એક પગલું
લાગણીશીલ
પૅરન્ટીંગ તરફ...

પૅરન્ટોલૉજી

વર્ષ : ૩ | સળંગ અંક : ૨૧ | જુલાઈ – ઓગસ્ટ : ૨૦૨૫

થિમ : લાગણી । જુલાઈ – આનંદ । ઓગસ્ટ – વિશ્વાસ

ખુશ રહેવા અને રાખવાની એપ્લિકેશન...

તમારા દુઃખ મને આપો, તમે મારી ખુશી રાખો
તમારો મિત્ર છું, વાત એટલી પણ શું નહીં રાખો !
કહો છો કે, સહનશક્તિ તમારી કેળવી રાખો
હવે હું દુઃખની લિજ્જત માણું એવો પણ નહીં રાખો ?
તમારી હસતી-વસતી જિંદગી તમને મુબારક હો
ફકત, એ જિંદગીનો મારા માટે એક દી રાખો
સમર્પણભાવ લઇને હું તમારી પાસે આવ્યો છું
તમારાથી કશું માંગું નહીં એ ખાતરી રાખો
કદી મતલબ પડે તો 'અશ્ક' પાસે ચાલ્યા જાજો
તમારી ડાયરીમાં એનું ઠેકાણું લખી રાખો ...

-અશ્ક માણાવદરી .

ખુશી વહેંચવાનો આનંદ જ અનેરો છે...ખુશી વહેંચવા માટે બેંક બેલેન્સ કે મિલ્કતો કે વસ્તુઓની જરૂર નથી પડતી. દુઃખી માણસ પણ જો ધારે તો બીજાની આગળ હળવો થઇ શકે છે. ખુશ રાખવા માટે આપણી અંદરનો માણસ સજાગ રહેવો જોઇએ. મિત્ર આ વાતને વધારે સમજે છે. સંબંધોનાં બે ફેફસાં છે...એક ફેફસામાં મિત્રતા છે જયારે બીજા ફેફસામાં દીકરીની પવિત્રતા છે...બીજાનાં દુઃખમાં ભાગીદાર બનીએ છીએ એ ક્ષણથી જ આપણી ખુશીમાં વધારો થવા માંડે છે. આપતાં આવડે એનાં હાથનો પનો ઇશ્વરને માપતાં આવડે...! માત્ર લીધા કરવામાં ક્યારેક ખાલી થઇ જવાનો અજંપો સતાવે છે...

સહનશક્તિ આપણા સ્વભાવનો દારોમદાર છે...જેટલી સહન કરવાની વૃત્તિ વધારે એટલું દુઃખ ઓછું...દુઃખની લિજ્જત માણતાં આવડે ત્યારે જીવનને ઉંમરનાં સાચા પડાવની ખબર પડે છે. દુઃખની લિજ્જત માણતાં આવડી જાય પછી સુખ પોતે જ આપણી ઈજ્જત સાચવવાં આપણો 'સારથી' બની જાય...

બીજાનાં સુખે સુખી થતાં આવડવું જોઇએ. આપણા સુખે પણ બીજા સુખી થવા જોઇએ, જગ્યા શરત બસ એટલી હોવી જોઇએ કે એમાં બીજાઓનો પણ સમાવેશ થવો જોઇએ.પહેલાં આપણો સમય ન હતો અને હવે આપણી પાસે સમય નથી.એવું સાંભળીએ છીએ ત્યારે પોતે જ પોતાનાં માટે થોડીક ફુરસદ રાખવી જોઇએ. ફુરસદનાં દિવસો સામેથી આવે તો વધાવી લેવાં જોઇએ. દુનિયા આપણને ક્યારે નવરાં કરી નાંખે એની નવાઇ નથી...! ત્યારે ગમતી યાદનો ગુલદસ્તો દયનાં કુંડામાં લીલોછમ ઊગેલો મળી આવશે. સ્મરણની હુંફ માતાનાં પાલવ પછીનો પડાવ છે...
આવવાનું વચન તો આપ્યું હોય અને મનમાં નથી જવાનું એ નક્કી પણ હોય ત્યારે સામેવાળાને ન આવવાનું બહાનું સાચું લાગે એવું રાખવું જોઇએ.આપણે હોઠ ઉપર મધ લગાવીએ છીએ પણ જીભ ઉપર મધમાખીનો ડંખ રાખીએ છીએ.સમર્પણભાવ એટલે એવી અવસ્થા જ્યાં કશી અપેક્ષા જ ન રહે...! આપણે સમર્પિત થઈએ છીએ ત્યારે અપેક્ષા પણ રાખીએ છીએ. એને કારણે જ જેને સમર્પિત થયાં એ વ્યક્તિ આશંકા સાથે જીવે છે. જ્યાં માત્ર સમર્પણ છે ત્યાં કશું બીજું છે જ નહીં -એની ખાતરી થશે ત્યારે અસ્તિત્વનાં અંશની જગ્યાએ તમે અસ્તિત્વનું 'અંગ' બની જશો...

