RAMRAJ
കോട്ടൺ
ഇന്ത്യയുടെ സംസ്കാരം

വാല്യം 9 • ലക്കം 3 • നവംബർ 2026 • വില: 18 രൂപ

വെണ്മ

മലയാളം മാസിക

പുതിയ കാഴ്ചകൾ



എല്ലാ വായനക്കാർക്കും ഹൃദ്യമായ ദീപാവലി ആശംസകൾ

കുട്ടികളെ വളർത്തൽ

പ്രത്യേക പതിപ്പ്

RAMRAJ©

SHIRTINGS • SUITINGS

Precision in every fold,
passion in

Every Thread



RAMRAJ
കോട്ടൺ
ഇന്ത്യയുടെ സംസ്കാരം

ശൈശവത്തിൽ ആവശ്യമായ കരുതലിൽ തുടങ്ങി പൂർണ വളർച്ചയിലെത്തിയ കുട്ടിയെ പരിപാലിക്കുന്ന രീതികൾ വരെ രക്ഷിതാക്കൾക്ക് എല്ലാ രീതിയിലും വഴികാട്ടിയാകുന്ന

കുട്ടികളെ വളർത്തൽ

പ്രത്യേക പതിപ്പ്

എന്ന ഈ ഉപയോഗപ്രദമായ പുസ്തകം നിങ്ങൾക്ക് നൽകുന്നതിൽ ഞങ്ങൾക്ക് അഭിമാനമുണ്ട്.



കുട്ടികൾ കണ്ണാടി പോലെ

നമ്മുടെ കുട്ടികളുടെ കഴിവും താൽപര്യവും മനസ്സിലാക്കാതെ, 'പഠിക്ക്... പഠിക്ക്...' എന്ന് പാഠപുസ്തകങ്ങൾ മാത്രം വായിക്കാൻ നിർബന്ധിച്ച കാലഘട്ടത്തിൽ എഴുതിയ ഒരു കവിത ഉണ്ട്. 'പുസ്തകങ്ങളേ, മിടുക്കരായിരിക്കൂ, ഞങ്ങളുടെ കുട്ടികളെ കീറിക്കളയരുത്' എന്ന് എഴുതി ഒരു കവി. അപ്പോൾ പുസ്തകങ്ങൾ മാത്രമായിരുന്നു കുട്ടികളെ കീറാൻ തുടങ്ങിയിരുന്നത്. ഇന്ന് സെൽഫോൺ, പ്ലേ സ്റ്റേഷൻ, വിനോദോപാധികൾ, ശ്രദ്ധ വ്യതിചലിപ്പിക്കുന്ന മറ്റ് വസ്തുക്കൾ എന്നിങ്ങനെ കുട്ടികളെ കീറിക്കളയുന്ന ഉപാധികൾ വർധിച്ചു കൊണ്ടേയിരിക്കുന്നു. അമിത ഉപഭോഗശീലവും കുട്ടികൾക്കു മേലുള്ള രക്ഷിതാക്കളുടെ അമിത പ്രതീക്ഷയും ഇന്നത്തെ കുട്ടികളുടെ വളർത്തലിൽ ഏറ്റവും വലിയ ഭീഷണിയായിരിക്കുന്നു.

'നാം എന്തു കൊണ്ടാണ് ഇത്രയും സഹിക്കേണ്ടി വരുന്നത്' എന്ന് ഒരു ശിഷ്യൻ തന്റെ ഗുരുവിനോട് ചോദിച്ചു. ഗുരുനാഥൻ വാക്കുകൾ കൊണ്ട് ഉത്തരം പറയാതെ ഒരു വലിയ ആൽമരത്തെ കാണിച്ചു. മരത്തെ സൂക്ഷിച്ചു നോക്കിയ ശിഷ്യന് ഒന്നും മനസ്സിലായില്ല. ഗുരുവിന്റെ വിരൽ മരത്തിനരികിൽ നിന്ന റോസാച്ചെടിയിലേക്ക് ചൂണ്ടി. ശിഷ്യന് അപ്പോഴും ഒന്നും മനസ്സിലായില്ല. 'ഈ മരം, ഈ ചെടി... രണ്ടിൽ ഏതാണ് ഉന്നതമായത്' എന്ന് ചോദിച്ചു ഗുരു. ശിഷ്യൻ നിശ്ശബ്ദനായി.

