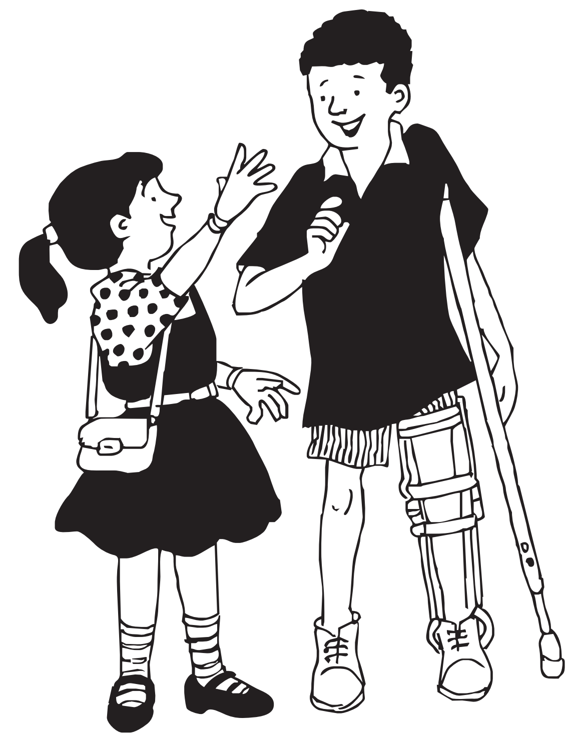
भाषांतर-सौ. इतिश्री दाते
आंकन -श्री .देबाशिष देब

Trinayani
828/1 Block P, New Alipore
Kolkata - 700053
Tel: +02 33 24007348
www.trinayani.org

©

Mumbai Office
Gulmohar C.H.S
76/666 M.H.B. Colony
90 ft Road, Mahavir Nagar
Kandivali West, Mumbai - 400 067
Tel: +91 22 65340887/28697390
email: trinayani.contact@gmail.com

त्रिनयनीच्या संस्थापिका सौ रीतिका साहनी (MA. Music, B.Ed Deaf Education) या गेल्या१९ वर्ष अंपगाच्या क्षेत्रात कार्यरत आहेत.त्रिनयानीच्या विविध कार्यक्रमातून त्या अपंगाबद्दल समाजात बदल घडविण्याचे व जागरुकता आणण्याचे काम सातत्याने करत आहेत.



trinayani
www.trinayani.org
Creating Awareness about Disability

मी सुद्धा तुमच्यातला एक!

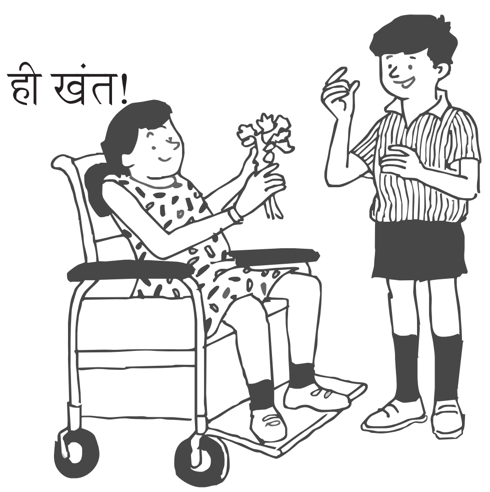
अपंगांबद्दलचे मत बदला

मित्र हो

मला तुमचा मित्र व्हायचंय,
पण तुम्हाला तर वाटते 'मी जरा वेगळा'!
माहित आहे एक 'पण' आहे तुमच्या मनात,
मला दूरच ठेवलेत तर कसा सामावेन मी तुमच्यात.
माझ्याशी संबधीत असतील अनेक प्रश्न तुमच्या मनात,
त्यांचा उलगडा होईल या पुस्तिकेच्या पुढील प्रवासात
मित्र झालो आपण, तर मिळून उत्तरे शोधू,
मैत्रीरुपी शब्दाला एक नवीन व्याख्या ही देऊ.

जाणून घ्या

तुमच्या माझ्यातले जे अंतर आहे,
त्याचीच भिंत आपल्यामध्ये उभी आहे.
प्रथम आपण तोडून टाकू ही भिंत
माझे, 'काय चांगलं काय वाईट' कशाला ठेवा मनात ही खंत!
परिस्थिती नाही ही एवढी बिकट',
ज्याचे सगळ्यांना वाटावे एवढे मोठे संकट'.