અશ્ક માણાવદરીની આ ગઝલ 'જીવનનાં હકારની કવિતા'માં બીજાને ખુશ કરવાની પારાયણ છે.કવિતા અને કવિનું સરનામું આપણામાં જીવંતતાનો ઉમેરો કરે. આપણી અંદર ઊગેલા ભરોસાનાં છોડને માળીની જેમ લાકડી અને દોરીથી બાંધીને ટટ્ટાર કરે છે. જેથી આકાશ સાથે આંખો મિલાવતી વખતે ગોગલ્સ પહેરવાં ન પડે...!

લેખક : અંકિત ત્રિવેદી

વિશ્વાસ કવિતા.

આપણે રહીને જગતમાં, જાત પર નિર્ભર થવાનું
જે ટકાવે શ્વાસ, એ વિશ્વાસ પર નિર્ભર થવાનું

સાવ ઘરમાં રહીને આખું વિશ્વ સમજાતું ગયું
કોઇ શીખવાડી ગયું સહવાસ પર નિર્ભર થવાનું

તંગ નાની દોર ઉપર ચાલવું મુશ્કેલ છે
જે સતત ટેકો કરે એ હાથ પર નિર્ભર થવાનું

વાસણોની જેમ થોડા અણગમા વીછળી લીધા
આખરે સમજી ગયા સંગાથ પર નિર્ભર થવાનું

એક જણ પર ભાર ના આવી પડે, જોવું રહ્યું
મૌન રહીને ચાલતા સંવાદ પર નિર્ભર થવાનું

નાનકા ક્યારામાં રહીને ત્રણ પેઢી વિસ્તરી
છોડ સૌ શીખી ગયા હાલાત પર નિર્ભર થવાનું

એક મમ્મી હેતથી આ ઘરને સાચવતી રહી
પ્રેમના પાયે પ્રગટ પરભાત પર નિર્ભર થવાનું

આ પરસ્પરની સમજને દોસ્ત લંબાવી જુઓ
ખૂબ ગરવું હોય છે જજબાત પર નિર્ભર થવાનું

~ હિતેન આનંદપરા

ભૂલી જવાની પણ મજા છે.

હાસ્ય દરબારનો એક કાર્યક્રમ હતો. તનાવભરી જિંદગીથી તંગ આવી ગયેલા લોકો રીફ્રેશ થવા માટે આવ્યા હતા. આખો હૉલ ખચોખચ ભર્યો હતો. એક પછી એક હાસ્યકલાકાર પોતાની કલા દ્વારા શ્રોતાઓને પેટ પકડીને હસાવી રહ્યા હતા. એક પ્રસિદ્ધ હાસ્યકલાકારનો વારો આવ્યો. લોકો એને સાંભળવા માટે તલપાપડ હતા. આથી જ આયોજકોએ એમનો વારો સૌથી છેલ્લે રાખ્યો હતો.

હાસ્યકલાકારે એક સુંદર જોકથી શરૂઆત કરી. જોક એવો જોરદાર હતો કે લોકોનું હાસ્ય રોક્યું રોકાતુ નહોતુ. થોડા બીજા જોક કહ્યા પછી પેલા કલાકારે ફરી આ જ જોક જરા જુદી રીતે કહ્યો. લોકોને મજા આવી પણ પહેલા જેવી નહીં. ફરીથી થોડા જોક કહ્યા પછી પ્રથમ કહ્યો હતો તે જ જોક જરા જુદા અંદાજમાં કહ્યો. હવે લોકોના ચહેરા પર સ્મિત જ હતું. ખડખડાટ હાસ્ય તો અદૃશ્ય થઇ ગયું. હતું.

થોડા સમય પછી ફરીથી આ જોક આવ્યો. હવે તો લોકોને એકનો એક જોક વારંવાર સાંભળીને રીતસરનો કંટાળો આવવા લાગ્યો.

લોકો ઊભા થઇને ચાલવા લાગ્યા. હાસ્યકલાકારે બધાને બે મિનિટ માટે ઊભા રહેવા વિનંતી કરી. બધા પોતાની જગ્યાએ ઊભી રહી ગયા એટલે હાસ્યકલાકારે કહ્યું, 'મારા ભાઇઓ-બહેનો, મને માફ કરજો. એકનો એક જોક વારંવાર કહીને હું આપનો સમય બગાડવા નહોતો માંગતો પરંતુ મારે આપનો તનાવ કાયમ માટે દૂર કરવાની એક દવા આપને આપવી હતી. એકનો એક જોક વારંવાર સાંભળવાથી આપને હસવું નથી આવતું તો પછી જીવનમાં બનેલી દુઃખદાયક ઘટનાને વારંવાર જુદા જુદા સ્વરૂપે યાદ કરીને રડ્યા કેમ કરો છો ?"

