शिक्षक आणि पालकांनासुध्दा योग्य ते समुपदेशन व्हावे या उद्देशाने एकूण २१ कार्यक्रमां राबविले. त्यात २४५० विद्यार्थ्यांनी प्रशिक्षणांचा लाभ घेतला.



‘स्मार्ट गर्ल’ शिबिर



हॅन्ड्स-ऑन-सायन्स



परिक्षेला सामोरे कसे जावे?



करिअर मार्गदर्शन



सॉफ्टस्किल डेव्हलपमेंट



वेळेचे नियोजन

## डिसेंबर २०१९ पर्यंत आयोजित झालेले प्रशिक्षण कार्यक्रम

शहरी भागातील युवकांच्या मानाने ग्रामिण भागातील युवक त्यांना उपलब्ध सुविधांच्या कमतरतेमुळे मागे राहतात. त्यांचा परिपूर्ण व्यक्तिमत्व विकास व्हावा या उद्देशाने एसडी-सीडमार्फत वेगवेगळे सॉफ्टस्किल कार्यशाळा राबविल्या जातात. डिसेंबर २०१९ पर्यंत एकूण २८८ कार्यशाळा राबविल्या असून त्यात ३८५०० हून अधिक विद्यार्थ्यांनी त्याचा लाभ घेतला आहे.

सहभागी विद्यार्थ्यांचा शैक्षणिक स्तर, पालक व शिक्षक	सहभागी विद्यार्थी संख्या
पोस्ट ग्रॅज्युएशन	३२१०
ग्रॅज्युएशन	१२४५५
इयत्ता ११ व १२	९६७४
इयत्ता ८ ते १०	१२८६१
पालक व शिक्षक	३००
<b>एकूण</b>	<b>३८५००</b>

प्रशिक्षण विषय	कार्यक्रम संख्या
कौशल्य विकास	१०४
अभ्यासाचे महत्व	२४
मुलाखत कौशल्य	३०
करिअर मार्गदर्शन, प्रेरणादायी व्याख्यान आणि वैयक्तिक समुपदेशन	३४
स्मार्ट गर्ल आणि युवती सशक्तीकरण	२६
वेळेचे व्यवस्थापन	१८
ध्येय निश्चिती व संपादन	१५
परिक्षेला सामोरे कसे जावे?	१४
सीईटी परीक्षेसाठी मार्गदर्शन	८
शिक्षकांना प्रशिक्षण	५
योगाचे महत्व	३
पालकांचे समुपदेशन	३
उद्योजकिय मार्गदर्शन कार्यशाळा	३
विद्यार्थी मुल्यांकन कार्यक्रम	१
<b>एकूण</b>	<b>२८८</b>



## प्रभावी भाषण तंत्र आणि मंत्र

भाषण करायचे म्हटले की, सर्वसामान्यांच्या पोटात गोळा येतो, घशाला कोरड पडते, हातपाय थरथरू लागतात, छाती धडधडू लागते, हातापायांना घाम येवू लागतो, बसल्या जागेवरून पळ काढावा लागतो वगैरे वगैरे. ही सारी लक्षणे एकदम उदभवतात किंवा कधी कोणतेही एकच उदभवते. या सा-या बाह्य लक्षणांना आपण 'भीती वाटणे' असे म्हणतो. काहींना माईकची भीती वाटते, काहींना आधी ऐकलेल्या, बोललेल्या वक्त्यांप्रमाणे बोलता येत नाही, मग लोक आपल्याला हसतील याची भीती वाटते. भाषणाला उभे तर राहू, पण बोलणार काय? ऐनवेळी ततपप व्हायचे आणि सहकारी आयुष्यभर डिवचत राहणार याची भीती वाटते.

'एखाद्याचे बोलणे ऐकत राहावे असे ऐकणा-याला वाटते तेव्हा बोलणा-याच्या बोलण्यातून अविर्भूत होणारे, अविष्कृत होणारे आणि प्रकट होणारे ते वक्तृत्व.'

भाषण ही एक कला आहे. कला नेहमीच कष्टसाध्य व प्रयत्नसाध्य असते. प्रभावी भाषणाची स्पष्टता, सुगमता, आटोपशीरता, नम्रता, विचारांची स्वतंत्रता, बोलण्यातील मधुरता, कुशलता, तन्मयता व आशयघनता ही वेगवेगळी अंगे आहेत. त्यापैकी काहींचा विचार याठिकाणी करू या.

