



“ એક પગલું પ્રગતિશીલ પેરન્ટીંગ તરફ...”

પેરન્ટોર્નીંગ

વર્ષ ૨ | સળંગ અંક ૧૭ | જાન્યુઆરી ૨૦૨૪



પ્રાર્થના

હે પરમાત્મા,
જેમ હું ધન આપવાની બાબતમાં ઉદાર બની શકું છું
તેમ સમય આપવામાં, ક્ષમા આપવામાં,
પ્રેમ આપવામાંયે ઉદાર બની શકું
- એવી મને હૃદયની મોટપ આપો.

મારા કરતાં બીજાઓ વધુ સારું કામ કરે
ત્યારે હું તેની પ્રશંસા કરી શકું.
મને ન ગમતા લોકોમાં પણ
સારી બાબતો જોઈ શકું,
મારા વિચારોનો વિરોધ કરતા લોકો પણ
મારા મિત્રો હોઈ શકે તેવું માની શકું
- એવી મને હૃદયની મોટપ આપો.

વિરુદ્ધ પક્ષે પણ સત્ય હોય તેવું સ્વીકારી શકું,
મેં સારું કામ કર્યું હોય તો તે બીજાને કહેવાની લાલચ ટાળી શકું,
દેખીતા કારણ વગર કોઈ સહાય કરે
તો તેમાં તેનો કોઈ ગુણ હેતુ હશે, એવી શંકા કરવાથી બચી શકું
- એવી મને હૃદયની મોટપ આપો.

કોઈનાં ભૂલ વાંક કે ગુના માટે કાજી બની ન્યાય તોળવા ન બેસું
બીજા પાસેથી ઇચ્છું છું
તે નિખાલસતા ને સમજદારી બીજા પ્રત્યે દાખવી શકું
મારાં વાણી વચન કર્મથી
દુનિયામાં હું જે અસુંદરતા સર્જું તે પિછાણી શકું,
અને મારી ઊણપો - અધૂરપો પ્રત્યે સભાન બની
તમારી ભક્તિ વડે વધુ ને વધુ સાત્ત્વિક બની શકું
- એવું મને શાણપણ આપો.

પુસ્તક - પરમ સમીપે

બાળકોને માનસિક રીતે તૈયાર કરવાના પ્રસંગો

“આજે બાબા, આપણે ત્યાં હજામ આવશે.”

“હજામ એટલે?”

“હજામ વાળ કાપે. હજામ પાસે પેટીમાં કાંસકો હોય. કાતર હોય. વાળ લાંબા હોય, બહુ વધી જાય એટલે કાપવા પડે. વાળ હજામ કાપે. પપ્પાના વાળ બહુ લાંબા થઈ ગયા છે. એ હજામ કાપશે. પહેલાં પપ્પાને ગળે કપડું બાંધશે, પછી કાંસકો અને કાતર લઈ વાળ કાપશે. કાતર કય કય અવાજ કરશે અને હજામ વાળ કાપશે.”

હજામ પેટી લઈને આવ્યો. પેટીમાંથી કાતર અને કાંસકો કાઢ્યાં. પપ્પાને ગળે કપડું બાંધ્યું. પપ્પાને આયનો આપ્યો અને વાળ કાપ્યા. બે વર્ષનો બાબો ટીકી ટીકીને જોઈ રહ્યો હતો.

બીજે દિવસે બાબાને કહ્યું, “હજામ આવ્યો હતો, પેટી લાવ્યો હતો. કાતર અને કાંસકો પેટીમાંથી કાઢ્યાં હતાં. પપ્પાને ગળે કપડું બાંધ્યું હતું. પપ્પાના વાળ કાપ્યા હતા. બાબા! આજે હજામ આવશે, પેટી લાવશે, કાતર અને કાંસકો લેશે. ગળે કપડું બાંધશે. તને આયનો આપશે. હાજામ તારા વાળ કાપશે.”

હજામને જોતાં જ ડાહ્યોડમરો થઈ બાબો બેસી ગયો. આયનામાં મો જોતો જાય, કાતરનો અવાજ સાંભળી ખુશ થતો જાય. બધો વિધિ શાંતિથી પતી ગયો ન ચૂંકે યાં.

