



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

आमचे ध्येय

‘गुणवंत विद्यार्थ्यांमध्ये व्यावसायिक व उद्योजकीय कौशल्ये विकसित करून त्यांना जागतिक स्तरावर सक्षम बनविणे.’

ज्ञानयज्ञ



“ तुम्ही योग्य प्रकारे
प्रशिक्षित झाल्यास
नक्कीच यशस्वी
व्हाल. ”



रणरणा उन्हाळा, कडाक्याची थंडी, धो धो पडणारा पाऊस, धुळीने माखलेले खडतर रस्ते अशा या परिस्थितीत अनवाणी पावलांनी, मोठ्या धाडसाने, श्रद्धा उराशी बाळगून असलेले, त्याचप्रमाणे मनात वैताग आणि त्रागाला स्थान नसलेले, न कंटाळता, लोकप्रबोधनासाठी, धर्मासाठी, देशासाठी, सर्वस्वाचा त्याग केलेल्या जैन साधूंना बघितल्यानंतर खरोखरच आपले शीर त्यांच्यासमोर नतमस्तक होते. अशा या जैन साधूंच्या संस्काराने संस्कारीत झालेल्या व्यक्तीकडून सुरेशदादा स्कीम फॉर एज्युकेशनल अॅण्ड इन्ट्रीप्राय्येरीयल डेव्हलपमेंट म्हणजेच एसडी-सीड ही योजना कार्यान्वित झालेली आहे.

दलित, पीडित, तळागाळातील गरजू विद्यार्थ्यांना शैक्षणिक शिष्यवृत्ती, निरनिराळ्या शैक्षणिक सवलती, आर्थिक लाभ मिळवून देऊन, कुठलाही भेदभाव न ठेवता, फक्त माझ्या जळगाव जिल्ह्यातील विद्यार्थ्यांचा विकास झाला पाहिजे, त्यांचे ज्ञान विकसित झाले पाहिजे, ते सुसंस्कृत, स्वाभिमानांनी, सुशिक्षित व सामर्थ्यावान म्हणून त्यांना समाजात स्थान मिळाले पाहिजे या एवढ्याच उद्देशाने व हेतूने एसडी-सीड जोमाने कार्य करीत आहे.

पूज्य सानेगुरुजींनी त्यांच्या एका पुस्तकात सांगितले आहे. समाजातील अनेक कळ्या उमलण्यापूर्वीच किटकांमार्फत कुरतडल्या जातात. हे दारिद्र्यरूपी किटक असंख्य गुणवंत कळ्यांना नष्ट करतात. अशा या कळ्यांना संरक्षण देण्याचे काम एसडी-सीड करीत आहे.

समाजाची दुसरी बाजू म्हणजे की जिचे विदारक चित्र आज आपल्यासमोर आहे ते म्हणजे सर्व प्रकारची सुबत्ता उपभोगणारे विद्यार्थी. तसे बघतले तर ते सर्व सुविधांनी युक्त असून देखील शारीरिक व मानसिकदृष्ट्या कुपोषित आहेत. भरपूर पैसा व चंगळवादांमुळे असे विद्यार्थी व्यसनाधीन होण्याचा धोका जास्त निर्माण झालेला आहे. खाण्यापिण्याच्या फास्टफूड संस्कृतीमुळे ती मुले कुपोषित होतात. त्यांच्यात ताण सहन करण्याची प्रतिकूलता अजिबात राहत नाही. अशा विद्यार्थ्यांचा स्पर्धात्मक जीवनात टिकाव लागणे कठीण होऊन बसते. त्यांची विचारशक्ती बोथट होते. त्यामुळे कृती करण्याच्या अगोदर विचार करण्याची त्यांची शक्ती कमी पडते व त्यांना पश्चातापाची वेळ येते. तसेच त्यांच्या पालकांनी त्यांच्यावर अपेक्षांचे ओझे लादलेले असते ते वेगळेच. त्यामुळेही मुले मानसिकरीत्या दुर्बल होतात, एकलकोंडे होतात. नको ते विचार त्यांच्या मनात येऊ लागतात. वास्तविक निसर्गाने विचार करण्याची देणगी मनुष्याला दिलेली आहे हे ते विसरतात व अपयश आले म्हणून मग आत्मघाताचा विचार करतात. पण आत्मघात केल्याने जीवनाचे प्रश्न सहजगत्या सुटणार आहेत का? अशा या विद्यार्थ्यांसाठी मुख्यत्वे आपल्या पाल्यांसाठी वेळ न देऊ शकणारे मात्र त्यांच्यावर मोठमोठ्या अपेक्षांचे ओझे लादणारे पालक आज समाजात सर्वत्र पहायला मिळतात. अशा या पालकांचे प्रबोधन होणे आवश्यक आहे व ती समाजाची फार मोठी गरज निर्माण झालेली आहे.

