



पंतप्रधान नरेंद्र मोदी यांनी आकाशवाणीवरून "मन की बात"द्वारे साधलेल्या संवादाचा मराठी अनुवाद

Posted On: 29 JAN 2017 2:57PM by PIB Mumbai

माझ्या प्रिय देशवासियांनो,
तुम्हा सायांना नमस्कार.

26 जानेवारी, आपला 'प्रजासत्ताक दिवस' आपण देशाच्या प्रत्येक कानाकोपऱ्यात आनंदाने आणि उत्साहाने साजरा केला. भारताची राज्यघटना, नागरिकांचे कर्तव्य, नागरिकांचे अधिकार आणि लोकशाहीसाठीची आपली कटिबद्धता यांची आठवण करून देणारा हा सण म्हणजे एक प्रकारे येणाऱ्या पिढ्यांवर लोकशाहीचे संस्कार करणारा, लोकशाहीमध्ये पार पाडावयाच्या जबाबदारीबद्दल जागरूक करणारा असा उत्सव आहे. पण आपल्या देशात नागरिकांचे हक्क आणि कर्तव्य यासंदर्भात जितकी चर्चा व्हायला हवी, जितक्या व्यापक रुपात चर्चा व्हायला हवी तितकी अजूनही होत नाही. मी आशा करतो की प्रत्येक स्तरावर, जितके महत्त्व अधिकारांना दिले जाते तितकंच महत्त्व कर्तव्यांनाही दिले जायला हवे. अधिकार आणि कर्तव्य या दोन रुळांवरच भारताच्या लोकशाहीची गाडी वेगाने पुढे मार्गक्रमण करू शकते.

उद्या 30 जानेवारी आहे. आपल्या पूजनीय बापूजींची पुण्यतिथी. या दिवशी सकाळी 11 वाजता आपण दोन मिनिटांचे मौन पाळून, देशासाठी प्राण अर्पण करणाऱ्या शहीदांना श्रद्धांजली देतो. 30 जानेवारीच्या दिवशी 11 वाजता हे दोन मिनिटांचे मौन पाळलं जाणं हा समाज म्हणून, एक देश म्हणून आपला सहज स्वभाव बनायला हवा. 2 मिनिटांसाठीच का होईना पण त्या मौनातून आपली सामूहिकता, आपला संकल्प आणि शहीदांच्या बद्दलची आपली श्रद्धा अभिव्यक्त होत असते.

आपल्या देशामध्ये सैन्याबद्दल, सुरक्षा दलांबद्दल स्वाभाविकपणे आदरभाव व्यक्त होत असतो. या प्रजासत्ताक दिवसाच्या पूर्वसंध्येला ज्या वीर जवानांना वेगवेगळ्या वीरता पुरस्कारांनी सन्मानित केले गेले, त्यांच्या कुटुंबियांचे मी अभिनंदन करतो. या पुरस्कारांमध्ये 'कीर्ती चक्र, शौर्य चक्र, परम विशिष्ट सेवा मेडल, विशिष्ट सेवा मेडल अशा अनेक श्रेणी आहेत. माझा विशेषतः देशाच्या तरुणांना एक आग्रह आहे. तुम्ही सोशल मिडियावर खूप कार्यरत आहात. तुम्ही एक काम करू शकता का? या वेळी ज्या ज्या वीरांना हा सन्मान मिळाला आहे त्यांची माहिती तुम्ही इंटरनेटवर शोधा आणि त्यांच्याबद्दल दोन चांगले शब्द लिहून ते आपल्या मित्रमंडळींपर्यंत पोहोचवा. जेव्हा आपण या वीरांच्या साहसाबद्दल, त्यांच्या शौर्याबद्दल, त्यांच्या पराक्रमाबद्दल खोलात जाऊन माहिती करून घेतो, तेव्हा आपल्याला आश्चर्य वाटते, अभिमान वाटतो आणि प्रेरणाही मिळते.

एकीकडे आपण 26 जानेवारी सर्वत्र उत्साहात साजरा झाल्याच्या बातम्या वाचून आनंदीत होत होतो त्याचवेळी काश्मीरमध्ये आपल्या देशाच्या सीमांचे रक्षण करण्याच्या कामी तैनात सैनिकांना हिमस्खलनामुळे आपले प्राण गमवावे लागले. मी त्या सर्व वीर सैनिकांना आदरपूर्वक श्रद्धांजली वाहतो, त्यांना वंदन करतो.

