



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 १०। अंक २६। जानेवारी – मे २०२१

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

हम होंगे कामयाब...



हम होंगे कामयाब....



प्रिय विद्यार्थी मित्रांनो,
तुमच्याशी संवाद साधतांना खूपखूप आनंद होत आहे. परंतु या वर्षात तुमच्याशी प्रत्यक्ष संवाद साधण्याची संधी खूप कमी, जवळ-जवळ आलीच नाही. दुर्दैवाने २०२०-२१ हे वर्ष कोविड-१९ या आपत्तीमुळे उदासीन गेले. यावर्षात ना शाळा, ना कॉलेज, ना खेळ, ना मैदान, ना मित्रपरिवार. हे चालू वर्ष २०२१-२२

सुध्दा जवळजवळ तसेच जात आहे. कोविड-१९ चे दुष्परिणाम बघायला गेले तर वेळ पुरणार नाही. परंतु विद्यार्थी मित्रांनो मी येथे फक्त आणि फक्त तुमचाच विचार करीत आहे.

या वैश्विक आपत्तीमुळे आपण सर्व विद्यार्थी जाम गोंधळलेले आहात. परंतु एक लक्षात घ्या ही तुमची एकट्याची परिस्थिती नाही सर्वांचीच आहे आणि आपण कोणत्याही परिस्थितीला घाबरत नाही कारण 'हम होंगे कामयाब...'

विद्यार्थ्यांना कोरोना संक्रमणाच्या परिस्थितीमुळे शैक्षणिक, मानसिक आणि आर्थिक परिणामांना सामोरे जावे लागत आहे. एसडी-सीड म्हणजेच सुरेशदादा शैक्षणिक व उद्योजक विकास योजना या वैश्विक आपत्तीच्या काळातसुध्दा विद्यार्थ्यांच्या सोबत खंबीरपणे उभी आहे. गुणवंत विद्यार्थ्यांना एसडी-सीड शिष्यवृत्तीच्या माध्यमातून आर्थिक मदतीचा ओघ निरंतर सुरू आहे. शाळा, कॉलेज बंद असल्याने तंत्रज्ञानाचा उपयोग करून विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी ऑनलाईन वेबीनारच्या माध्यमातून नामवंत तज्ञांचे मार्गदर्शन सुरू आहे. एसडी-सीडचे आधारस्तंभ आणि प्रेरणास्थान मा. सुरेशदादा जैन यांचा विद्यार्थ्यांप्रती असलेला जिद्दळा, आत्मियता यातून दिसून येते. ही खरच अभिमानास्पद आणि कौतुकास्पद बाब आहे.

यानिमित्ताने आज मला तुमच्याशी काही हितगुज करावयाचे आहे, काही गोष्टी तुम्हाला सांगावयाच्या आहेत.

मित्रांनो आपले आयुष्य म्हणजे यश-अपयश यांचा लपंडाव असतो. यशाने आपण निश्चितच आनंदी होतो, व्हायलाच पाहिजे! का नाही होणार? मात्र अपयश आल्यावर आपण दुःखी होतो, खचतो, नैराश्य येते. पण एक लक्षात घ्या की कधीही दुःखी व्हायचे नाही. अपयश ही यशाची पहिली पायरी असते. आपल्याला अपयश का आले? कुठे चुकते आहे? आपले स्वतःचे निरीक्षण करणे आवश्यक आहे. आपल्या मध्ये काय बदल घडविला पाहिजे इत्यादी बाबत आत्मचिंतन फार महत्वाचे असते. आत्मचिंतनाबरोबरच काही चांगल्या सवयी अंगी बाणण्याची गरज असते.

जसे की,

१. प्रथम म्हणजे तुमचे स्वतःचे स्वप्न बघा. तुमच्या स्वतःच्या मर्यादा लक्षात घ्या. स्वतःच्या आवडीचे क्षेत्र ओळखा व निवडा म्हणजे त्यात गती चांगल्या प्रकारे मिळेल. तुमची तुलना दुस-या बरोबर करू नका. दुस-या सारखे बनण्याचा प्रयत्न करू नका. त्यामुळे तुम्ही अस्वस्थ व्हाल, नैराश्य पदरी येईल. तुमचे स्वप्न तुमचेच असू देत. त्या स्वप्नपूर्तीसाठी तुम्ही प्रयत्न करा, मेहनत करा. तुमचे ध्येय गाठण्यासाठीचे स्वतःचे मार्ग निवडा. दुस-यांची तुलना करू नका. कोणाची नक्कल करू नका. तुमचे स्वतःचे विचार व प्रयत्न नक्कीच तुम्हाला यश मिळवून देतील.

२. प्रा. रॅडी पॉश (कर्निगी म्लान विद्यापीठ) आपल्या 'अखेरचे व्याख्यान' या जगप्रसिध्द पुस्तकात विचार मांडतात की, दुसरे लोक माझे बददल काय विचार करत असतील याचा विचार करू नका. त्यामुळे तुमच्या कार्यक्षमतेवर परिणाम होतो, ती कमी होते. उपजत गुण सोडू नका म्हणून हा विचार करणे सोडून द्या.

३. अडचणी तर येणार आहेत परंतु त्यातून मार्ग काढावयाचा आहे. यावेळी घरातील मोठ्या मंडळींची, गुरूजनांची, मित्रांची मदत घेण्यास हरकत नाही. त्यांचे अनुभव विचारात घेवून व तुमची कौशल्ये वापरून तुम्ही संकटावर नक्कीच मात कराल.

४. प्रत्येक दिवसाची नव्याने सुरुवात करा. कायम वर्तमानात रहा. भूतकाळात काय झाले होते व भविष्यात काय होणार आहे या विचारात राहू नका. त्यामुळे तुमच्या कार्यपध्दतीवर प्रतिकूल परिणाम होतो. अपेक्षित यश हवे असल्यास वर्तमानात रहा. या क्षणाचा विचार करा. निश्चितच तुमचे कार्य चांगल्या पध्दतीने यशस्वी होईल.

५. आयुष्यात वेळेला फार महत्त्व आहे. त्यामुळे वेळ वाया घालवू नका. आपण आपला वेळ योग्य प्रकारे कामी लावतो की नाही हे स्वतःलाच विचारा. प्रत्येक दिवसाचे/वेळेचे व्यवस्थित नियोजन करा व त्यानुसार कार्यपध्दती ठेवा यश निश्चितच मिळेल.

६. स्वतःला बदलविण्याचा, अधिक उत्तम करण्याचा सतत प्रयत्न करा. त्यासाठी चांगले वाचन करा, व्याख्यान ऐका, चांगली संगत धरा इत्यादी. सतत आपल्या अंगी चांगल्या सवयी बाळगण्याचा प्रयत्न करा. कालचे तुम्ही व आजचे तुम्ही यामध्ये निश्चितच सकारात्मक बदल असायला हवा. स्वतःचे निरीक्षण करा तुम्हाला सकारात्मक बदल जाणवेल व त्यातून तुम्हाला प्रचंड उर्जा मिळेल.

७. तुमची कार्यपध्दती विचारपूर्वक असायला हवी. कोणत्या कामाला अधिक महत्त्व आहे किंवा क्रमशः कोणते काम आधी असायला हवे व कोणते नंतर हे विचारपूर्वक ठरवा म्हणजे उत्कृष्ट अनुभव मिळेल.

८. आयुष्यात अनेक दिव्यातून जात असतांना 'हे ठीक नाही' असा नकारात्मक विचार करू नये. उलटपक्षी कितीही नकारात्मक परिस्थिती असली तरी तिला झुंज द्या. परिणाम सकारात्मक होवू शकतो.

