‘સન્નારી’ માટે મુખપૃષ્ઠ તસ્વીર, પ્રતિભાવ, સૂચનો વગેરે ઇ મેઇલ પર પણ મોકલી શકો છો

વાચકો, આપ તમારા પ્રતિભાવો, ‘સન્નારી’ અંગેનાં કોઇ સૂચનો, ‘સન્નારી’ને અનુરૂપ કોઇ પણ લખાણ અને મુખપૃષ્ઠ તસવીર નીચે આપેલા ઇમેઇલ એડ્રેસ પર પણ મોકલી શકો છો. આ ઉપરાંત તમે મોકલતા આવ્યા છો એમ પત્ર દ્વારા તો કંઇ પણ મોકલી જ શકો છો. તમારી સરળતા માટે આ વધારાની સુવિધા કરવામાં આવી છે.

■ વાચકોને ખાસ વિનંતી કે પોતાનું લખાણ ટૂંકાણમાં જ મોકલે. ઘણા વાચકોનું લખાણ લાંબુ હોવાથી પૂરતો ન્યાય આપી શકાતો નથી.

■ તમારી તસવીર ઊભી ફ્રેમમાં, બેકગ્રાઉન્ડ પ્લેઇન અને અવનવી અદામાં હોવી જરૂરી છે. આથી એકલાં નાના બાળકોના ફોટા મોકલશો નહીં.

■ તમારી તસવીરની ઇમેજ સાઇઝ ૮’’ x ૧૨’’ હાઇ રેઝોલ્યુશન ૩૦૦ DPIમાં મોકલશો જેથી એન્લાર્જ કરતી વખતે મુશ્કેલી ન પડે અને ફાઇલ સાઇઝ 10MB થી વધુ હોવી જોઇએ નહીં.

■ તમારા ફોટાગ્રાફ અને લખાણ સાથે તમારું નામ, સરનામું, કોન્ટેક્ટ નંબર લખવાનું ભૂલશો નહિ.

-સંપાદક

Email: sannari@gujaratmitra.in

સપ્તાહની તસવીર

‘સન્નારી’ના મુખપૃષ્ઠ પર પ્રકાશિત થયેલી તસવીર ડૉ. પૂર્વી લક્ષ્મણ પટેલની છે એ ગાયનેકોલોજિસ્ટ છે, પૂર્વીને ટ્રાવેલિંગ, ડાન્સીંગ, શોપિંગ અને ક્રેટીવર્ક કરવાનો શોખ છે.

પ્રિય સન્નારી

શું તમારું બાળક હોસ્ટેલ રેડી છે?

કેમ છો? મજામાં ને?

મિત્રો, ધોરણ ૧૨ પાસ કર્યા પછી દરેક માતાપિતા અને વિદ્યાર્થીઓ કઈ કોલેજમાં, ક્યા ફિલ્ડમાં એડમિશન લેવું તેની મૂંઝવણમાં હોય છે. ઘણાંએ તો પહેલેથી જ નક્કી કરી રાખ્યું હોય છે કે તેમણે તો આગળ અભ્યાસ માટે વિદેશ જવું છે તો કેટલાકને પોતાના શહેરથી દૂર ભારતના કોઈ અન્ય શહેરમાં ભણવા માટે હોસ્ટેલમાં રહેવા જવું પડે છે. આમ, એવા ઘણા વિદ્યાર્થીઓ છે કે જેમણે અભ્યાસ માટે ઘરથી દૂર જવું પડે છે. તો આવા સમયે આપણે બાળકોને કઈ રીતે તૈયાર કરવા જોઈએ કે જેથી તેઓ માતાપિતાની મદદ કે માર્ગદર્શન વગર, ઘરથી દૂર એકલા રહીને પોતાના આગળના અભ્યાસની સફર સરળતાથી પૂર્ણ કરી શકે.