माझ्या युवा साथींनी, तुम्हाला हे चांगलेच माहीत आहे की मी आपली 'मन की बात' तुम्हाला सतत सांगत असतो. जानेवारी, फेब्रुवारी, मार्च, एप्रिल हे सगळेच महिने म्हणजे प्रत्येक कुटुंबामध्ये मोठा कसोटीचा काळ असतो. जवळजवळ प्रत्येक घरात एक-दोन मुलांची परीक्षा असते पण सगळे कुटुंब त्या परीक्षेच्या ओझ्याखाली दबून गेलेले असते. तेव्हा वाटले की माझ्या विद्यार्थी मित्रांशी, त्यांच्या पालकांशी, शिक्षकांशी संवाद साधण्यासाठी हा काळ उचित आहे. कारण अनेक वर्षांपासून मी जिथे जिथे जातो, ज्यांना ज्यांना भेटतो तिथे तिथे मुलांची परीक्षा हे खूप मोठे काळजीचे कारण बनलेले दिसते. कुटुंब चिंतेत आहे, विद्यार्थी काळजीत आहे, शिक्षक विचंचनेत आहेत अशी एक मोठी विचित्र मानसिक स्थिती प्रत्येक घरात तयार झालेली दिसते. आणि मला नेहमीच असे वाटते की या मनस्थितीमधून बाहेर पडण्याची गरज आहे. म्हणूनच आज मला माझ्या तरुण मित्रांना काही गोष्टी थोड्या विस्ताराने सांगायला वाटताहेत. मी या विषयावर बोलणार असल्याचे जाहीर केले तेव्हा अनेक शिक्षकांनी, पालकांनी, विद्यार्थ्यांनी मला मेसेज पाठवले, प्रश्न पाठवले, काही सूचना पाठवल्या, आपल्याला होणारा त्रास, अडचणी यांचाही उल्लेख त्यात होता. ते सारे वाचून माझ्या मनात जे विचार आले ते मी आज आपल्याजवळ व्यक्त करू इच्छितो. मला सृष्टीचा एक टेलिफोन संदेश मिळाला. सृष्टी काय म्हणतेय ते तुम्हीही ऐका...

“सर, मला तुम्हाला सांगायचेय की परीक्षेच्या दिवसांत आमच्या घरी, शेजारी-पाजारी, आमच्या सोसायटीमध्ये खूपच भीतीदायक वातावरण तयार होते. त्यामुळे विद्यार्थ्यांच्या मनांना उभारी मिळणे तर होत नाहीच उलट आम्ही उदास होऊन जातो. मला तुम्हाला एवढेच विचारायचे आहे की हे वातावरण आनंदी बनू शकत नाही का?”

प्रश्न सृष्टीने विचारलाय खरा पण तो आपल्या सगळ्यांच्या मनामध्ये उमटत असणार. परीक्षा हा खरे तर आनंदाचा काळ असायला हवा. वर्षभर किती मेहनत केली ते दाखवून देण्याची संधी आता मिळतेय या गोष्टीचा उत्साह या काळामध्ये वाटला पाहिजे. खूप कमी जण अशी असतात ज्यांना परीक्षेमध्ये असा आनंद दिसतो. बहुतेकांसाठी परीक्षा म्हणजे दबाव असतो. ते खरंच दडपण आहे की आनंद याचा निर्णय तुम्हालाच करायचा आहे. जो आनंद मानून या परीक्षेला सामोरे जाईल त्याला त्याचे चांगले फळ मिळेल आणि जो दडपण घेईल त्याच्यावर पश्चात्तापाची वेळ येईल. म्हणूनच माझे मत आहे की तुम्ही परीक्षांना असे सामोरे जा, जणू काही तो एखादा सणच असावा. आणि जेव्हा सण असतो, उत्सवी वातावरण असते तेव्हा आपल्यातले जे जे सर्वोत्तम आहे त्याला बाहेर येण्यासाठी आपोआपच वाट मिळते. सणासुदीच्या दिवसांमध्ये, उत्सवांमध्येही समाजातील ताकदीचा अनुभव येत असतो, जे उत्तमातील उत्तम आहे ते प्रकट होताना दिसते. सर्वसाधारणपणे आपला समाज बेशिस्त असल्याचे म्हटले जाते पण 40-45 