एसडी-सीडमार्फत चालणाऱ्या, प्रज्वलित झालेल्या या ज्ञानयज्ञात हे कार्य निश्चितपणे थोड्याफार प्रमाणात होत आहे.

आपले शैक्षणिक कौशल्य कुठे कमी पडते हे शोधण्याची आज काळाची गरज आहे. कोणत्या कौशल्यांची आज आपल्याला गरज आहे ते सुद्धा बघितले पाहिजे. विद्यार्थ्यांना आज जीवनाकडे बघण्याचा दृष्टीकोन लक्षात आला पाहिजे. कारण त्यांच्या जीवनात असेही क्षण येतील की चहूबाजूंनी संकटे घेरतील, स्वाभिमानाला ठेचा बसतील तरी त्यांनी लाचार होऊ नये. कधी पदोपदी निंदक भेटतील, वाईट अनुभव पदरी पडतील, आपलेही मग साथ सोडतील पण तरीही चिडून न जाता आपल्या ध्येयाच्या मार्गाने त्याने वाटचाल करावी. कारण साऱ्यांच्या अपेक्षा पूर्ण कराव्या, विद्यार्थ्यांनी त्यांच्या कर्तव्याचे भान ठेवावे, या मातीचे ऋण फेडावे व स्वार्थी बनू नये तर त्याग करावयास शिकावे.

विद्यार्थ्यांना यशस्वितेसाठी अविरत परिश्रमांची आवश्यकता असते, परिश्रम करतांना हार न मानता संघर्ष सुरुच ठेवायचा असतो. प्रसिद्ध गीतकार जावेद अख्तर यांच्या एका उत्पादनाच्या जाहिरातीमधील काव्यपंक्ती आठवतात - 'जिंदगी है तो खाब है, खाब है तो मंजिले है, मंजिले है तो रास्ते है, रास्ते है तो फासले है, फासले है तो मुश्किले है, मुश्किले है तो हौसला है, हौसला है तो विश्वास है।' आणि या विश्वासाच्या जोरावरच विद्यार्थ्यांच्या प्रगतीची वाटचाल होत असते आणि हे कार्य एसडी-सीडच्या मदतीने होत आहे. आज कितीतरी विद्यार्थी स्वावलंबी झालेले आहेत.

एसडी-सीडच्या मदतीने आज अनेक विद्यार्थी स्वावलंबी झालेले बघतांना खुप खुप आनंद होत आहे. फक्त आर्थिक मदत देवून न थांबता विविध प्रबोधनात्मक, वैचारिक, व्यक्तिमत्व विकास शिबीरे, सामाजिक तसेच युवती सशक्तीकरण इ. कार्यक्रमांद्वारे अनेक लाभ एसडी-सीडचे लाभार्थी व लाभार्थी नसलेले इतर विद्यार्थी सर्वांनाच होत आहे.

ज्ञानयज्ञ बातमीपत्राची पाचवी समीधा (अंक) प्रकाशित करतांना आनंद होणे स्वाभाविकच आहे. ही समीधा आपणा सर्वांना प्रकाश देण्याचे कार्य करेल अशी आशा करून आपणा सर्वांना शुभेच्छा देवून जाता जाता शेवटी एका अजरामर कवितेच्या ओळी अधोरेखीत करीतो...

**देणाऱ्याने देत जावे
घेणाऱ्याने घेत जावे
घेता घेता एक दिवस...
देणाऱ्याचे हात घ्यावे**

सर्वांनाच देणाऱ्याचे हात मिळावेत, हीच प्रभुचरणी प्रार्थना.

प्रा. एस.व्ही.सोमवंशी
संपादक

ज्ञानयज्ञ संपादक मंडळ

श्री. राजेश यावलकर (ज्ञानयज्ञ प्रमुख संपादक), श्री. एन. जे. गादिया, श्री. महेश गोरडे, श्री. नीळकंठराव गायकवाड, श्री. सुधीर महाजन, प्रा. एस. व्ही. सोमवंशी

विद्यार्थ्यांच्या सर्वांगीण विकासासाठी, त्यांच्या उज्ज्वल भविष्यासाठी एसडी-सीड सतत प्रयत्नशील आहे आणि त्यासाठी विद्यार्थ्यांना वेळोवेळी त्या त्या विषयावर प्रशिक्षण देणे फार गरजेचे असते. प्रशिक्षणामुळे त्यांच्या पात्रतेमध्ये, ज्ञानामध्ये व कौशल्यामध्ये भर पडते आणि त्यांच्या कार्यक्षमतेचा विकास होतो ज्यामुळे भविष्यात त्यांची प्रगती होते. त्या अनुषंगाने एसडी-सीडतर्फे वेळोवेळी जिल्ह्यातील सर्व विद्यार्थ्यांना याचा लाभ घेता यावा यासाठी तालुकास्तरावर वेगवेगळ्या विषयांवर कार्यशाळांचे आयोजन करण्यात येते. मागील दोन महिन्यात एसडी-सीडने विविध विद्यार्थीहिताच्या विषयांवर कार्यशाळांचे आयोजन केले आणि त्यात विद्यार्थी आणि पालकांनी मोठ्या प्रमाणात सहभाग घेवून याचा लाभ घेतला.