प्रभावी भाषण कौशल्यासाठी आवश्यक तंत्र आणि मंत्र :-

**१. स्पष्टता :-** विचार स्पष्ट असेल तर माणसाचे बोलणे स्पष्ट असते. बोलून विचारात पडण्यापेक्षा विचार करून बोलले पाहिजे. विचारांचे तार्किक विश्लेषण व मार्मिक अभिव्यक्ती यांची स्पष्टतेसाठी गरज असते.

**२. सुगमता :-** अवघड बोलणे सोपे असते, पण सोपे बोलणे फार अवघड असते. भाषणाचा सोपेपणा हे त्याचे सौंदर्य असते. शिल्पकला बघा. किती साधी पण सुंदर असते! भाषण पण असेच आखीव, रेखीव हवे. जाडेजाडे शब्द, पल्लेदार वाक्ये, क्लिष्ट मांडणी टाळावी.

**३. आटोपशीरपणा :-** संक्षिप्तता किंवा मुद्देसुदपणा हा शहाणपणाचा आत्मा आहे. विचारांच्या परिपक्वपणाचे ते लक्षण आहे. शब्दाचा मोजकेपणा व नेमकेपणा हे भाषेवर प्रभुत्व असण्याचे प्रतिक आहे. शब्द नेहमी मोजून-मापून व तोलून वापरावेत.

**४. नम्रता व कुशलता :-** मते ठामपणे, पण नम्रपणे मांडावीत. स्पष्टपणा म्हणजे उध्दटपणा वा कटूपणा नव्हे. बोलतांना शिष्टाचार पाळले पाहिजेत. आवाजात व बोलण्यात मृदुता असावी. वैयक्तिक पूर्वग्रह, द्वेष, आकस, जातीय व धार्मिक उल्लेख या गोष्टी संभाषणात टाळाव्यात.

**५. आशयघनता, अभिव्यक्ती व चरित्रसंपन्नता :-** वाचन, चिंतन, मनन यातून स्वतंत्र विचार जन्माला येतात. प्रश्नाचा सर्वकष विचार करायला शिकले पाहिजे. ज्या विषयाबद्दल बोलावयाचे आहे त्याची सर्वतर तदनुषंगिक इतर विषयाची काही माहिती असली पाहिजे.

बोलण्यात तळमळ व कळकळ हवी. शब्द ओठांतून न येता हृदयातून आले पाहिजे. बोलण्यासारखे बोलणा-याजवळ काही तरी असले पाहिजे. 'जाळावाचून कड नाही, मायेवाचून रड नाही' त्याप्रमाणे प्रामाणिकपणाशिवाय व अनुभवाशिवाय खरे बोल नाही. विचारांची उंची आचारांच्या उंचीवर अवलंबून असते. बोलण्यात मधुरता हवी. त्यासाठी आवाज कमवावा लागतो. आवाजात चढ-उतार असावे लागतात. एका

सुरात किंवा एका पट्टीत बोलले म्हणजे ते कंटाळावेणे होते. सुरुवात व शेवट ही भाषणाची बलस्थाने आहेत.

**भाषण यशस्वी होण्यासाठीच्या पाच पाय-या**

**१. पूर्वतयारीच्या पण आधी :-** भाषणाच्या पूर्वतयारीच्या देखील आधी काही गोष्टी ठरविणे गरजेचे आहे. त्यातून आपण स्वतःला किल्यर होतो आणि पुढे तयारी करतांना मुलभूत मुद्द्यांचा प्रश्न उदभवत नाही. सगळ्यात आधी भाषणाचा विषय ठरवण महत्वाचे आहे. आपण भाषण नेमक कशावर देतोय हे आधी नीट समजून घ्या. भाषणात अजून काय मांडायचे आहे? त्यासाठी काय वाचव लागेल? कोणाशी चर्चा करावी लागेल? हे देखील ठरवून घ्या.