दिवस चालणाऱ्या कुंभ मेळा्यांची व्यवस्था पाहिली तर लक्षात येते की तात्पुरत्या व्यवस्था उभारण्याचे कसब आणि किती शिस्त लोकांमध्ये आहे. ही उत्सवाची ताकद आहे. त्याचप्रमाणे परीक्षेच्या काळामध्येही संपूर्ण कुटुंबात, मित्रपरिवारामध्ये, शेजाऱ्या पाजाऱ्यांमध्ये एक उत्सवी वातावरण बनायला हवे. मग तुम्ही व्हा दडपण, आनंदात कसे बदलून जाते ते. उत्सवी वातावरणामुळे परीक्षेच्या दडपणातून मुक्तता मिळेल. मला मुलांच्या आई-वडिलांना विशेष आग्रहाने सांगायचे आहे की या तीन-चार महिन्यांमध्ये वातावरण उत्सवी, उत्साही ठेवा. संपूर्ण परिवाराने हा उत्सव पूर्णत्वाला नेण्याच्या कामी आपापली भूमिका उत्साहाने पार पाडावी. पाहता पाहता चित्र बदलून जाईल. कन्याकुमारी पासून ते काश्मीरपर्यंत आणि कच्छपासून ते कामरूपपर्यंत, अमरेलीपासून ते अरुणाचल प्रदेशपर्यंत सगळीकडे या तीन चार महिन्यांमध्ये परिक्षाच परीक्षा असतात. हे तीन चार महिने आपापल्या पद्धतीने, आपापल्या परंपरांना अनुसरून, आपापल्या कुटुंबातील वातावरणाला अनुसरून उत्सवाच्या काळामध्ये परिवर्तित करावे. आणि म्हणूनच मी तर तुम्हाला सांगेन, 'अधिक परीक्षा, अधिक गुण मिळवा.' जितक्या आनंदात हा काळ घालवाल तितके जास्त गुण तुम्हाला मिळतील. फक्त हे करून पहा. आणि तुम्ही हे पाहिलेच असेल की जेव्हा तुम्ही आनंदी असता, हसत असता तेव्हा आपोआपच निश्चित होता. आणि अनेक निश्चित असाताना वर्षभरातले सगळे काही सहजपणे आठवते. वर्षभरापूर्वी शिक्षकांनी वर्गात आणि ताणच त्यावर स्वार होतो. 'आनंदी मन हे चांगल्या गुण प्रतिकेचं रहस्य आहे' हे लक्षात ठेवणे गरजेचे आहे. कधी कधी असे वाटते की आपण परीक्षेकडे योग्य दृष्टीकोनातून बघत नाही. तो जणू काही जगण्या-मरण्याचा प्रश्न असावा अशी आपली मानसिकता असते. तुम्ही वर्षभरात जो काही अभ्यास केला आहे फक्त तेवढ्याबद्दलची ही परीक्षा असणार आहे. तुमच्या संपूर्ण आयुष्याची कसोटी तिथे लागणार नाहीये. तुम्ही कसे आयुष्य जगत आला आहेत, कसे जगत आहात, पुढे कोणत्या प्रकारचे आयुष्य तुम्हाला जगायचे आहे या साऱ्या गोष्टींबद्दलची ही परीक्षा नव्हे. वर्गामध्ये, व्हॉयसबुक घेऊन दिलेल्या परीक्षेच्या व्यतिरिक्त अनेक कसोटीच्या प्रसंगांतून तुम्ही गेला असाल. शाळेतल्या परीक्षेचे प्रत्यक्ष आयुष्यातील यश-अपयशाशी काहीच देणे-घेणे नसते. तेव्हा अशा दडपणातून मुक्त व्हा. आपल्या सगळ्यांसमोर देशाचे माजी राष्ट्रपती डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम यांचे मोठे प्रेरणादायी उदाहरण आहे. त्यांना हवाईदलामध्ये भरती व्हायचे होते. पण ते नापास झाले. समजा त्या अपयशामुळे ते निराश झाले असते, आयुष्याकडून हार पत्करली असती तर भारताला इतके मोठे वैज्ञानिक मिळाले असते का, इतके मोठे राष्ट्रपती मिळाले असते का? कुणी ऋचा आनंद यांनी मला एक प्रश्न पाठवला आहे.