જીવનની આ સફરમાં સારા-નરસા પ્રસંગો તો બનવાના જ છે. હાર્મોનિયમમાં સફેદ અને કાળા બંને રંગની ચાંપ હોય. માત્ર સફેદ ચાંપ જ દબાવવામાં આવે તો કર્ણપ્રિય સંગીત ન જન્મે. સફેદની સાથે કાળી ચાંપ પણ દબાવવી જ પડે. બસ એવી જ રીતે દુઃખદ પ્રસંગો પણ જીવનનો એક ભાગ છે. એને અનુભવીને ભૂલી જઇએ. વારંવાર વાગોળવાથી પીડા ઓછી થવાને બદલે વધશે.

બાળકો પર કેટલો વિશ્વાસ મૂકવો?

વિશ્વાસ એક જવાબદારી છે. આપણો કોઇ અમૂલ્ય ખજાનો આપણે બીજી કોઇ વ્યક્તિને સાચવવા માટે આપીએ છીએ, ત્યારે એ ખજાનો ચોરાઇ ન જાય એ જવાબદારી આપણી નહીં પણ એની હોય છે. આપણા ઝવેરાત, ખજાનો, રૂપિયા કે અન્ય કોઇ પણ કિંમતી વસ્તુ જ્યારે આપણે અન્ય કોઇને સભાનતાપૂર્વક સોંપીએ છીએ ત્યારે આપણે નિરાંતે સૂઇ શકીએ છીએ. એ ખજાનો સાચવવા માટે ઊંઘ સામેવાળાની ઊડી જતી હોય છે. જ્યાં સુધી એ વ્યક્તિ એ ખજાનો આપણને પરત ન કરે, ત્યાં સુધી એને ચેન નથી પડતો. એ જ રીતે કોઇના પર વિશ્વાસ રાખીને આપણે નિરાંતે સૂઇ જવાનું છે. ચિંતા એણે કરવાની છે, જેના પર વિશ્વાસ રાખવામાં આવ્યો છે. વિશ્વાસ જેનો' છે એ વ્યક્તિને શું કામ ચિંતા હોવી જોઇએ? ચિંતા તો એણે કરવાની, 'જેની પાસે' કે 'જેના પર' એ રાખવામાં આવ્યો હોય.

કોઇ પણ વ્યક્તિ પર વિશ્વાસ મૂકવા માટેની સૌથી પહેલી શરત કઇ છે, ખબર છે? એ શરત છે કે આપણને પોતાની જાતમાં વિશ્વાસ હોવો જોઇએ. જો આપણને જાતમાં વિશ્વાસ હશે, તો જ આપણે અન્યમાં વિશ્વાસ મૂકી શકશું.

જે વ્યક્તિમાં આત્મવિશ્વાસનો અભાવ હોય છે, એ વ્યક્તિ ક્યારેય અન્ય કોઇ પર વિશ્વાસ મૂકી શકતી નથી. કારણ કે તમે બીજા કોઇને એ જ આપી શકો, જે તમારામાં પૂરતા પ્રમાણમાં હોય. જો એ ગુણ કે ક્વૉલિટીની તમારામાં જ ઊણપ છે. તો તમે કોઇને એ કેવી રીતે આપી શકશો?

તમને તમારી જાત અને કેળવણી પર વિશ્વાસ હોય, તો જ તમે તમારા બાળકમાં વિશ્વાસ મૂકી શકો. જ્યારે આપણે બાળકમાં વિશ્વાસ મૂકીએ છીએ ત્યારે આપણે આડકતરી રીતે તેનો આત્મ-વિશ્વાસ વધારતા હોઇએ છીએ.

આપણું બાળક પોતાના વિશે એવું જ વિચારશે, જેવું આપણે તેના વિશે વિચારીએ છીએ. જો કોઈ કામ કરવા માટે આપણે બાળકને અસમર્થ ગણશું, તો બાળકની અંદર પણ એ કામ કરવાના આત્મવિશ્વાસનો કાયમ અભાવ જ રહેશે. આપણે એ સતત યાદ રાખવાનું છે કે 'વિશ્વાસ ઊગાડવા માટે વિશ્વાસ વાવવો જરૂરી છે.'

આપણા બાળકને ખોટું કરતા રોકવાનો કે વિચલિત થતા અટકાવવાનો એક માત્ર માર્ગ છે, વિશ્વાસ. એના પર એટલો બધો વિશ્વાસ મૂકી દો કે તેને એ વિશ્વાસનું વજન લાગવા લાગે. એટલો બધો વિશ્વાસ કે આપણું બાળક કોઇ ખોટું કામ કરી જ ન શકે. કદાચ કરે તો સૌથી પહેલા આપણને જાણ કરે કે 'મેં તમારો વિશ્વાસ તોડ્યો છે' અથવા 'મારાથી ભૂલ થઇ ગઇ છે.'