“જો બાબા, આજે તાવ આવ્યો છે ને? ડોક્ટર આવશે, ડોક્ટર પોતાની ભૂંગળી તારી છાતી પર મૂકશે. ઠંડી ઠંડી લાગશે. તારી છાતી તપાસશે પછી તારો હાથ ઝાલી નાડી તપાસશે. જો ધબ ધબ થાય છે ને? તે જોશે પછી ડોક્ટર તને ઇન્જેક્શન આપશે.”

બાબો મોટી આંખો બંધ કરી મારી સામે સૂતો હતો. “જો બાબા! એક કાયની નળી હશે, તેના પર સોય હશે, નળીમાં દવા હશે. તે તને સોય વડે ઇન્જેક્શન આપશે.”

“મને બહુ દુખશે?”

“હા દુખશે - બહુ નહીં. થોડું કીડી ચટકે તેવું. પણ આપણે તાવ ઉતારી દેવો છે ને? બહાર રમવા જવું છે ને?”

ડોક્ટર આવ્યા. બાબાએ શાંતિથી ઇન્જેક્શન લઈ લીધું.

હવે બીજું એક બાળક જોઈએ. નહાતાં રડે, કપડાં પહેરતાં રડે, જમતાં રડે, હજામ આવે તો રડે, ડોક્ટર આવે તો રડે, શાળામાં જતાં રડે, ઘેર મૂકીને જઈએ તો રડે. આવા બાળકને છાનો રાખવા દરેક ઘડીએ અને પળે મા-બાપ જૂઠું બોલે છે. દુઃખવાનું હોય તો કહે દુખશે નહીં. કાંઈ કરાવવાનું હોય તો ફોસલાવવો પડે, લલચાવવો પડે, ધમકાવવો પડે.

જો બાળક સાથે યોગ્ય વાર્તાલાપ કરી જે તે પરિસ્થિતિ માટે અગાઉથી માનસિક રીતે તૈયાર કરીએ તો માતા-પિતા અને બાળક વચ્ચેનો સંબંધ વધુ મજબૂત બની શકે...

પુસ્તક - બાળપણ નું ઘડતર

લાગણીઓનું બેન્ક એકાઉન્ટ

આપણે બધા નાણાં માટેના બેન્ક એકાઉન્ટને તો જાણીએ જ છીએ. આપણે તેમાં પૈસા જમા કરાવીને તેને વધાર્યા કરીએ છીએ, જેથી આપણને જ્યારે જરૂર હોય ત્યારે આપણે તેમાંથી પૈસા ઉપાડી શકીએ. ભાવનાઓના અથવા લાગણીઓના 'બેન્ક એકાઉન્ટ'નું રૂપક દર્શાવે છે કે સંબંધમાં કેટલો વિશ્વાસ ઊભો કરાયેલો છે. બીજા મનુષ્ય સાથે તમે કેટલા સલામત છો તે વિશેની તમારી આ લાગણી છે.

હું તમારી સાથેના માયાળુ, પ્રામાણિક, વિવેકભર્યા વર્તનને કારણે અને સવિશેષ મારી પ્રતિબદ્ધતાને જાળવી રાખીને (મારાં વચનોને નિભાવીને) તમારી સાથેના આ લાગણીના એકાઉન્ટમાં અનામત વધાર્યા કરી શકું છું. તમને મારામાં જેમ જેમ વિશ્વાસ ઊભો થતો જાય તેમ તેમ જ્યારે જરૂર પડે ત્યારે ત્યારે, તે ઊભા થયેલ વિશ્વાસનો ઉપયોગ હું કરી શકું તેમ છું- એટલે કે, હું કોઈ ભૂલ કરી શકું છું, તમને ન ગમે તેવું પણ તમારાં માટે શ્રેયકર હોય તેવું તમને કહી શકું છું - અને જ્યારે હું આવું કરું ત્યારે તમારી સાથેના લાગણીના એકાઉન્ટમાંની અમાનતમાંથી આ ભરપાઈ થશે. મેં તમારી સાથે સ્પષ્ટ વાત ન પણ કરી હોય તો પણ તમને મારો અર્થ સ્પષ્ટપણે સમજાઈ જશે. મારાં શબ્દશબ્દથી તમને દુભાયાની લાગણી નહીં થાય. જ્યારે આ વિશ્વાસનો(લાગણીનો) એકાઉન્ટ સમૃદ્ધ હશે ત્યારે પરસ્પરની સમજ ખૂબ સરળ, તત્ક્ષણ અને અસરકારક રહેશે.