९. प्रामाणिकपणा हा आपल्याला आपल्या आयुष्यात खूप उपयोगी पडतो.

१०. आयुष्यभर नुसते अडचणींविषयी तक्रार करू नये तसे करून अडचणींवर तोडगा निघत नाही. त्याऐवजी समस्या सोडविण्याचा प्रयत्न करावा.

११. तुमच्या मनात असतील ते प्रश्न विचारा.. लाजू नका... विचारून पहा.... विश्वास ठेवा तुमचे काम होवू शकते त्यामुळे अबोल राहू नका.

१२. नेहमी खरे बोला, तुमचे शब्द तुमचे व्यक्तिमत्व असते. खरे बोलल्याने वेळ आणि कष्ट वाचतात.

मित्रांनो वरील सर्व गोष्टी बिलकुल अशक्य नाहीत. उरविले तर नक्कीच जमते. परंतु तुम्ही हे स्वतः उरविले पाहिजे, स्वतः प्रयत्न केले पाहिजेत निश्चितच आपण यशवंत होणार! आणि म्हणणार "हम होंगे कामयाब" असाच विचार कायम मनात राहू देत कारण 'वास्तू म्हणते तथास्तु'

प्रा. एस.व्ही. सोमवंशी

एसडी-सीड सल्लागार समिती सदस्य, जळगाव

या अंकात...

पृष्ठ क्र.

१. संपादकीय	२
२. धावपड करा, संपर्क करा पण शिक्षण थांबवू नका	३
३. यशाचे पिरॅमिड	४
४. नोकरी व व्यवसायासाठी आवश्यक कौशल्ये विकास	५
५. आर्थिक साक्षरता- काळाची गरज	६
६. आनंदी जीवन जगण्याची कला	७
७. लाभार्थ्यांचे मनोगत	८

ज्ञानयज्ञ संपादक मंडळ

श्री. राजेश यावलकर — ज्ञानयज्ञ प्रमुख संपादक, श्री. एन.जे. गादिया, श्री. महेश गोरडे, श्री. नीळकंठराव गायकवाड, श्री. मिलिंद कुलकर्णी, प्रा. एस.व्ही. सोमवंशी

संकट तुमच्यातील शक्ती, जिद्द पाहण्यासाठीच येत असतात.





धावपड करा.. संपर्क करा....

पण शिक्षण थांबवू नका.....



लॉकडाउनच्या काळात शाळा बंद आहेत. विद्यार्थी घरी आहेत. त्यामुळे विद्यार्थ्यांचे शैक्षणिक नुकसान भरून काढण्यासाठी परीक्षा न घेणे, परीक्षा पुढे ढकलणे हे मार्ग अवलंबणे यासारखे निर्णय घेतले गेले. त्यामुळे कदाचित विद्यार्थ्यांचे वर्ष वाचेल पण त्याचे शैक्षणिक नुकसान भरून निघत नाही. शाळा बंदच्या काळातही विद्यार्थ्यांच्या अभ्यासात खंड पडणार नाही याची काळजी घेणे अत्यावश्यक आहे. त्यासाठी कष्टकरी जनतेची मुले डोळ्यासमोर ठेवून केंद्र व राज्य सरकारांनी नियोजनपूर्वक कार्यवाही करणे आवश्यक आहे.

कोरोना अजून गेला नाही. त्यामुळे उद्योग व्यवसाय ठप्प आहेत. कामगार वर्ग, कष्टकरी वर्ग नोकरीधंद्याचे गाव सोडून मूळ गावी निष्क्रिय बसून आहे. दैनंदिन खर्च थांबत नाही. आर्थिक दैन्यावस्था आहे. त्यात मुलगा नोकरीच्या गावात शाळेत दाखल आहे व तो प्रत्यक्षात शेकडो किमी अंतरावरील मूळ गावी निष्क्रिय बसून आहे.

शहरापासून दूर अंतर्गत ग्रामीण, आदिवासी, वाड्यावस्त्या, डोंगराळ पर्वतीय क्षेत्रात वीज, मोबाईल नेट, मोबाईल रेंज, इंटरनेट कनेक्टिव्हिटी याच्या फार मोठ्या समस्या आहेत. शिवाय पालकांकडे स्मार्ट मोबाईल फोन, लॅपटॉप, संगणक या साधनांची अनुपलब्धता व ते असल्यास कार्यरत ठेवण्यासाठी सतत लागणारी आर्थिक रक्कम वा रिचार्ज रक्कमची अनुपलब्धता ही मोठी समस्या आहे.

त्यामुळे शहरी शाळेतील अभिजन पालकांची मुले खंड न पडता ऑनलाईन पध्दतीने शिकत आहेत तर गरिब व दीनदुबळ्यांची तसेच ग्रामिण मुले शैक्षणिक अन्याय सहन करत नुकसान झेलत आहेत.

ऑनलाईन व ऑफलाईन शिक्षणाची तुलनाच होवू शकत नाही. अक्षरलेखन वळणदार होणेसाठी गुरूजी विद्यार्थ्यांकडून अक्षरे गिरवून घेतात. थोडक्यात 'आंबा'चे चित्र दाखवून तो गोड असतो हे सांगणे व प्रत्यक्षात आंबा कापून त्याची फोड खायला घालणे इतका फरक ऑनलाईन व ऑफलाईन शिक्षणात असतो. परंतू काहीच न शिकवण्यापेक्षा ऑनलाईन मध्ये काहीतरी दिलेले बरे हा स्विकृतीवाद योग्य. ऑनलाईन शिक्षणात मुलांचे अवधान खेचून धरणे फार काळ शक्य होत नाही. तसचे विद्यार्थी—शिक्षण आंतरक्रिया फारशी प्रभावी होत नाही.

घरात एकच मोबाईल असणे ही ही एक कौटुंबिक समस्याच असते. पालक जर कामावर जातांना मोबाईल घेवून गेला तर आनंदच... शिवाय अभ्यास करतांना, गृहपाठ करतांना, अध्यापन—अध्ययन करतांना मुलाजवळ एक जबाबदार व्यक्ती असेल तर शिक्षणाची परिणामकारकता वाढते. भाकरी मिळवणे हाच ज्यांचा रोजचा महत्वाचा प्रश्न आहे त्याचे उत्तर शोधण्यासाठी कामावर जाणारे आईवडील असतील तर मुलांजवळ बसण्यासाठी वरच्या वर्गातील विद्यार्थी मिळवून देणे योग्य.

आमच्या शिक्षकांनी गृहभेटी, ओटयावरची शाळा, स्वाध्यायपुस्तिका, वर्कशिट छपाई करून पुरवणे व भरून घेणे, विषय मित्र, गल्ली मित्र, वरच्या वर्गातील

विद्यार्थ्यांचे मार्गदर्शन यासारखे मार्ग वापरले. पण हे प्रयत्न तुटपुंजे आहेत हे स्पष्ट आहे.

युध्दपातळीवर ग्रामीण विद्यार्थ्यांना योग्य क्षमतेचा मोबाईल उपलब्ध करून देणे, रिचार्जची व्यवस्था करून देणे, इंटरनेट सुविधा, मोबाईल नेट, मोबाईल रेंज, सलग विद्युत पुरवठा याबाबी करणे अत्यंत आवश्यक आहे.