બાળકોની જાસૂસી કરવી, તેમના પર શંકા કરવી, તેમને ક્રોસ-ચેક કરવા, તેઓ સાચા છે કે નહીં એ જાણવા માટેની તરકીબો કરવી, બહારની કોઇ વ્યક્તિને પૂછવું, તેમને એકના એક સવાલો વારંવાર પૂછવા. આ બધી પ્રવૃત્તિઓ કે હરકતો એક પેરેન્ટ તરીકે આપણને 'સી-ગ્રેડ'માં મૂકી દે છે. આ બધી જ હરકતો, તરકીબો, વૃત્તિઓ તદ્દન વાહિયાત છે. આપણી જાતને સાચા સાબિત કરવાના આ બધા હવાતિયા છે. આપણા બાળકને ખોટું સાબિત કરવા માટે આપણે કેટલા બધા અધીરા હોઇએ છીએ. આ તમામ પ્રયત્નો એક જ વાસ્તવિકતાનો સંકેત આપે છે. આપણો આપણા ઉછેરમાં રહેલો અવિશ્વાસ.

જ્યારે આપણને આપણે આપેલા સંસ્કારો, ઉછેર કે કેળવણીમાં વિશ્વાસ નથી હોતો ત્યારે જ આપણા બાળકમાં નથી હોતો. ભલે આ કદાચ કડવું લાગે પણ જો આપણું બાળક વિશ્વાસપાત્ર નથી, તો આપણી બાળ—ઉછેરની સાધના કાચી કે અધૂરી રહી હોવી જોઇએ. જો આપણું બાળક આપણને છેતરે છે, ખોટું બોલે છે, ઉલ્લુ બનાવે છે તો એનો અર્થ એ કે આપણા બાળકમાં આપણે પૂરતો સમય, વિશ્વાસ અને પ્રેમ ઇન્વેસ્ટ નથી કર્યો. તો એ હવે કરવો જોઇએ.

આપણે બાળક પર જેટલો વધારે વિશ્વાસ રાખતા શીખશું, એ વિશ્વાસને જાળવી રાખવાનો બાળક એટલો જ વધારે પ્રયત્ન કરશે. વિશ્વાસ જેટલો ઓછો એટલી તૂટવાની શક્યતા વધારે. આ થોડું અઘરું સમીકરણ છે, પણ તથ્ય આ જ છે. કોઇ પણ રિલેશનશિપમાં વિશ્વાસ માટે આ સમીકરણ ફૉલો કરી શકાય.

વિશ્વાસ જાળવી રાખવાની શક્યતા = વિશ્વાસની માત્રા / શંકાનું પ્રમાણ.

એટલે કે શંકા જેટલી વધારે, વિશ્વાસ ટકી રહેવાની શક્યતા ઓછી અને વિશ્વાસઘાતની શક્યતા વધારે. વિશ્વાસની માત્રા જેટલી વધારે એટલી વિશ્વાસ ટકી રહેવાની શક્યતા પણ વધારે.

માટે બાળક આપણા વિશ્વાસનું જતન કરશે કે નહીં, એનો આધાર આપણા પર જ રહેલો છે. બાળક માટે જે ભાવ આપણા મનમાં ઉત્પન્ન થાય છે. એ જ ભાવ આપણા વર્તન, વાણી કે વિચાર દ્વારા બાળકના મનમાં પણ ઉત્પન્ન થાય છે. જો આપણામાં શંકા હશે, તો એનામાં પણ અજાણતા આપણે શંકાનું જ સિંચન કરશું. જો આપણામાં વિશ્વાસ હશે, તો એના સુધી એ વિશ્વાસ ટ્રાન્સમીટ થશે. આ વિશ્વાસનો કન્સેપ્ટ થોડો

જટિલ છે. એનું ઘડતર કરવામાં વર્ષો લાગે છે અને એને તોડવામાં ફક્ત કેટલીક ક્ષણો. એ કોઇ વ્યક્તિમાં હોય કે મૂર્તિમાં, વિશ્વાસ જેટલો વધારે, ચિંતા એટલી ઓછી.

બાળકની અંદર આ વિશ્વાસનો ગુણ ઉત્પન્ન કરવામાં મા-બાપનો એક ખાસ રોલ હોય છે. તેઓ જન્મે છે ત્યારે કોરી પાટી સાથે આવે છે. એ બ્લેકબોર્ડ પર શું અને કેટલું લખવું? એ વાલી તરીકે આપણે નક્કી કરવાનું હોય છે. આપણે ધારીએ તો આપણાં બાળકોની ફ્યુઅલ ટેંક કોઇ પણ જાતની ભેળસેળ વગરના શુદ્ધ વિશ્વાસથી 'ફૂલ' કરી શકીએ છીએ.

વિશ્વાસ છે શું? : આમ તો વિશ્વાસને વ્યાખ્યાયિત કરી ન શકાય પણ તેમ છતાં આપણે એવું કહી શકીએ કે વિશ્વાસ એટલે કે 'કોઇ વ્યક્તિમાં રાખેલી સકારાત્મક માન્યતા' અથવા તો 'કોઇ વ્યક્તિ પાસેથી અપેક્ષિત કોઇ મોરલ બિહેવિયર.'

વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધામાં તફાવત છે. વિશ્વાસ સંબંધોમાં હોય છે અથવા તો વ્યક્તિઓ પર હોય છે. શ્રદ્ધા ઈશ્વરમાં હોય છે. કુદરતમાં હોય છે, મૂર્તિમાં હોય છે. શ્રદ્ધા એ વધારે આધ્યાત્મિક શબ્દ છે. રિલેશનશિપમાં જે હોય છે એ વિશ્વાસ હોય છે. વિશ્વાસ એટલે ટ્રસ્ટ. શ્રદ્ધા એટલે ફેઇથ. 'હેવ ફેઇથ ઈન ગૉડ' એવું કહેવાય પણ મનુષ્ય માટે વાત કરીએ ત્યારે યુ કેન ટ્રસ્ટ મી' અથવા તો 'કેન આઇ ટ્રસ્ટ યુ?' એવું વપરાય.

વિશ્વાસ શબ્દ સાંભળીએ એટલે આપણા મનમાં સત્ય નિષ્ઠા અને ચારિત્ર્ય જેવા ભારે ભરખમ શબ્દો આવવા લાગે. જે વ્યક્તિમાં આપણે વિશ્વાસ મૂકીએ છીએ, એ વ્યક્તિ પાસેથી આપણે ભરોસાપાત્ર, સત્ય, સકારાત્મક અને અપેક્ષિત રિસ્પોન્સની ઇચ્છા કરતા હોઇએ છીએ.

બાળકના ઉછેર સમયે તેનામાં કેટલો વિશ્વાસ પ્રસ્થાપિત કરી શકાય અથવા બાળક કેટલું વિશ્વાસપાત્ર બની શકે છે? એનો આધાર પૉઝિટિવ કોર બિલીફ્સ' પર રહેલો છે. ટૂંકમાં કહીએ તો સકારાત્મક માન્યતાઓ.

આ પોઝિટિવ કોર બિલીફ્સ એટલે એવી સકારાત્મક માન્યતાઓ જે આપણે બાળકને સતત આપતા રહીએ છીએ, સતત કહ્યા કરીએ છીએ. આ માન્યતાઓ જાણ્યે-અજાણ્યે આપણે બાળકના સબકોન્શિયસ માઇન્ડ એટલે કે અર્ધજાગૃત મનમાં '<u>ફીડ</u>' કરતા હોઇએ છીએ. એ જ રીતે જેમ આપણે કમ્પ્યૂટરમાં કોઇ ડેટા '<u>ફીડ</u>' કરીએ છીએ. બાળકોના મનમાં આપણે ફીડ કરેલો આ ડેટા તેમની વિશ્વાસપાત્રતા નક્કી કરે છે.

મનોજ ખંડેરિયાનો એક અદ્‌ભુત શેર છે કે,
બધાનો હોય શકે, સત્યનો વિકલ્પ નથી.
ગ્રહોની વાત નથી, સૂર્યનો વિકલ્પ નથી.

કેટલી સાચી વાત! સત્યનો કોઇ વિકલ્પ નથી. બાળકો સાથે કે બાળકોની સામે 'અસત્ય' કે જુઠ્ઠાણું બોલવું એટલે આડકતરી રીતે તેમને અસત્ય બોલવા માટે પ્રેરણા આપવી

બાળકોના મનમાં આપણા શબ્દોનું વજન અને અધિકૃતતા જેટલી વધારે, એટલી એમની વિશ્વસનીયતા વધારે. જો બાળકને આપણામાં એવો કૉન્ફિડન્સ હોય કે મારા પપ્પા ક્યારેય ખોટું બોલે જ નહીં' તો એ કૉન્ફિડન્સ જાળવી. રાખવો, એ આપણી જવાબદારી છે.

એ સાથે એ વાત પણ એટલી જ જરૂરી છે કે આપણે બાળકો પર જૂઠ્ઠા હોવાનો આરોપ ન મૂકીએ.

'તું ખોટું બોલે છે.' આ એક જ વાક્ય બાળકના સ્વમાન, આત્મ-વિશ્વાસ અને આપણી સાથેના કનેક્શનમાં એક બહુ મોટું ગાબડું પાડી દે છે. 'તું ખોટું બોલે છે.' એ સૌથી બકવાસ અને વાહિયાત વિધાન છે, જે ક્યારેય કોઇ વાલીએ એના બાળકને ન કહેવું જોઇએ.

એના કારણોઃ સૌથી પહેલું તો 'ખોટું બોલવું' કોને કહેવાય? એ બાળકોને તો ખબર જ નથી હોતી. તેઓ તો ફક્ત 'સત્ય'ને જ જાણે છે. તેઓ એ જ કહેવા ટેવાયેલા હોય છે, જે તેમણે જોયું, જાણ્યું કે સાંભળ્યું હોય છે. એ સિવાયનું પણ કોઇ વર્ઝન હોય શકે, એ તો બાળકો જાણતા જ નથી.