પણ જો હું તમારા પ્રત્યે વારંવાર અવિવેક, અવિનય બતાવીશ, તમને વારંવાર અવગણીશ કે તમારી સાથે અન્યાયી, મનફાવે તેમ વર્તીવ કરીશ, તમારી સાથે વિશ્વાસઘાત કરીશ કે મારી અંદર ખોખલાપણું હોય તોય તમારો 'ભગવાન' બની જવાની કોશિશ કરીશ, તો છેવટે લાગણીના એકાઉન્ટમાં છે તે કરતાં મેં વધુ રકમ ઉપાડી કહેવાશે. વિશ્વાસનું સ્તર તદ્દન નીચું જતું રહેશે. પછી કટોકટીના સમય માટે મારી પાસે શું અમાનત રહેશે?

કશું જ નહીં. પછી હું કાયમ ખતરનાક જમીન પર જ ચાલતો હોઈશ. હું જે બોલું તેની મારે બરાબર કાળજી રાખવી પડશે. શબ્દશબ્દ બોલતાં વિચાર કરવો પડશે. બધે જ રાજકારણ, પાછળથી કરાતી નિંદાઓ અને વાતાવરણમાં તણાવો જ તણાવો.

જો વિશ્વાસની આ અમાનતમાં સતત ઉમેરો નથી કરાયા કરાતો, તો પછી લગ્નો ધીમે ધીમે પડી ભાંગે છે. સમૃદ્ધ અને સ્વયંસ્ફુર્ત પારસ્પરિક સમજદારી અને પ્રત્યાયનની જગ્યાએ પરિસ્થિતિ એકમેકને 'અનુકૂળ' થવાની બની રહે છે, જ્યાં બે વ્યક્તિઓ એકમેકથી સ્વતંત્ર રીતે, એકમેકને સહન કરી લઈને પોતાનું જીવન જીવવાની કોશિશ કરે છે. એવું બની શકે કે આ સંબંધ હજુ એકબીજા પર હુમલાઓ અને સ્વરક્ષણની કક્ષાએ પણ ઊતરી પડે. મનુષ્ય જ્યારે 'યુદ્ધ અથવા પલાયન'ની જ પ્રતિક્રિયા આપે છે ત્યારે શાબ્દિક ટપાટપી, જોરથી બંધ કરાતા દરવાજાઓ, વાત જ કરવાનો ઇન્કાર અને આત્મદયામાં પડી રહેવાના બનાવો બનતા હોય છે. પછી ઘરોમાં ઠંડા યુદ્ધની શરૂઆત થઈ જાય છે અને બાળકો, વિજાતીય સંબંધો, સામાજિક દબાણ કે

લોકોના મનમાં બનેલી પ્રતિમાઓને સાચવવાનાં કારણોસર જ આવાં લગ્નો/ ઘરોનું ગાડું ગબડ્યાં કરે તેવું બને છે. અને નહીં તો પછી અદાલતોમાં ખુલ્લાં યુદ્ધો છેડાય છે, જ્યાં અહંકારો ટકરાય છે. અને વર્ષોનાં વર્ષો સુધી એકમેક પર આક્ષેપો કરતાં કરતાં કાયદાકીય યુદ્ધો ચાલ્યાં જ કરે છે.

