



“એક પગલું
પ્રગતિશીલ
પેરન્ટીંગ તરફ...”

પેરન્ટોનીજ

જમજો સૌ મિત્રો...!!

આજ મેં તો સાંભળી છે એક નવી વાત,
જમજો સૌ મિત્રો, ધોઈ સાબુથી હાથ!!

એકવાર ભાઈ! મેં તો હાથ નહોતા ધોયા,
ને ખાધી'તી ચાર મુઠ્ઠી સેવ,
મમ્મી પપ્પાએ પણ કાંઈ કહ્યું નહોતું ને
એવી જ પડી તી' મને ટેવ,
પછી ઊલટી થઈ એક, ઝાડા સાત...!!
જમજો સૌ મિત્રો ધોઈ સાબુથી હાથ!

મરડો પણ થાય અને ટાઈફોઈડ પણ થાય,
કદી ખાઈએ જો ધોયા વિના હાથ,
પેટમાં પણ દુઃખે, ને જીવડા પણ થાય,
અને કરડે એ આખી આખી રાત!
ચાલો મારીએ હવેથી એક ગાંઠ...!!
જમજો સૌ મિત્રો ધોઈ સાબુથી હાથ!

— ડૉ. આઈ.કે.વિજનીવાળા



વિશ્વની સાત અજાયબીઓ

સાતમાં ધોરણનો ભૂગોળનો ક્લાસ ચાલતો હતો. શિક્ષકે દુનિયાની સાત અજાયબીઓની નોંધ કરવાની વિદ્યાર્થીઓને કહ્યું માંડ માંડ કરીને દરેક વિદ્યાર્થીએ નીચે મુજબ સાત અજાયબીઓ લખી :

- 1) The Colosseum (ધ કોલેસીયમ, ઈટાલી)
- 2) Machu Picchu (માચુ પિચ્યુ, પેરુ)
- 3) Petra (પેટ્રા, જોર્ડન)
- 4) Taj Mahal (તાજ મહેલ, ભારત)
- 5) Christ the Redeemer Statue (ક્રિસ્ટ ધ રિડીમર સ્ટેચ્યુ, બ્રાઝીલ)
- 6) Great wall of China (ગ્રેટ વોલ ઓફ ચાઈના, ચાઈના)
- 7) Chichen Itza (ચિચેન ઈટ્ઝા, મેક્સિકો)

શિક્ષકે બધાના કાગળ તપાસ્યા. એમના ધ્યાનમાં આવ્યું કે એક છોકરી સાવ શાંત બેઠી હતી. કંઈક મુંઝાયેલી પણ લાગતી હતી. ઉપરાંત એણે પોતાનો કાગળ પણ શિક્ષકને બતાવ્યો નહોતો.

‘કેમ બેટા! કંઈ તકલીફ છે? યાદ નથી આવતું?’ શિક્ષકે પૂછ્યું.

‘નહીં સર! એવું નથી પણ મેં સાત અજાયબીઓ લખી છે એ તો બહુ ઓછી કહેવાય. એવું મને લાગે છે.

શિક્ષકને નવાઈ લાગી. સાત અજાયબીઓ ભેગી કરવામાં પણ બધાને લોચા પડતાં હતાં, ત્યાં આ છોકરી તો ઘણીબધી અજાયબીઓની વાત કરે છે! ‘ચાલ બોલ જોઈ, તેં કઈ સાત અજાયબીઓ લખી છે?’ શિક્ષકે કહ્યું.

પેલી બાળકી થોડીક ખચકાઈ, પછી પોતાના કાગળ સામે જોઈ બોલી...

મારા માનવા મુજબ વિશ્વની સાત અજાયબીઓ છે :

- | | |
|---------------------------|-----------------|
| ૧. સ્પર્શવું | ૨. સ્વાદ પારખવો |
| ૩. જોઈ શકવું | ૪. સાંભળી શકવું |
| ૫. દોડી શકવું, કૂદી શકવું | ૬. હસવું |
| ૭. ચાહવું, પ્રેમ કરવો | |

શિક્ષક સ્તબ્ધ બની ગયા. ક્લાસમાં પણ શાંતિ છવાઈ ગઈ. એમને થયું કે ભલે ભૂગોળની દ્રષ્ટિએ આ ખોટું હોય પણ છોકરી જરા પણ ખોટી નથી...