'ખોટું બોલવું' કોને કહેવાય? એ બાળકને આપણે શીખવાડીએ છીએ. એમના જીવનમાં જુઠ્ઠાણું આપણે ઇન્ટ્રોડ્યુસ કરીએ છીએ. એમને તો એ વિશે જાણ જ નથી હોતી.

બીજું, 'તું ખોટું બોલે છે.' એ એક પ્રકારનું જજમૅન્ટ છે. આપણે બાળકને પૂછતા નથી અથવા પૂછીએ છીએ તો બાળકમાં આપણને વિશ્વાસ નથી. એટલે આપણી માન્યતા આપણે બાળક પર થોપી બેસાડીએ છીએ.

જ્યાં સુધી બાળકોને લઇને આપણે જજમૅન્ટલ થયા કરશું, ત્યાં સુધી ન તો આપણને બાળકો પર વિશ્વાસ આવશે, ન તો એમને આપણા પર.

ત્રીજું, 'તું ખોટું બોલે છે.' એક પ્રકારનો આરોપ છે. આપણે બાળકની વિરુદ્ધ એક એવો ગુનો નોંધાવીએ છીએ, જે ગુનો કરવાની પદ્ધતિ આપણે જ એમને શીખવી છે.

ચોથું, 'તું ખોટું બોલે છે' એટલે એમ કે 'હું સાચું કહું છું.' જ્યાં સુધી આપણા બાળક સાથે આપણે 'કોણ સાચું કે કોણ ખોટું'ની રમત છોડીને, 'શું સાચું કે શું ખોટું'ની ચર્ચા નહીં કરીએ ત્યાં સુધી અંતર વધતું જશે.

કોણ સાચું છે કે ખોટું છે? એ મહત્ત્વનું જ નથી. શું સાચું છે? એ વધારે મહત્ત્વનું છે.

પાંચમું, 'તું ખોટું બોલે છે.' એક પ્રકારની નૅગેટિવ કમેન્ટ છે. નકારાત્મક ટિપ્પણી બાળકોને સૌથી વધારે ઈજા કરે છે.

છઠ્ઠું અને સૌથી મહત્ત્વનું એ કે 'તું ખોટું બોલે છે'નો અર્થ એમ થાય કે તું જે કાંઇ પણ કહી રહ્યો છે. એમાં મને વિશ્વાસ નથી. ન તો તારા કથનમાં, ન તો તારા કર્મમાં."

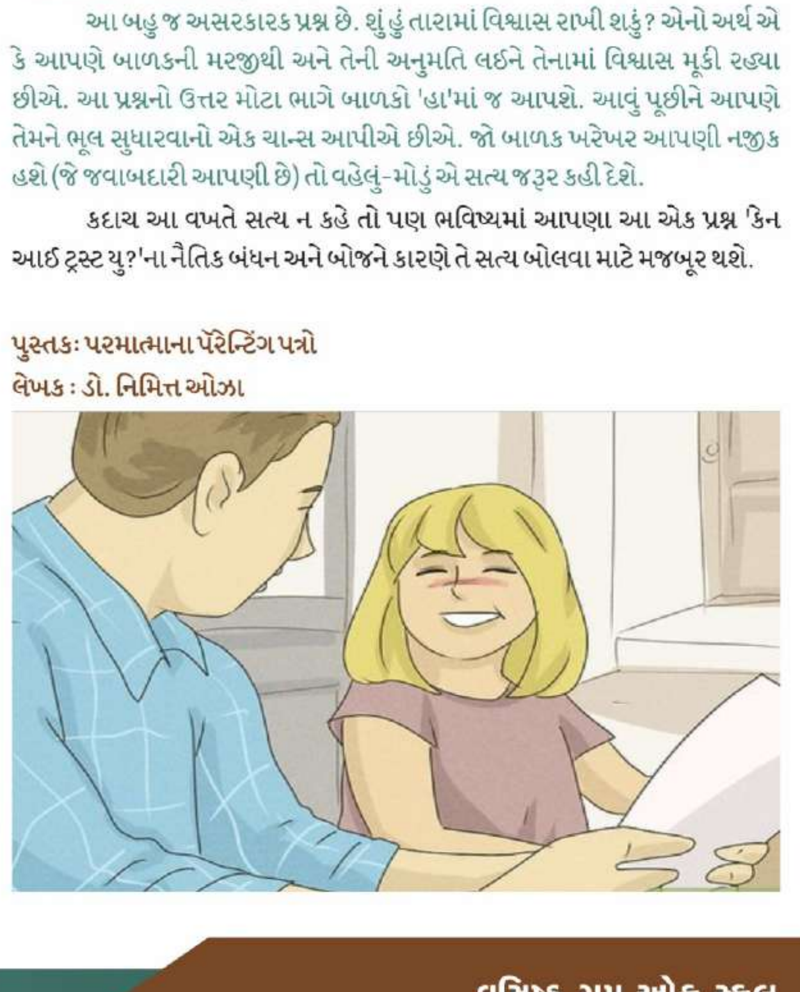
અવિશ્વાસનો આનાથી મોટો પુરાવો બીજો કયો હોય શકે? અને જો વારંવાર આપણા બાળકને આપણે 'તું ખોટો છે' કે 'તું ખોટી છે' એવું કહ્યા કરીએ, તો એમની અંદર આત્મવિશ્વાસ ઊગવાના કે વિશ્વસનીયતા પ્રાપ્ત કરવાના ચાન્સીસ એટલા જ છે જેટલા ભારતની વિરુદ્ધ વર્લ્ડકપની મેચમાં પાકિસ્તાનની ટીમના જીતવાના !