અને આપણે પહેલાં એ બાબતનો ઉલ્લેખ કર્યો જ છે કે સમગ્ર વિશ્વમાં પતિ-પત્નીનો સંબંધ એ ખરેખર સૌથી વધુ નિકટતા અર્પતો, સૌથી સમૃદ્ધ, આનંદપૂર્ણ, ઉત્પાદક અને સંતોષથી ભરપૂર સંબંધ થઈ શકવાની સંભાવનાઓ ધરાવે છે. આના માટે દીવાદાંડી જેવા કેટલાય સિદ્ધાન્તો આપણી સમક્ષ મોજૂદ છે. આપણે તેની સાથે અથડાઈ ખુવાર થઈ શકીએ છીએ અથવા તો આપણે તેનો પ્રકાશના સ્રોત તરીકે ઉપયોગ કરી શકીએ છીએ.

આપણા મોટા ભાગના સાતત્યપૂર્ણ સંબંધો લગ્નની માફક, સતત કાંઈક જમા થતું રહે તેમ માગતા હોય છે. સતત અપેક્ષાઓથી જૂની અમાનત ખતમ થઈ જાય છે. તમે નિયમિતપણે જેની સાથે સંબંધમાં રહો છો તેવા લોકો સાથે વધુ સાતત્યપૂર્વકના રોકાણ (Investment) ની જરૂર રહે છે. ક્યારેક તો તમને ખબર પણ ન પડે તે રીતે તમારા દૈનિક સંબંધોમાં લાગણીઓ બાબતે ઉધારાઈ જતું હોય છે. ખાસ કરીને કિશોરાવસ્થામાં રહેલાં બાળકો સાથે આવું વારંવાર થતું હોય છે.

ધારો કે તમારો એક દીકરો તેની કિશોરાવસ્થામાં છે અને જો તમારી સામાન્ય વાતચીત આવી જ રહેતી હોય કે- "તારો રૂમ સાફ કર. શર્ટનાં બટન બંધ કર. રેડિયોનું વોલ્યુમ ઓછું કર. વાળ કપાવી આવ. કચરો બહાર નાખી આવવાનું ભૂલતો નહીં!" - તો પછી સમયાંતરે લાગણીના બેન્ક એકાઉન્ટમાં જમાની જગ્યાએ ઉપાડખાતું ઘણું વધારે થઈ જાય છે.

હવે ધારો કે તમારા આ દીકરાને તેના જીવનમાં એક અત્યંત અગત્યનો નિર્ણય લેવાની વેળા આવી છે. ખરેખર આ નિર્ણય તેના સમગ્ર જીવનની દિશા પર અસર કરવાનો છે. પણ વિશ્વાસનું સ્તર એટલું નીચું છે અને પ્રત્યાયનની પ્રક્રિયા એવી યાંત્રિક, બંધિયાર કે અસંતોષકારક છે કે એ તમારી સલાહ લેવા જ નહીં આવે. તમારી પાસે તેને મદદ કરવા માટેનું શાણપણ કે જ્ઞાન હોય છતાં પણ, કારણ કે તમારો લાગણીનો એકાઉન્ટ વધારે પડતો વપરાયેલો છે, તેમાં અત્યારે જમા કશું જ નથી, તેથી તે તેનો નિર્ણય છેવટે કોઈ સંકુચિત, ટૂંકી દષ્ટિના પરિમાણથી લઈ લેશે, જેનાં લાંબા ગાળે ઘણાં નકારાત્મક પરિણામો આવશે.

તમે આવા નાજુક પ્રસંગોમાં કાંઈ કહી / કરી શકો તે માટે તમારે ખૂબ જ સંતુલિત અને વિવેકપૂર્ણ રીતે આ પરિસ્થિતિને સંભાળવી પડે. તમે શું કરી શકો?