**२. भाषणाची पूर्वतयारी :-** सगळ्या गोष्टींची जमवा-जमव झाली की त्यावर दोन-तीन दिवस छानसं 'चिंतन' करायचे. हया चिंतनात विषयावरच तुमच मत ठरवा आणि ते पक्क करा. हया सगळ्या गोष्टी झाल्या की आपण भाषणाचे कच्चे टिपण काढू शकतो. भाषणात आपल्याला जे मांडायचे आहे, त्याचे कच्चे मुद्दे नोट करून घ्या. त्याचा किती विस्तार करायचा, त्यावर काय बोलायचे हे देखील लगेच ठरवून घ्या. त्यासाठी द्यावे लागणारे संदर्भ, उदाहरणे, आकडेवारी, लहानशी कथा यांची पण जमवाजमव करून ठेवा.

**३. भाषणाचं 'लेखन' ... :-** सगळे मुद्दे तयार झाले की अख्खं भाषण लिहून काढा. भाषण साधारण प्रास्ताविक, मूळ मुद्दे आणि त्यावर आपले मत, विरोधीमत-त्याच खंडन आणि शेवटी भाषणाचा निष्कर्ष अश्या ढोबळ टप्प्यात लिहील म्हणजे योग्य पध्दतीने मांडता येते. लिहितांना श्रोतेवर्गाला समजतील आणि तुम्हाला सुध्दा आठवतील आणि उच्चारणासाठी सोपे असतील असेच शब्द घ्यायचे. त्यात वाक्यरचना, व्याकरण, म्हणींचे अर्थ, वापरलेले संदर्भ किंवा आकडेवारी हे तपासून घ्यावे. व्यवस्थित लेखन पार पडल्यावर ते नियोजित वेळेत बसत आहे का हे पाहून घ्या.

**४. भाषणाचा सराव :-** सरावासाठी भाषणातील शब्द, मुद्द्यांची सुसंगती हे सगळ लक्षात घेणे महत्वाचे आहे. भाषण पाठ करू नका. एखादी आवडती फिल्म बघतो तसे ६ ते ७ वेळा मन लावून वाचावं. ते चांगल लक्षात ठेवता येईल. भाषणात कसे बोलायचं आहे, कुठे थांबायचं आहे, आवाजातील चढ-उतार, भावनिक विषय प्रगटीकरण या नुसार आरशा समारे उभे राहून तालीम करा.

**५. भाषणाच्या सादरीकरण आधी :-** भाषण व्यवस्थित मांडता येत आहे असा आत्मविश्वास आली की आपल्या माहितीमधील वक्ता त्याच्या समोर सादरीकरण करून पहा. त्यांनी सुचविलेले बदल योग्य वाटल्यास करा. त्याचवेळी घशाचा त्रास ऐनवेळी उभा राहणार नाही हयाची पण काळजी घ्या. त्यादिवशी आपला पोशाख, आपल दिसणं हया गोष्टींची पण तयारी करायला विसरू नका आणि संपूर्ण आत्मविश्वासाने भाषणाला उभे रहा.

अशा रीतीने प्रत्येक वक्त्याने आपपल्या कुवतीप्रमाणे वक्त्यासाठी आवश्यक गुण आत्मसात करून आपले भाषण अधिकाधिक रंजक आणि परिणामकारक केले पाहिजे. 'केल्याने होत आहे रे आधी केलेची पाहिजे' हे ध्यानात ठेवून प्रत्यक्ष कृती करण्याचा प्रयत्न करावा. या क्षेत्रात ज्याला नाव कमवायचे आहे अशा वक्त्याने ही कला आत्मसात करण्यासाठी वरील सर्वांचा सूक्ष्म अभ्यास केला पाहिजे.



