UpLift
Enriching lives of the poor...together

अपलिफ्ट इंडिया असोसिएशन - स्वाभिमान द्वारा

क्रमांक : ५
नोव्हेंबर २००६

मनोगत

संपादकीय...

नमस्कार मंडळी,

दर महिन्याप्रमाणे याही महिन्यात तुम्हाला भेटून आनंद होत आहे.तर या महिन्याची सुरूवात आपण जरा हसत-खेळत करावी म्हणतो...

एकदा एक विद्वान साधू बोटीतून प्रवास करत असतो. बोटीत तो व नावाडी दोघेच असतात. साधूला नावाड्याची मस्करी करावीशी वाटते. तो नावाड्याला विचारतो, काय रे ? तुला लिहिता येते का ? नावाडी म्हणतो, नाही. साधू म्हणतो, अरेरे ! तुझे पाव आयुष्य वाया गेले. थोडा वेळ गेल्यावर साधू नावाड्याला पुन्हा विचारतो, काय रे ? तुला एखादी वाचता तरी येते की नाही ? नावाडी म्हणतो, नाही. साधू पुन्हा म्हणतो, अरेरे ! तुझे अर्धे आयुष्य वाया गेले. अजून थोडा वेळ जातो. विद्वान साधू पुन्हा प्रश्न विचारतो, काय रे ? तुला कविता किंवा गाणे तरी म्हणता येते की नाही ? नावाडी म्हणतो, नाही. साधू म्हणतो, अरेरे ! तुझे पाऊण आयुष्य वाया गेले..

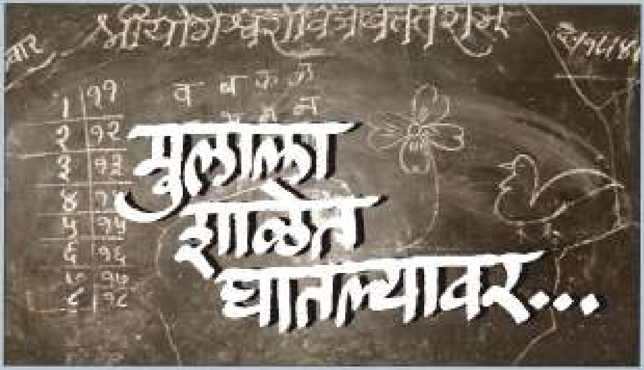
काही वेळ जातो...बोटीला अचानक भोक पडते आणि बोट हलायला लागते. आता नावाडी त्या विद्वान साधूला विचारतो, काय हो ? तुम्हाला पोहता वगैरे येते ना ? साधू थरथर कापायला लागतो आणि म्हणतो, नाही ! आता नावाडी म्हणतो, अरेरे ! तुमचे तर सगळेच अयुष्य वाया गेले....

बघितलंत...आपल्याला लिहिता-वाचता येणं महत्वाचं आहेच पण अशा छोट्या-छोट्या पण महात्वाच्या गोष्टी येणं तितकंच महत्वाचं आहे.

...आणि म्हणूनच... आपली नेहमीचीच सदरे या वेळी जरा नीट वाचा. आपले हरबा-केरबा व्यवसायात उपयोगी पडणा-या नविन युक्ती सांगणार आहेत. आपले रोजचे आयुष्य निरोगी रहावे म्हणून साध्या व सोप्या गोष्टी आहेतच. तसेच मुलांना नुसतेच शाळेत घातल्याने आपली जबाबदारी संपत नाही तर मुले नीट शाळेत जातात का ? हे बघणेही महत्वाचे आहे. तेच मुलाला शाळेत घातल्यावर या सदरात आहे. याशिवाय या महिन्याची गुरूकिल्ली आहेच.

आणि हो, या सगळ्या गोष्टी तुमच्या नातेवाइकांना, मित्रमैत्रिणींना सांगायलाही विसरू नका....
पुन्हा भेटूच...