ધારો કે તમે સંબંધોમાં નાનકડું, કાંઈક કાંઈક રોકાણ કરી શકો તેવું શક્ય છે? તેના પ્રત્યે થોડો વખત માયાળુ વર્તન રાખો - તેને માટે

ક્યારેક કોઈ મેંગેજિન લઈને ઘરે આવો અથવા તેને રસ પડે તેવું પુસ્તક તેને ભેટમાં આપો, અથવા તો એ કશું કરતો હોય તો તેને મદદ કરવા તૈયારી બતાવો. તેની સાથે સિનેમા જોવા જાઓ કે સાથે બેસીને આઈસક્રીમ ખાઓ. કદાચ તમે કોઈપણ જાતનો ઉપદેશ આપ્યા વિના કે તારણો બાંધ્યા વિના માત્ર તેને સાંભળીને જ સૌથી મોટું રોકાણ કરી શકો. ફક્ત સાંભળો અને ખરેખર તેને સમજવા ઝંખો. તમારી તેને માટેની કાળજી તેને સમજાય, તમે તેને એક વ્યક્તિ તરીકે સ્વીકારો છો એ તેને સમજાય તેમ થવા દો.

પહેલાં કદાચ એ પ્રતિભાવ નહીં આપે. એ કદાચ શંકાશીલ પણ થાય, "આ વખતે પપ્પા શું કરવાનો પ્રયત્ન કરી રહ્યા હશે?", "આ વખતે મમ્મી શું પદ્ધતિ મારા પર અજમાવવાની હશે?" પણ જેમ જેમ સાચું રોકાણ વધતું જશે તેમ એકાઉન્ટ ફરી વધતો જશે. વિશ્વાસનું સ્તર ફરી ઊંચું જશે અને પછી બધું શક્ય બનશે.

યાદ રાખશો - ફટાફટ સમસ્યાઓનું સમાધાન શોધવું એ મૃગજળ છે. તેની પાછળ દોડવાથી કંઈ મળતું નથી. સંબંધોનું ઘડતર અને સમારકામ સમય માગી લેતું કાર્ય છે. જો તમે બહાર દેખાતી ઉદાસીનતા કે કૃતઘ્નતાથી અધીરા થઈ જશો તો તમે એવું મોટું ઉધારી બેસશો કે ધીમે ધીમે જમા કરેલું બધું જ એકસાથે ખતમ થઈ જશે. "અમે તારા માટે કેટલું કર્યું છે. કેટલો ત્યાગ કર્યો છે, પછી તું આવો નગુણો કેવી રીતે થઈ શકે? તને આટલા માટે પેટે પાટા બાંધી મોટો કર્યો હતો? અમે તારી સાથે સારો વ્યવહાર કરવા જઈએ છીએ તો અમારી સાથે આવું વર્તન કરવાનું? હું મારી શકતો નથી કે તું આવું કરે!"

આવું કહી દેવું સહેલું છે. યાદ રાખશો - અધીરા ન થવું ખૂબ અઘરું છે. પ્રતિભાવાત્મક થવું તે ચારિત્ર્ય-ઘડતરનું પ્રથમ પગલું છે. મૂળિયાં બરાબર વિકસી રહ્યાં છે કે નહીં તે જોવા માટે છોડને જ ઉખાડી ન નાખી શકાય. તમારી ક્ષમતાના વર્તુળમાં રહીને કામ કરો, વિકસતી બાબતોને પોષો.

પણ અહીં ફટાફટ સમસ્યાઓ ઉકેલાતી નથી. સંબંધોનું સમારકામ કરવું, તેની માવજત અને ઉછેર લાંબા ગાળે પાકતા રોકાણો છે.

લાગણીઓના બેન્ક એકાઉન્ટમાં જમા થઈ શકે તેવી સાત મુખ્ય પદ્ધતિઓ આપણે સમજી લઈએ.