## विकसित करा लेखन कौशल्य...



लेखन ही एक कला आहे. चांगले लेखन हे कोणाच्याही आवाक्यातील बाब नाही. लेखक, कवी, पटकथाकार, संवाद लेखन, कादंबरीकार, चारोळ्या लिहणारी ही मंडळी उत्तम लेखनामुळेच नावलौकिक मिळवतात. विशेष म्हणजे आपले लिखाण अधिक प्रभावी, परिणामकारक आणि अर्थपूर्ण होण्यासाठी वाचन असणे गरजेचे आहे. वाचनातून शब्दांचा साठा वाढत जातो. लिखाणात वैविध्यता असणे महत्वाचे आहे. त्याच त्याच शब्दांचा वापर केल्यास आपले लेखन वाचतांना रस येणार नाही. त्यामुळे प्रत्येक शब्द नवीन आणि मनाचा ठाव घेणारा असावा. अनेकांच्या लेखनातून क्रांतीही घडली आहे. हे सर्वांना ठाऊक आहे. लेखणीची ताकद ही बंदुकीच्या गोळीपेक्षा अधिक असते असे म्हटले जाते. यावरून लेखनाचे महत्व आपल्या लक्षात येईल. परंतु अशी अनेक मंडळी असतात की त्यांना लिखाणाची आवड असते परंतु ती शैली किंवा कला अवगत नसते. जर आपल्यालाही लेखक व्हायचे असेल किंवा लिखाण चांगले करायचे असेल तर काही गोष्टींचे पथ्य पाळावे लागेल.

### लेखन कौशल्य विकसित करण्यासाठी पुढील गोष्टी मदतीच्या ठरू शकतील.

#### विचार न करता किंवा न समजताही लेखन करा :

पुस्तक उघडा, त्यातील कोणतेही वाक्य विचार न करता वाचा. त्याच कथानकाचा संदर्भ लक्षात घेवून त्यावर लिहिण्यास सुरुवात करा. वाक्यांची जुळवाजुळव करा. या कृतीने आपण लिखाण कौशल्य वृद्धिंगत करू शकतो. त्याचबरोबर कल्पकताही विकसित होईल. सुरुवातीपासून जे लिखाण केले आहे त्यापेक्षा अधिक दर्जेदार आणि वेगळे लिहिण्याचा विचार करा. यातूनच लेखकाचे वेगळेपण सिध्द होते.

#### चांगल्या माहितीचा उल्लेख करा:

आपल्याला जी गोष्ट अधिक चांगल्या रितीने माहित आहे त्यासंदर्भात लिहिण्यास सुरुवात करा. लेखन करतांना आणखी काही माहिती मिळवण्याची उत्सुकता लागते. त्यानुसार आपण अधिक संशोधन करतो आणि ते लिखाण अधिक अचूक आणि परिपूर्ण करण्याचा प्रयत्न करतो. आपण जितके अधिक संशोधन कराल तेवढे अधिक वैचारिक होईल.

#### वाचत राहा :

एक चांगला लेखक होण्यासाठी चांगला वाचक असणे गरजेचे आहे. वाचल्यामुळे लेखन कौशल्य वाढत जाते. यातून आपल्याकडे माहितीचे भांडार जमा होत राहते. नवनवीन शब्दांची माहिती कळत जाते. वाचतांना वेगळ्या गोष्टींची नोंद करून ठेवा. कदाचित लेखन करतांना त्या शब्दाचा वापर आपण करू शकतो.

#### चित्रपट पाहा:

जेव्हा आपण चित्रपट पाहतो तेव्हा आपल्या आवडीचे दृष्य निवडा. त्या दृष्याच्या हिशोबाने लेखन करण्याचा प्रयत्न करा. त्या लेखनात चित्रपटीतील सर्व कलाकार कसे सामील होतील याचाही प्रयत्न करा. अशा रितीने आपण एखादी गोष्ट लिहू शकतो आणि त्या अनेक प्रकारच्या पात्रांचाही समावेश करतो. अशा रितीने आपण काहीही गमवत नाहीत, उलट नवीन गोष्टच शिकण्यात येते.

#### सारांश लेखनाचा प्रयत्न:

शाळेत असतांना मराठी किंवा इंग्रजीच्या पेपरला सारांश लेखनाचा एक प्रश्न असतो. भविष्यात हेच सारांश लेखन हे लेखक होण्यासाठी हातभार लावते. मोठ्या लेखनातून आपण सार काढू शकतो की नाही हे महत्वाचे आहे. सुरुवातीला आपण कमी शब्दात कहानी लिहिण्यास सुरुवात करा. सुरुवातीला दोन हजार शब्दांची गोष्ट शंभर शब्दांत बसवण्याचा विचार करा. ते वाचा, समजून घ्या आणि पुन्हा ते अधिक वाचनीय करण्याचा प्रयत्न करा. कमीत कमी शब्दात आपले विचार मांडण्याची शैली विकसित करा.