‘आजच्या काळामध्ये शिक्षणासमोर जे सर्वात मोठे आव्हान मला दिसतेय ते म्हणजे शिक्षण परिक्षाकेंद्री होऊन गेले आहे. गुणांना खूप जास्त महत्त्व मिळत आहे. त्यामुळे स्पर्धा तर वाढली आहेच, त्याचबरोबर विद्यार्थ्यांच्या मनावरील ताण खूप वाढला आहे. शिक्षणपद्धतीच्या सध्याच्या या वाटचालीबद्दलचे आणि तिच्या भविष्यासंबंधीचे तुमचे विचार मला जाणून घ्यायचे आहेत.’

खरे तर आपल्या प्रश्नातच त्यांनी उत्तर देऊन टाकले आहे, पण ऋचा यांची इच्छा आहे की मी या विषयावर माझे काही मत सांगेवे. गुण आणि गुणपत्रिका यांचा एक मर्यादित उपयोग आहे. प्रत्यक्ष आयुष्यात सारे काही गुणपत्रिकेतील गुणांबरोबरच चालत नाही. तिथे तर मिळवलेले ज्ञान तुम्ही जगण्यात किती उतरवलेत हे जास्त महत्त्वाचे ठरते. तुमच्या मनातील ध्येयपूर्तीची संकल्पना आणि महत्त्वाकांक्षा यात काही ताळमेळ आहे की नाही ही गोष्ट आयुष्यात महत्त्वाची ठरते. जर तुम्ही या गोष्टींवर विश्वास ठेवाल तर गुण आपणहूनच मागे येतील, तुम्हाला त्यांच्या मागून धावाधाव करण्याची कधीच गरज पडणार नाही. आयुष्यात तुम्हाला ज्ञानाचा उपयोग होणार आहे, तुमचे कसब तुमच्या उपयोगी पडणार आहे, आत्मविश्वासाचा, निर्धारचा उपयोग होणार आहे. तुम्हीच मला सांगा, तुमचे कुणीतरी फॅमिली डॉक्टर नक्कीच असतील. घरातले सगळे जण उपचारांसाठी त्यांच्याकडेच जात असतील. पण त्यांना परीक्षांमध्ये किती गुण मिळाले हे त्यांना कुणीही विचारले नसेल. तुम्ही इतकेच बघत असणार की ही व्यक्ती डॉक्टर म्हणून चांगली आहे, त्यांच्या औषधांमुळे लोक बरे होत आहे. आपला मोठ्यात मोठा खटला लढवण्यासाठी तुम्ही एखाद्या वकिलाकडे जाता तेव्हा त्याची 'गुणपत्रिका' बघता का? त्याचा अनुभव, ज्ञान आणि वकिलीच्या क्षेत्रातला यशस्वी प्रवास याच गोष्टी तिथे पाहिल्या जातात. म्हणूनच गुणांचे हे दडपण कधी कधी आपल्याला योग्य दिशेने जाण्यापासून थांबवते. याचा अर्थ तुम्ही शिकूच नका असे मी सांगणार नाही. आपले ज्ञान पणाला लावण्यासाठी परीक्षेचा उपयोग नक्कीच आहे. आपल्या जगण्याकडे बारकाईने पाहिलेत तर तुम्हाला जाणवेल; कधी कधी असेही होते जास्तीत जास्त गुण मिळवण्यासाठी तुम्ही शॉर्टकट शोधता, नेमकेच मुद्दे निवडता, त्यांच्यावरच लक्ष केंद्रित करता. पण तुम्ही निवडलेले ते ठराविक मुद्दे, ठराविक प्रश्न यांच्याबाहेरचे काही आले तर गुणांचे गणित एकदम कोलमडते. त्याऐवजी तुम्ही ज्ञान मिळवण्यावर लक्ष केंद्रित केलेत तर जास्तीत जास्त गोष्टी लक्षात घेण्याचा प्रयत्न तुम्ही करता. तुम्ही फक्त गुणांवर लक्ष केंद्रित करता तेव्हा हळूहळू तुम्ही स्वतःला आक्रामक घेता, एका विशिष्ट भागापुरतेच पाहू लागता. केवळ गुण मिळवण्यापुरता विचार करू लागता. मग परीक्षेमध्ये खूपच हुशार विद्यार्थी असूनही प्रत्यक्ष आयुष्यात अपयश सामोरे येऊ शकते.

ऋचाजींनी इतरांशी सतत चाललेल्या स्पर्धेचा मुद्दाही मांडला आहे. ही एक खूप मोठी मानसिक लढाई आहे. खरोखरीच आयुष्यात पुढे जाण्यासाठी इतरांशी नाही तर स्वतःशी केलेली स्पर्धा उपयोगी ठरते. माझ्या घडून गेलेल्या 'काल'पेक्षा येणारा 'उद्या' अधिक चांगला कसा असेल, काल घडलेल्या गोष्टींच्या परिणामांपेक्षा उद्या मला मिळणाऱ्या संधी अधिक चांगल्या कशा असतील याचा विचार आपण करायला हवा. तुम्ही क्रीडाक्षेत्रात हे घडताना पाहिले असत. खेळाशी संबंधित उदाहरणे समजायला सोपी असतात म्हणून मी तीच सांगतो. बहुतांश यशस्वी खेळाडूंचे वैशिष्ट्य हेच असते की त्यांची स्पर्धा स्वतःशी असते. आपण सचिन तेंडुलकर यांचेच उदाहरण घेऊ या. वीस वर्षे असत आपलेच विक्रम मोडत जाणे, स्वतःलाच पराजित करत पुढे जात जाणे असा त्यांचा प्रवास राहिला आहे. तो मोठा अद्भूत म्हणायला हवा, कारण त्यांनी इतरांशी स्पर्धा करण्यापेक्षा स्वतःशी स्पर्धेचा मार्ग अनुसरला.

आयुष्याच्या प्रत्येक क्षेत्रात अगदी अभ्यासाच्या बाबतीतही हेच प्रश्न तुम्ही स्वतःला विचारा. मी आधी दोन तास शांतपणे अभ्यास करू शकत होतो, आता तीन तास अभ्यास करणे मला जमतेय का? आधी सकाळी

उठायला उशीर व्हायचा, आता लवकर उठणे जमतेय का? आधी परीक्षेच्या ताणामुळे झोप यायची नाही, आता येते का? तुमच्या आपणच लक्षात येईल की इतरांशी केलेली स्पर्धा पराजय, निराशा आणि ईर्ष्याला जन्म देते तर स्वतःशी केलेली स्पर्धा आत्ममंथन, आत्मचिंतनाचे कारण बनते, आपला निर्धार दृढ बनवते आणि जेव्हा आपणच आपल्याला हरवतो तेव्हा आणखी पुढे जाण्याचा उत्साह आपोआपच वाढू लागतो. बाहेरून अधिकचा उत्साह आणण्याची गरज उरत नाही. सोप्या शब्दांत सांगायचे तर जेव्हा तुम्ही इतरांशी स्पर्धा करता तेव्हा तीन शक्यता ठळकपणे दिसतात. एक, आपण इतरांपेक्षा सरस आहोत. दुसरी आपली कामगिरी इतरांच्या तुलनेत खूपच वाईट आहे किंवा आणखी इतरांसारखेच आहोत. सरस असाल तर तुम्ही निष्काळजी बनाल. स्वतःवर वाजवीपेक्षा जास्त विश्वास टाकाल. आपण वाईट आहोत असे वाटत असेल तर तुम्ही निराश व्हाल आणि इतरांबद्दल तुमच्या मनात ईर्ष्या निर्माण होईल. आतल्या आत कष्ट रहाल. तिसरी शक्यता, म्हणजे इतरांइतकेच हुशार असणे पुरेसे आहे असे मानून चाललात तर सुधारणेला काही वावच उरणार नाही. चाललेय तसे चालू दे असे म्हणून तुम्ही शिथिल रहाल. माझा तुम्हाला आग्रह आहे की तुम्ही स्वतःशी स्पर्धा करा. आधी मी जे काही केले, त्यापेक्षा यापुढे चांगले कसे करू शकेन याचा विचार कराल. याच गोष्टीवर आपले लक्ष केंद्रित करा. मग पहा. तुम्हाला स्वतःमध्ये बदल झालेला जाणवेल.