લાગણીઓમાં જમા	લાગણીઓમાં ઉપાડ
સામેવાળા મનુષ્યને સમજવાનો પ્રયત્ન કરવો	વણમાગી ટીકા, ઉપદેશ, ભાષણ
નાની નાની બાબતોની કાળજી રાખવી	પ્રેમભરી કાળજીનો અભાવ/ યાંત્રિક કે ઉદ્ધત વર્તન
વચનો આપવાં અને નિભાવવાં	વચનો ન આપવાં, ન નિભાવવાં
પરસ્પરની અપેક્ષાઓને સ્પષ્ટ કરવી	અપેક્ષાઓ સ્પષ્ટ કર્યા વિના જીવવું
વિચાર-વાણી-વર્તનની એકસૂત્રતા દાખવવી	એકસૂત્રતા બાબતે અભાન તેમજ બેદરકાર રહેવું
જ્યારે ભૂલ થાય ત્યારે તરત ક્ષમા પ્રાર્થવી	કોઈ માફી માગે તેવી અપેક્ષાઓ રાખવી
વ્યક્તિઓ (અને જીવન) પ્રત્યે કૃતજ્ઞતા અનુભવવી, વ્યક્ત કરવી	વ્યક્તિઓ અને જીવન પ્રત્યે હંમેશાં ફરિયાદો જ કરવી

હવેથી હું સંબંધોમાં વિશ્વાસ વિકસાવતાં શીખીશ...

કોઈપણ સંબંધમાં સૌથી અગત્યનું હું શું કરું છું કે હું શું કહું છું તે નહીં પરંતુ હું ખરેખર જે છું તે હોય છે. સામેવાળી વ્યક્તિ પાસેથી કેવળ અપેક્ષાઓ રાખ્યા કરવાથી સંબંધ સફળ થઈ શકતો નથી. હું મારાં વર્તનથી જે સમસ્યાઓ ઊભી કરું છું, તે હું માત્ર વાતો કે દલીલો કરીને ઉકેલી શકું નહીં. વળી હું એ પણ યાદ રાખીશ કે મનુષ્યો સાથે સંબંધમાં આવવું એટલે સોનાની ખાણમાં ખોદવા બરાબર છે. ખાણમાં જેમ એક તોલો સોનું મેળવવા કેટલાય ટન ધૂળ ઉલેચવી રહે છે તેમ જ મારે વ્યક્તિના દોષો! નજરઅંદાજ કરી તેમની અંદરના શુભને જ જોવાની મથામણ કરવાની છે.

હું એ પણ હવે સમજું છું કે સંબંધમાં વિશ્વાસ ઊભો કરવો એ હૃદયની બેન્કમાં લાગણીઓ જમા કરવા બરાબર છે. જો હું જમા કરતો/કરતી રહું તો જ હું સમય પડ્યે ઉપાડ કરી શકું છું. મારા દરેક વર્તન-વ્યવહારથી સંબંધમાં યા તો વિશ્વાસ વધતો હોય છે, યા ઘટતો

હોય છે. અગર મારે સંબંધમાં વિશ્વાસ ઊભો કરવો હોય તો તે માટે હવે હું કેટલીક સિદ્ધાન્ત કેન્દ્રી પદ્ધતિઓ જાણું છું.

- હું સામેવાળી વ્યક્તિને જ્યારે જ્યારે સમજું છું ત્યારે ત્યારે તે વ્યક્તિના મારાં પ્રત્યેના વિશ્વાસમાં વધારો થાય છે. આમ કરવા માટે સામેવાળી વ્યક્તિના મનમાં જે બાબત મહત્વની છે, તે બાબત મારાં હૃદયમાં પણ એટલી મહત્વની બનવી જોઈએ, જેટલો મહત્વનો એ સંબંધ મારા માટે છે.
- હું સંબંધોમાં નાની નાની બાબતોની કાળજી રાખતાં શીખીશ, કારણ કે સંબંધોમાં નાની વાતો જ ખરેખર મોટી હોય છે.
- હું વચનો આપીશ અને નિભાવીશ. કારણ કે જ્યારે હું વચનો આપી નિભાવતો/નિભાવતી નથી. તો સામેની વ્યક્તિ મારાં પર વિશ્વાસ મૂકી શકતી નથી.