● कार्यशाळा १ - जीवनात योगाचे महत्त्व

मार्गदर्शक - प्रा. देवेंद्र सोनार (सोहम योगा प्रशिक्षण व संशोधन केंद्र, जळगाव)

दिनांक - 24 जुलै 2013

ठिकाण - एस.एन.डी.टी. महिला महाविद्यालय, जळगाव

उपस्थिती - सुमारे 175 विद्यार्थ्यांनी याचा लाभ घेतला.

एसडी-सीडतर्फे योगाचे महत्त्व या विषयावर कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले होते. या कार्यशाळेत विद्यार्थ्यांना आपल्या दैनंदिन जीवनात योगाचा आपल्याला कसा उपयोग होतो तसेच त्याचे महत्त्व काय हे अतिशय मार्मिक उदाहरणे देवून समजविण्यात आले.

संकल्पासारखे दुसरे औषध नाही असे भगवान चरकांनी म्हटले आहे. बुद्धीच्या विकासात आणि दिर्घायुष्य मिळविण्यात योगाचे महत्त्व मोठे आहे. शरीराच्या लहानमोठ्या स्नायूंना, अवयवांना जीवंत राहण्यासाठी गतीशील रुधिराभिसरण अत्यंत आवश्यक आहे. योग केल्याने स्नायूंचे आकुंचन प्रसरण व घर्षण झाल्याने रुधिराभिसरणाला जास्त गती मिळते. प्रत्येक अवयवाला आवश्यक प्रमाणात रक्ताचा पुरवठा होऊ लागतो. आसने म्हणजे स्नायूंना संकोच-विकास, दाब इत्यादींमुळे देण्यात येणारा व्यायाम आहे. स्नायूंना पद्धतशीररित्या प्रसरण-संकोच केल्याने ते मजबूत होतात. आसने करायची तीच मुळी शांत चित्ताने व स्वस्थपणे. योगासने केल्याने ताजेपणा व स्फूर्ती वाढते. सर्वांगात चैतन्याचे स्फुरण होते असा अनुभव आहे. आयुष्यभर निरोगी राहण्याची शक्ती योगामुळे प्राप्त होते. “शरीर व मन यांचा योग्य संबंध जोडणे म्हणजे योग.”

उपस्थित विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन करताना प्रा. सोनार यांनी खालील मुद्दे उदाहरणे व चर्चेच्या माध्यमातून अतिशय मार्मिकपणे सविस्तर समजावून सांगितले -

- योग म्हणजे काय? योगाच्या विविध परिभाषा
- योगाबद्दल असलेले समज आणि गैरसमज
- दैनंदिन जीवनामध्ये योगाची उपयोगिता
- शारीरिक व मानसिक व्याधि निर्माण होण्याची कारणे व निवारणाकरीता योगाची उपयोगिता

योगा कार्यशाळेपासून विद्यार्थ्यांना झालेले फायदे -

- स्मरणशक्तिचा विकास
- मनुष्यातील सुप्त शक्तंचे जागरण
- व्यक्तिमत्त्वाचा सर्वांगीण विकास आणि संपूर्ण आरोग्य प्राप्ती
- सुदृढ व लवचिक शरीरयष्टी
- ताणतणावापासून मुक्तता
- सकारात्मक मानसिक परिणाम
- बौद्धिक विकास
- अभ्यासात एकाग्रता
- शिस्त आणि स्वयंनियंत्रण



एसडी-सीड लाभार्थ्यांचे यश

दीपक सपकाळे (जळगाव): लहानपणीच वडिलांचे छत्र हरपलेला दीपक सपकाळे झोपडपट्टीत आईसोबत राहतो. दहावीच्या परिक्षेत त्याने ७१ टक्के गुण मिळविले होते. अकरावीला कला शाखेत प्रवेश मिळविला. एसडी-सीड कडून मिळत असलेल्या शिष्यवृत्तीच्या आधारे व आपल्या मेहनतीच्या जोरावर दीपकने बारावीत ६९ टक्के गुण मिळविले. आता आयपीएस होण्याची दीपकची इच्छा आहे.

श्रीकांत रमेश घुगे (जळगाव): श्रीकांतने अतिशय उत्तम गुणांनी आपले अभियांत्रिकी शिक्षण पूर्ण केले आणि आता तो चेन्नई येथे भारतीय नौदल सेवेत रुजू झाला आहे.

कार्यशाळा २ - वेळेचे नियोजन

एसडी-सीडतर्फे 'वेळेचे नियोजन' या विषयावर जुलै महिन्यात 2 कार्यशाळांचे आयोजन करण्यात आले.