श्री. एस. सुंदर यांनी पालकांच्या भूमिकेसंबंधी आपल्या भावना व्यक्त केल्या आहेत. त्यांचे म्हणणे आहे की परीक्षेमध्ये पालकांची भूमिका खूप महत्त्वाची असते. त्यांनी पुढे म्हटले आहे, ‘माझी आई खूप शिकलेली नव्हती. तरीही ती माझ्याजवळ बसायची आणि माझ्याकडून गणिते सोडवून घ्यायची. उत्तरे काढायची आणि अशाप्रकारे मला मदत करायची. माझ्या चुका सुधारायची. माझ्या आईने दहावीची परीक्षाही पास केली नव्हती पण तिच्या मदतीशिवाय मला माझी सी.बी.एस.सी.ची परीक्षा उत्तीर्ण होणे अशक्य होते.’

सुंदरजी, तुमचे म्हणणे खरे आहे आणि आजही आपण पाहिले असेल की प्रश्न विचारण्यांमध्ये, सूचना करणाऱ्यांमध्ये महिलांची संख्या जास्त आहे. कारण मुलांच्या भविष्याच्या बाबतीत त्यांच्या माता सतत सजग असतात, सक्रिय असतात आणि अनेक गोष्टी त्यांच्यामुळे सोप्या होऊन जातात. मी पालकांना फक्त इतकेच सांगेन की त्यांनी तीन गोष्टींवर भर द्यावा. स्वीकार करणे, शिकवणे आणि वेळ देणे. आपले पाल्य जसे आहे, तसा त्याचा स्वीकार करा. तुमच्याजवळ जितकी क्षमता आहे ती त्याला शिकवण्यासाठी वापरा आणि आपापल्या कामांत कितीही व्यग्र असलात तरीही त्यांच्यासाठी वेळ काढा. एकदा स्वीकार करणे जमले की बऱ्याचशा समस्या तिथेच संपून जातील. पालकांना अनुभव असेल की त्यांच्या, तसेच शिक्षकांच्या मुलांकडून असलेल्या अपेक्षाच अनेक समस्यांच्या मूळाशी असतात. स्वीकारातून या समस्या सोडविण्याचा मार्ग दिसू लागतो. अपेक्षांमुळे मार्ग खडतर बनतो तर स्वीकार नव्या वाटा शोधण्याची संधी देतो आणि म्हणूनच मूल जसे आहे तसे स्वीकाराल, तुमच्यावरचे ओझेही दूर होईल. आपण मुलांच्या पाठीवरच्या दमरांच्या ओझ्यांची चर्चा करतो पण कधी कधी मला वाटते की पालकांच्या अपेक्षा, आशा-आकांक्षाचे ओझे त्या दमरांपेक्षा भारी असते.

खूप वर्षांपूर्वीची ही गोष्ट आहे. आमच्या ओळखीचे एक व्यक्ती हृदयविकाराने आजारी होते. त्यांना हॉस्पिटलमध्ये दाखल केले होते. आपल्या लोकसभेचे पहिले अध्यक्ष गणेश दादा मावळणकर आणि त्यांचे एकेकाळचे खासदार पुत्र पुरुषोत्तम मावळणकर त्यांच्या तब्येतीची विचारपूस करण्यासाठी आले. मी तेव्हा तिथे उपस्थित होतो आणि मी पाहिले की त्यांनी त्या रुग्ण व्यक्तीच्या तब्येतीसंबंधी एकही प्रश्न विचारला नाही. आल्या आल्या त्यांनी निनोदी चुटके एकदमच आणायला सुरुवात केली. चार-पाच मिनिटांतच वातावरणातला सगळा ताण सैल झाला. एरवी रुग्णाला भेटायला जाणारे आजाराबद्दल बोलून त्यांना घाबरवूनच टाकत असतात. पालकांना मला हेच सांगायचे आहे. कधी कधी मुलांबरोबर आपण नेमके असेच वागत असतो. परीक्षेच्या काळात मुलांना आनंदी, हसरे-खेळते वातावरण द्यावे असा विचार आपण कधी केलाय का? तो करून पहा, वातावरण बदलून जाईल.