'ഈ താരതമ്യം തന്നെ നിരർത്ഥകമാണ്. തന്നളവിൽ മരം ഉന്നതമായത്. അതേ പോലെ തന്നളവിൽ ചെടി ഉന്നതമായത്, അല്ലേ? ആ റോസാച്ചെടി തനിക്ക് എന്തു കൊണ്ട് ഉയരക്കുറവ് എന്ന് വിഷമിക്കുകയോ ആ ആൽമരം ഞാൻ ഉയരത്തിൽ പടർന്നു പന്തലിച്ചു നിൽക്കുന്നു എന്ന് അഭിമാനപ്പെടുകയോ ചെയ്യുന്നില്ല. റോസാച്ചെടിയിൽ നിന്ന് താഴേക്ക് വേരുകൾ തൂങ്ങില്ല. ആൽമരത്തിൽ റോസാപ്പൂ പൂക്കില്ല. ഇവയെക്കുറിച്ച് അനാവശ്യ ദുഃഖം അവയ്ക്കില്ല. പ്രകൃതിയുടെ സൃഷ്ടിയിൽ ഓരോന്നിനും തനിമയുണ്ട്. നിരർത്ഥകമായ താരതമ്യമാണ് മനുഷ്യരുടെ ദുഃഖത്തിന് പ്രധാനപ്പെട്ട കാരണം. മനുഷ്യർ തന്നെ മറ്റൊരാളോട് താരതമ്യം ചെയ്യാൻ ആരംഭിക്കുമ്പോൾ, തനിമയും സമാധാനവും നഷ്ടപ്പെടുത്തും' എന്ന് പറഞ്ഞു ഗുരു.

ഇത് മുതിർന്നവർക്കുള്ള കഥയാണ്. എന്നാൽ, കുട്ടികളെ മറ്റ് കുട്ടികളുമായി താരതമ്യം ചെയ്യുന്ന ശീലമാണ് പല കുടുംബങ്ങളിലെയും പ്രശ്നങ്ങളുടെ ആണിക്കല്ല്. ഓരോ കുട്ടിക്കും ഒരു തനതു സവിശേഷത ഉണ്ടായിരിക്കും. അത് മനസ്സിലാക്കിയാൽ മാത്രമേ കുട്ടികളെ വളർത്തൽ ആരോഗ്യകരമായിരിക്കൂ.

'അനാവശ്യമായത്വാങ്ങിയാൽ,ആവശ്യമായത് നഷ്ടപ്പെടും' എന്ന് പറയാറുണ്ട്. കുട്ടികളുടെ ഉപഭോഗശീലങ്ങൾ ഭയപ്പെടുത്തുന്നതാണ്. വീടും സമൂഹവും എങ്ങനെയാണോ പെരുമാറുന്നത്, കുട്ടികൾ അത് കണ്ടാണ് വളരുന്നത്. അനാരോഗ്യകരമായ വീട്ടിലെ ചുറ്റുപാടും സമൂഹ ചുറ്റുപാടും അനാരോഗ്യകരമായ കുട്ടികളുടെ വളർത്തലിൽ കലാശിക്കും.