खरं तर

विकलांग, अपंग abnormal हे शब्द,
घालतात घाव हृदयावर,
'दीन, दया' अशा भावनांनी
नको हो करु 'उपकार' माझ्यावर
आंधळा, बहिरा, लुळा, पांगळा,
अशी नाही माझी ओळख
तुमच्यातलाच मी एक आहे
हिच माझी खरी ओळख!

बघा

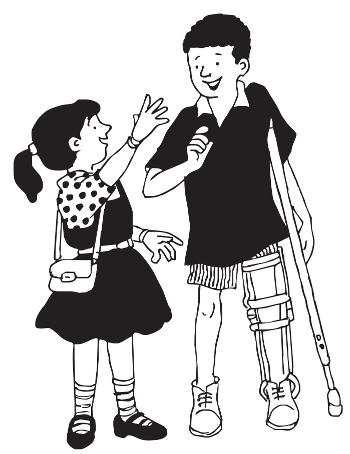
कोणी असेल दृष्टीहीन, तर कोणी अधू,
कोणी असेल कर्णबधीर,
तर कोणाला कठीण वाटे, भावना व्यक्त करण्यास,
अशांना दिला ‘अपंग’ शब्द चिटकवून,
मनातले सगळे महाल पडले की कोलमडून.
मनापासून पहा म्हणजे दिसेल तुम्हाला
Wheelchair सुद्धा चालतेच की!
संवाद साधायला मैत्रीचा मनापासून,
दोस्ती आपण करुया, सहानुभूतीचा ‘मुखवटा’ काढून.

ह्या पलिकडे तुमचं कसं जीवन आहे

अगदी तसंच माझं आपले एक विश्व आहे.
सुख-दु:ख, राग-अनुराग, कट्टी-बट्टी हे सगळे
तुमच्या सारखे, माझेही अनुभव आहेत,
जन्म आणि मृत्यु, बालपण आणि मोठेपणा,
असेच काही अनुभव आहेत माझ्या पाठीशी.
मलाही शाळा आहे, कॉलेज आहे, तसेच आहे करिअर.
घरदार आहे, संसार आहे, तसेच बाहेर एक विश्व!
काम, क्रोध, मद, मत्सर तुमच्यासारखीच वृत्ती,
परंतु काही साध्य केल्यावर मिळते अनोखी तृप्ती.

अंतरातील ठेव

नाही मी अस्वाभाविक किंवा असाधारण,
ताठ मानेने जगेन जसे जगतात सर्वजण,
नको प्रचार, नको प्रसिद्धी, नको सहानुभूती,
नको उपेक्षा, नको दया, हवी फक्त प्रिती
तुमच्याजवळ राहीन म्हणतो, स्वत:वर विश्वास ठेवून,
तुमच्याशी मैत्री करुन आणि तुझ्यावर प्रेम करुन!
ही मैत्री कशासाठी? तर स्वत:लाच जाणण्यासाठी
प्रयत्न माझे सफल होतील, मनुष्य जीवन जगण्यासाठी.



विचार करा

बहुतेक सगळेच प्रेम करतात माझ्यावर असे वाटतं,
पण तरीही मी या सगळ्यांमध्ये एकटा का बरं?
मला काय वाटते याचा विचार कुणीच कसे करत नाही?
घरच्यांना प्रश्न विचारतात, मला का हे समजत नाही?
माझी कथा सांगतील दुसरेच कुणी, ही काय रीत झाली.
दिवसात फक्त माझ्यातील उणी दुणी?
मग मी कोण! माझी ओळख कुठची?
कळत कसं नाही यांना, सर्वच मुले ना देवा घरची!