कोरोना बंदच्या काळात उपलब्ध सर्व प्रादेशिक टीव्ही चॅनल रोज १० ते २ या काळात शासनाने ताब्यात घ्यावेत. त्यांची माध्यम व ईयत्ता नुसार विभागणी करावी व वेळापत्रक तयार करून चांगल्या शिक्षकांचे अध्यापन प्रसारित करावे. अगदी ग्रामीण भागातही विद्यार्थी शेजारीपाजारी जावून शिकू शकतील.

कोरोना एवढ्यात संपत नाही. त्याची आणखी लाट येवू शकते. त्यामुळे टीव्ही वर शिक्षण सुरू करणे योग्य राहिल.

कोरोना व त्याचा शिक्षणावर झालेला परिणाम हा काही फक्त भारताचाच प्रश्न आहे असे नाही. सर्व जगभर ही समस्या आहे. पण श्रीमंत म्हटले जाणारे देश व तेथील नागरीक यांचेकडे साधन सामग्री उपलब्ध असल्याने त्यांनी ऑनलाईन शिक्षण सुरू ठेवले. पण विकसनशील देशात संगणक, लॅपटॉप, वीज, इंटरनेट कनेक्टिव्हिटी, स्मार्ट फोन यांची कमतरता हा ऑनलाईन शिक्षणातील अडथळा आहे. महाविद्यालयात शिकणा—या विद्यार्थ्यांनी जेथे नेट रेंज मिळते असे जवळचे ठिकाणी रोजची तात्पुरती व्यवस्था करावी. असे शेकडो मुले करत आहेत. लक्षात घ्या.. की समस्येवर आपल्यालाच उत्तर शोधायचे आहे. ज्या विद्यार्थ्यांना शक्य आहे त्यांनी आपल्या वर्गातील सधन मित्राची मदत मिळवावी. शिक्षणासाठी साधनांचा संयुक्त वापर होत असल्यास मित्राला आर्थिक तोशिष नसल्याने तोही सम्मती देईल. फक्त विनंती केल्याने आपले काम होवू शकते.

गावातील वरच्या वर्गातील सधन मुलांनी लहान वर्गातील गरीब मुलांना आपली साधने व वेळ उपलब्ध करून त्यांच्या शिक्षणात मदत करावी. यासाठी शाळेतील शिक्षक व सेवाभावी संस्था यांनी नियोजनपूर्वक समन्वय साधावा. पालकांनीही ही व्यवस्था स्विकारावी. कोरोनामुळे बिघडलेली परिस्थिती केव्हा पूर्ववत होईल ते निश्चित सांगता येत नाही. त्यामुळे समन्वय व सहकार्य हा उपाय स्विकारणे योग्य.

धडपड करा, संपर्क करा, मदत मागा, मदत करा पण शिक्षण थांबवू नका.

श्री. निलकंठ गायकवाड
गव्हर्निंग बोर्ड सदस्य,
एसडी—सीड, जळगाव
संपर्क : ९४२२२६७३३०





यशाचे पिरॅमिड

यशस्वी होणे वा अपयशी होणे या दोन्ही प्रक्रियांमधून आपण शिकतो. इंग्रजीमध्ये आपण म्हणतो “Energy Flows where attention goes”

प्रचंड परिश्रम आणि सळसळता उत्साह हे गुण आपणांस यशाकडे नेण्यास मोठी भूमिका बजावतात. परिश्रमाला पर्याय नाही. ‘हार्डवर्क’ सोबत ‘स्मार्ट वर्क’ व कोणत्याही कामाचे काळजीपूर्वक केलेले नियोजन खुप महत्वाचे असते. ‘माईडफूलनेस’ म्हणजेच जे काही करतो त्यात रममाण होणे, समरस होणे, एकाग्र होणे. आपणांस त्या कार्यात यशाच्या शिखराकडे नेण्यास मदत करतात.

यशासाठी आपण सर्वच अत्यंत उत्सुक असतो. यश आपल्या उददीष्टांपर्यंत पोहचवते व आपणास अतुलनीय आनंद व समाधान मिळते. दररोज आनंदी राहता येणे शक्य होते.

आपल्या गौरवांवर विश्रांती न घेता मिळालेला गौरव, पुरस्कार यश म्हणजे मैलाचा दगड आहे असे समजून प्रयत्नांची पराकाष्ठा करणे म्हणजेच यश होय.

वुडन यांच्या पिरॅमिड ऑफ सक्सेसमध्ये खालील पंधरा घटक (Building Block) आहेत. मैत्री, निष्ठा, सहकार्य, स्वनियंत्रण, सावधानता, पुढाकार, शुध्दहेतू, मानसिक स्थिती, कौशल्य, सांघिक भावना, पवित्रता, आत्मविश्वास, स्पर्धात्मक महात्म्य व सुरवातीला उल्लेखलेल्याप्रमाणे सळसळता उत्साह व परिश्रम. हे गुण म्हणजे आपली संपत्ती आहे व सर्वांच्या सहाय्याने आपण परिक्षा, व्यवसाय, खेळ, नातेसंबंध इ मध्ये यशाच्या पाय—या सातत्याने चढतो.

वरील गुणांना आणखी खालील गुणांची जोड दिल्यास यश बहरते, फुलते. जीवाचे रान केल्यास यशाचे उद्यान फुलते व बिंदूतून सिंधू निर्माण होवू शकतो. ते गुण म्हणजे महत्वाकांक्षा, जुळवून घेण्याची वृत्ती (adaptability), युक्तीबाजणा (resourcefulness) संघर्षाची तयारी, संयम विश्वसनियता, प्रामाणिकता, अखंडता, निश्चलता इ.

ध्येयाकडे मार्गक्रमण करतांना एक नेहमी लक्षात असले पाहिजे की ध्येयाकडे जाणारा मार्गही तेवढाच स्वच्छ असावा.

“ पिंपळाच्या रोपासारखं खडकावर उगवता आलं पाहिजे, निर्भिडपणे निर्धार्याचा वाटेवर चालता आलं पाहिजे.... वादळाचं काय ती येतात आणि जातात, मातीत घट्ट पाय रोवून उभं राहता आलं पाहिजे.”

आपल्याला स्वतःला यशाच्या उत्तुंग शिखरावर जायचे असेल तर खालील गोष्टींचा अंगिकार केला पाहिजे.

१. उद्योगधंदा: कामाला पर्याय नाही. कठोर परिश्रम आणि काळजीपूर्वक नियोजन केल्याने फायदेशीर परिणाम प्राप्त होतात.
२. निष्ठा: स्वतःसाठी आणि आपल्यावर अवलंबून असलेल्या सर्वांसाठी आपला आत्मसन्मान, स्वाभिमान जागृत ठेवा
३. सतर्कता: सतत निरीक्षण करत रहा. मोकळे मनाने हसतखेळत रहा. नवनवीन जाणून घेण्यासाठी आणि आपल्यात नवनवीन सुधारणा करण्यासाठी उत्सुक रहा.
४. पुढाकार: आपली निर्णयक्षमता आणि एकटे विचार करण्याची क्षमता विकसित करा. अपयशाची भीती बाळगू नका, परंतू त्यापासून काहीतरी शिका.
५. उत्साह: आपण ज्यांच्याशी संपर्क साधता त्याला आपण करत असलेल्या गोष्टींचा खरोखर आनंद झाला पाहिजे.
६. आत्म—नियंत्रण: स्वयंशिस्तचा सराव करा आणि आपल्या भावनांवर नियंत्रण

ठेवा. चांगला निर्णय आणि हुशारी आवश्यक आहे.

७. मैत्री: परस्परांबद्दल मनात आदर ठेवणे आवश्यक आहे.