केरबा : रामराम हरबा, काय लई घाईत हायस ?
हरबा : धंद्यासाठी पाच हजाराचं कर्ज मंजूर झालय. हातगाडी घ्यायला चाललोय नवी.
केरबा : पण तुज्याकडे हाय ना हातगाडी.
हरबा : हाय ना, पण भाड्याची. धा रूपये द्यायला लागतात दिसाला.
हरबा : तीनशे रूपये जातात महिन्याला. हायेस कुठं?
केरबा : एक सांग मला, तुजं भांडवल किती हाय धंद्यात अन् किती मिळत्यात त्यापासून.
हरबा : दोन हजाराच्या भांडवलावर १०० रुपये मिळत्यात रोज. तरी पण भांडवल कमीच पडतय.
केरबा : आता तूच सांगतोयस, म्हणून बरं. जर हे पाच हजार मालात घातलेस तर शेदोनशे ज्यादा मिळतील रोज. कर्जावरचं व्याज ते व्याज जाईल अन् भाडं पण निघल वरच्यावर. सगळं जाऊन आतापेक्षा जास्तच राहील.
हरबा : ते बी खरंच हाय म्हणा.
केरबा : हरबा, कर्जाच्या व्याजाचा मीटर रोज चालू असतो. जर आपल्या कमाईचा मीटर त्याच्या बरूबर चालू नसंल तर गाडी बंद पडंल ना..
हरबा : म्हणजे ?
केरबा : म्हणजे ज्याच्यामुळे कमाई वाढणार नाही, घरखर्च, अशा पडून राहणाऱ्या भांडवलात घालण्यापेक्षा रोज विकणाऱ्या भांडवलात आडकवणं कधी बी फायदेशीर . तसंच घरखर्चासाठी तर अजिबात वापरू नये.
हरबा : मग घरखर्च कसा चालायचा ?
केरबा : त्यासाठी भांडवल नाय, रोजची कमाई वापरायची. भांडवल वाढलं तर कमाई वाढंल. कमाई वाढली तर आपण वाढू, पसाभर यायला मूठभर पेरावं लागतं चांगल्या जमिनीत, खडकाळ जमिनीत नाही.
हरबा : लई हुशार बाबा तू. एकदम पटलं मला ! हातगाडी कॅन्सल करून कटलरीचा माल भरतो. लग्नसराई चालू होईल आता. कमाईच कमाई व्हईल. पुढच्या वर्षी नवीन हातगाडी घेतो. हां, पण माझ्या कमाईतून. नारळ फोडायला तुलाच बोलवतो. येणार ना?



मुलाला शाळेत घातल्यावर...

सुरेखा : काय गं, पोरगं शाळेला गेलं तुझं ?
अलका : हो , लई तरास देतं , काय करावं कळत नाही बघ. रोज शाळेला जाताना कटकट !
सुरेखा : तू तर मालकिणीकडून पैसे घेऊन त्याला चांगल्या शाळेत टाकलं आहेस ना ?
अलका : हो गं, मी एवढे दिसभर मरमर कष्ट करून पोरासाठी जिवाचं रान करतीय, पण पोराला त्याचं काही नाही. रोज मार मार मारते, तेव्हा कुठं शाळेला जायला तयार होतो. कधीकधी पैसे, खाऊ याची लालूच दाखवते. काय करू ?

अशी तक्रार आपल्यापैकी बरेच पालक नेहमी करताना दिसतात. मुलांना शाळेत घातलं की काम झालं, असंच त्यांना वाटतं. पण मुलाला शाळेत रमण्यासाठी, अभ्यासात गोडी लागण्यासाठी पण प्रयत्न करावे लागतात.

मुलाला शाळेत मार खावा लागत असेल, मित्रांशी भांडणे होत असतील, शिक्षकांच्या अत्याचाराला बळी पडावे लागत असेल तर मुलाची अभ्यासातली गोडी कमी होते. (काही वेळा मुलांना फळ्यावरचे नीट दिसत नाही, शिक्षकांनी बोललेले ऐकू येत नाही. त्यावेळी शिक्षकांना हे दोष लक्षात न आल्याने मूल अभ्यासात मागे पडते.)

काही वेळा मुले सवंगड्यांच्या / मित्रांच्या संगतीमुळे शाळेतून पळून जातात. काही वेळा जुगार खेळणे, पत्ते खेळणे अशा सवयी त्यांना लागतात. लहानसहान गुन्हेगारीकडेही ती वळू शकतात.

वर्गात पुरेसा प्रकाश , हवा नसेल, पाणी, स्वच्छतागृह यांसारख्या मूलभूत सुविधा नसतील तर त्याचा शालेय जीवनावर परिणाम होतो.