ടെലിവിഷനിൽ സംപ്രേഷണം ചെയ്ത രക്ഷകർത്താക്കളും കുട്ടികളും എന്ന പരിപാടി കണ്ടപ്പോൾ വലിയ ഭയം തോന്നി. മകൻ നിർബന്ധം പിടിച്ചതിനാൽ ഒരു ലക്ഷം രൂപയ്ക്ക് സെൽഫോൺ വാങ്ങി നൽകി എന്ന് ഒരമ്മ പറഞ്ഞു. സ്കൂൾ പഠനം കഴിയാത്ത ഒരു വിദ്യാർത്ഥി ടു വീലർ വേണമെന്ന് നിർബന്ധം പിടിച്ച് വാങ്ങിയിരിക്കുന്നു. ലൈസൻസ് എടുക്കാനുള്ള പ്രായം പോലും ആയിട്ടില്ല. അച്ഛന്റെ ക്രെഡിറ്റ് കാർഡിൽ, രക്ഷിതാക്കളുടെ സമ്മതം ഇല്ലാതെ വിലക്കൂടിയ സൗന്ദര്യ സംവർധക വസ്തുക്കൾ വാങ്ങിയിരിക്കുന്നു ഒരു മകൾ.

രക്ഷിതാക്കൾ കുട്ടികളുടെ ആവശ്യങ്ങൾക്ക് ചെലവ് ചെയ്തിരുന്ന കാലം മാറി, കുട്ടികളുടെ ആഗ്രഹങ്ങൾക്ക് കൂടുതൽ ചെലവ് ചെയ്യുന്ന വിരോധാഭാസം എങ്ങും കാണാൻ കഴിയുന്നു.

15 വയസ്സിൽ നിർബന്ധം പിടിച്ച് ഒരു ലക്ഷം രൂപയുടെ സെൽഫോൺ വാങ്ങുന്ന മകന്റെ



വളർത്തലിൽ എവിടെയോ തെറ്റ് സംഭവിച്ചിരിക്കുന്നു. ചെറിയ പ്രായം മുതൽ ഈ ശീലം വളർന്നിട്ടുണ്ടായിരിക്കണം. കുട്ടികളുടെവളർത്തലിൽശ്രദ്ധിക്കാൻവിട്ടുപോയഅമിതമായ ഉപഭോഗശീലംഎളുപ്പത്തിൽമാറ്റാൻകഴിയാത്തനിലയിലേക്ക് വളർന്നിരിക്കുന്നു. കാണുന്നതെല്ലാം ആവശ്യപ്പെടണം എന്ന ശീലം കുട്ടികൾക്ക് ഉണ്ടായിരിക്കും. ഇപ്പോൾ ആ ശീലം മുതിർന്നവർക്കു തന്നെ വന്നിരിക്കുന്നതിനാൽ, കുട്ടികളും അങ്ങനെ വളരുന്നു. ഇത് രക്ഷിതാക്കളുടെ പ്രശ്നം മാത്രമല്ല, സമൂഹത്തിന്റെ പ്രശ്നമായും മാറിവരുന്നുണ്ട്.

മധ്യവർഗ കുടുംബത്തിന് ഒരു ലക്ഷം രൂപയുടെ സെൽഫോണോ ടു വീലറോ മാത്രമല്ല പ്രശ്നം. സാധാരണ സെൽഫോൺ ഒഴിവാക്കി വിലക്കൂടിയ സെൽഫോൺ വാങ്ങുന്നതു തന്നെ വീഡിയോ ഗെയിം കളിക്കാനാണ്. ദിവസം മുഴുവനും വീഡിയോ ഗെയിം കളിക്കാൻ പ്രത്യേകം ചെലവും ചെയ്യണം. ഓടിച്ചാടി കളിക്കാതെ ഫോണിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന കുട്ടിക്ക് ശാരീരിക ബുദ്ധിമുട്ടുകൾ ഉണ്ടായി അതിന്റെ ചികിത്സാ ചെലവ് വേറെ.



The Culturepreneur

ഇത്തരത്തിൽ അനാവശ്യമായ വസ്തുവിന്റെഉപഭോഗംചങ്ങലക്കണ്ണിപോലെ പല അനാവശ്യ ചെലവുകൾ വളർത്തിക്കൊണ്ടേയിരിക്കും.