૪. હું હંમેશાં પરસ્પરની અપેક્ષાઓ સ્પષ્ટ રહે તેની કાળજી રાખીશ.
૫. હું ગેરહાજર હોય તેવી વ્યક્તિઓને પણ વફાદાર રહીશ. ક્યારેય પીઠ પાછળ નિંદા કે ફૂથલી નહીં કરું તથા બધા મનુષ્યો સાથે સિદ્ધાન્તકેન્દ્રી વ્યવહાર કરીશ.
૬. હું જ્યારે જ્યારે મારી ભૂલ થાય ત્યારે સાચા હૃદયથી માફી માગતા અચકાઈશ નહીં. માફી માગી શકવી તે ઉન્નત ચારિત્ર્યનું લક્ષણ છે તે હું હંમેશાં યાદ રાખીશ.
૭. હું સંબંધોમાં મને જે મળે છે તેની કદર કરતાં શીખીશ.

હું હવે જાણું છું કે સંબંધોમાં ઉપરોક્ત પદ્ધતિઓથી વિશ્વાસ ઊભો કરવા માટે મારે મારાં અહંકાર, અધીરાઈ, બેદરકારી, અસંવેદનશીલતા. આળસ, મૂડ, સ્વાર્થ, પલાયનવાદ વગેરે અનેક બાબતોનો ભોગ આપવો પડશે. પરંતુ સારા મનુષ્ય બનવા માટેનો આ જ સાચો રસ્તો છે. જીવન સંબંધોમાં જ જીવી શકાતું હોય છે અને સંબંધો મારા ચારિત્ર્યને જ પ્રતિબિંબિત કરે છે તે હું હંમેશાં યાદ રાખીશ અને ઉન્નત ચારિત્ર્યની સાધના આજીવન કરતો/કરતી રહીશ.

- મહાન હૃદયોના સારંગામાપધનિ (સંજીવ શાહ)

એક ૮૪ વર્ષનાં સાહિત્યકારનો બાળકોને પત્ર

2006માં ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલના અંગ્રેજી શિક્ષક મિસ લોકવુડે બાળકોને તદ્દન નિરાળું હોમવર્ક આપ્યું. હોમવર્ક એવું હતું કે ક્લાસનાં દરેક બાળકે કોઈ એક અંગ્રેજી સાહિત્યકારને પત્ર લખવાનો. ત્યાર બાદ એ સાહિત્યકારનું સરનામું મેળવીને, એ પત્ર પોસ્ટ કરવાનો.

આવું હોમવર્ક આપવા પાછળ મિસ લોકવુડનો હેતુ એ હતો કે અંગ્રેજી ભાષાના સિદ્ધહસ્ત સાહિત્યકારો પાસેથી તેમના વિદ્યાર્થીઓ કંઈક શીખે અને પ્રેરિત થાય. એ સમયે અલગ અલગ લેખકો, નવલકથાકારો અને કવિઓને મોકલેલા પત્રોમાંથી ફક્ત એક સાહિત્યકારે વળતો જવાબ લખ્યો. એ હતા કર્ટ વોનેગટ (1922-2007). 2006 માં તેમની ઉંમર 84 વર્ષની હતી.

તેમનો પત્ર ફક્ત બાળકો માટે જ નહીં, વાલીઓ અને શિક્ષકો માટે પણ એટલો જ મહત્વનો છે. આ રહ્યો એ પત્ર.

પ્રિય ઝેવિયર્સ હાઈસ્કૂલ અને મિસ લોકવુડ,

બાળકો દ્વારા લખાયેલા પત્રો માટે આભાર. એક 84 વર્ષના યુવાનને કઈ રીતે ખુશ કરવો? એ તમે લોકો સારી રીતે જાણો છો. હવે હું જાહેર સ્થળો કે કાર્યક્રમોમાં બહુ નથી જતો પણ આ બાળકોને હું ચોક્કસ કંઈક કહેવા માગીશ.

મારી એમને ખાસ સલાહ છે કે કોઈ એક કલાનો અભ્યાસ કરજો. સંગીત, ગાયન, નૃત્ય, અભિનય, ચિત્રકલા, શિલ્પકલા, કવિતા, નિબંધ, વાર્તાલેખન કે અન્ય કોઈ ગમે તે એક. ત્યાર બાદ એ કલા તમે કેટલી સારી કે ખરાબ કરો છો? એનું કોઈ જ મહત્ત્વ નથી. તમે કરો છો કે નહીં? એ મહત્ત્વનું છે.