આપણે કેટલી બધી આસાનીથી માણસે બનાવેલી નશ્વર વસ્તુઓને અજાયબીઓ ગણી લઈએ છીએ અને ભગવાનની બનાવેલી અદ્ભુત રચનાઓને સામાન્ય ગણતા હોઈએ છીએ!

પ્રભુ આપણને સાચી અજાયબીઓ ઓળખવાની શક્તિ આપે.

— ડૉ. આઈ.કે.વિજનીવાળા

પેન્સિલના સંશોધકે પેન્સિલને તેના પેકેટમાં બંધ કરતા પહેલા કહ્યું કે ‘તને દુનિયામાં લખવાના કામ માટે મોકલું તે પહેલા તને પાંચ શીખ આપવી છે. જો આ પાંચેય શીખનું તું પાલન કરીશ તો તું દુનિયાની સર્વશ્રેષ્ઠ પેન્સિલ બનીશ.’

આ પાંચ શીખનું પાલન કરનાર વિદ્યાર્થી પણ પોતાના જીવનને સર્વશ્રેષ્ઠ બનાવશે. પેન્સિલની જગ્યાએ તમે પોતાને મૂકીને વિચારી જુઓ. તમારું જીવન આ ઘડીથી જ બદલાઈ જશે.

શીખ ૧ :-

તું કોઈ પણ કામ કરે ત્યારે તેની છાપ તું તારી પાછળ છોડીને જઈશ. દરેક કામ વખતે સાવચેતી જરૂરી છે.

પેન્સિલ જ્યારે લખવાનું કામ કરે છે ત્યારે તે પોતાની છાપ છોડે છે. તે જ રીતે તમારું વર્તન અને કાર્ય પણ અન્ય વ્યક્તિઓની સામે તમારી છાપ છોડે છે. હોમવર્ક બાકી રાખવાથી શિક્ષક સામે ખરાબ છાપ પડે છે અને ગુસ્સાવાળા વર્તનથી મમ્મી-પપ્પા સામે ખરાબ છાપ પડે છે.

આથી પેન્સિલની પહેલી શીખ આ છે: “ કોઈ પણ કામ કરતી વખતે વિચારી જુઓ, ‘દુનિયામાં મારી છાપ સારી પડશે કે ખરાબ?’ ત્યારપછી જ કોઈ પણ કામ કરજો.”

શીખ ૨ :-

જો તારાથી કોઈ ભૂલ થાય તો તેને સુધારી શકાય છે, પણ તને સુધારવાની કાળજી તારે રાખવી પડશે.

પેન્સિલથી લખતાં કોઈ ભૂલ થાય તો તેને રબરથી ભૂંસી નાખીએ છીએ, આ જ રીતે જીવનમાં થતી ભૂલને ભૂંસવા અને પછી તે ભૂલને સુધારવાની કાળજી રાખવી પડશે.

ભૂલ દરેકથી થાય છે. ભૂલ કરવી એ ગુનો નથી, પણ ભૂલ સુધારવી નહીં તે ગુનો છે. તમને કોઈ વખત ગુસ્સો આવી પણ જાય, પરંતુ પોતાની ભૂલનો ખ્યાલ આવે કે તરત જ મમ્મીને “Sorry હવેથી ગુસ્સો નહીં કરું!” કથનનું રબર લગાવી તમારી ભૂલને સુધારી લેવી.

શીખ ૩ :-

થોડાં થોડાં સમયે તને છોલવામાં આવશે. તને ઘણી પીડા થશે, પરંતુ તે પીડા ભોગવવાથી જ તારી ગુણવત્તા બહાર આવશે. તે પીડાને અંતે તું વધુ સારું કામ કરી શકીશ.

પેન્સિલને છોલતી વખતે, તેને પીડા થાય તો શું તેનું નસીબ ખરાબ ગણાય? તે જ રીતે તમારા જીવનમાં કોઈ દુઃખ આવે, તમારાથી ગમતું કામ ન થાય, ત્યારે ‘મારું તો નસીબ જ ખરાબ છે!’ એમ વિચારવું તે યોગ્ય કહેવાય ખરું?