1. मार्गदर्शक - डॉ. नरसिंग परदेशी

दिनांक - 10 जुलै 2013

ठिकाण - अॅड. बबनभाऊ बाहेती कला, वाणिज्य व विज्ञान महाविद्यालय, जळगाव

उपस्थिती - सुमारे 150 विद्यार्थ्यांनी याचा लाभ घेतला.

2. मार्गदर्शक - प्रा. गोकुळ मोरे

दिनांक - 31 जुलै 2013

ठिकाण - के.सी.ई. अध्यापक विद्यालय, जळगाव

उपस्थिती - सुमारे 150 विद्यार्थ्यांनी याचा लाभ घेतला.

दैनंदिन जीवनात विद्यार्थ्यांनी जर त्यांच्या वेळेचे व्यवस्थापन योग्य प्रकारे केले तर त्यांच्या मेहनतीची परिणामकारकता वाढते आणि अपेक्षित वेळेत अपेक्षित ध्येय साध्य करता येते. वर्षभर योग्य नियोजन करून अभ्यास केला तर परिक्षेत विद्यार्थ्यांना अपेक्षित यश नक्कीच मिळते. नियोजन, नियमितपणा व शिस्तीचे पालन केल्यास आपण ऐनवेळेच्या धावपळीपासून व अपयशी होण्यापासून वाचू शकतो. विद्यार्थीजीवनापासूनच वेळेचे नियोजन कसे करावे हे विद्यार्थ्यांना अवगत व्हावे या उद्देशातून एसडी-सीड या विषयावर देखील व्याख्याने आयोजित करीत आहे.

बाहेती महाविद्यालयातील कार्यशाळेत एसडी-सीड गव्हर्निंग बोर्ड सदस्य श्री. महेश गोरडे, उज्वलाताई बाहेती व प्राचार्य डॉ. अनिल लोहार उपस्थित होते तसेच के.सी.ई. येथील कार्यक्रमांला एसडी-सीड गव्हर्निंग बोर्डचे सदस्य मा. निळकंठ गायकवाड तसेच विद्यालयाचे प्राचार्या व इतर मान्यवर उपस्थित होते. कार्यक्रमात विद्यार्थ्यांशी संवाद साधताना मा. गायकवाड यांनी सांगितले की, "विद्यार्थ्यांनी सुरवातीला आपले ध्येय काय आहे हे निश्चित करून योग्य मार्गाने मार्गक्रमण करत राहिल्यास जोपर्यंत आपले ध्येय पूर्ण होत नाही तोपर्यंत सतत मेहनतीच्या जोरावर ते काम करत रहा आणि हे करतांना वेळेचा सदुपयोग करायला शिका म्हणजे तुम्ही ठरविलेले ध्येय नक्कीच ठरविलेल्या वेळेत पूर्ण होईल."

प्रशिक्षकांनी आपल्या व्याख्यानातून विद्यार्थ्यांना वेळेचे नियोजन म्हणजे एखादे कार्य जास्त कष्टांनी जास्त वेळेत करण्यापेक्षा योग्य आणि उत्कृष्ट पद्धतीने सहज व जलदगतीने करणे व उद्दीष्ट साध्य करणे हे लक्षात आणून दिले. सदर कार्यशाळांमध्ये विद्यार्थ्यांना खालील मुद्द्यांवर उदाहरणे व चर्चेच्या माध्यमातून अतिशय मार्मिकपणे सविस्तर मार्गदर्शन करण्यात आले -

- वेळेचे नियोजन करताना आपले ध्येय व उद्दिष्ट्य आधी ठरवा.
- योग्य नियोजन वेळ वाचवते. वेळ वाचवणे म्हणजे वेळ निर्माण करणे होय.
- आपणास करावयाच्या कामांची अथवा अभ्यास सरावाची यादी नेहमी अद्ययावत ठेवायची सवय लावा.
- आज मी वेळेचा १०० % उपयोग केला का, असा प्रश्न रोज रात्री स्वतःला विचारला पाहिजे.
- केलेल्या कामाचे सिंहावलोकन करा. ज्यामुळे चुका दुरूस्त करता येतात. आवश्यक बदल करता येतात.
- प्रत्येकाने वर्षभराचे, महिन्याचे, आठवड्याचे तसेच दिवसाचे ध्येय ठरवून त्याप्रमाणे नियोजन करावे.