આ કલા પૈસા કમાવવા કે ખ્યાતિ મેળવવા માટે નથી કરવાની, તમારા અંતઃકરણની શુદ્ધિ માટે કરવાની છે. તમારી અંદર રહેલી શક્તિઓને જાગૃત કરવા માટે કરવાની છે.

અત્યારથી શરૂ કરો. તમને ગમતી કોઈ એક કલા પસંદ કરો અને

તમને સમય મળે ત્યારે આજીવન એ જ કલા કરતા રહો. તમારા અંગ્રેજીના શિક્ષિકાનું કોઈ રમૂજી ચિત્ર કે કાર્ટૂન દોરો. પછી એમને જ બતાવો. નિશાળ પત્યા પછી ઘરે ડાન્સ કરતાં કરતાં જાવ, વરસાદ કે બાથરૂમમાં નહાતી વખતે ગીતો ગાવ. બાફેલા બટેટા પર આંખ-નાક-મોઢું લગાડીને ચહેરો બનાવો.

ચાલો, હું તમને આજ રાતનું હોમવર્ક આપું છું. ફક્ત છ લીટીની કવિતા લખો. કોઈ પણ વિષય પર કવિતા લખો. એ મીટર કે છંદમાં છે કે નહીં, પ્રાસ મળે છે કે નહીં, એની ચિંતા કર્યા વગર કવિતા લખો. ટેનિસ રમો, ક્રિકેટ રમો, વોલીબોલ રમો.

પણ ઉપરની પ્રવૃત્તિ કર્યા પછી તમારે કોઈને કહેવાની નથી. કવિતા લખ્યા પછી કોઈને સંભળાવવાની નથી. મિત્રોને નહીં, તમારાં મા-બાપ કે શિક્ષકને પણ નહીં. ઓકે? પ્રોમિસ? એ કવિતા, નિબંધ કે વાર્તા લખ્યા પછી તમારે એ કાગળને ફાડી નાખવાનો. એ કાગળને કચરામાં નાખી દેવાનો.

તમને એ રિયલાઈઝ થશે કે તમને જે જોઈતું હતું એ તો ઓલરેડી લખતી વખતે જ મળી ગયું. તમારાં આત્માને જે આનંદની જરૂર છે, એ આનંદ તમને એ પ્રવૃત્તિ દરમિયાન જ મળી જાય છે. પછી એ પ્રવૃત્તિને કોઈ વખાણે કે ન વખાણે એનાથી કશો જ ફેર નથી પડતો. આ બધી પ્રવૃત્તિઓ દ્વારા તમે તમારાં આત્માને વિકાસ પામવાની એક સુંદર તક આપો છો. તમારી અંદર રહેલી શક્તિઓને તમે બળ પૂરું પાડો છો. એ શક્તિઓ ધીમે ધીમે વિકાસ પામશે. એ ગમતી કલા સદાય તમારા આત્માને વૃદ્ધિ અને વિસ્તાર પૂરો પાડતી રહેશે.

સૌથી મહત્ત્વની વાત એ છે કે તમારું અંતઃકરણ ખુશ છે કે નહીં? તમારો આત્મા સંતૃપ્ત છે કે નહીં? જે ઉદ્દેશ્ય માટે તમારું નિર્માણ થયું છે, એના સુધી તમે પહોંચી શકો છો કે નહીં? ઈશ્વર તમને સુખી રાખે.

- કર્ટ વોનેગટ

પુસ્તક - પરમાત્માના પેરેન્ટિંગ પત્રો

VASISHTHA GROUP OF SCHOOL

શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ.

ગુજરાતી માધ્યમ / દિલ્હાવી માધ્યમ

નર્સરી થી ઘો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02621 255551/3 ☎ 91734 02809 / 91733 15555

VISIT US : vasishtha.net

વસિષ્ઠ જેનેસિસ સ્કૂલ, બાબેન.

ગુજરાતી માધ્યમ

૧ થી ઘો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02622 225542/43 ☎ 91576 44555

Visit us : vasishthagenesisschool.net