તમને જોઈતી વસ્તુ ઘરમાંથી ન મળે, પરીક્ષામાં ધાર્યા પ્રમાણેના માર્ક્સ ન આવે ત્યારે હતાશ થવાની જરૂર નથી. આ પરિસ્થિતિ સૂચવે છે કે તમારે તે કામ હજુ વધુ સારી રીતે કરવાની જરૂર છે.

શીખ ૪ :-

તું બહાર કેવી દેખાય છે તેના કરતાં તું અંદર કેવી છે તે વધુ અગત્યનું છે.

પેન્સિલ બહારથી ગમે તેટલી સુંદર હોય, તેના ઉપર ગમે તેટલી સારી ડિઝાઈન હોય પણ તેની અણી સારી ન હોય, વારંવાર તૂટી જતી હોય, તો આવી પેન્સિલનો ઉપયોગ તમે કરશો ખરાં?

તે જ રીતે બહારથી સારાં કપડાં, સારો મોબાઈલ, સારા શૂઝ બધું જ હોય પણ ખોટું બોલીને, હોમવર્કમાં કામચોરી કરીને, ગુસ્સામાં અપશબ્દો બોલીને તમારા ચારિત્ર્યની અણી વારંવાર તૂટી જતી હોય, તો દુનિયા તમારા જેવી વ્યક્તિ પર વિશ્વાસ મૂકશે ખરી?

શીખ ૫ :-

તારે સારાં કામ કરવાં હશે તો પોતાની જાતને વિશ્વાસથી કોઈના હાથમાં મૂકવી પડશે.

સારામાં સારી અને મોંઘામાં મોંઘી પેન્સિલ પણ જો કોઈના હાથમાં સોંપવામાં ન આવે, તો તે જાને કશું લખી શકતી નથી.

તે જ રીતે આપણે સારાં કામ કરવા હોય, સારું નામ જોઈતું હોય કે સારા પૈસા કમાવવા હોય, તો આપણે પણ કોઈ વિશ્વાસુ વ્યક્તિના માર્ગદર્શન સાથે કામ કરવું જોઈએ. સચિન તેંડુલકર એક સારો ક્રિકેટર છે પણ તેના પણ એક કોચ છે, જે તેને ‘શું કરવું અને શું ન કરવું’ તેનું માર્ગદર્શન આપે છે. દુનિયાની કોઈ પણ સફળ વ્યક્તિ સાથે તેને માર્ગદર્શન પૂરું પાડનાર કોચ હોય જ છે.

આ માટે તમારાં કોઈ કાકા કાકી, શિક્ષક શિક્ષિકા, માતા પિતા અથવા મોટા ભાઈ બહેનની પસંદગી કરી શકો, જેની સાથે તમારે સારી ફેન્ડશિપ હોય, જેને તમે દિલની બધી જ વાત કરી શકો અને સો ટકા વિશ્વાસ મૂકી શકો. તમારે કેવી રીતે શું ભણવું, કઈ લાઈનમાં આગળ વધવું, કેવી રીતે વધવું વગરે માર્ગદર્શન મેળવો. પછી જુઓ દસ વર્ષની ધારેલી સફળતા તમે આવનાર પાંચ સાત વર્ષોમાં મેળવશો.



વારસાગત અને સ્વભાવગત ઘણી ક્ષમતાઓ બાળકમાં વિકસેલી જોવામાં આવે છે તેમ છતાં બાળકને મળતાં વાતાવરણ અને ઉછેર ઉપર ઘણો આધાર રાખે છે અને તેના દ્વારા તેમાં વૃદ્ધિ કરી શકાય છે. સ્ફૂર્તિ, સજાગતા અને શારીરિક વિકાસ સ્વસ્થ હોય તો સ્વાભાવિક રીતે બાળકમાં અનેક ક્ષમતાઓ જોવા મળતી હોય છે. અહીં સાત ક્ષમતાઓ આપી છે અને બાળકોમાં તેને વિકસાવવા શું કરવું જોઈએ તેનું માર્ગદર્શન પણ આપ્યું છે.