ടു വീലർ ആണെങ്കിൽ പെട്രോൾ ചെലവിന് പ്രത്യേക ബജറ്റ് വേണം. ഈ ചെലവുകൾഎല്ലാംചികിത്സ,സമ്പാദ്യം എന്നിങ്ങനെയുള്ള അത്യാവശ്യ ചെലവുകളെ താറുമാറാക്കും. കുട്ടികളെ വളർത്തുമ്പോൾ ശ്രദ്ധയോടെ തിരുത്തേണ്ട ഒരു ശീലം പിൽക്കാലത്ത് കുടുംബത്തിന്റെ സന്തോഷത്തിൽ വിലപേശും.

കുട്ടികൾ കണ്ണാടി പോലെയാണ്. വീടിനെയും സമൂഹത്തെയും അതേപടി പ്രതിഫലിപ്പിക്കും. വളർന്നശേഷം കുട്ടികളെ കുറ്റം പറഞ്ഞിട്ട് ഒരു ഉപയോഗവും ഇല്ല. കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിൽ നാം മാത്രമല്ലാതെ ചുറ്റുപാടിനും സൗഹൃദത്തിനും അതീവ പ്രാധാന്യമുണ്ട്.

കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിനു മുമ്പ് മുതിർന്നവർ വളരണം. ശരിയായ ദിശയിൽ സഞ്ചരിക്കുന്നവരായിരിക്കണം രക്ഷിതാക്കൾ. അപ്പോഴേ അടുത്ത തലമുറയും ഉത്തരവാദിത്തത്തോടെ വളരൂ. കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിൽ രക്ഷിതാക്കൾക്ക് വഴികാട്ടിയാകുന്നതാണ് ഈ ലക്കം 'വെണ്മ.'

എല്ലാവർക്കും മധുരതരമായ ദീപാവലി ആശംസകൾ നേരുന്നു. മനസ്സുകളിൽ ആത്മവിശ്വാസത്തിന്റെ ദീപം തെളിയട്ടെ; ഭവനങ്ങളിൽ സന്തോഷം നിലനിൽക്കട്ടെ.

ഗുരുകൃപ
സർവൈശ്വര്യങ്ങളും നേർന്നു
കൊണ്ട്

കെ ആർ നാഗരാജൻ
സ്ഥാപകൻ - രാംരാജ് കോട്ടൺ



എന്തു പറ്റി... കുട്ടി കരയുന്നല്ലോ...

അമ്മയുടെ ഉദരത്തിൽ നിന്ന് കുട്ടി പുറത്തു വന്ന് ആദ്യമായി ഈ ലോകത്തിന്റെ അന്തരീക്ഷം അനുഭവപ്പെട്ടതും കരയാൻ തുടങ്ങും. ആ ആദ്യത്തെ കരച്ചിൽ 'നല്ല ലക്ഷണം' എന്ന് പറയും ഡോക്ടർമാർ. അതു വരെ അമ്മയുടെ വയറ്റിൽ പൊക്കിൾകൊടിയിലൂടെ വേണ്ട പോഷകങ്ങളും ശ്വാസവും നേടിക്കൊണ്ടിരുന്ന കുട്ടി, പുറംലോകത്ത് എത്തിയതും ആദ്യമായി സ്വയം ശ്വസിക്കാൻ ആരംഭിക്കും. അപ്പോഴാണ് അതിന്റെ ശ്വാസകോശം പ്രവർത്തിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നത്. അതിന്റെ അനന്തരഫലമാണ് കരച്ചിൽ. ജനിച്ച ഉടൻ കുട്ടി ഉച്ചത്തിൽ കരഞ്ഞാൽ ആ കുട്ടി ആരോഗ്യകരമായി ശ്വസിക്കുന്നു എന്നർത്ഥം.