बोला तर

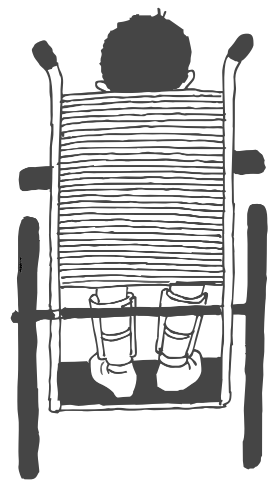
सगळ्यांनाच सगळं काही जमेल असे कधी होईल का?
सगळ्याच प्रश्नांची उत्तरे नेहमी मिळतील का?
तुमचे काम करण्यात, आहे जसा आनंद तुम्हाला,
माझे काम मीच करण्यात, आहे आनंद मला.
डोळ्यांना चष्मा आला तर त्यात काही वेगळं नाही,
तर व्हिलचेअर, श्रवण यंत्र हे तरी वेगळे कसे होई?

करा कल्पना!

आजार अनेकांना अनेक होतात,
पण त्या आजाराच्या नावाने कधी कोणाला संबोधीत करता का?
मग 'अपंग' असे विशेषण लावून मला का हाक मारता!
असेल माझ्या चालण्यात, बोलण्यात काही वेगळे,
पण तसे पाहिले तर ते अगदीच आहे नगण्य!
जे तुम्हाला जमते! ते मी ही करु शकतो,
फरक एवढाच की तुम्ही पटकन करता,
मी हळू हळू करतो.

आता हेच पहा ना!

या जगात वास्तवात असेही होऊ शकतं
बघू न शकणारे गुरु सतार शिकवायला येती दारी
व्हिलचेअर वरुन येतो, माझा डॉक्टर माझ्या घरी.
पोहायला शिकवणारा कोच कर्णबधिर असतो,
कॉम्प्युटर दुरुस्त करणारा पंगू दिसतो,
असे खूप खूप आहेत निरनिराळ्या कामात गढलेले,
आपल्याला स्वावलंबी राज्यांचे राजेच बनलेले,
अशांना 'अपंग' किंवा 'विकलांग' म्हणतो का आपण?
ज्यांनी आपलं सारं आयुष्य केलय प्रयत्नांना अर्पण!



असे म्हणू शकता!

'सर्व शिक्षा अभियानात' सगळ्यांना मिळेल शाळा,
मग अपंग म्हणून आम्हालाच का वगळा?
मेरिट नाही दिसले, दिसली माझी अक्षमता,
दुर्लक्षित केल्या मात्र अनेक क्षमता.
सगळ्यांना अनुभवू दे, शिक्षणाचे मोल
विरु दे, नकारात्मकतेचे काळे ढग.
येऊ दे मैत्रीचा आश्वासाक ओघ.

आणखी काही महत्त्वाचे विचार

भाषा, आपली भावना नेहमीच व्यक्त करते,
प्रिय माणसाला भावना पोचवताना, शब्द जपून वापरते.
माझ्यासारख्या वेगळ्यांना तर अशा शब्दांची अधिकच गरज असते,
संवेदनशील भाषाच आपल्यातील सेतू असते.
जपून शब्द पेरा ज्यामुळे आम्हाला वाईट वाटणार नाही.
जपूण शब्द पेरलेत तर कुणी दुखावणारही नाहीत.
मानवतेने ओथंबलेली भाषा शेवटी खरी,
आधी मी माणूस, अपंगत्व जरी.

सन्मान युक्त शब्दांचा वापर आता करु या हट्टाने!

नको	हवे
अपंग/विकलांग	यांना शारीरिक अक्षमता आहे,भिन्न क्षमतांचे
वेडा	मनोरुग्ण
मुका	बोलण्यात कमी
व्हिलचेअरवाला	व्हिलचेअर वापरणारा
पंगू/लंगडा	चालण्यास कष्ट पडणारा
विकृत बुद्धीचा	मनोरुग्ण
मूर्ख	मंद बुद्धी
मुकबधीर	श्रवणदोष असलेला

त्रीनयनीचा परिचय

त्रीनयनी या संस्थेची स्थापना रितीका साहनी यांनी 2006 साली केली. या संस्थेचा मुख्य उद्देश अपंगासाठी कार्य करण्याचा आहे. अपंगाच्या अपंगत्वाकडे न पहाता त्यांच्यातील अंतर्गत सुप्त गुणांना वाव देण्याचे मोलाचे कार्य ही संस्था करीत असते.