८. सहकार्य: स्वतःमध्ये सहकार्याची भावना रूजवा. दुस—याचे मत ऐकून घ्या. आपल्या स्वतःच्या मार्गाने नाही तर मिळून एक उत्तम मार्ग शोधा आणि मार्गक्रमण करा.

९. हेतू: हेतू हा निर्मळ, शुध्द असावा. वास्तववादी ध्येय ठेवा. सर्व मोहांना दुर सारून आणि दृढनिश्चय करून आपल्या यशावर लक्ष केंद्रित करा.

१०. आत्मविश्वास: आपला दृष्टीकोन चांगला ठेवून आत्मविश्वासाने कोणतेही कार्य करा.

११. कौशल्ये: आपल्यात असलेल्या कौशल्यांच्या बळावर मूलभूत गोष्टींची योग्यरित्या अंमलबजावणी करण्याची क्षमता विकसित करा.

१२. संघभावना: इतरांचा मनापासून विचार करा. इतरांच्या कल्याणासाठी आपले वैयक्तिक हित बाजूला ठेवून बलिदान करण्यासाठी उत्सुक रहा.

१३. स्पर्धात्मक महानता: जेव्हा आपल्या सर्वोत्कृष्टतेची आवश्यकता असेल तेव्हा सर्वोत्तम व्हा. कठीण परिस्थितीतही त्या आव्हानांना आनंद घ्यायला शिका.

वरिल बाबींच्या सोबतच आपले आयुष्य बदलवून टाकण्यासाठी खालील सहा सवयींचे आपण अनुकरण केले पाहिजे.

१. ध्यान (Silence): शांत बसून स्वतःच्या आत डोकावणे, स्वतःच्या आतल्या चेतनेला स्पर्श करणे, मनाच्या कॉम्प्युटरला फॉर्मेट करून व्हायरस रिमूव्ह करणे म्हणजे ध्यान होय. आपले मन प्रफुल्लित आणि ताजेतवानं करण्यासाठी तसेच माणसाच्या गरजा किती कमी आहेत आणि सर्व चिंता किती व्यर्थ आहेत याची आत्मप्रचिती येण्यासाठी ध्यान अत्यंत महत्वाचे आहे.

२. सकारात्मक स्वयंसुचना (Affirmation): स्वतःच स्वतःला सुचना देणे म्हणजे स्वसंवाद होय. भविष्यात मी काय करणार आहे याचं मनातल्या मनात पुन्हा पुन्हा रिव्हीजन करणे म्हणजे स्वयंसुचना होय. स्वयंसुचनांमुळे आपण केलेल्या कल्पना अंतर्मनात झिरपतात आणि नाटकीयरित्या सत्यातही उतरतात.

३. कल्पनाशक्ती विकसित करणे (Visualize): कल्पनाशक्तीचा योग्य वापर केल्याने साधारण माणसाचं यशस्वी व्यक्तीमध्ये रूपांतर होते.

४. व्यायाम (Exercise) आपल्या सगळ्या दुःख श्रुंखलेला तोडण्याचा एकच उपाय तो म्हणजे व्यायाम करा, डिप्स मारा, सुर्यनमस्कार घाला, पुलअप्स करा आणि आपल्या शरीरातील चैतन्य जिवंत ठेवा.

५. वाचन (Reading): पुस्तक वाचणारी माणसं एका आयुष्यात अनेक आयुष्य जगतात. एवढे वाचनाचे महत्व आहे.

६. लिहिणे (Scribing): सतत लिहित राहिल्याने तुमची तुमच्याशी नव्याने भेट होते. लिहिल्याने मन रिकामे होते, दुःख नाहिसे होते, मनात नव्या उर्जेचा संचार होतो. आपले विचार पक्के होतात.

श्री. नंदलाल गादीया
गव्हर्निंग बोर्ड सदस्य,
एसडी—सीड, जळगाव
संपर्क : ०२५७—२२७४५४५



नोकरी व व्यवसायासाठी आवश्यक कौशल्ये विकास

लॉकडाउनमुळे आज आपल्या परिसरात सगळं काही थांबलेलं आहे. बाहेरची सगळी कामं ठप्प झाल्यामुळे सध्या सगळ्यांना खूप जास्त वेळ स्वतःसाठी भेटत आहे. पण या भेटलेल्या वेळेचा सदुपयोग कसा करून घ्यावा व आपण कशा पध्दतीने या लॉकडाउनमध्ये सुध्दा स्वतःचा वेळ वाया न घालवता आपल्या वेळेचा सदुपयोग करू शकतो.

शिक्षणातून नोकरी व उद्योजकता वाढीस लागणे हे शिक्षणाचे खरे यश असते. बदलत्या काळात फक्त पारंपारिक शिक्षण हे विद्यार्थ्यांचा सर्वांगीण विकास व त्यांचे भावी जीवन सुकर करण्यास उपयोगी पडत नाही. त्यामुळेच कौशल्यांवर आधारित शिक्षणाला अनन्यसाधारण महत्त्व प्राप्त झाले आहे. नियमित अभ्यासक्रमाबरोबर विद्यार्थ्यांनी वेगवेगळी कौशल्ये आत्मसात केली तर त्यांचा निश्चितच नोकरी—व्यवसायासाठी फायदा होतो.

सध्या भारतात ऑनलाईन इंडस्ट्री झपाट्याने वाढत आहे. जर आपण या ऑनलाईन इंडस्ट्रीमध्ये प्रवेश केला आणि यामध्ये उपलब्ध असलेल्या नोकरी किंवा व्यवसायाच्या संधीचा फायदा घेवून स्वतःच्या करिअरमध्ये पुढे जाण्याचा प्रयत्न केला तर नक्कीच आपण एक चांगला यश, भविष्य गाठू शकतो.

चला तर मग बघुया की या लॉकडाउनच्या काळात आपण कोणकोणते स्किल्स शिकू शकतो आणि त्यांचा आपल्या करिअर, नोकरी किंवा व्यवसायासाठी उपयोग करू शकतो.

१. लॅंग्वेज प्रशिक्षण

आपल्या भारतात व पूर्ण जगात वेगवेगळ्या भाषा बोलल्या जातात व समजल्या जातात. भारताच्या बाहेर जर्मन, फ्रेंच, जापनीज, कोरियन, अरेबिक व इंग्लिश या भाषांना जास्त प्राधान्य दिले जाते. आपण या भाषा शिकून स्वतःसाठी एक चांगले करिअर घडवू शकतो. या आपल्याला लॅंग्वेज ट्रांसलेटर किंवा स्वतःचा व्यवसाय अथवा नोकरीसाठी सुध्दा चांगल्या संधी उपलब्ध करून देवू शकतात आणि त्यांना शिकणे ऑनलाईन प्रणालीमुळे जास्त सोपं आहे.

२. व्हिडिओ एडिटिंग आणि मेकिंग

सध्या शिक्षण पध्दतीत आणि लोकांच्या कार्य करण्याच्या पध्दतीमध्ये व्हिडिओ बनविणे किंवा व्हिडिओद्वारे शिकवणे हे खूप गरजेचे झालेले आहे. पण तरीही खूप सा—या लोकांना व्हिडिओ कसे बनवले जातात व त्यांना कसे एडिट केले जातात हे समजत नाही, जर आपण ही स्किल शिकलो तर आपल्यासाठी चांगल्या रोजगाराची संधी उपलब्ध होवू शकते. व्हिडिओ मेकिंग कोर्स या नावाने खूप सा—या संस्था या गोष्टी शिकवत आहेत. जर आपण सुध्दा ही गोष्ट शिकून याच्यावर कार्य केले तर नक्कीच आपल्याला सध्या चाललेली जी परिस्थिती आहे आणि भविष्यात सुध्दा हे स्किल खूप जास्त कामात येवू शकणार आहे.