കുട്ടി ഏറെ നേരം കരയുമ്പോൾ, അത് എന്തിനാണ് കരയുന്നത്, എന്തു ചെയ്താൽ കരച്ചിൽ നിൽക്കും എന്ന് അറിയാതെ അമ്പരക്കുന്ന അമ്മമാർ ധാരാളമുണ്ട്. തന്റെ കരച്ചിലിലൂടെ പിഞ്ചു കുഞ്ഞ് എന്ത് പറയാനാണ് ശ്രമിക്കുന്നത് എന്ന് മനസ്സിലാക്കണം. അതിലാണ് കുട്ടിയെ വളർത്തുന്നതിലെ സൂക്ഷ്മത ഉള്ളത്. വിശപ്പ്, ക്ഷീണം, അസൗകര്യം, ശാരീരിക ബുദ്ധിമുട്ട്, വേദന എന്നിങ്ങനെ പല കാരണങ്ങൾക്ക് കുട്ടി കരയും. ചില സമയങ്ങളിൽ അമ്മയുടെ സാമീപ്യം ആവശ്യമാണെങ്കിലും കരയും. തന്നെ ശ്രദ്ധിക്കണം എന്നതിനു വേണ്ടിയും കരയും. പിഞ്ചു കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും നമുക്ക് ഉള്ളതു പോലെ ധാരാളം വികാരങ്ങൾ ഉണ്ട്. അവർക്ക് അത് വെളിപ്പെടുത്താൻ വാക്കുകൾ ഇല്ല. കരച്ചിലാണ് അവരുടെ ഭാഷ.



ഭൂരിഭാഗം സമയത്തും ആ കരച്ചിലുകൾ അപകടകരമല്ലായിരിക്കും. കുട്ടി കൂടുതൽ കരയുന്നത്വിശക്കുമ്പോഴാണ്. കുട്ടിയുടെ വിശപ്പ് അമ്മയ്ക്ക് ഊഹിക്കാൻ കഴിയും. കുട്ടിയെ എടുത്ത് പാലൂട്ടിയാൽ, വയർ നിറഞ്ഞ ഉടൻ കരച്ചിലടങ്ങി ഉറങ്ങും. ചില കുട്ടികൾ പാൽ കുടിച്ച ശേഷവും കരയും. കാരണം, വേഗത്തിൽ പാൽ കുടിക്കുമ്പോൾ വായുവും ചേർത്ത് കുടിക്കും. വയറിൽ അടിയുന്ന വായു അസ്വസ്ഥത ഉണ്ടാക്കുമ്പോൾ കുട്ടി കരയും. കുട്ടി പാൽ കുടിച്ച ശേഷം, അതിനെ സാവകാശം തോളിൽ കിടത്തി മുതുകിൽ മൃദുവായി തട്ടിക്കൊടുത്താൽ വായു ഏമ്പക്കമായി പുറത്തു വരും.

ചില കുട്ടികൾ രക്ഷിതാക്കളുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കാനും കരയും. കുട്ടിയെ തനിച്ചാക്കി വീട്ടു ജോലി, പാചകം, തുണി അലക്കൽ എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ ചെയ്താൽ, അത് ഭയന്ന് കരയും.ഉണരുമ്പോൾഅരികിൽആരുംഇല്ലെങ്കിലും കരയും. ചില കുട്ടികൾ ഉറക്കം വന്നാലും കരയും. വലിയ ശബ്ദമുള്ള ചുറ്റുപാടിൽ ആണെങ്കിലും കരയും. വീട്ടിൽ പുതുതായി ആരെങ്കിലും വന്നാൽ, പുതിയ ശബ്ദം കേട്ടാൽ, കുട്ടി ഭയന്ന് കരയും. ആരെങ്കിലും തന്നെ എടുക്കാനായി കരയും. എടുത്തിരിക്കുന്നത് അസൗകര്യമായിരുന്നാലും കരയും. കുട്ടിയെ സൂക്ഷ്മതയോടെ എടുക്കാൻ അറിഞ്ഞവരെ മാത്രമേ അതിന് അനുവദിക്കാവൂ.