मला आणखी एक फोनकॉल आला आहे. त्या सदगृहस्थांना आपले नाव सांगायचे नव्हते. त्यांचे बोलणे ऐकून याचे कारण तुमच्या लक्षात येईलच. ते म्हणतात, ‘नमस्कार पंतप्रधान महोदय, मी स्वतःचे नाव तर सांगू शकत नाही कारण माझ्या लहानपणी मी कामच तसे केलेय. लहानपणी एकदा मी कॉपी करण्याचा प्रयत्न केला होता. त्यासाठी मी खूप तयारीही सुरु केली होती. कॉपी करण्याच्या वेगवेगळ्या पद्धती शोधण्याचा प्रयत्न केला. त्यात माझा भरपूर वेळ वाया गेला. तेवढा वेळ अभ्यास करण्यासाठी वापरला असता तर चांगले गुण मिळाले असते. आणि जेव्हा प्रत्यक्ष कॉपी करण्याचा प्रयत्न केला तेव्हा त्यातही पकडला गेलो. माझ्यामुळे माझ्या जवळपासच्या अनेक मित्रांना खूप त्रास झाला.”

तुमचे म्हणणे खरे आहे. हे जे शॉर्टकटचे रस्ते आहेत ते कॉपी करण्यासाठीचे कारण बनून जातात. कधी कधी स्वतःवर विश्वास नसतो तेव्हा शेजारच्या मुलाचे उत्तर पहावे आणि खात्री करून घ्यावी असे वाटून जाते. कधी कधी आपलेच उत्तर बरोबर असते आणि शेजाऱ्यांचे चुकलेले असते. पण ते चुकीचे उत्तर आपण खरे मानून बसतो आणि घात होतो. त्यामुळे कॉपीचा फायदा कधीच होत नाही. ‘टू चीट इज चीप, सो प्लीज, डू नॉट चीट.’ नकल करणे तुम्हाला वाईट व्यक्ती बनवते, त्यामुळे कृपया कॉपी नकल करू नका. हे तुम्ही अनेकदा ऐकले असेल. मीही पुन्हा तेच सांगेन. कोणत्याही प्रकारे पाहिले तरीही कॉपी करण्याचे दुष्परिणामच दिसतील. समजा कॉपी करताना पकडले गेलात तर सारे काही तिथेच संपून जाईल आणि पकडले गेला नाहीत तरीही आयुष्यभर मनावर आपल्या त्या कृत्याचा भार वाहवत रहावे लागेल. आपल्या मुलांना कॉपी न करण्याबद्दल समजावतांना त्यांच्या डोळ्यांना डोळे भिडवणे तुम्हाला कठीण जाईल आणि एकदा का कॉपी करण्याची सवय लागली की त्यानंतर आयुष्यात काही शिकण्याची इच्छाच उरणार नाही. मग तर तुम्ही कुठेही पोहोचू शकणार नाही. हे तर आपल्याच रस्त्यांना खड्ड्यांनी भरून टाकण्यासारखे आहे. मी काही असे लोकही पाहिले आहेत जे कॉपी करण्याचे इतके प्रकार शोधून काढतात की त्यांची सगळी सर्जनशीलता या एका कामातच वापरली जाते. तीच सर्जनशीलता, तोच वेळ ती परीक्षेतल्या मुद्यावर खर्च कराल तर कदाचित कॉपी करण्याची गरजही पडणार नाही. आपल्या स्वतःच्या मेहनतीतून जे यश मिळवाल ते तुमचा आत्मविश्वास वाढवेल, तो अद्भुत असेल.

एक फोनकॉल मला आला, त्या म्हणतात, ‘नमस्कार पंतप्रधान महोदय, माझे नाव मोनिका आहे. मी बारावीची विद्यार्थिनी आहे त्यामुळे मला बोर्डाच्या परीक्षांशी संबंधित काही प्रश्न तुम्हाला विचारायचे आहेत. माझा पहिला प्रश्न या परीक्षांच्या काळात वाढणाऱ्या तणावासंबंधीचा आहे. तो कमी कसा करता येईल? दुसरे म्हणजे परीक्षा म्हणजे ‘अभ्यास एके अभ्यास’ असे का असते?’