३. डिजिटल मार्केटिंग

सोशल मिडियाच्या जगात आपण सगळेजण सोशल मिडियाचा भरपूर वापर करीत आहोत. पण हवा तसा योग्य वापर आपण सहसा करत नाही. फक्त सोशल मिडियावर अकाउंट बनविणे आणि लोकांसोबत चॅट करणे किंवा व्हिडिओज आणि मेसेजेस पाठवणे एवढाच उपयोग आपल्याला सहसा माहित असतो. पण जर आपण या सोशल मिडियाचा उपयोग आपल्या स्वतःच्या बिझनेस व इतरांच्या बिझनेसला वाढविण्यासाठी केला तर आपण नक्कीच यशस्वी होवू शकतो. सोशल मिडियाचा वापर करून स्वतःचा व इतरांचा बिझनेस कसा वाढवता येतो या गोष्टीला शिकून व सोशल मिडियाच्या साधनांचा उपयोग करून आपण सुध्दा पैसे कसं कमवू शकतो ह्या गोष्टी आपल्याला शिकायला पाहिजे आणि हे शिकण्यासाठी सध्या डिजिटल मार्केटिंग ही स्किल आपल्यामध्ये असणे किंवा आपण शिकणे खूप गरजेचे झालेले आहे.

४. सेलिंग स्किल्स

लोकांसाठी आज—काल आपला व्यवसाय चालवणे खूप अवघड झाले आहे आणि अवघड यासाठी झाले आहे कारण की लोकांना आपल्या आपण विकत असलेल्या वस्तू किंवा आपण देत असलेल्या सेवा या दोघांबद्दल खात्री पटवून देणे व आपल्या वस्तू किंवा आपली सेवा लोकांना विकत देणे हे खूप अवघड जाते. जो व्यक्ती या

गोष्टीला आत्मविश्वासाने करू शकतो असे व्यक्ती सुध्दा नोकरीसाठी भेटणे किंवा आपल्या व्यवसायात आपल्याला मदत करतील यासाठी असणे खूप मुश्कील झाले आहे. ज्या व्यक्तीच्या अंगी लोकांना कुठलीही गोष्ट विकून देणे ही कला असेल त्या व्यक्तीला नोकरी, व्यवसाय प्रत्येक क्षेत्रात यश प्राप्त होते. सध्याच्या जगात अशा व्यक्तींची खूप गरज मानली जाते. अशा व्यक्तींना हवं तेवढं वेतनसुध्दा दिलं जातं. आपल्यासाठी हे आवश्यक आहे की आपण स्वतःचा व्यवसाय चालवण्यासाठी किंवा इतरांचा व्यवसाय यशस्वीपणे चालविण्यासाठी सेलिंग स्किल नक्कीच शिकली पाहिजे.

५. कम्युनिकेशन स्किल्स

बोलणे आणि किती बोलणे, कधी बोलणे, कसे बोलणे हे प्रत्येक व्यक्तीला समजणे खूप आवश्यक आहे. कारण की आपल्या आयुष्यात घडणा—या घटना आणि त्या घटनेपासून होणारे इफेक्ट हे आपल्या आयुष्यावर प्रभाव टाकत असतात. जर आपल्याकडे कम्युनिकेशन स्किल असेल तर आपण खूप सा—या समस्यांमधून बाहेर पडू शकतो. आपण लोकांची मन जिंकू शकतो. आपले नाती सुध्दा विशिष्ट त—हेने हाताळू शकतो. यासाठी आपल्याला कम्युनिकेशन स्किल खूप महत्वाचे आहे. ज्या व्यक्तीचे कम्युनिकेशन स्किल चांगलं असतं, ज्या व्यक्तीकडे बोलण्याची एक विशिष्ट कला असते तो व्यक्ती आपले मत ठामपणे मांडू शकतो आणि चांगल्या कम्युनिकेशन स्किल असणा—या व्यक्तीला प्रत्येक क्षेत्रात प्राधान्य दिले जाते. यासाठी आपण कम्युनिकेशन स्किल नक्कीच शिकले पाहिजे.

६. प्रेझेन्टेशन स्किल

सध्या ज्या पध्दतीने जगाचा विकास होत चालला आहे त्यावरून हे दिसते की येणा—या काळात प्रेझेन्टेशनला खूप महत्त्व असेल. प्रेझेन्टेशन करणे किंवा देणे हे कार्य नेहमी आव्हानात्मक मानलं जाते. जो व्यक्ती हे कार्य करतो त्याच्याकडे नेहमी आदर आणि सन्मानाने बघितलं जातं किंवा त्या व्यक्तीला एक विशिष्ट असं महत्त्व दिलं जातं. पण येणा—या काळात ही गोष्ट शुल्लक होणार आहे. याचा अर्थ असा नाही की या कार्याचे महत्त्व संपून जाईल उलट या कार्याला करणा—या लोकांचे महत्त्व दहा पटीने जास्त वाढून जाईल कारण की प्रत्येक क्षेत्रात, उद्योगात आणि नोकरीत प्रेझेन्टेशन करणे हे आवश्यक असेल आणि ज्या व्यक्तीमध्ये ही कला असेल तो या येणा—या युगात हवा तेवढा पैसा आणि सन्मान अर्जित करू शकतो.

७. ट्रेनिंग आणि कोचिंग स्किल

मागच्या दोन वर्षांत पूर्ण जगात आणि आपल्या भारतात शिक्षण घ्यायची आणि शिक्षण द्यायची पध्दत बदललेली आहे. ह्या बदललेल्या पध्दतीत ज्या व्यक्तीकडून किंवा ज्या संस्थेकडून आपण शिक्षण घेत आहोत त्यामध्ये विशेष विषयाबद्दल किती सखोल ज्ञान आहे हे जास्त बघितलं जात आहे. आपण सुध्दा आपल्याजवळ सखोल ज्ञान असलेल्या विषयाचे कोच किंवा ट्रेनर बनून एक उत्तम करिअर घडवू शकतो.

लॉकडाउनच्या काळात वरील दिलेल्या सर्व स्किल्स आपण घरी बसून ऑनलाईन शिकू शकतो आणि येणा—या काळात या स्किल्सच्या माध्यमातून आपण एक यशस्वी करिअर घडवू शकतो.

मागच्या दहा वर्षांपासून मी माझ्या सेमिनार, वर्कशॉप आणि कौन्सिलिंगच्या माध्यमातून विविध लोकांना, विद्यार्थ्यांना आणि शिक्षण क्षेत्रात असलेल्या महारथींना भेटत असतो. अनेक विद्यार्थ्यांना भेटून मला हे समजले की त्यांनी घेतलेल्या पदव्या किंवा शिक्षण हे त्यांना यशस्वी बनवण्यासाठी किंवा एक चांगली नोकरी किंवा व्यवसाय उभारण्यासाठी अपुरे असते. पण वर दिलेले स्किल्स जर आपण शिकलो तर येणा—या भविष्यात आपण स्वतःसाठी एक चांगली नोकरी किंवा चांगला व्यवसाय नक्कीच उभारू शकतो.

श्री. साजिद पटेल
मोटिवेशनल स्पीकर,
शिरपूर
संपर्क : ७८४१०४६४५९





आर्थिक साक्षरता – काळाची गरज....