૧. સજાગતા

સજાગતાનો અર્થ તરત જ ધ્યાન ખેંચાય. ઉદા. કોઈ નવા પક્ષીનો અવાજ, જાનવરોની ઝીણીઝીણી ખાસિયતો, પક્ષીઓમાં સમાનતા તેમ જ અલગતા, ખાવા પીવામાં સ્વાદ, સુગંધ અંગે ટિપ્પણી, ઘરમાં તેમ જ આસપાસના વાતાવરણમાં થતાં નાના મોટા ફેરફારો, પહેરવેશમાં નવીનતા, પસંદ, નાપસંદ, આમ, નાની મોટી ઘટનાઓ તરફ જ ધ્યાન ખેંચાવું તેને સજાગતા વિકસિત થયેલી છે તેમ કહી શકીશું. અને તે માતાપિતાની સજાગતાથી કેળવાય છે.

૨. સ્ફૂર્તિ

૧. સમય પર સ્વયં કરવાની તત્પરતા.
૨. બીજાને મદદ કરવાની તત્પરતા.
૩. જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવાની ઉત્કંઠા, જાગૃતિ.

ઘણાં ઘરોમાં નાના પરિવારને કારણે બાળકને લાડમાં થોડાં નાજુકાઈથી ઉછરતાં જોવામાં આવે છે. મોટેરાઓ તરફથી વધારે મદદ મળે છે. આ કારણથી બાળક કોશિશ કરતું અટકે છે, અને મદદની રાહ જુએ છે. કેટલાંક ઘરમાં અમુક કામ કરવામાં નાનમ સમજવામાં આવે છે કે, અમુક કામ છોકરીઓનું છે. આવી ખોટી માન્યતાઓને કારણે સ્ફૂર્તિ ઓછી થતી હોય છે. સ્વસ્થ બાળક સ્વયં કરે એ જ ઈચ્છનીય છે, સ્ફૂર્તિલું થવામાં ગતિ મળશે.

કેટલીક વખત સ્વભાવગત બાળક શાંત અને ઠંડું જોવામાં આવે છે. શાંત હોય તે એક પ્રકારનો ગુણ છે, શાંત મનથી અવલોકન કરી સ્વસ્થતાથી કાર્ય કરવાથી ક્ષમતા વિકસે છે, પરંતુ ઠંડું ઈચ્છનીય નથી. તેને માટે સજાગતાથી કારણોમાં ઊંડા ઉતરી, વિચારીને પગલાં લેવાની આવશ્યકતા છે. ધીરજપૂર્વક જુદી જુદી પ્રવૃત્તિઓ તરફ બાળકને વાળવાથી આકર્ષણ આપવાથી સફળતા મેળવી શકાય છે. પ્રયત્ન કરવો જરૂરી છે.

૩. કલ્પનાશક્તિ

કાલ્પનિક વાર્તાઓ, રોજબરોજ થતાં અનુભવો તેમજ રચનાત્મક પ્રવૃત્તિઓમાંથી નવી નવી કલ્પનાઓ ઉદ્ભવતી હોય છે. કલ્પનાશીલ બાળકોમાં પ્રશ્નો પૂછવાની ક્ષમતામાં વધારો થતો રહે છે અને તેવાં બાળકો મૌલિક સર્જન કરી શકે. આ રીતે વિવિધ ક્ષેત્રમાં ક્ષમતાઓ ઉપર અસર પડતી હોય છે. મુખ્યરૂપથી આત્મસંતોષ સાથે આત્મવિશ્વાસ વધે છે.

સૂચનના રૂપમાં

૧. વાર્તાઓ કહેવી, વાર્તાઓ બનાવવી, વાર્તાઓ સાંભળવી.
૨. બાળકને કાગળ અને કેઓન્સની પ્રવૃત્તિમાં ફક્ત રંગ ભરો, જેવી પ્રવૃત્તિમાંથી સ્વતંત્રપણે રેખાઓ અને આકારો બનાવે તેમા રુચિ રાખવી.
૩. વિવિધ સ્થળોએ ફરવા લઈ જવાનો આગ્રહ રાખો.
૪. પશુ-પક્ષી સંગ્રહાલયમાં સવારે, બપોરે, સાંજે અને ગરમી, ઠંડી ઋતુમાં આમ જુદાં જુદાં સમયે અવલોકન કરી શકે તેવી તકો આપો.
૫. ધીમે ધીમે યોગ્ય પુસ્તકોની લાઈબ્રેરી તૈયાર કરતા જાઓ.