દરેક માતાપિતા એવું જ ઈચ્છે છે કે તેમનાં બાળકોને કોઈ તકલીફ પડવી ન જોઈએ પરંતુ વ્યવહારુ દ્રષ્ટિએ આ વાત શક્ય નથી. ક્યારેક તો તેમને જીવનની વાસ્તવિકતા સાથે આંખ મેળવવી જ પડશે. સતત માતાપિતાના માર્ગદર્શન હેઠળ જીવેલું બાળક જ્યારે હોસ્ટેલમાં જાય કે વિદેશ જાય ત્યારે આત્મવિશ્વાસથી પરિસ્થિતિનો સામનો કરી શકતું નથી. નાનાં નાનાં કામ કરવામાં પણ મુશ્કેલી અનુભવે છે. માતાપિતા વગર એકલા રહેતા ગભરાય છે. આવી પરિસ્થિતિ ન ઊભી થાય તેની કાળજી રાખવાનું કામ માતાપિતાનું છે. તે માટે બાળકોને તેમનાં નાનાંમોટાં કામ જાતે કરવાની આદત પાડવાની જવાબદારી માતાપિતાની છે. શરૂઆતથી જ જો બાળકોને ઘરનાં કામ કરતા શીખવવામાં આવ્યાં હોય તો જ્યારે તેઓ બહાર ભણવા જાય ત્યારે તેમને એટલી મુશ્કેલી પડતી નથી. જે રાજાશાહી બાળકોએ ઘરમાં ભોગવી હોય, તેવી સુખસુવિધા તેને ઘરની બહાર મળવાની નથી. ત્યાં દરેક કામ તેણે જાતે જ અને સંપૂર્ણ રીતે પોતાની જવાબદારી પર કરવાનાં હોય છે. આ વાતની સમજ બાળકોને આપણે એક માતાપિતા તરીકે પહેલેથી જ આપવી જોઈએ. ઘરથી દૂર એકલા રહેવા માટે તેમને માનસિક રીતે તૈયાર કરવા ઉપરાંત, ઘરનાં નાનાંમોટાં કામ જેવાં કે, પોતાનાં વાસણ જાતે ધોવાં, પથારી કેવી રીતે કરવી અને કેવી રીતે તેને ઘડી વાળીને મૂકવી, પોતાનાં આંતરવસ્ત્રો અને કપડાં ધોવાં અને તેમને ઘડી વાળીને મૂકવા, કેવી રીતે પોતાનો સામાન વ્યવસ્થિત રીતે બેગમાં કે પોતાના રૂમમાં મૂકવો, બાથરૂમનો ઉપયોગ કર્યા પછી અન્ય વ્યક્તિઓ માટે તેને સ્વચ્છ રાખવો - આ દરેક કામની તાલીમ આપવી જરૂરી બની જાય છે. આમાંનાં મોટાભાગનાં કામ બાળકોને ઘરમાં કરવાં પડતાં નથી કારણ કે ઘરમાં તેમને આ બધાં કાર્યો માટે મદદ મળી જાય છે પરંતુ હોસ્ટેલમાં કે વિદેશમાં રહેતાં બાળકોને આવી મદદ મળતી નથી માટે આ દરેક કામ જાતે કરવાની આદત તેમને અગાઉથી જ પડવી જોઈએ. આ સિવાય, બાળકોને સરળ રસોઈ કરતા પણ શીખવવું જોઈએ. ભારતનાં કોઈ પણ શહેરની હોસ્ટેલમાં રહેતાં હોય તો આસપાસ કંઈ ને કંઈ ભોજનની વ્યવસ્થા થઈ જાય છે છતાં, ક્યારેક તબિયત ખરાબ હોય ત્યારે ઘરનું ભોજન લેવું હિતાવહ રહે છે. આવા સમયે રસોઈ કરતા આવડતું હોય તો તે ઉપયોગી નીવડે છે. વળી, વિદેશમાં તો ઘર જેવું ભોજન મળવું અશક્ય જ છે. દરરોજ બહાર જમવું કે ત્યાંનું ફાસ્ટ ફૂડ ખાવું આર્થિક દ્રષ્ટિએ અને તંદુરસ્તીની દષ્ટિએ પણ હિતાવહ નથી. ત્યારે સામાન્ય દાળભાત કે ખીચડી કે પુલાવ બનાવતાં જો તેમને આવડતું હોય તો તે ઘણું કામ લાગે છે. તેમાંય જેઓ શાકાહારી હોવાના આગ્રહી હોય તેમના માટે તો રસોઈ શીખવી અનિવાર્ય બની જાય છે.