കുട്ടിയുടെ വസ്ത്രം ഇറുക്കമായിരുന്നാലും കരയും. മെത്ത സൗകര്യപ്രദമല്ലെങ്കിലും കരയും. കുളിർ കാലത്ത് കൂടുതൽ കാറ്റ് അടിക്കുന്ന ഇടത്താണെങ്കിലും കരയും. വെയിൽകാലത്ത് വായു സഞ്ചാരം ഇല്ലാത്ത ഇടത്താണെങ്കിലും കരയും. ഇവയെല്ലാം ശ്രദ്ധിക്കണം.

ഉറുമ്പ്, പ്രാണികൾ ഇങ്ങനെ എന്തെങ്കിലും കടിച്ചാലും കരയും. ശരീരത്തിൽ ഏതെങ്കിലും ചെറിയ മുഴ, കുമിളകൾ ഉണ്ടായാലും കരയും. മലദ്വാരത്തിലോ ജനനേന്ദ്രിയത്തിലോ ചൊറിച്ചിൽ ഉണ്ടായാലും കരയും. കുളിപ്പിക്കുമ്പോൾ ചെവിയിൽ വെള്ളം പോയാലും കരയും. കുട്ടിയെ പുറത്തു കൊണ്ടുപോകുമ്പോൾ, ചെവിയിൽ തണുത്ത കാറ്റ് അടിച്ചാലും കരയും. എവിടെ തൊട്ടാൽ കൂടുതൽ കരയുന്നു എന്നതു വച്ച് ഇത് മനസ്സിലാക്കാം.

വയറു വേദന കൊണ്ടും കുട്ടി കരയും. പ്രത്യേകിച്ച് കുപ്പിപ്പാൽ കുടിക്കുന്ന കുട്ടികൾക്ക് വയറു വേദന കൂടുതലായി ഉണ്ടാകും. നന്നായി കളിക്കുന്ന കുട്ടിയുടെ വയർ പാൽ കുടിച്ച ശേഷം ഏറെ വീർത്തിരുന്നാലോ അതിനു ശേഷം പാൽ ശരിയായി കുടിക്കാതിരുന്നാലോ ഇതാണ് കാരണം എന്ന് മനസ്സിലാക്കാം. കുട്ടിയെ തോളിൽ കിടത്തി തട്ടിക്കൊടുക്കണം. അൽപ നേരം കമിഴ്ത്തിക്കിടത്തിയാൽ വേദന കുറയും.

പാൽപ്പല്ലുകൾ മുളയ്ക്കാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ കുട്ടികരയും. ചിലമരുന്നുകളുടെപാർശ്വഫലങ്ങൾ വയറിൽ അസ്വസ്ഥത ഉണ്ടാക്കും; ഛർദ്ദിക്കാൻ തോന്നും. അതു കൊണ്ടും കുട്ടി കരയാം. ജലദോഷം, ചെവി വേദന, മൂക്കടപ്പ് കൊണ്ട് കുട്ടി കരയും. ആ സമയത്ത് ശ്വാസമെടുക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടും. ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശം ആരായണം.

ചില സമയങ്ങളിൽ കരച്ചിൽ അപകടാവസ്ഥയും ബോധ്യപ്പെടുത്തും. ഉയർന്ന പനി സഹിതം കുട്ടി കരയുകയാണെങ്കിൽ, ഏതോ രോഗബാധയുണ്ട് എന്ന് അർത്ഥം. ചില കുട്ടികൾ ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോൾ നേരിയ തോതിൽ കരഞ്ഞു കൊണ്ടേയിരുന്നാൽ, ശരീരത്തിൽ ഏതെങ്കിലും രോഗബാധ ഉണ്ടായിരിക്കാം.