वेळेच्या नियोजन कार्यशाळेपासून विद्यार्थ्यांना झालेले फायदे -

- शिस्तीने काम केल्यास वेळेची बचत
- योग्यवेळी घेतलेला निर्णय कामाची परिणामकारकता वाढवण्यास मदत
- प्राधान्याप्रमाणे कामांचे योग्य क्रम ठरवणे
- योग्य कामासाठी बहुमुल्य वेळ खर्च करणे
- चालढकल न करता तत्परतेने काम करणे



● कार्यशाळा ३ - व्यक्तिमत्व विकास

मार्गदर्शक - प्रा. सुरेश पांडे

दिनांक - 30 जुलै 2013

ठिकाण - समाजशास्त्र महाविद्यालय, कुसुंबा (जळगाव)

उपस्थिती - सुमारे 250 विद्यार्थ्यांनी याचा लाभ घेतला.

एसडी-सीडच्या कौशल्य विकास कार्यक्रमांतर्गत 'व्यक्तिमत्व विकास' या कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आले. कार्यक्रमाचा मुख्य हेतू हा विद्यार्थ्यांमध्ये विविध कौशल्यांचा विकास व्हावा, त्यांच्यात आत्मविश्वास निर्माण करणे व त्यांच्या ज्ञानात भर पडून विकसित, सुसंस्कृत, सुशिक्षित व सामर्थ्यवान विद्यार्थी घडावा हा होता. अनेक विद्यार्थी अभ्यासात हुशार असतात पण समाजात वावरताना काही विद्यार्थ्यांना अनेक अडचणींना सामोरे जावे लागते. अशावेळी विद्यार्थ्यांना त्यांचे व्यक्तिमत्व सुधारण्याकरीता योग्य मार्गदर्शन मिळणे फार जरूरीचे असते.

एसडी-सीडच्या तज्ञ प्रशिक्षकांनी व्यक्तिमत्व विकास करण्यासंदर्भात अशा अनेक पैलूवर अतिशय उत्कृष्टपणे विद्यार्थ्यांना मार्गदर्शन केले. विविध उदाहरणांसहीत स्वतःमधील कमतरता कशा दूर करता येतील ते अतिशय मार्मिकपणे विद्यार्थ्यांना समजावून सांगितले.

- स्वतःमधील कला-गुण ओळखता आले की नक्कीच आपला आत्मविश्वास बळावतो.
- सकारात्मक विचार हा एक मानसिक क्षमतेतील अतिशय महत्त्वाचा भाग आहे.
- आपल्या दैनंदिन जीवनात वक्तशीरपणा असायला हवा. वक्तशीरपणा अंगी बाळगा. यश तुमचे आहे.

व्यक्तिमत्व विकास कार्यशाळेपासून विद्यार्थ्यांना झालेले फायदे -

- भीती दूर होणे
- एकाग्रता वाढण्यास मदत
- समाजात ठामपणे मत व्यक्त करणे
- ध्येय साध्य करण्यास मदत होते

● कार्यशाळा ४ - मुलाखत तंत्र

मार्गदर्शक - प्रा. सुरेश पांडे

दिनांक - 7 ऑगस्ट 2013

ठिकाण - श्रीमती शरदचंद्रीका अक्का पाटील पॉलीटेक्नीक, चोपडा

उपस्थिती - सुमारे 300 विद्यार्थ्यांनी याचा लाभ घेतला.

शिक्षण घेतलेल्या अभ्यासक्रमात अतिशय चांगल्या गुणांनी उत्तीर्ण झालेल्या विद्यार्थ्यांनाही काही वेळेस रोजगार मिळविण्यापासून वंचित राहावे लागते, अडचणी येत असतात. आत्मविश्वासाचा अभाव, पूर्वतयारीची कमतरता आणि कमकुवत संभाषण कौशल्य यामुळे हे विद्यार्थी आजच्या गळेकापू स्पर्धेच्या युगामध्ये मागे पडतात. याकरीता ग्रामीण भागातील विद्यार्थ्यांपर्यंत जागृती व्हावी व त्यांच्यातील कमतरता भरून काढण्यास सहाय्य व्हावे जेणेकरून ग्रामीण भागाचा कायापालट व्हावा म्हणून एसडी-सीडतर्फे मुलाखत तंत्र या विषयावर कार्यशाळा आयोजित करण्यात आली.

मुलाखत तंत्र कार्यशाळेपासून विद्यार्थ्यांना झालेले फायदे -

- मुलाखतीचे महत्त्व व त्याचे प्रकार
- मुलाखतीमध्ये हसरा चेहरा ठेवणे व चेहऱ्यावर प्रसन्नता असणे
- आत्मविश्वासाने मुलाखतीस सामोरे जाणे
- आपल्यामधील अवगत कौशल्यांबाबत सांगताना आपण केलेले कार्य सांगणे.
- मुलाखतीत असत्य कधीही बोलू नका. मुलाखतीनंतर विनम्रतेने आभार माना.

मान्यवरांनी याप्रसंगी केलेले प्रतिपादन:

एसडी-सीड तर्फे आमच्या महाविद्यालयात मुलाखत तंत्र या विषयावर कार्यशाळेचे आयोजन करण्यात आलेले होते, त्याकरीता एसडी-सीडचे आभार. या कार्यक्रमाचा आमच्या महाविद्यालयातील द्वितीय व तृतीय वर्षात शिकणाऱ्या विद्यार्थ्यांना खूप फायदा झाला. आपल्या या सहकार्याबद्दल धन्यवाद.