૪. જિજ્ઞાસા, કૃતુહલ

પોતાની મેળે કરતાં, હરતાં, ફરતાં, જોતાં કે અનુભવ દ્વારા આ વૃત્તિ કેળવાતી હોય છે. નવું નવું શીખવાની તમન્ના સાથે પણ જિજ્ઞાસાવૃત્તિ કેળવાતી હોય છે.

જિજ્ઞાસાની સાથે પ્રશ્નોની ઝડીઓ બાળકના મનમાં રમતી થશે અને ઉત્તર માટે સ્વયં પ્રયત્ન કરશે અથવા પ્રશ્નોનો ઉત્તર સમય વિચાર્યા વગર પૂછશે, તેનું નિરાકારણ મળવાથી તૃપ્તિ મળશે. નિરાકરણ નહીં મળે ત્યાં સુધી બાળક અસ્વસ્થ બની ભાંગફોડ, ઊંધાં-સીધાં કાર્યો તરફ દોરાશે, એ સ્થિતિએ ન પહોંચે તે માટે બાળકને સંતોષજનક ઉત્તરો આપવા હિતાવહ છે. કેટલીક વસ્તુઓને તોડી ફોડીને કે છૂટાં કરીને અનુભવ પ્રાપ્ત કરે તે વખતે રોકટોક કરવાની જરૂર નથી. ફક્ત સંભાળપૂર્વક કરે તેમ કહી શકાય.

૫. એકાગ્રતા

એકાગ્રતાની વ્યાખ્યા કરીશું તો નિર્ધારિત સમય સુધી ધ્યાનપૂર્વક નિપુણતાથી સુંદર રીતે કાર્ય પૂરું કરવું.

એકાગ્રતામાં ઘણી બધી શક્તિઓ છુપાયેલી અને સંકળાયેલી છે. બાળકને ધ્યાનથી જોવાની, ધ્યાનથી સાંભળવાની ટેવ વિકસિત થઈ હશે તો એકાગ્રતાથી સુંદર પરિણામ આવશે.

૬. મૌલિકતા

સુંદર કલ્પનાઓ દ્વારા નવાં નવાં સર્જન ઉમંગ અને ઉત્સાહથી કરવા તેમજ મનને સ્પર્શતાં સંવેદનોને રજૂ કરી વેગ સાથે વ્યક્ત કરવાં તે મૌલિકતા, સંવેદનશીલતા ઉપર આધારિત છે. મૌલિકતા વ્યક્ત કરવાં અનેક ક્ષેત્ર છે. જેવાં કે મૌખિક લેખન દ્વારા, સંગીત, વાદન, ચિત્ર, કલા કૌશલ્ય આવાં વિવિધ ક્ષેત્રોમાં સ્વતંત્ર અને નવીનતા સાથે ઉદ્ભવેલ સંવેદનોને વ્યક્ત કરવા આ અનોખી પ્રતિભાનું લક્ષણ છે.

૭. સંચય

ગમતી વસ્તુઓ પાસે રાખવી, ભેગી કરવી, વારંવાર જોવી, ગોઠવવી અને વધારવી એ બાળકની સ્વાભાવિક વૃત્તિ છે અને તેને પોષવાથી, સગવડ કરી આપવાથી અનુકૂળ સમયે આવશ્યકતા અનુસાર પ્રયોગમાં લઈ શકે છે. આ સાત મુદ્દાઓનો સજાગતાથી સુમેળ સાધી શકાશે તો બાળકમાં ક્ષમતાઓ વિકસતી નિહાળી શકીશું.

— મધુરી દેસાઈ (બાળ વિકાસની સાચી સમજણ)