ചില കുട്ടികൾ ഏങ്ങിയേങ്ങി കരയും. രാത്രിയിൽ ഈ കരച്ചിൽ കൂടുതലായിരിക്കും. അപ്പോൾ ചില സെക്കൻഡുകൾ ശ്വാസം നിലച്ച്, പിന്നീട് പഴയ പടിയാകും. അങ്ങനെ കരയുമ്പോൾ കുട്ടിയുടെ ശരീരം നീല നിറമായി മാറിയാൽ, അതിന്റെ ആന്തരികാവയവങ്ങളിൽ എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നം ഉണ്ടോ എന്ന് പരിശോധിച്ച് അറിയണം.

ചില കുട്ടികൾ ഉച്ചത്തിൽ ഏറെ നേരം കരയും. ആ കരച്ചിൽ കേൾക്കുന്ന ആരുടെയും മനസ്സ് വേദനിക്കും.ഇങ്ങനെഇടയ്ക്കിടെകുട്ടികരഞ്ഞാൽ, ആ കുട്ടിക്ക് നാഡി സംബന്ധമായി എന്തെങ്കിലും പ്രശ്നം ഉണ്ടായിരിക്കാം. ചില കുട്ടികൾ അടഞ്ഞ ശബ്ദത്തിൽ ഏറെ നേരം കരയും. തൈറോയിഡ് ഗ്രന്ഥി കൃത്യമായി പ്രവർത്തിക്കാത്തത് ഇതിന് കാരണമായിരിക്കാം.

ഇത്തരത്തിലുള്ള അപകടകരമായ കരച്ചിലുകൾ തുടർന്നാൽ, ഉടനേ ഡോക്ടറെ സമീപിക്കേണ്ടത് അവശ്യം. ●







കുട്ടിയും കളിപ്പാട്ടവും

മൂന്നു വയസ്സു വരെ കുട്ടികൾക്ക് കളിക്കുന്നതിനപ്പുറം മറ്റ് പ്രവർത്തികൾ ഒന്നുമില്ല. കളിപ്പാട്ടങ്ങളാണ് അവർ ഉപയോഗിക്കുന്ന ഉപകരണങ്ങൾ. ആ പ്രായത്തിലാണ് കുട്ടികളുടെ മസ്തിഷ്കം പൂർണ വളർച്ചയിലെത്തുന്നത്. കളിപ്പാട്ടവുമായി കളിക്കുന്നതിനാൽ കുട്ടിയുടെ മസ്തിഷ്കം കൂടുതൽ മികവുറ്റതാകും. അവരുടെ വിദ്യാഭ്യാസത്തിലും സമൂഹത്തിലും ഉന്നതിയിലെത്താൻ അത് സഹായിക്കും.

'തങ്ങൾ വളരുന്ന ചുറ്റുപാടിൽ നിന്നാണ് കുട്ടികൾ പഠിക്കുന്നത്. അവർക്ക് കഴിവും പക്വതയും കളിയിലൂടെയാണ് ലഭിക്കുന്നത്. ഒരു കുട്ടി എത്തരത്തിലുള്ള കളികളാണ് കളിക്കുന്നത്... മറ്റുള്ളവരുമായി സഹകരിച്ച് കളിക്കുകയോ മത്സരിച്ച് കളിക്കുകയോ ചെയ്യുന്നുണ്ടോ, ഒറ്റയ്ക്ക് കളിക്കാനാണോ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നത് അല്ലെങ്കിൽ സംഘം ചേർന്ന് കളിക്കുകയാണോ... ഇവയെല്ലാമാണ് ആ കുട്ടിയുടെ ഭാവി വാർത്തെടുക്കുന്നത്. എത്തരത്തിലുള്ള കളിപ്പാട്ടങ്ങളിലാണ് താൽപര്യം കാണിക്കുന്നത് എന്നതാണ് ആകുട്ടിയുടെഭാവിനിർണയിക്കുന്നത്' എന്ന് പറയുന്നു മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ ഷോൺ പിയാഷെ. കുട്ടികളുടെ ചെറുപ്രായത്തിലുള്ള കളികൾ എന്നത്, മുതിർന്നവരായി വളരുന്നതിന് അവർകൈക്കൊള്ളുന്നപരിശീലനംപോലെയാണ്.