- प्रा. आर.बी. वाघजळे, प्राचार्य - श्रीमती शरदचंद्रीका अक्का पाटील पॉलीटेक्नीक, चोपडा



कार्यशाळा ५ - ध्येय निश्चिती

मार्गदर्शक - प्रा. सुरेश पांडे

दिनांक - 24 ऑगस्ट 2013

ठिकाण - धनाजी नाना चौधरी महाविद्यालय, जळगाव
उपस्थिती - सुमारे 100 विद्यार्थ्यांनी याचा लाभ घेतला.

प्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनात काही ना काहीतरी ध्येय असले पाहिजे. एकदा आपल्याला जीवनाचे ध्येय ठरवता आले की मग ते ध्येय साध्य करण्यासाठी आवश्यक दिशा आपणास मिळत जाते. आत्मविश्वासाने ध्येयप्राप्तीसाठी केलेल्या मेहनतीला यशप्राप्ती नक्कीच मिळते. आधी आपले ध्येय ठरविणे महत्वाचे आहे. एसडी-सीडतर्फे विद्यार्थ्यांना ध्येय निश्चिती संदर्भात मार्गदर्शन व्हावे म्हणून नुकतेच कार्यशाळा आयोजित करण्यात आली.

एसडी-सीडच्या तज्ञांनी विद्यार्थ्यांना यावेळी मार्गदर्शन करतांना खालील मुद्दे समजावून सांगितले -

- ध्येय ठरविल्याशिवाय जीवनाला दिशा मिळणे कठीण आहे.
- आपली झेप कुठवर जाऊ शकते, याच्या मर्यादा ओळखून ध्येय ठरवा.
- ध्येयप्राप्तीकरीता आवश्यक गोष्टी-
 १. आत्मविश्वास
 २. जागरूकता
 ३. निर्णयक्षमता
 ४. प्रभावी संभाषण कौशल्य
 ५. स्वतःच्या अंगी असलेल्या कौशल्यांचा प्रभावी वापर

ध्येय निश्चिती कार्यशाळेपासून विद्यार्थ्यांना झालेले फायदे -

- उणीवांची जाणीव होऊन, सुधारणा करता येते
- ध्येयपूर्तीसाठी कार्य करताना निर्णय घेण्यास मदत होते
- स्वतःमधील क्षमतांची जाणीव होते
- स्वतःची प्रतिमा सुधारते



मार्गदर्शक लेख

आत्मविश्वास

स्वतःविषयी जाणवणारा दृढ विश्वास म्हणजेच आत्मविश्वास. आत्मविश्वास मूलतः स्वभावात असतोच; तो बोलण्यातून जाणवत असतो आणि कृतीतून दिसत असतो. खरं तर आत्मविश्वास ही स्वतःच्या विचारांची प्रतिक्रिया असते. एखाद्या व्यक्तीकडे आत्मविश्वासाचा अभाव असतो म्हणजे नेमकं काय तर त्या व्यक्तीची विचार करण्याची पद्धत बऱ्याचदा नकारात्मक आणि चुकीची असते. कारण अंतर्मनातल्या भीतीचा परिणाम हा त्याच्या विचारांवर होत असतो. प्रत्येक व्यक्तीकडे उपजतच बुद्धिमत्ता, गुणवत्ता आणि क्षमता असून केवळ आत्मविश्वास गमावल्याने काही व्यक्ती अपयशाच्या बळी ठरत असतात.

उदा. 'मी करू शकेन का?' ही भीती आणि 'मी करू शकेन' हा आत्मविश्वास.

विचारांमध्येच आत्मविश्वासाचा स्रोत दडलेला असतो. आत्मविश्वासामध्ये अशक्य ते शक्य करण्याची प्रचंड शक्ती असते. आत्मविश्वासामध्ये स्वप्न साकार करण्याची स्वयंप्रेरणा असते. एखादी गोष्ट साध्य करण्यासाठी लागणारी जिद्द, चिकाटी, सातत्य आणि प्रयत्नांमधूनच आत्मविश्वास जाणवत असतो. बऱ्याचदा खूप मेहनत आणि नियोजन करूनही 'यश मिळालं नाही तर..', 'हातून चूक झाली तर..', 'नीट जमलं नाही तर..' या नकारात्मक विचारांमुळे मनात भीती आणि गोंधळ सतत वाढत असतो. त्यामुळे आत्मविश्वास मिळविण्यासाठी मूलतः योग्य पद्धतीनं आणि सकारात्मक दृष्टीकोनातून विचार करायला हवा.