परीक्षेच्या दिवसांमध्ये मी खेळण्या-बागडण्याबद्दल बोललो तर तुमचे शिक्षक, तुमचे पालक माझ्यावर रागावतील. परीक्षेच्या काळात मुलांना खेळायला सांगणारे असे कसे पंतप्रधान आहेत असे म्हणत नाराज होतील. कारण खेळांमध्ये लक्ष गेले की अभ्यासावरील लक्ष कमी होते असा आपल्याकडे सर्वसाधारण समज आहे. ही विचारसरणीच मूळात चुकीची आहे. समस्येचे मूळ तिथेच आहे. मुलांचा सर्वांगीण विकास आवश्यक आहे. तो व्हायचा तर पुस्तकांच्या पानांबाहेरचे एक मोठे विशाल जग आहे तेही पहायला हवे. जगायला शिकण्याचेही हेच तर वय असते. आधी सगळ्या परीक्षा देतो आणि मग खेळतो, मग बाकीच्या गोष्टी करतो असे कुणी म्हटले तर ते शक्य नाही. माणसाच्या जडणघडणीचा काळ हाच असतो. त्यालाच तर संगोपन म्हणतात. माझ्या दृष्टीने परीक्षेमध्ये तीन गोष्टी खूप गरजेच्या आहेत. योग्य प्रमाणात आराम, शरीरासाठी गरजेची आहे तितकी झोप आणि तिसरी गोष्ट म्हणजे बौद्धिक कार्याव्यतिरिक्तही शरीराच्या इतर भागांचेही चलनचलन योग्य पद्धतीने होणे. शरीरालाही काही व्यायाम मिळायला हवा. आपल्या अभ्यासातून दोन क्षण बाहेर पडून थोडे आकाश पहावे, अवतीभोवतीची झाडे पाहावीत, मन थोडे हलके करावे आणि पुन्हा आपल्या खोलीत अभ्यासाला बसावे. एक नवा ताजेपणा तुम्हाला तुमच्या कामात जाणवेल. तुम्ही जे काही काम करता आहात त्यातून थोडा विसावा घ्या. उठा, बाहेर जा, किचनमध्ये जा, आपल्या आवडीचे एखादे ब्रिस्कट तोंडात टाका, थोडे हास्यविनोद करा. पाच मिनिटांसाठी का होईना पण हा विश्रांतीचा काळ स्वतःला द्या. तुम्हाला दिसेल की काम आणखी चांगले होतेय. सगळ्यांनाच हे आवडेल की नाही माहीत नाही, पण माझा अनुभव मला हेच सांगतो. अशा वेळी थोडे दीर्घक्षसन केल्यास खूप फायदा होईल. त्यासाठी खोलीत बसून राहण्याची गरज नाही. जरा मोकळ्या आभाळाखाली उभे रहा, गच्चीवर जा, पाच मिनिटे दीर्घक्षसन करा आणि मग अभ्यासाला बसा. तुम्ही पाहाल की तुमचे शरीर अगदी तणावरहीत झाले आहे आणि ही अवस्था तुमच्या मेंदूलाही मिळालेली आहे. काही लोकांचा समज असतो की रात्री खूप उशीरा जागले तर खूप जास्त अभ्यास होईल, पण नाही. शरीराला जितकी झोप आवश्यक आहे तितकी जरूर घ्या. त्यातून तुमचा अभ्यासाचा वेळ फुकट जाणार नाही. जलद अभ्यास करण्यासाठी जास्त उत्साह मिळेल, एकाग्रता वाढेल, ताजेपणा वाटेल. तुमच्या कार्यक्षमतेमध्ये एकूणच वाढ होईल. मी निवडणुकांसाठीच्या प्रचारसभांसाठी जातो तेव्हा काही वेळा माझा आवाज बसलेला असतो. अशाच एका सभेच्या वेळी मला एक लोकागायक भेटायला आले होते. त्यांनी मला विचारले, ‘तुम्ही किती तास झोपता?’ मी म्हणालो, ‘ का बरे, तुम्ही डॉक्टर आहात का?’ म्हणाले, ‘ नाही नाही. भाषणे देता देता तुमचा आवाज बिघडतो त्याच्याशी संबंधित ही गोष्ट आहे. तुम्ही पूर्ण झोप घ्याल तर तुमच्या स्वर यंत्राला आराम मिळेल. माझी झोप, भाषणे आणि आवाज यांच्याबद्दल मी असा विचार कधी केला नव्हता. त्यांनी मला जणू काही एक जडी बूटीच दिली. तुम्हीही या गोष्टीचे महत्त्व ओळखा. पण याचा अर्थ असा नाही की सतर झोपून राहिले. असे केलेत तर तुमच्या घरातली माणसे माझ्यावर रागावतील. मग तुमची ‘गुण पत्रिका’ हातात आल्यावर त्यांना तुम्ही नव्हे तर मीच दोषी दिसेन. तेव्हा असे करू नका आणि म्हणूनच मी तर म्हणेत की ‘पी फॉर प्रिपेअर्ड अँड पी फॉर प्ले.’ ‘जो खेले वो खिले’. ‘दी पर्सन हू प्लेज शार्प्लेन्स.’ मन, बुद्धी, शरीर यांना सजग ठेवण्यासाठी हे एक खूप मोठे औषध आहे.