જીવન અંગે ગાંઠે બાંધી રાખવા જેવી વાત

- ‘કેમ છો’ કહેવાની પહેલ દર વખતે આપણે જ કરવી જોઈએ.
- શ્રેષ્ઠ પુસ્તકો ખરીદવાની ટેવ રાખો.
- કોઈએ લંબાલેલો (દોસ્તી) હાથ ક્યારેય તરછોડવો નહીં.
- આનંદમાં આવો ત્યારે બીજાને સહભાગી બનાવો.
- કોઈને પણ ખાનગી-અંગત વાત કહેવી નહીં કહેતા પહેલાં બે વખત વિચારો.
- કોઈને મહેણું કે ન ગમતો વ્યાવહાર કદી ન કરો.
- બે થી ચાર ભાષા શીખી લેવા પ્રયત્ન કરવો.
- કોઈપણ આશાવાદીની વાતને તોડી પાડશો નહીં. શક્ય છે કે એની પાસે એક જ આશા હોય.
- રાત્રે જમતી વખતે ટી.વી. જોવાનું કે વાતો કરવાનું બંધ રાખો.
- નકારાત્મક પ્રવૃત્તિનાં માણસોને મળવાનું ટાળો.
- દરેક વ્યક્તિને બીજી તક જરૂર આપો ત્રીજી કદી નહીં.
- સંતાનો નાના હોય ત્યારથી જ તેમને પૈસાની કિંમત અને બચતનું મહત્વ સમજાવો.
- જે ગાંઠ છોડી શકાય એવી હોય તેને ક્યારેય કાપશો નહીં.
- તમને અનુકુળ હોય એવા પિકનીક પર વારંવાર કુટુંબના સભ્યો સાથે જવાનું ગોઠવો.
- ગોસિપ, નિંદા, જુગાર, ગપસપ અને કોઈના પગાર કે આવકની ચર્ચાથી હંમેશા દૂર રહો.
- જિંદગીમાં તમને હંમેશા ન્યાય મળશે જ એવું માનીને ચાલવું નહીં.
- રવિવારની રજા અને તહેવારના દિવસો પરિવાર સાથે વિતાવો.
- અફસોસ કર્યા વિનાનું જીવન જીવો. ક્યારેક હારવાની પણ તૈયારી રાખો.
- મા બાપ, પતિ પત્ની કે સંતાનોની ટીકા કરવાનું મન થાય ત્યારે જીભ પર કાબુ રાખો.
- ફોનની ઘંટડી વાગે ત્યારે રિસિવર ઉપાડીને સ્ક્રિનિંગ અવાજે વાત કરો.
- શબ્દો વાપરતી વખતે કાળજી રાખો.
- બાળકોના સ્કૂલના કાર્યક્રમમાં અવશ્ય હાજરી આપો.
- બીજાની સિદ્ધિનો યશ તમે લઈ લેશો નહીં.
- આજે થઈ શકતું કામ કાલ પર છોડશો નહીં.
- દિવસની શરૂઆત તમારા મનગમતા સંગીતથી કરો.
- વડીલો તેમજ મોટી ઉંમરના માણસો સાથે ખૂબ સૌજન્યતાથી અને ધીરજથી વર્તન કરો.
- તમારી ઑફીસે કે ઘરે કોઈ આવે તો એને ઊભા થઈ આવકારો.
- મોટી સમસ્યાઓથી દૂર ભાગો નહીં, મોટી તક એમાં જ હોઈ શકે છે.
- ગંભીર બિમારીમાં ઓછામાં ઓછા ત્રણ મોટા ડૉક્ટરનો આભિપ્રાય લો.
- શારીરિક યુસ્તી કોઈપણ હિસાબે જાળવો.
- કોઈપણ સંજોગોમાં બચત કરવાની શિસ્ત પાળો.
- જે માણસ પગાર ચુકવે છે તેની ક્યારેય ટીકા ન કરો.
- સંતાનોને કડક શિસ્તના પાઠ ભણાવ્યા પછી તેમને ઉખાપૂર્ણ ભેટવાનું ભૂલશો નહીં.
- અઠવાડિયે એક વખત ઉપવાસ અવશ્ય કરો.
- કોઈને બોલાવવા ચપટી વગાડવી નહીં, સન્માનથી બોલાવો.



VASISHTHA GROUP OF SCHOOL

શ્રી વસિષ્ઠ વિદ્યાલય, વાવ.

ગુજરાતી માધ્યમ / હિન્દી માધ્યમ

જુ.કે.જી. થી ઘો. ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02621 255551/3 ☎ 91734 02809 / 91733 15555

વસિષ્ઠ જેનેસિસ સ્કૂલ, બાબેન.

ગુજરાતી માધ્યમ

ઘો. ૧ થી ૧૨ સાયન્સ/કોમર્સ

☎ 02622 225542/43 ☎ 91576 44555

www.vasishthagensisschool.net