#### घाई नको:

एका दिवसात कोणी लेखक होत नाही. लिखाणाची आणि विचार मांडण्याची घाई करू नका. साधारणपणे खूप चांगल्या गोष्टी या घाईगडबडीत लिहिल्या जात नाही. त्यामुळे दररोज थोडे—थोडे लिहिण्याचा प्रयत्न करा. लेखणाची सवय वाढवा आणि आपल्या दिनचर्येत त्याचा समावेश करा.



## सकारात्मक विचारांचे सामर्थ्य

मनुष्य सतत विचारमग्न असतो. विचारांची कारणमिमांसा पाहिली तर काही विचार तुम्ही जाणीवपूर्वक करता तर काही विचार तुमच्या विचारसरणीनुसार, सुसंस्कारानुसार तुमच्या मनात स्फुरत असतात. आपण चांगले किंवा वाईट कोणतेही विचार केले तरी त्याचा परिणाम आपल्या जीवनावर, वर्तनावर होत असतो. म्हणून सतत प्रयत्नपूर्वक सकारात्मक विचार करून आपण जीवनात नक्कीच यश मिळवू शकतो.

आपलं संपूर्ण आयुष्य हे आपण कसा विचार करतो यावर अवलंबून आहे. मनात दररोज २४ तासात ६० हजार विचार येतात. यातील ६० ते ७० टक्के विचार हे नकारात्मक असतात. दा १५ ते २० सेकंदाला नवीन विचार हे चक्र अव्ह्यातपणे चालू असतं.

ज्यावेळेस आपण नकारात्मक विचार करतो त्यावेळेस विश्वात जेवढी नकारात्मक तरंग आहेत त्यांच्याशी आपण जोडले जावून नकारात्मक विचारांची गर्दी आपल्या भोवती उरते व उदासी—भय यातून नैराश्याकडे वाटचाल सुरू होते.

रेडिओ किंवा वाहिन्या ज्या ब्रॅडवर आपण लावतो तेच प्रक्षेपण लगेच चालू होते. म्हणून नकारात्मक विचारांना—सकारात्मक करणे गरजेचे असते. सकारात्मक विचार आपली शक्ती, आत्मविश्वास, मनोबल वाढवतात. नकारात्मक विचारांना सकारात्मक करणे म्हणजे मनाचेच मनाशी युद्ध करणे होय. यालाच तुकाराम महाराज म्हणतात, “रात्रं दिनं आम्हां युद्धाचा प्रसंग”!

थॉमस अल्वा एडीसनने १९९ प्रयोग केले. हजारो प्रयोगांच्या वेळेला विजेचा दिवा लागला. थॉमसला ज्यावेळेस पत्रकारांनी मुलाखतीत विचारलं, थॉमस १९९ प्रयोग फसले याबाबत तुला काय वाटते? थॉमस म्हणाला, १९९ प्रयोग फसले असे म्हणू नका. १९९ वेळा मी हे सिद्ध केल की या मार्गाने विजेचा दिवा लागू शकत नाही. (सकारात्मक दृष्टीकोन)

नेपोलियन समुद्र किना—यावर सैन्यासमोर जहाजातून उतरतांना

पाय चिखलावर घसरून छातीवर आडवा पडला. छाती चिखलाने माखली. तेव्हा अंश्रुध्दाळू सैनिकांना वाटलं, आपला सेनापती आडवा झाला म्हणजे आज आपला पराभव होणार. आपली मुंडकी उडणार — सैनिक भयभित झाले. नेपोलियनने ही बाब हेरली. तो उठतांना छातीत झटकत म्हणाला, मित्रांनो आजचे युद्ध आपणच जिंकणार, जिथे जिथे आपण जावू तेथे—तेथे आपला विजय होणार. कारण आल्याआल्या या भूमीने मला अलिंगन दिले आहे. मी तुझी आहे, मी तुझी आहे... मित्रांनो सैनिकांचे मनोबल वाढले व सगळीकडे मोठी विजयश्री त्यांनी खेचून आणली. हे घडलं सकारात्मक दृष्टीकोनामुळे.