श्रीमंत असणे किंवा भरपूर पैसा असणे ही जवळपास प्रत्येकाचीच इच्छा-आकांक्षा असते. यासाठी बहुतांश लोक भरपूर मेहनतही करत असतात. मात्र श्रीमंत होण्यासाठी फक्त मेहनत करून उपयोग नाही. त्यासाठी अर्थसाक्षरता, पैसा कसा काम करतो, गुंतवणूक कशी हाताळावी यासारख्या बाबींचे ज्ञान आवश्यक असते. अर्थ साक्षरता आणि आर्थिक नियोजन हे सर्वसामान्य भारतीयांच्या घरात तसे अपवादानेच शिकवले जाणारे विषय. परंतु आयुष्यात आर्थिक स्थैर्य मिळविण्यासाठी त्यांचे महत्त्व अनन्यसाधारण आहे.



तुम्हाला श्रीमंत व्हायचे असेल, यशस्वी व्हायचे असेल तर खूप मेहनत करा किंवा खूप अभ्यास करा एवढेच मुलांना सांगितले जाते. आपण पैशांसाठी काम करायचे नसते तर पैशाला आपल्यासाठी कामाला लावायचे असते, हे जोपर्यंत मुलांना विद्यार्थी दशेतच शिकवले जात नाही, त्यांना अर्थसाक्षर होण्यासाठी उद्युक्त केले जात नाही तोपर्यंत आयुष्यभराच्या आर्थिक विवंचनांमधून सुटका नाही. या लेखातून आपण काही महत्वाच्या अर्थमंत्रांकडे लक्ष देवूया.

१. आर्थिक शिस्त

आपल्याकडे येणारा पैसा आणि होणारा खर्च याची बारकाईने नोंद ठेवून आपले आर्थिक नियोजन करण्यासाठी आर्थिक शिस्तीची गरज असते. आर्थिक शिस्तीशिवाय आर्थिक प्रगती साधता येत नाही हे लहान वयातच मनावर बिंबवणे आवश्यक आहे. त्याचबरोबर बचतीचे प्रमाण वाढते ठेवून अनावश्यक खर्च कमी करत जाणे या महत्वाच्या अर्थमंत्राची जाणीव विद्यार्थी दशेतच होणे अतिशय आवश्यक आहे. आपल्या आर्थिक गरजांवर नियंत्रण ठेवणे या गोष्टींबद्दल सजगपणा मुलांमध्ये असणे अत्यंत महत्वाचे आहे.

२. बचतीचे महत्त्व

'तुम्हाला पैशाची किंमतच नाही' हा घराघरात वापरला जाणारा वाक्प्रचार. अलीकडच्या काळात चैनीवर पैसा खर्च करण्याची वृत्ती वाढत चालली आहे. मात्र त्याआधी आवश्यक असलेली बचत नक्कीच केली पाहिजे. मुलांना त्यांच्या पॉकेटमनीतून बचत करण्याची सवय लावली पाहिजे. यातून त्यांना आपल्या वाट्याला येणा-या पैशाचे नियोजन, खर्च आणि बचतीचा ठोकताळा मांडण्याची सवय जडेल. हिच सवय त्यांना भविष्यातील संपत्ती निर्माण करण्यासाठी उपयोगी ठरेल. गरज आणि चैन यातील फरक विद्यार्थ्यांना लक्षात आला पाहिजे. नजिकच्या काळातील गरज आणि भविष्यातील गरज या गोष्टींवर विचार करण्याची सवय मुलांना या निमित्ताने लागेल.

३. आपात्कालीन निधीचे महत्त्व

सकारात्मक किंवा आशावादी विचारसरणीच्या नावाखाली आपण भविष्यातील अनपेक्षित आर्थिक संकटांची तयारी किंवा नियोजन करण्याकडे दुर्लक्ष करत असतो. मुलांना भविष्यातील सुखद स्वप्न गुंफतांना वास्तवापासून ब-याचवेळा आपण दूर नेत असतो. आपल्या आयुष्यात आर्थिक संकटं येणार नाहीत अशाच भ्रमात आपण त्यांना ठेवत असतो. त्यामुळे या गोष्टींसाठी काही नियोजन करावं लागतं हे त्यांच्या ध्यानीमनीही नसते. मुलांना आपल्या पार्टटाईम जॉबमधील किंवा पॉकेटमनीतील काही पैसा हा इमर्जन्सी फंड म्हणून राखून ठेवण्यास शिकवावे. आर्थिक विवंचनांच्या काळात किंवा अचानक उद्भवणा-या आर्थिक संकटांच्यावेळी हा आपत्कालीन निधीच उपयोगी पडतो हे मुलांच्या लक्षात येईल.

४. मुलांना परजीवी होण्यापासून वाचवा

विद्यार्थ्यांवर आई-बाबांच्या प्रेमापोटी त्यांच्या गरजेच्या वस्तूंचा वर्षाव होत असतो. परंतु यातून काहीही न करता गरजा पूर्ण होण्याची वृत्ती लहान मुलांमध्ये निर्माण होण्याचा धोका असतो. त्याउलट आपण स्वतःच्या

पायावर उभं राहण्याचे महत्त्व त्यांच्या लक्षात आणून द्यावे. आपल्या प्रत्येक गरजेसाठी आपण आपल्या पालकांच्याच खिशाला हात घालता कामा नये हे त्यांना समजावले पाहिजे. मुलांना पार्ट टाईम जॉब किंवा त्यांच्या आवक्यातील कामे करून स्वतःचा पॉकेटमनी स्वतःच मिळवण्यासाठी प्रोत्साहन दिले पाहिजे. भविष्यात नोकरी करत असतांना किंवा व्यवसाय करतांना आत्मनिर्भर होण्याची वृत्ती आणि जिद्द बालपणीच या सवयीमधून जन्माला येईल. आपल्या आर्थिक संकटांचा सामना ते स्वबळावर करू शकतील.

५. बजेटची आखणी

पगार झाल्यानंतर काही दिवसांतच हाती बेताचाच पैसा शिल्लक राहणे ही बहूसंख्या लोकांच्या आयुष्यातील डोकेदुखी आहे. याचे मुख्या कारण आर्थिक नियोजनाचा अभाव किंवा बजेटची आखणी योग्य पध्दतीने न करणे हेच असते. बजेट आखतांना आपल्या अत्यावश्यक गरजा कोणत्या, महत्वाचे आणि टाळता न येणारे खर्च कोणते, टाळता येणारे किंवा कमी महत्वाचे खर्च कोणते, आपल्या गरजांसाठीचे खर्च यातील फरक लक्षात घेणे, एकदा बजेट आखल्यानंतर त्यानुसारच काटेकोरपणे खर्च करणे या सर्वांचे आकलन मुलांना होणे खूपच महत्वाचे आहे. कुठे बचत करावी आणि कुठे खर्च करावा याचे शिक्षण प्रत्येक पालकाने आपल्या मुलांना देणे आवश्यक आहे.