त्रीनयनीचे सदस्य, सहकारी व मित्रमंडळ अनेक लोकांशी व संस्थाशी, अपंगाशी निगडीत अशा समस्यावर एकत्रीत चर्चा करुन त्याबाबतीत जागरुकता निर्माण करण्यासाठी प्रयत्नशील आहे.

त्रीनयनीच्या या कार्यात अनेक चित्रकार, फॅशन डिझायनर्स, साहित्यिक, गायक, नर्तक तसेच नाट्य व सिनेजगातील व्यक्ति सहभागी आहेत.

समाजातील या दुर्लक्षित व्यक्तिकडे एका सकारात्मक दृष्टीकोनातून पहाण्याचा उपक्रम त्रीनयनीने सुरु केला आहे.

त्रीनयनीचे स्वप्न आहे अशा एका जगाचे, ज्यात सगळेजण जगू शकतील ताठ मानेने, एकत्रितपणे, सारख्याच सन्मानाने व अभिमानाने.

त्रीनयनीचे उपक्रम

1. ''Look at me'' मी तुमच्यातलाच, अपंगत्वाच्या जागरूकतेसाठी अनेक संस्थामधून निरनिराळ्या प्रेक्षकांसाठी फिल्म प्रदर्शन.
2. ''Understanding Disability- Creating a better world for me'' (अपंगत्व समजून घेणे) संपूर्ण देशभरात विविध शिक्षण संस्थामध्ये व कुटीर उद्योगांमध्ये Disability Equality Workshop घेणे.
3. ''Triumph Together'' Visual Art Initiative, (एकमेका सहाय्य करु अवघे धरु सुपंथ वर्कशॉप), जिथे सर्वसाधारण तसेच अपंग शिल्पकार एकत्र येऊन वर्कशॉप व प्रदर्शन भरवतात.
4. ''मुड मुड के ना देख'' साप्ताहिक कार्यक्रम आकाशवाणीच्या 107.8 एफ.एम. रेन्बो वरुन नियमित स्वरुपात सहा महिन्यापर्यंत प्रसारित झालेला होता. मुंबईत 2010-11 मध्ये ऑल इंडीया रेडीओ 107.1 एफ. एम रेनबो वरुन 15 मिनीटांचा कार्यक्रम प्रसारित झालेला होता व 2011-12 मध्ये एफ.एम रेनबो, मुंबई व विविध भारतीवरून पुन:प्रसारित झालेला होता. मुड मुड के ना देख हा कार्यक्रम ऑल इंडिया रेडियोमधील 15 स्टेशनांवरुन 2012 -13 मध्ये प्रसारित होणार आहे.
   अपंगांविषयीच्या बातम्या आणि मतेमंतातरे तसेच त्यांच्या विविध समस्यांबाबत लोकांमध्ये जागरुकता निर्माण व्हावी हा ह्या कार्यक्रमाचा मूळ उद्देश होता.
5. 30 ते 90 सेकंदांचा लघुपट' तयार करणे, त्या लघुपटाद्वारे अपंगत्वासंबंधी अनेक समस्यांवर प्रकाश टाकण्यात येतो. हे लघुपट सामाजिक संवेदनशीलता वृद्धींगत करण्यासाठी राज्य व राष्ट्रीय स्तरावरील (पातळीवरील) दूरदर्शन वाहिन्यावरुन प्रसारित करण्यात येतात.
6. मुलांच्या कविता/गाणी यांचे ब्रेल मध्ये रुपांतर.
7. अपंगत्वासंबंधी आयोजित राष्ट्रीय तसेच आंतरराष्ट्रीय कार्यशाळांमध्ये सहभाग.
8. जनजागृती संबंधिचे साहित्य विविध भाषांमध्ये प्रकाशित आणि वितरीत करणे.
9. त्रीनयनी स्पर्श फुट स्पा चालवते, त्या तिथे प्रशिक्षित दृष्टिबाधित मसाज थेरेपिस्ट काम करतात.

आभार

डॉ. अस्मिता हुद्दार सौ.पूर्वा प्र. लेले

सौ.वंदना गरवारे श्री. अमिताभ मुंध्रा

श्री. सुनील मेहता

श्री. पराग शाह

An Initiative of

trinayani

www.trinayani.org

Creating Awareness about Disability

लक्षात ठेवा, अपंगत्व कोणालाही, केव्हाही, कोठेही होऊ शकते