टेबलावर एक ग्लास पाण्याने अर्धा भरला आहे. जर असा विचार केली की अर्धा भरला आहे त्यामुळे मन समाधानी होतं. पण तो अर्धा रिकामा आहे अस म्हटलं की नैराश्य, व्याकूळता, हताशपण येतं. सकारात्मक दृष्टीकोन मनाला प्रसन्न करून अतिरिक्त उर्जा प्रदान करतो. त्यामुळे कर्माला गती प्राप्त होते आणि आत्मविश्वास वाढतो. नकारात्मक विचार मनाला व शरिराला दुर्बल करतो. परिणामी कर्माची गती मंदावते, चुका होतात हानी होते व यातूनच औदासिन्य (Depression) येते.

जी घटना घडली त्यापेक्षा वाईट घटना घडू शकली असती पण ती घडली नाही यामुळे समाधानी रहा. मी अस्वस्थ आहे, पण लोकं माझ्यापेक्षा जास्त अस्वस्थ आहेत असा विचार मनाची तात्कालीक अस्वस्थता ब—याच प्रमाणात नियंत्रीत करतो.

माजी राष्ट्रपती अब्दुल कलामांना नौदलात भरती होता न आल्यामुळे पुढे ते शास्त्रज्ञ व देशाचे राष्ट्रपती झाले. काही वेळा अपयश हे महान यशाचे पण सूचक असते. म्हणून सकारात्मक विचार करा व आनंदी रहा.

“कोण म्हणतं जीवनात प्रत्येक वेळी काटेरी डंखच आहेत, अरे डोळे उघडून बघा प्रत्येकाला उडण्यासाठी फुलपाखरासारखे पंख आहेत.”

- ★ सर्व पात्र विद्यार्थ्यांना २१ व्या शतकातील भारताच्या विकासात सहभागी होण्याची संधी प्राप्त करून देणे.
- ★ विद्यार्थी, पालक व शिक्षकांमध्ये शिक्षणाचे महत्व आणि परिणामाबद्दल प्रबोधन करणे.
- ★ सर्व पात्र विद्यार्थ्यांना त्यांचे शैक्षणिक व उद्योजकीय ध्येय गाठण्यासाठी आर्थिक मदत करणे.
- ★ विद्यार्थी, पालक व शिक्षकांना सक्षम बनविण्यासाठी नवनवीन उपक्रम विकसित करून ते अंमलात आणणे.
- ★ सर्व उपक्रमांना स्वयंपूर्ण बनवणे, ज्यायोगे जास्तीत जास्त विद्यार्थ्यांना त्याचा लाभ मिळेल.

## लाभाथ्येचे एसडी-सीडबद्दलचे मत...



### पाटील भावना विकास — जळगाव (BHMS First Year)

एसडी-सीड खूप सुंदर उपक्रम असून आहे. बारावी पास झाल्यानंतर आर्थिक अडचणीमुळे मेडीकल मध्ये करिअर ठरवतांना पाय थोडे डगमगले होते. अशातच मला एसडी-सीड शिष्यवृत्ती मिळाली आणि मी कसलाही विचार न करता मेडीकल प्रवेश घेतला. कारण माझे पाठीशी खंबीरपणे उभे होते एसडी-सीडच्या माध्यमातून मा. सुरेशदादा जैन. माझ्यासाठी ही शिष्यवृत्ती तर एक वरदानच ठरली आहे. मला पैसे नसतांना संकट समयी एसडी-सीड धावून आली. एसडी-सीडचे आभार मानण्याची माझी पात्रता नाही. पण दादा खरंच तुमचे खूप धन्यवाद! माझ्या कोमजलेल्या पंखांमध्ये तुम्ही बळ दिले, जेणे करून ते पुढे आकाशात उंच भरारी घेवू शकतील.



### सैतवाल साक्षी जितेंद्र, जळगाव — Diploma Computer (Third Year)

एसडी-सीड कडून गेल्या दोन वर्षांपासून मला शिष्यवृत्तीचा लाभ मिळत आहे. ही माझ्यासाठी फक्त एक आर्थिक मदत नसून मला त्यातून एक प्रोत्साहन व शिक्षणाची दिशा मिळत आहे. माझी घरची परिस्थिती बेताची आहे. वडील हातमजूरी करतात. दहावी पास झाल्यावर पुढील करिअरचा प्रश्न, शिवाय आर्थिक अडचण ही 'पाचवीलाच पुजलेली'. तशातच एसडी-सीड शिष्यवृत्तीबद्दल माहिती मिळाली आणि अर्ज केला व गुणवत्तेच्या आधारावर शिष्यवृत्ती मिळाली. आज मी एक चांगले करिअर निवडून ते पुर्णत्वाच्या दिशेने गुणवत्तेसह जात आहे. आज हे शक्य झाले ते केवळ एसडी-सीड मुळेच. मा. दादांचे मनःपूर्वक धन्यवाद आणि केलेल्या आर्थिक सहाय्यासाठी मनापासून आभारी.