मुलाचा अभ्यास पालकांना घेता येत नसेल, तरीही आईवडिलांनी मुलांच्या अभ्यासात रस घेणे, अभ्यासाच्या वेळी टीव्ही न पाहणे, मुलाला रोजच्या दिनक्रमात अभ्यासाला विशिष्ट वेळ द्यायला सांगणे या गोष्टी तरी नक्की करता येतील. पालक म्हणून आपलीही जबाबदारी आहे की शिक्षकांना जाऊन भेटले पाहिजे. मुलांच्या अडचणी जाणून घेतल्या पाहिजेत.

शाळेतल्या अभ्यासातील विषय जर कळत नसेल तर त्यामागेही अनेक गोष्टी कारणीभूत असू शकतात. मुलाची बुद्धीमत्तेची कुवत नसेल किंवा शिकण्याची गती मंद असू शकते. काही वेळा अध्ययनातील काही अडचणींसाठी तज्ञांचीही मदत घ्यावी लागते. पण त्यासाठी शिक्षक व पालकांना या गोष्टींची जाणीव असली पाहिजे. 'छडी लागे छम्‌छम्‌, विद्या येई घमघम्‌' हे तत्त्व बालशिक्षणात अतिशय खोटे ठरलेले आहे. मुलांना शिक्षण आनंददायी होण्यासाठी चांगल्या वातावरणाची, समजून घेण्याची जास्त गरज आहे. पालक आणि शिक्षकांचं प्रोत्साहन , शाबासकी त्यांना हवं आहे. तरच त्यांच्या शिक्षणाला खरी चालना मिळेल.

दररोज आंघोळ का करावी?

आपले शरीर बाहेरून स्वच्छ ठेवणे फार महत्त्वाचे असते. हवेतून आलेले अनेक जंतू आपल्या त्वचेवर (चामडीवर) बसतात. आपल्या हातापायांना माती वा धूळ लागतच असते. या धुळीतून वा इतर माणसांच्या संबंधांतून कित्येक कीटक आपल्या त्वचेवर येऊन चिकटून बसतात.

उदाहरणार्थ खरूज. आपल्या देशात थंडीचे प्रमाण अगदीच कमी असते. उन्हाळा वा गरम वातावरणच अधिक. त्यामुळे आपल्या शरीराला सतत घाम येतो. हा घाम त्वचेमुळे तिथल्यातिथे सुकतोही. घाम सुकल्यानंतर त्या जागी खाज येऊ लागते. कळत न कळत आपण त्या जागी खाजवूही लागतो. खाज फारच येऊ लागली तर खाजवणेही जोरात चालू होते. यासाठी नखांचा वापर तर होतोच , पण याहीपेक्षा 'जोरदार' साधने खाजवण्यासाठी वापरली जातात. उदाहरणार्थ, कंगवे, लाकडी पट्ट्या इ. या अशा जोरदार खाजवण्यामुळे आपल्या त्वचेला इजा होते. त्वचेला संरक्षण देणाऱ्या पेशींचे वरचे आवरण यापायी उडते. त्यामुळे त्वचा उघडी पडते आणि कित्येक जंतू त्वचेत प्रवेश करतात.

'गजकर्ण' हा त्वचेचा रोग बऱ्याच जणांना होतो. हा रोग आपल्या शरीरात अशा प्रकारे शिरतो. खरजेचे किडेही आपल्या शरीरात असाच शिरकाव करून घेतात. डोक्यात घाम जमून सुकला की केसात घाण साचते. काहीजणांना कोंड्याचा त्रास सुरू होतो. तोंडावर घाम सुकल्यामुळे त्वचेवर पांढरे चट्टे उठतात व पिकतात. हे सुकल्यावर गालावरील त्वचेवर 'खड्डे' पडतात.

नेहमी आंघोळ केल्याने अंगावरचा सुकलेला घाम व्यवस्थितपणे धुतला जातो. अंगावरची घाणही आंघोळीनंतर निघून जाते. यामुळे आंघोळ आपले शरीर कशी स्वच्छ ठेवते,

या महिन्याची गुरूकिल्ली

घरदार म्हणजे आपली माय
कर्जापाय इकायची नाय
मौजेत सुद्धा ताडी अन्‌ दारू
आल्या गेल्या संग पियाची नाय

संपर्क :
१४, लँडमार्क अपार्टमेंट, बी जे रोड, साधु वास्वानी सर्कल,
पुणे ४११००१
फोन : ००९१(२०) २६०५ १०१३
ईमेल : upliftindia@gmail.com