બાળકોને એક વાત ચોક્કસ સમજાવવી જોઈએ કે સ્વતંત્રતા હંમેશાં જવાબદારી સાથે લઈને આવે છે. ઘરથી દૂર હોવાનો મતલબ સ્વતંત્ર જીવન નથી પરંતુ પોતાની જવાબદારી સંપૂર્ણ રીતે લેવાનો છે, આત્મનિર્ભર બનવાનો છે

ઘરકામ સિવાય, પોતાની કીમતી ચીજવસ્તુઓ જેવી કે મોબાઈલ, પર્સ કે વોલેટ, પાસપોર્ટ, લેપટોપ, મહત્ત્વના ડોક્યુમેન્ટ વગેરેને સંભાળીને કેવી રીતે રાખવાં તેની સમજ બાળકોને આપવી જોઈએ. ઘરની બહારની દુનિયામાં બધા જ સારા માણસો હોતા નથી કે બધા જ ખરાબ હોતા નથી. એટલે કોના પર કેટલો ભરોસો કરવો, પોતાની મૂલ્યવાન વસ્તુઓની સંભાળ કેવી રીતે રાખવાની સમજણ બાળકોને આપવી જોઈએ. માતાપિતા પોતાના જીવનની પૂંજી બાળકોના ભણતર પાછળ ખર્ચતાં હોય છે. તે પૈસાની કીંમત તેમને સમજાવવી જરૂરી છે. બહારગામ ભણતાં છોકરાંઓને ઘરેથી જે કંઈ પૈસા મળે તેનો ખર્ચ સમજીવિચારીને કરતા શીખવવું જોઈએ કારણ કે ત્યાં તેમની પાસે માતાપિતા નથી હોતાં કે જેઓ તેમને ક્યાં ખર્ચ કરવો અને ક્યાં ન કરવો તેની સમજણ આપી શકે. ત્યાં તેમણે મની મેનેજમેન્ટને લગતા નાનામોટા નિર્ણયો જાતે લેવાના હોય છે.

મિત્રો, કેટલાક છોકરાઓ એવું વિચારતા હોય છે કે ઘરથી દૂર અભ્યાસ માટે જવું કે હોસ્ટેલમાં રહેવું એટલે સંપૂર્ણ સ્વતંત્રતા. કોઈની રોકટોક નહિ કે કોઈ સવાલ કરવાવાળું નહિ. પોતાની મરજી પ્રમાણે જિંદગી જીવવાની જાણે છૂટ મળી ગઈ! પરંતુ ખરેખર તો આ એવો સમય હોય છે જેમાં તેઓ કેટલા જવાબદાર છે તે તેમણે સાબિત કરવાનું હોય છે. કેટલાંક છોકરાંઓ હોસ્ટેલમાં કે કોલેજમાં અમુક મિત્રોની દેખાદેખીમાં કે ‘પીઅર પ્રેશર’ માં આવીને સ્મોકિંગ કરતાં કે આલ્કોહોલ કે ડ્રગ લેતાં થઈ જાય છે અને અંતે ખરાબ સોબત અને આદતો તેમનું ભવિષ્ય અંધકારમય બનાવે છે. સારા અને ખરાબ મિત્રોની પરખ કરવાની વિવેકબુદ્ધિ બાળકોને આપવી એ આજના સમયની તાતી જરૂરિયાત છે. ક્યારેક એવું પણ બને કે બાળકો ખરાબ સંગતમાં ન હોય પરંતુ સાથી મિત્રોને જો કોઈ ખોટી આદતો હોય કે જેનાથી તેમની સલામતી જોખમાતી હોય અથવા કોઈ અજાણી વ્યક્તિ તેમની સાથે અભદ્ર વર્તન કરે તો ત્યારે તેમણે શું કરવું જોઈએ તેની સમજણ અને તાલીમ બાળકોને આપવી અનિવાર્ય છે. તેઓ પોતાની પાસે નાનકડો ચાકુ કે પેપર સ્પ્રે જેવા આત્મસલામતી માટેનાં સાધનો રાખી શકે છે. તેઓ કોલેજના વિશ્વાસુ પ્રોફેસર કે હોસ્ટેલના ઇન્ચાર્જ વોર્ડનની મદદ પણ લઈ શકે છે. વળી, ક્યારેક સીનિયર દ્વારા હળવું રેગીંગ થવાની શક્યતા પણ હોય છે. જ્યાં સુધી તે હેલ્ધી અને ફ્રેન્ડલી હોય ત્યાં સુધી તેને શાંતિથી અને ધીરજથી હેન્ડલ કઈ રીતે કરવું અને જો તે રેગીંગ વધુ પડતું આક્રમક કે અયોગ્ય માંગણી કરતું હોય ત્યારે શું કરવું તે દરેક બાબતોની ચર્ચા બાળકો સાથે માતાપિતાએ કરવી જોઈએ.