### साळी सनिकेत सुनिल, अमळनेर — SYJC(HSC) Science

सर्व प्रथम एसडी-सीडचे सहकार्य लाभत आहे त्याबद्दल आभार. दहावी ९२ मार्कांनी उत्तीर्ण झाल्यावर विज्ञान शाखेत प्रवेश घ्यायचा तेव्हा समोर उभी राहिली ती आर्थिक अडचण. अशा परिस्थितीत एसडी-सीड शिष्यवृत्ती मिळाली. या शिष्यवृत्तीच्या मदतीने माझी पाठयपुस्तके, वहया तसेच कॉलेजची फि भरण्यास मदत झाली. एसडी-सीड गुणवंत विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शक ठरत असून आम्हांला विद्यार्थ्यांना शिक्षणासाठी प्रवृत्त करून देशाचे चांगले नागरिक बनवून एक सिंहाचा वाटा उचलत आहे. अस म्हणतात की, मदतीचा हात घेणारे अनेक असतात पण हात देणारा क्वचितच भेटतो. आम्हाला हा मदतीचा हात देणा-या मा. सुरेशदादा जैन यांना उदंड आयुष्य लाभो हीच ईश्वर चरणी प्रार्थना करतो.



### पाटील श्रीकृष्ण सारंगधर, बोदवड — MCA(Second Year)

मी सध्या एमसीएच्या दुस-या वर्षाला शिकत आहे. मी उच्चशिक्षणासाठी खेडेगावातून जळगाव सारख्या शहरात शिकण्यासाठी आलो तेव्हा आर्थिक परिस्थिती बिकट असल्याने अनेक आर्थिक अडचणी आल्या. तशातच एसडी-सीडची शिष्यवृत्ती कल्पतरू सारखी माझ्या मदतीला धावून आली. त्यामुळे माझ्या आर्थिक अडचणी ब-याच प्रमाणात कमी झाल्या. मलाच नव्हे तर अनेक विद्यार्थ्यांना मा. दादांच्या रूपाने एक स्वावलंबी आणि प्रेरणादायी व्यक्तीमत्वाचा सहावास आणि मदत लाभत आहे. तसेच पुढील शैक्षणिक वाटचालीस एक नवीन दिशा मिळत आहे. त्यामुळे आम्हांला मा. दादांचा अभिमान वाटतो. दादा, जेव्हा मी तुमच्या आशिर्वादाने स्वावलंबी होईन, तेव्हा नक्कीच मी निदान पाच विद्यार्थ्यांना त्यांच्या शैक्षणिक वाटचालीसाठी यथार्थ मदतीचा हात देईल.



Suresh Dada Scheme for  
Educational & Entrepreneurial Development  
सुरेशदादा शैक्षणिक व उद्योजक विकास योजना

## HEAD OFFICE :

7, Shivaji Nagar, Jalgaon - 425001, Maharashtra, India.

Tel: (0257) 2235254 | Fax: (0257) 2234258 | Website: www.sdseed.in



# एसडी-सीड विद्यार्थी दत्तक योजना

“ एक छोटासा आधार  
करी गुणवंतांचा उद्धार ”

देणगीदार रू.५,००० ते रू.६५,००० पर्यंत  
रक्कम देऊन एका विद्यार्थ्याला एका  
वर्षासाठी दत्तक घेऊ शकतात.

मग... द्याल ना आधार ?

देणगीच्या रकमेवर आयकर विभागाच्या कलम ८०जी अंतर्गत कर सवलत उपलब्ध आहे.

योजनेची अधिक माहिती व अर्ज उपलब्ध:

एसडी-सीड कार्यालय, ७ शिवाजीनगर, जळगाव. ०२५७-२२३४२५८  
वेबसाईट – [www.sdseed.in](http://www.sdseed.in)