विचारांमधला दृष्टीकोनच मनोबल वाढवत असतो. त्यामुळे स्वतःकडे, वास्तवाकडे, आयुष्याकडे बघण्याचा दृष्टीकोन विचारांच्या मांडणीसाठी अधिक महत्वाचा ठरतो. म्हणून प्रत्येक कृतीमागचा विचार आणि दृष्टीकोन महत्वाचा असतो. एकदा एक व्यक्ती म्हणून जगायचं 'कस' आणि 'का' ठरलं की, आत्मविश्वास अधिकाधिक वृद्धीगत होत जातो. आत्मविश्वास म्हणजे जगण्याचं मनोबल. आत्मविश्वास म्हणजेच जगण्यातला आनंद. आत्मविश्वास म्हणजेच जगण्याची उर्जा आणि आत्मविश्वास म्हणजेच जगण्यातलं यश...



विद्यार्थ्यांना आवाहन

- सवलतीचा लाभ घ्या. एसडी-सीडच्या लाभार्थ्यांसाठी काही क्लासेस, पुस्तक खरेदी, वाचनालय, वसतिगृहांमधील शुल्कात खास सवलत तसेच बँक व अन्य वित्तीय संस्थांकडून शैक्षणिक कर्ज मार्गदर्शन उपलब्ध करून देण्यात आले आहे. या सवलतीचा लाभ घेण्यासाठी लाभार्थ्यांनी एसडी-सीड कार्यालयातून शिफारस पत्र प्राप्त करावे.
- विद्यार्थीहिताच्या विविध विषयांवर आयोजित होणाऱ्या कार्यशाळांच्या माहितीसाठी विद्यार्थ्यांनी एसडी-सीडच्या वेबसाईटला भेट द्या.
- MPSC / UPSC व इतर स्पर्धात्मक परिक्षांच्या अद्ययावत माहितीसाठी व ऑनलाईन अर्जप्रणालीसाठी एसडी-सीडच्या वेबसाईटला भेट द्या.
- एसडी-सीड शिष्यवृत्तीसाठी नूतनीकरण विद्यार्थ्यांसाठी ऑनलाईन अर्ज भरण्याबाबतची सूचना व त्याची लिंक एसडी-सीडच्या वेबसाईटवर दिली जाईल. तरी संबंधित विद्यार्थ्यांनी वरचेवर वेबसाईट तपासावी.
- या बातमीपत्रात प्रकाशित करण्यासाठी आपणाकडून योग्य ते साहित्य उदा. विद्यार्थ्यांना प्रेरणादायी लेख, शैक्षणिक क्षेत्रातील माहिती, आरोग्यविषयक उपयुक्त सूचना इ. अपेक्षित आहेत. संबंधित साहित्य आपण एसडी-सीडच्या पत्त्यावर पाठवू शकता.

आरोग्यम्

निसर्गावर सूर्याचा प्रभाव इतका आहे की सकाळी चार वाजल्यापासून त्याच्या प्रभावाची सुरुवात होते. तलावातील कमळे चार वाजता फुलतात. आपल्या पूर्वजांनी हृदयाला कमळ मानले आहे. तेही सकाळी चार वाजता विकसित होऊन प्रफुल्ल होते. त्या वेळी त्याला काम मिळून ते कार्यरत झाल्यास ते शक्तिशाली होऊन सदाकाळ निरोगी राहिल. म्हणूनच ब्राम्हमुहूर्तावर उठणाऱ्यांना हृदयरोग होत नाही. ते दिर्घायुषी होऊन शंभरी गाठणारे भाग्यवंत होतात.

सकाळी लवकर उठण्याचे फायदे:

- १) सामान्यतः व्यायाम करण्यासाठी आवश्यक असा वेळ सकाळी लवकर उठल्याने मिळू शकतो. उशीरा उठल्याने असा वेळ काढता येणे कदाचित शक्य होणार नाही.
- २) व्यायाम करताना श्वासोश्वासाची क्रिया जलद होत असते. प्रभातकाळी वातावरण अधिक शुद्ध असते. धूळ व इतर रजकणाचे प्रमाण हवेत तेव्हा कमी असते. साहजिकच श्वासांत शुद्ध हवा जास्त प्रमाणात जाऊ शकते.
- ३) पहाटे ओझोन हा वायू हवेत थोड्या प्रमाणात असतो. दिवस उगवल्यावर तो नाहीसा होतो. शरीरात तो जास्ती प्रमाणात वापरणे शक्य झाले तर शरीरातील अशुद्धीची साफसुफी जास्त चांगल्या रीतीने होऊ शकते.
- ४) निद्रावस्थेत श्वासोश्वासाची क्रिया मंद गतीने चालते म्हणून ओझोनचा लाभ जास्त प्रमाणात मिळू शकत नाही.
- ५) झोपल्यावर सामान्यपणे एकदा तरी सकाळी लवकर आपल्याला जाग येतेच. तेव्हाच निद्रात्याग करावा. त्या वेळी शरीरात इतर वेळी असते त्यापेक्षा अधिक स्फूर्ती असते.
- ६) पहाटे व्यायाम करण्यात मन तन्मय होऊ शकते. मनापासून केलेली प्रत्येक क्रिया जास्त फलदायी होते.
- ७) दिवसा गडबड-गोंधळात कसरत करण्यात मन लागत नाही. एकदा जाग आल्यावर परत झोपून उठल्यावर शरीरात पहिल्यासारखा उत्साह किंवा जोम नसतो, उलट आळस जास्त येत जातो.
- ८) झाडे, पाने, फुले ह्यातून पहाटे जो सुगंध पसरतो त्यामुळे चित्ताला अभूतपूर्व प्रसन्नता लाभते. प्रभातकाळचे एकंदर वातावरणच अती आल्हाददायक असते.
- ९) सकाळी लवकर उठून पाणी प्यायल्यास हृदयविकार, स्थूलपणा, रक्तपित्त, मस्तकाचे दुखणे, डोळ्यांचे विकार याशिवाय वात, कफ व पित्तजन्य इतर रोगांचा प्रादुर्भाव होणे थांबते अथवा ते होत नाहीत.



