



हॅप्पी पेरेंटिंग : पर्यावरणपूरक दिवाळी!

डॉ. सुनील गोडबोले, बालविकास तज्ज्ञ.

सकाळ: कुटुंब (11 November 2023)

दिवाळी म्हटली, की आपल्या सगळ्यांच्यात एक वेगळाच उत्साह संचारतो. दिवाळीच्या सुटीचा प्रत्येक दिवस कशी धमाल करता येईल, याच प्लॅनिंग सुरू होतं. एके काळी घराची स्वच्छता, रंगकाम, घरी केलेले फराळाचे पदार्थ, एकमेकांच्या घरी फराळासाठी जाणं येणं, मोजकेच पण नवीन कपडे, किल्ला बनवणं, पूजाअर्चा या सगळ्यात दिवाळी साजरी व्हायची; पण अलीकडे एक वेगळाच 'ट्रेंड' सुरू झालेला आढळतो! सध्याची दिवाळी 'विकतची' दिवाळी बनायला लागली आहे. गरजेपेक्षा जास्त खरेदी, त्यासाठी ट्रॅफिक जॅम होईपर्यंत रस्त्यावर आलेलं शहर, विकतचे फराळाचे पदार्थ, सर्व हॉटेलं हाऊसफुल्ल, जेवणासाठी रांग,

प्रचंड धूर ओकणारे, कानठळ्या बसवणारे फटाके, चकाचक प्लास्टिकमध्ये पॅक केलेले गिफ्ट्स इतकंच काय किल्लासुद्धा विकतचाच! हे सगळं करताना आपण दिवाळीच्या मूळ हेतूपासून दूर जातोय, बरोबरीनं पर्यावरणाचीही दुर्दशा करतोय! म्हणूनच 'पर्यावरणपूरक दिवाळी'चा असा विचार करून बघू या.

मातीच्या पणत्या: सध्याचा दिवाळीचा लखलखाट हा एलईडी दिव्यांच्या (प्लास्टिकच्या पणत्यांमध्ये एलईडी दिवे!), इलेक्ट्रिक माळांच्या मधून व्यक्त केला जातो. हे करताना आपण पाच दिवसांत एका महिन्याएवढी वीज वापरतो. त्यासाठी खूप सारा कोळसा, पाणी वाया घालवतो; पण हीच रोषणाई आपण जाणीवपूर्वक मातीच्या पणत्या आणि गोडेतेलाच्या वाती वापरून केली तर....

फटाके टाळलेलेच बरे: फटाके प्रचंड प्रमाणात प्रदूषण करतात - त्यात धूर, हवा खराब होणं तर आहेच; पण त्याचबरोबरीनं आवाजाचंही प्रदूषण होतं. लहान बाळं, आजी-आजोबा सगळ्यांना त्याचा त्रास होतो. दिवाळीच्या काळात आणि नंतरही बालदम्याचं प्रमाण लक्षणीयरीत्या वाढतं. फटाके उडवताना काळजी न घेतल्यामुळे भाजणं, आग लागणं असले अपघातही घडतात.

निसर्गाबरोबर दिवाळी: नुकताच पावसाळा होऊन गेलाय. सगळीकडे हिरवागार गालिचा पसरलाय. अशा वेळेस दिवाळीची सुटी ही एक छान संधी आहे निसर्गाचा सुंदर अनुभव घ्यायला. चकाचक पण त्याच वेळेस निसर्गापासून दूर नेणाऱ्या मॉलच्या मोहमयी दुनियेपासून दूर जाऊन जरा मुलांना घेऊन एक छोटीशी निसर्गसहल घडवा. सगळं कुटुंब एकदम ताजंतवानं बनेल.

नैसर्गिक रंगांची रांगोळी: फुलांपासून, तांदळाच्या पिठीपासून, हळदीपासून तयार केलेले रांगोळीचे रंग आरोग्यासाठी चांगले आणि पर्यावरणासाठी पूरक.

प्लास्टिकची वेष्टणं टाळू: दिवाळीच्या गिफ्ट्सची वेष्टणं खूप प्रमाणात कचरा निर्माण करतात. ती टाळून कागदी वेष्टणं, कापडी पिशव्यांचा वापर करूयात.

घरी बनवलेली मिठाई: तयार मिठाईत कृत्रिम रंग, प्रिझर्व्हेंटिव्ह्ज आणि भरपूर साखर वापरली जाते- ती आरोग्यासाठी हानिकारकच.

पालकमित्रांनो, हे बदल जाणीवपूर्वक करताना, मुलांनाही त्यात सहभागी करूयात, शिकवूयात. त्यात आपल्या पुढच्या पिढीच्या अनेक आनंददायी दिवाळीच्या शुभेच्छा असतील.

(लेखक ज्येष्ठ बालविकासतज्ज्ञ आहेत.)

www.chiranjeevgodbole.com