६. गुंतवणूकीचा फंडा

बचत हा संपत्ती निर्मितीतला महत्वाचा घटक आहे. परंतु नुसती बचत केल्याने कोणीही श्रीमंत होत नाही. गुंतवणूकीचे वेगवेगळे पर्याय कोणते, कोणता पर्याय महागाईला हरवतो, गुंतवणूक करतांना कोणत्या गोष्टींना महत्त्व दिले पाहिजे या गोष्टींचे ज्ञान मुलांना देणे हा त्यांच्या शिक्षणाचाच एक भाग आहे. वाढदिवस, समारंभ, बक्षिसे या वेगवेगळ्या कारणास्तव मुलांकडे काही रोख रक्कम येत असते. अशा पैशांची बँकेत एफ.डी करून पैसा कसा वाढवता येतो हे मुलांच्या लक्षात आणून दिले पाहिजे. पुढे म्युच्युअल फंडांसारख्या पर्यायांचा वापर करून संपत्ती निर्माण करण्यासाठी मुलांना प्रवृत्त करणे हा त्यांच्या अर्थशिक्षणाचाच भाग आहे. लहान वयातच बचत आणि गुंतवणूकीची सवय लागलेले तरुण भविष्यात मोठ्या संपत्तीची निर्मिती करतील यात शंकाच नाही.

७. अर्थविषयक वाचनाची गोडी

अर्थविषयक, गुंतवणूक विषयक लेख, उत्तम पुस्तके यांच्या वाचनाची सवय आणि गोडी मुलांमध्ये निर्माण केली पाहिजे. या क्षेत्रातल्या घडामोडी सातत्याने जाणून घेतल्या पाहिजे. यामुळे आपले ज्ञान अद्ययावत तर होतेच पण आपल्या आर्थिक परिस्थितीचा अचूक ठोकताळा आपल्याला बांधता येतो. एरवी वाचनाचा कंटाळा असलेले पालकदेखील संपत्ती निर्मितीसाठी स्वतःबरोबरच आपल्या मुलांमध्ये याची आवड नक्कीच निर्माण करू शकतात. आयुष्यभर कठोर मेहनत करण्यापेक्षा आर्थिक ज्ञान मिळवून आनंदात जगणे केव्हाही श्रेयस्करच.

या अर्थमंत्रांना मुलांमध्ये लहान वयातच रूजवून भविष्यातील आर्थिक विवंचनापासून दूर ठेवणे सोपे होईल. संपत्ती निर्मितीसाठी आता इतर काही गोष्टींबरोबरच अर्थसाक्षरतेचे बाळकडू अत्यावश्यक झाले आहे.



आनंदी जीवन जगण्याची कला

आनंदी जीवन जगणं ही कला आहे. ज्याला ती अवगत झाली तो नशीबवान... आयुष्य एवढ्या बंधनाच्या चौकटीत अडकून पडलय की, त्यातून बाहेर पडायचा विचारही अंगावर शहारे उमटवतो, जीवन जगण्याचे मार्ग खडतर झालेत, पावलोपावली दुःख माणसाची वाट बघतंय, माणूस हसणं विसरूनच गेलाय. पण ज्या माणसाने या दुःखाच्या मार्गाने प्रवास केलाय त्याला हसण्याची किंमत कळते.

आपल्यावर होणा—या अन्यायाविरुद्ध लढण्याची, त्याला समर्थपणे तोंड द्यायची कला आपण शिकली पाहिजे. त्यामुळे तुमच्यात आत्मविश्वास आणि आत्मनिर्भरता निर्माण होईल. तुम्ही नेहमी आनंदी राहाल. परमेश्वराने प्रत्येकाला अनेकविध कलागुणांचं बिल्ट इन पॅकेज देवून या जगात पाठविले आहे. सुखी व आनंदी जीवन जगण्यासाठी आपल्यातील कौशल्ये, कलागुण ओळखून त्याला योग्य आकार द्या. यामुळे आपल्या व्यक्तीमत्वाला आकार येईल. आपला आत्मविश्वास वाढेल आणि आपल्याला जीवनातील खरा आनंद उपभोगता येईल. आपल्यातील कलागुण हे भविष्यात आपल्या क्षमता ठरू शकतात. एखाद्या कौशल्यामुळे आपल्या संपूर्ण जीवनाला कलाटणी सुध्दा मिळू शकते. आपले जीवन हे आनंदाने जगण्यासाठीच आहे हे नेहमी लक्षात ठेवा.

आनंदी आणि सन्मानाने जगायचे असेल तर पुढील गोष्टी जरूर करा.

१. स्वतःच्या आरोग्याची काळजी घ्या. आजकाल आयुष्य एवढं जदल झालं आहे की त्यासोबत धावतांना आरोग्याकडे दुर्लक्ष करण्याची सवयच अनेकांना लागली आहे. कुटुंबातील इतरांची काळजी घेत असतांनाच स्वतःच्या आरोग्याकडे मुळीच दुर्लक्ष करू नका. नियमित व्यायाम, योगासने, मेडीटेशन यासाठी वेळ द्या. असं म्हणतात आरोग्य हिच खरी धनसंपत्ती आहे. जर तुम्ही निरोगी असाल तर तुमचे मन आपोआप आनंदी राहील.

२. जीवन आनंदी होण्यासाठी काही कृती शारिरीक पातळीवरील तर काही मानसिक पातळीवरील आहेत. शारिरीक पातळीवरील कृतींपैकी सर्वात महत्वाची कृती म्हणजे स्वतःच्या शरीराची काळजी घेणे. स्वतःच्या शरीराची काळजी घेण्यासाठी प्रथम स्वतःच्या शरीरावर मनापासून प्रेम केले पाहिजे. स्वतःचे शरीर निटनिटके, देखणे राखायचे, इतके की कोणालाही भेटल्यावर ती व्यक्ती आनंदीत, प्रसन्न झाली पाहिजे. शरीर फक्त बाह्यतः सजवून ते देखणे होणार नाही. ते सतेज, सदृढ व निरोगी राखले पाहिजे. त्यासाठी नियमित योगासने किंवा व्यायाम करायला हवा. व्यसनांपासून चार हात दूरच राहून अशी प्रतिज्ञा व संकल्प केला पाहिजे.

३. नोकरी—व्यवसायाच्या बाबतीत आवडीचेच क्षेत्र मिळेल असे सांगता

येत नाही. मी माझ्या आवडीचे शिक्षण घेईन. आवडीच्या क्षेत्रात उपजीविकेचे साधन मिळवायचा प्रयत्न करीन. तसे नाही मिळाले तर मिळालेले काम अत्यंत आवडीने मनापासून करीन. मी घेतलेल्या शिक्षणातून मिळालेले ज्ञान माझ्या नोकरी—व्यवसायात वापरीन.

आनंद हा मानसिक असतो तो बाह्य गोष्टीत न शोधता आपल्यामध्ये शोधा. जीवनात आनंदी राहण्यासाठी काही सोप्या गोष्टी खाली सांगितल्या आहेत. ज्याचा तुम्हाला जीवन जगतांना नक्कीच चांगला फायदा होवू शकेल. या गोष्टींचे अनुकरण करा आणि जीवनाचा खरा आनंद लुटा.