માતાપિતાએ ઘરથી દૂર અભ્યાસ માટે જતાં છોકરાઓને માનસિક અને શારીરિક રીતે મજબૂત કરવા જરૂરી છે કારણ કે ક્યારેક બાળકો ઘરથી દૂર હોવાને કારણે ‘હોમ સીકનેસ’ અથવા ‘લો’ ફીલ કરે છે ત્યારે તેમના સંપર્કમાં રહેવું, તેમને સતત પ્રોત્સાહન આપતા રહેવું જોઈએ. જરૂર પડે તો કાઉન્સેલરની મદદ લેતા પણ અચકાવું જોઈએ નહિ. ઘરથી દૂર અન્ય શહેરમાં કે વિદેશમાં એકલા રહેવું સહેલું નથી એટલે, જેતે દેશ કે શહેરની ભાષા વિષે થોડા માહિતગાર કરવા જોઈએ જેનાથી તેમનાં નાનાંમોટાં કામ સરળ થઈ જાય અને બહારની દુનિયા સાથે સહેલાઈથી તેઓ ભળી શકે. અંતે, બાળકોને એક વાત ચોક્કસ સમજાવવી જોઈએ કે સ્વતંત્રતા હંમેશાં જવાબદારી સાથે લઈને આવે છે. ઘરથી દૂર હોવાનો મતલબ સ્વતંત્ર જીવન નથી પરંતુ પોતાની જવાબદારી સંપૂર્ણ રીતે લેવાનો છે, આત્મનિર્ભર બનવાનો છે. આમ, બાળકોને ભવિષ્ય માટે તૈયાર કરવા માટે અગાઉથી જ એ પ્રકારની તાલીમ આપવી જોઈએ પરંતુ જો આવી તાલીમ અગાઉથી આપી ન હોય તો તેઓ જાય તે પહેલાં તો અમુક ખાસ બાબતો તેમને શીખવવી, સમજાવવી અને ટ્રેનિંગ આપવી જરૂરી છે. નહીંતર, બાળકોને રાજાશાહીની એટલી બધી આદત પડી જાય છે કે તેઓ જાતે કામ કરવાનું આવે ત્યારે તેવી પરિસ્થિતિમાં ટકી શકતા નથી અને ક્યારેક તો અભ્યાસ અધૂરો છોડીને પાછાં આવી જાય છે માટે જો તમે પણ બાળકોને હોસ્ટેલમાં કે વિદેશમાં અભ્યાસ માટે મોકલવા વિચારતાં હો તો તેની તૈયારી અને તાલીમ અત્યારથી જ શરૂ કરી દો અને હા, આ બાબતમાં તમે શું વિચારો છો તે ચોક્કસ જણાવજો. ચાલો આવજો...

- સંપાદક