असो, युवा मित्रांनो, तुम्ही परीक्षांच्या तयारीत गुंतलेले आहात आणि मी माझ्या मनातल्या गोष्टींमध्ये अडकून बसलोय. कुणास ठाऊक, कदाचित माझं हे बोलणंच तुमच्या मनावरचा तणाव दूर करण्यासाठी मदत करेल. पण त्याचबरोबर मी हे सुद्धा म्हणेत की मी ज्या गोष्टी सांगितल्या त्यांचं दडपण मनावर घेऊ नका. जमत असेल तर करा, नाहीतर नका करू. नाहीतर त्याचेही एक ओझे बनून बसेल. मुलांवर अपेक्षांची ओझी लादू नका, ही तुमच्या पालकांना सांगितलेली गोष्ट मलासुद्धा लागू आहेच. आपण केलेला निर्धार मनाशी जपत, स्वतःवर विश्वास ठेवून परीक्षांना सामोरे जा. माझ्या शुभेच्छा तुमच्यासोबत आहेत. प्रत्येक कसोटी पार करण्यासाठी त्या कसोटीलाच उत्सवाचे रूप द्या. मग कोणतीही परीक्षा ही परीक्षा राहणार नाही. हाच मंत्र घेऊन तुम्ही पुढे जा.

प्रिय देशवासियांनो, 1 फेब्रुवारी 2017 रोजी भारतीय तटरक्षक दलाची चाळीस वर्षे पूर्ण होत आहेत. या प्रसंगी मी तटरक्षक दलाचे सर्व अधिकारी आणि जवानांनी केलेल्या देशसेवेसाठी त्यांचे आभार मानतो. स्वदेशी बनावटीची 126 जहाजे आणि 62 विमाने यांच्यासह भारतीय तटरक्षक दल विखातील चौथ्या क्रमांकाचे सर्वात मोठे तटरक्षक दल असण्याचा मान राखून आहे. ‘वयम् रक्षामः’ हा आपल्या तटरक्षक दलाचा मंत्र आहे. आपल्या या आदर्श वाक्यानुसार मार्गक्रमण करीत देशाच्या समुद्री सीमा आणि समुद्री क्षेत्र सुरक्षित ठेवण्यासाठी तटरक्षक दलाचे जवान अहोरात्र तत्पर असतात. गेल्या वर्षी तटरक्षक दलाच्या लोकांनी आपल्या जबाबदाऱ्याच्या सोबतच आपल्या देशाचा समुद्र किनारा स्वच्छ बनविण्याचे अभिमानास्पद कार्य केले. हजारो लोक यात सहभागी झाले होते. समुद्री किनाऱ्यांच्या सुरक्षेबरोबरच या किनाऱ्यांच्या स्वच्छतेची काळजी त्यांनी वाहिली यासाठी ते खरोखरीच अभिर्नंदनास पात्र आहेत. खूप कमी लोकांना हे माहीत असेल की आपल्या देशाच्या तटरक्षक दलात फक्त पुरुष नसून महिलासुद्धा त्यांच्या खांद्याला खांदी लावून तितक्याच तयारीने आपल्या जबाबदाऱ्या पार पाडत आहेत आणि यशस्वीरीत्या पार पाडत आहेत. तटरक्षक दलातील आमच्या महिला अधिकारी वैमानिक आहेत, निरीक्षक आहेत, हॉवरक्राफ्टची जबाबदारीही सांभाळत आहेत. आज जागतिक पातळीवर किनारपट्टीची सुरक्षा हा ऐरणीवरचा प्रश्न बनलेला असताना भारताचे किनारे सुरक्षित ठेवण्यासाठी झटणाऱ्या भारतीय तटरक्षक दलाचे त्यांच्या 40 व्या वर्षापनिदिनी मी अभिष्टिचिंतन करतो.

1 फेब्रुवारीला वसंत पंचमीचा सण साजरा केला जाईल. वसंत ऋतू हा सर्वश्रेष्ठ ऋतू मानला जातो. तो ऋतुराज आहे. आपल्या देशात वसंत पंचमीच्या दिवशी सरस्वती पूजेचा मोठा सण साजरा होतो. तो विद्येच्या आराधनेचा काल मानला जातो. इतकेच नाही तर वीरांसाठी प्रेरणादायी असा हा काळ असतो. ‘मेरा रंग दे बसंती चोला’ या गीतामध्ये तीच प्रेरणा दिसून येते. या वसंत पंचमीच्या पवित्र सणानिमित्त मी माझ्या सर्व देशवासियांना खूप सान्या शुभेच्छा देतो.

माझ्या प्रिय देशवासियांनो, ‘मन की बात’ प्रसारीत करताना आकाशवाणीसुद्धा आपल्या कल्पकतेने त्यात नवनवे रंग भरत असते. गेल्या महिन्यापासूनच त्यांनी माझी ‘मन की बात’ पूर्ण झाल्यानंतर लगेचच त्याचा प्रादेशिक भाषांतील अनुवाद प्रसारीत करणे सुरु केले आहे. याचे मोठ्या प्रमाणात स्वागत झाले आहे. दूर दूरून लोक पत्रे पाठवू लागले आहे. आकाशवाणीने स्वयंप्रेरणेने केलेल्या या कामासाठी त्यांचे अभिर्नंदन करतो. देशवासियांनो, मी तुमचेही खूप अभिर्नंदन करतो. ‘मन की बात’ तुमच्याशी जोडले जाण्याची एक खूप मोठी संधी देते. खूप खूप शुभेच्छा. धन्यवाद.

M.Desai/S.Tupe/AIR/D.Rane

(Release ID: 1481339) Visitor Counter : 7



■

—

~

]

...