- जीवनात येणा—या लहानसहान गोष्टींतून आनंद शोधण्याचा प्रयत्न करा.
- खेळ, करमणूक, गायन, पर्यटन, नर्तन, वाचन या गोष्टींसाठी थोडा वेळ द्या.
- आपल्या दैनंदिन कामाचे गुलाम बनून जीवनातील आनंद उपभोगण्याची इच्छा संपू देवू नका.
- आपल्याकडे जे आहे त्यावर संतुष्ट राहा, कारण सगळ्याच गोष्टी आपल्या मनाप्रमाणे घडत नसतात.
- आयुष्यात दुःख, त्रास तर होतच असतो, त्यांचं प्रमाण कमी कसे करता येईल ते शोधून पाहा. आयुष्याकडे सकारात्मक दृष्टीने पहा.
- भविष्यात होणा—या बदलाची काळजी न करता तो बदल स्विकारण्याची तयारी करा. भविष्याच्या चिंतेने वर्तमान बिघडू देवू नका.
- इतरांशी आपली तुलना किंवा बरोबरी करत नशिवाला दोष न देता स्वतःला भाग्यशाली समजून जीवनाचा आनंद घ्या.
- कुणाकडूनही फार अपेक्षा ठेवू नका म्हणजे अपेक्षाभागाचं दुःख होणार नाही.
- आपल्या चिंता, आपले दुःख आपल्यापुरते ठेवा, त्याचा बाउ करू नका.
- आपल्यात असलेल्या क्षमता ओळखा. स्वतःवर विश्वास ठेवा. परिणामांची चिंता न करता जे कराल ते कार्यक्षमतेने, मेहनतीने आणि आनंदाने करा.
- ज्या गोष्टी आवडत नाहीत त्याकडे दुर्लक्ष करा. इतरांच्या आनंदाने आनंदी व्हा.
- नेहमी उत्स्फूर्त आणि टवटवीत रहा, हसत रहा, आनंदी रहा.

श्री. जी. टी. महाजन
सल्लागार समिती सदस्य,
एसडी—सीड, जळगाव
संपर्क : ९४२२५६४७९८



- ★ सर्व पात्र विद्यार्थ्यांना २१व्या 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.

लाभार्थ्यांचे एसडी-सीडबद्दलचे मत...



जयेश श्रीराम मोराणकर, जळगाव - BE Mechanical (Second Year)

मी जयेश मोराणकर इंजिनअरिंगच्या द्वितीय वर्षात शिक्षण घेत आहे. या शिष्यवृत्तीमुळे माझ्या कोमेजलेल्या पंखाना बळ मिळाले आहे. मी सुध्दा माझे ध्येय निश्चितच पूर्ण करू शकतो असा आत्मविश्वास मिळाला आहे तो आमचे आ. सुरेशदादा जैन यांच्या एसडी-सीड मुळेच. मला या शिष्यवृत्तीचा उपयोग महागडी पुस्तके, कॉलेजची फी भरण्यासाठी झाला. या जगात आपण एकटे नाहीत तर दादांसारखे दानशूर, उदार मनाचे लोक आजही समाजातील आर्थिकदृष्ट्या मागासलेल्या मुलांना मदत करीत आहेत. यामुळे एक मानसिक आधार मिळतो. हा उपक्रम असाच सुरू राहावा हीच इच्छा व्यक्त करतो आणि मा. सुरेशदादानां दिर्घायुष्य लाभो हीच ईश्वरचरणी प्रार्थना करतो. मी सुध्दा हा उपक्रम पुढे चालू राहावा म्हणून आर्थिकदृष्ट्या सक्षम झालेवर जेवढी शक्य होईल तेवढी मदत करेल.



योगिनी बाळासाहेब पाटील, अमळनेर - B.Tech E&TC (Fourth Year)

‘मला सांगतांना अतिशय आनंद होत आहे की, मी पाहीलेले इंजिनअर होण्याचे स्वप्न पूर्ण होण्याच्या मार्गावर आहे. तेही एसडी-सीड कडून मिळणा-या शिष्यवृत्तीच्या सहाय्याने. माझे वडील शेतमजूर आहेत. आम्ही तिन भाउ आणि बहिणी. आम्हा तिघांचा शिक्षणाचा खर्च पूर्ण करण्यास वडीलांना अनेक समस्या येत होत्या. माझा सर्व खर्च हा एसडी-सीडच्या शिष्यवृत्तीमधून पूर्ण झाल्यामुळे वडीलांचे डोक्यावरचे ओझे कमी झाले. या शिष्यवृत्तीच्या रकमेतून मी गेट परिक्षेसाठीची महागडी पुस्तके विकत घेतली. एसडी-सीडमुळे मला शिक्षणासाठी एक प्रेरणा व उत्साह मिळाला. एक आधार मिळाला की, या जगात कोणीतरी आपल्या मदतीसाठी पाठीशी उभे आहे. मा. सुरेशदादानां सुरू केलेले हे कार्य खुपच महान आहे. ज्याची इतर कोणत्याही कार्याशी तुलना होवू शकत नाही. मा. दादांनी माझ्या सारख्या हजारो मुलांना दिलेली साथ अशीच राहो अशी मी त्यांना विनंती करते तसेच मा. दादांना उदंड आयुष्य लाभो हीच ईश्वरचरणी प्रार्थना.



राहूल सुधाकर अत्तरदे, जळगाव - Diploma IT (Second Year)

माझी घरची परिस्थिती बेताची. पण एसडी-सीड शिष्यवृत्ती मुळे मला खुप मोठा आधार मिळाला आहे. त्याच्या पाठबळावर मी आज डिप्लोमा आयटी द्वितीय वर्षाला शिक्षण घेत आहे. मी लहान असतांना वडीलांचे छत्र हरविले. आई हातमजूरी करते. मी ठरविले होते की दहावी उत्तीर्ण झाल्यावर शिक्षण सोडून देईन आणि आईला हातभार म्हणून कोठेही काम करेल. कारण आर्थिक परिस्थिती फारच नाजूक होती. अशा वेळी एसडी-सीड शिष्यवृत्ती बदलू माहिती मिळाली. मी अर्ज केला व गुणवत्तेच्या आधारावर मी या शिष्यवृत्तीसाठी पात्र ठरलो. माझ्या शिक्षणाचा सर्व खर्च मी एसडी-सीड शिष्यवृत्तीमधून पूर्ण करत आहे. तसेच मला स्टेशनरी, पुस्तके सवलतीच्या दरात मिळत आहेत. माझ्या सारख्या अनेक आर्थिक परिस्थिती कमकुवत परंतू होतकरू व कष्टाळू विद्यार्थ्यांना या शिष्यवृत्तीमुळे इच्छित ध्येय साध्य करण्यासाठी फार मोलाची मदत मिळत आहे. एसडी-सीडच्या या मातृत्वरूपी मदतीला माझा सलाम आणि मी सदैव एसडी-सीडच्या ऋणात राहू इच्छितो.



बारी मयुरी राजेश, रावेर - B.Sc (Third Year)

मी मयुरी बारी रावेर येथील रहिवाशी असून वडील शेतमजूर असल्याने घरची परिस्थिती जेमतेमच आहे. बारावी पास झाल्यानंतर पुढील शिक्षण घेण्यासाठी अनेक आर्थिक समस्या समोर आल्यात. त्यातच एसडी-सीडकडून शिष्यवृत्ती मिळाली त्यामुळे जळगाव सारख्या शहरामध्ये महाविद्यालयीन शिक्षणाचा मार्ग मोकळा झाला. मला पैसे नसतांना महागडी पुस्तके घेण्यासाठी, कॉलेजची फी भरण्यासाठी माझ्या संकट समयी एसडी-सीड धावून आली. तेव्हा वाटलं आपण एकटे नाही. समाजात मा. दादांसारखे दातृत्व असणारे लोक आहेत हे फारच सुखावह वाटते. वडीलांनाही एक आर्थिक आधार मिळाला. मा. दादांच्या या उपक्रमामुळे अनेक विद्यार्थी शिक्षणाच्या क्षेत्रात त्यांची स्वप्ने पूर्ण करित आहेत. आज मी एक चांगले करिअर निवडून ते पूर्णत्वाच्या दिशेने गुणवत्तेसह जात आहे. मा. दादांना दिर्घायुष्य लाभो आणि हे सत्कर्म असेच निरंतर चालू राहो हीच इच्छा व्यक्त करते.