आमची उद्दिष्टे

- सर्व पात्र विद्यार्थ्यांना २१ व्या शतकातील भारताच्या विकासात सहभागी होण्याची संधी प्राप्त करून देणे.
- विद्यार्थी, पालक व शिक्षकांमध्ये शिक्षणाचे महत्त्व 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 त्यांचा लाभ मिळेल.

विद्यार्थ्यांच्या मनातील एसडी-सीड...



स्वाती विश्वासराव पाटील, भडगाव (B.Sc.-Third year) - मी एसडी-सीडची फार ऋणी आहे कारण एसडी-सीड शिष्यवृत्तीच्या आधारे मी B.Sc. पास केले आहे. तेही ८९ % गुण मिळवून. एसडी-सीडमुळे माझ्या जीवनाला कलाटणी मिळाली. आमच्या सारख्या गरीब विद्यार्थ्यांसाठी तर एसडी-सीड एक आदर्श आधारस्तंभ आहे. ज्या प्रकारे एसडी-सीड कार्य करत आहे त्याला खरंच दाद द्यायला हवी. मला तर यातून खूप प्रेरणा मिळाली. एसडी-सीडला माझा मानाचा मुजरा.



पूजा रविंद्र चौधरी, जामनेर (B.com - Second year) - आदरणीय सुरेशदादा जैन यांच्या एसडी-सीड शिष्यवृत्तीमुळे मला १२वी नंतर शिक्षण सुरु ठेवता आले. वडिलांची आर्थिक परिस्थिती जेमतेम. माझ्या शालेय पुस्तकांची आणि एस.टी. साठी लागणाऱ्या मासिक पासची पूर्ण व्यवस्था याच शिष्यवृत्तीतून झाली. मी व माझे कुटुंबीय दादांचे खरंच आभारी आहोत. मी भविष्यात नक्कीच काहीतरी बनून दाखवीन व एसडी-सीडचे हे कार्य पुढे नेण्यास प्रयत्नशील राहीन.



राकेश पंढरीनाथ पाटील, भुसावळ (B.E. - Second year) - माझ्या वडीलांचा व्यवसाय हा हातमजुरीचा असल्याने पुढील शिक्षणासाठी मला आर्थिक पाठबळ नव्हते व मला असे वाटत होते की शिक्षणात खंड पडणार; परंतु अशातच सुरेशदादांच्या एसडी-सीड शिष्यवृत्तीबद्दल वृत्तपत्रात वाचले आणि माझ्या शिक्षणाला नवसंजीवनी मिळाली. दादांमुळे माझ्या शिक्षणाला मोठा हातभार लागला व माझ्यासाठी अशक्यप्राय असलेले अभियांत्रिकीचे शिक्षण घेत आहे.



जागृती संजय चौधरी, चाळीसगाव (BCA - Second Year) - सर्वप्रथम एसडी-सीडचे अध्यक्ष तसेच संचालक मंडळाचे मी आभार मानते की ते ज्ञानगंगेचे अमृत पिण्याची संधी गरीब विद्यार्थ्यांना उपलब्ध करून देत आहेत. विद्यार्थ्यांच्या स्वप्नांना प्रेरणा देण्याचे कार्य एसडी-सीड करत आहे. यामुळे विद्यार्थ्यांना प्रोत्साहन मिळते व जास्तीत जास्त मार्क्स मिळविण्याची जिद्द व उमेद वाढते. गरीब विद्यार्थ्यांना खऱ्या अर्थाने मदत करणाऱ्या व त्यांचे अश्रु पुसणाऱ्या एसडी-सीडचे आभार. धन्यवाद.



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