કદાચ આપણને ખાતરી હોય કે આપણું બાળક આપણાથી સત્ય છુપાવે છે અથવા 'અસત્ય' બોલે છે તો પણ 'તું ખોટું બોલે છે' એવું ન કહેતા શું આપણે એવું ન પૂછી શકીએ કે કેન આઇ ટ્રસ્ટ યુ?"

આ બહુ જ અસરકારક પ્રશ્ન છે. શું હું તારામાં વિશ્વાસ રાખી શકું? એનો અર્થ એ કે આપણે બાળકની મરજીથી અને તેની અનુમતિ લઇને તેનામાં વિશ્વાસ મૂકી રહ્યા છીએ. આ પ્રશ્નનો ઉત્તર મોટા ભાગે બાળકો 'હા'માં જ આપશે. આવું પૂછીને આપણે તેમને ભૂલ સુધારવાનો એક ચાન્સ આપીએ છીએ. જો બાળક ખરેખર આપણી નજીક હશે (જે જવાબદારી આપણી છે) તો વહેલું-મોડું એ સત્ય જરૂર કહી દેશે.

કદાચ આ વખતે સત્ય ન કહે તો પણ ભવિષ્યમાં આપણા આ એક પ્રશ્ન 'કેન આઈ ટ્રસ્ટ યુ?'ના નૈતિક બંધન અને બોજને કારણે તે સત્ય બોલવા માટે મજબૂર થશે.

પુસ્તકઃ પરમાત્માના પૅરેન્ટિંગ પત્રો
લેખક : ડો. નિમિત્ત ઓઝા



શબ્દોમાં વિશ્વાસ

બાળપણમાં બાળકોને માતા-પિતા પર સંપૂર્ણ ભરોસો હોય છે. પણ જેમ જેમ તેઓ મોટાં થાય છે તેમ તેમ તેમનો માતા-પિતા પ્રત્યેનો વિશ્વાસ ઓછો થતો જાય છે.

એક નાનું બાળક થોડી ઊંચાઈ પર ઊભું હતું. તેના પપ્પા નીચે ઊભા હતા. ઊંચેથી પેલું બાળક પપ્પાને બોલાવીને પૂછે છે, 'હું કૂદકો મારું?'
'લગાવ કૂદકો, હું તને પકડી લઈશ.' પપ્પા આ બોલ્યા નથી ત્યાં તો બાળકે ઝંપલાવી દીધું, અને પપ્પાએ તેને પકડી પણ લીધો, પણ તેના મનમાં પ્રશ્ન થયો. 'આટલી ઝડપથી વિચાર્યા વગર બેટાએ કૂદકો કેમ માર્યો હશે? કદાચ એનો એ વિશ્વાસ કે પપ્પા મને પડવા નહીં દે!

પણ એ જ બાળક પંદરેક વર્ષનું થયું ત્યારે એવી જ પરિસ્થિતિ ઊભી થઈ. - દીકરો ઊંચાઈ પર અને બાપ નીચે. પિતાએ તેને પડકાર આપીને કૂદવાનું કહ્યું. પણ આ વખતે એ બાળક વિચાર કરીને ઊભું રહી ગયું. કારણ એને વિશ્વાસ નહોતો કે પપ્પા એને પકડી લેશે કે નહીં! આ અવિશ્વાસનું કારણ શું? જે રીતે નાની નાની વાત કે બાબતમાંથી વિશ્વાસ વધે છે તેમ તે ઓછો પણ થાય છે. એ બાળકના મનમાં એવી કોઈ વાત આવી હશે. જેથી એણે કૂદવાનું સાહસ કર્યું નહીં.

મા-બાપ બાળકોમાં આવો વિશ્વાસ જગાડી શકે તો એ બાળક ક્યાં પહોંચી શકે એનું ઉત્કૃષ્ટ ઉદાહરણ ઉદ્યોગપતિ 'બાહેતી'નું છે. એકવાર તેમનું સન્માન કરવા માટે તેમના કારખાનાના કર્મચારીઓએ એક ભવ્ય કાર્યક્રમનું આયોજન કર્યું હતું. તે વખતે કર્મચારીઓએ તેમને કહ્યું કે, 'સાહેબ, તમારામાં એટલો વિશ્વાસ છે કે અમે કંઈપણ કરી શકીએ એવી અમને પ્રેરણા મળે છે.

કર્મચારીઓએ કરેલી વાતના પ્રતિભાવરૂપે 'બાહેતી' સાહેબે પોતાના વક્તવ્યમાં પોતાની સફળતાનું રહસ્ય જણાવતાં કહ્યું, 'મારા નાનપણમાં મારાં માતા-પિતાની આર્થિક હાલત કંઈ બહુ સારી નહોતી. એ બંને જણાં ખેતમજૂર તરીકે કામ કરતાં હતાં. મારી મા તો સાવ અભણ હતી. પણ મારે માટે તે પ્રેરણાસ્ત્રોત હતી.

'અમારા ગામમાં સરકારી પ્રાથમિક શાળા હતી ત્યાં મેં પ્રાથમિક શિક્ષણ લીધું. હાઈસ્કૂલનું શિક્ષણ લેવા માટે તાલુકાની શાળામાં જવું પડે તેમ હતું. એ જગ્યા ગામથી દૂર હતી. આગળ ભણવું હોય તો ત્યાં ઍડમિશન લેવું જરૂરી હતું... પણ ઘરના બધા સભ્યો એવું ઇચ્છતાં હતાં કે હું પણ ખેતરમાં કામ કરું. એક મા જ હતી જે મને આગળ ભણાવવા ઉત્સુક હતી. એની આંખોમાં મારે માટેનો વિશ્વાસ હું જોઇ શકતો હતો. એના બળ ઉપર જ મેં હાઇસ્કૂલનું શિક્ષણ પૂરું કરી જિલ્લાના શહેરમાં કૉલેજનું શિક્ષણ લીધું. મેં વિજ્ઞાનના વિષયમાં ગ્રૅજ્યુએશન કર્યું એ દરેક વખતે ઘરનાં બીજા સભ્યો એટલા તૈયાર નહોતાં. પણ એક મા હતી જે મને આગળ વધેલો જોવા માટે તલસતી હતી.

જ્યારે જ્યારે હું સંકટમાં મૂકાયો છું. ત્યારે મારી માતાના વિશ્વાસથી હું આગળ વધ્યો છું. આજે પણ કોઇ વાર જ્યારે વિમાસણની પરિસ્થિતિ ઊભી થાય છે તો માને યાદ કરીને હું નિર્ણય લઉં છું. મારામાં જે આત્મવિશ્વાસ છે તે મારી માને લીધે છે.

મારી સફળતાનું રહસ્ય આ છે.

'બાહેતી' સાહેબની વાત સાંભળીને કાર્યક્રમમાં ઉપસ્થિત તમામ શ્રોતાઓ ભાવુક બની ગયા.

માતા-પિતાનો બાળક પ્રત્યેનો વિશ્વાસ કે અમારું બાળક સફળ થશે જ, એ તેને દરેક કાર્ય આત્મવિશ્વાસથી કરવાનું બળ આપે છે. દરેક બાળકમાં કોઇ ને કોઇ ક્ષમતા તો હોય જ. એ ક્ષમતાને પ્રમાણીને બાળકને ભવિષ્ય માટે માર્ગદર્શન કરવું હિતાવહ છે. મારી માતાના એ પ્રેમ અને વિશ્વાસને લીધે જ હું આજે આ પદ પર પહોંચ્યો છું. માતાપિતાનાં કાર્યોના યોગદાનથી જ બાળકોને સફળતા મળે છે.

આચાર-વિચારમાં વિશ્વાસઃ

શબ્દો અને કાર્યો ઉપરાંત માતાપિતાને બાળકોમાં પૂરેપૂરો વિશ્વાસ હોવો જોઇએ. વળી એ વિશ્વાસ બોલીને બતાવવાની જરૂર નથી. ચહેરાના હાવ—ભાવ તથા અન્ય વ્યવહારથી એ વિશ્વાસ જગાડી શકાય છે. પોતાનાં બાળકો વધુ ને વધુ બાહોશ અને હોશિયાર બને તે માટે તેમનામાં આત્મવિશ્વાસ જાગવો જરૂરી છે. આ બધામાં બાળકોને મા-બાપનું હકારાત્મક વલણ દેખાય તો જરૂર તે પોતાના ક્ષેત્રમાં આગળ વધવા પ્રોત્સાહિત થાય છે.

પુસ્તકઃ ઉછેરની એ.બી.સી.ડી.
લેખકઃ મનોજ અંબિકે

VASISHTHA GROUP OF SCHOOL

શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ.
ગુજરાતી માધ્યમ / દ્વિભાષી માધ્યમ
નર્સરી થી ધો. ૧૨ સાયન્સ/કૉમર્સ
☎ 02621 255551/3 ✆ 91734 02809 / 91733 15555
VISIT US : vasishtha.net

વસિષ્ઠ જેનેસિસ સ્કૂલ, બાબેન.
ગુજરાતી માધ્યમ
૧ થી ધો. ૧૨ સાયન્સ/કૉમર્સ
☎ 02622 225542/43 ✆ 91576 44555
Visit us : vasishthagenesisschool.net