ഒരു കുട്ടിയുടെ വളർച്ചയിൽ ആദ്യ മൂന്നു വർഷങ്ങൾ ഏറ്റവും പ്രധാനപ്പെട്ട കാലയളവാണ്. ഈ പ്രായത്തിൽ ഒരു കുട്ടി തനിക്കു ചുറ്റും നടക്കുന്നത് അനുഭവത്തിലൂടെ അറിയുന്നതിൽ താൽപര്യം കാണിക്കും. അവർക്ക് ഇതാണ് പഠനം. 'ഇത്തൊട്ടാൽഎന്താകും','ഇതിന്റെരുചിഎങ്ങനെ ആയിരിക്കും', 'ഇത് എത്തരത്തിലുള്ള അനുഭവം നൽകും' എന്ന് ഓരോന്നും ചെയ്തു നോക്കും. ഇതിന് കളിപ്പാട്ടങ്ങളാണ് സഹായിക്കുന്നത്.

കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് സഹായിക്കുന്ന വസ്തുക്കളായാണ് കളിപ്പാട്ടങ്ങളെ യൂറോപ്യൻ രക്ഷിതാക്കൾ കരുതുന്നത്. പക്ഷേ ഇന്ത്യയിലോ കുട്ടിയുടെ ശ്രദ്ധ വ്യതിചലിപ്പിക്കാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒരു വസ്തുവായി മാത്രമാണ് അതിനെ കാണുന്നത്. കരണ്ടി, തട്ട്, കിണ്ണം എന്നിങ്ങനെ പാത്രങ്ങൾ നൽകി കുട്ടികളെ തൃപ്തിപ്പെടുത്താമെന്ന് ചിന്തിക്കും.

മധ്യവർഗക്കാരും അതിന് തൊട്ടു മുകളിലും ഉള്ള കുടുംബങ്ങളാണ് കൂടുതൽ വില നൽകി കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ വാങ്ങി കുട്ടികൾക്ക് സമ്മാനിക്കുന്നത്. 'കുട്ടികളോടൊത്ത് നമുക്ക് നേരം ചെലവഴിക്കാൻ കഴിയുന്നില്ലല്ലോ' എന്ന കുറ്റബോധമാണ് ഇതിന് പ്രധാന കാരണമായിരിക്കുന്നത്. എന്നിരുന്നാലും, വെറും കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ മാത്രമായി അത്ഭുതങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കില്ല. കുട്ടികൾ കളിക്കുമ്പോൾ





രക്ഷിതാക്കളും ഒപ്പമിരുന്ന് സംസാരിച്ചാൽ മാത്രമേ കുട്ടികളിൽ താൽപര്യങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിയൂ. രക്ഷിതാക്കളുടെ കരുതലിലും സുരക്ഷിതത്വത്തിലും വളരുന്ന കുട്ടികൾ മികച്ച പ്രകടനം കാഴ്ചവയ്ക്കുമെന്ന് മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞർ പറയുന്നു.

'ലെഗോ ബിൽഡിങ് ബ്ലോക്കുകൾ ഒന്നിനു മുകളിൽ ഒന്നായി അടുക്കുമ്പോൾ അവ പല തവണ ചരിഞ്ഞു വീഴാനുള്ള സാധ്യത ഉണ്ട്. ഓരോ തവണയും കുട്ടിയെ വീണ്ടും വീണ്ടും അത് അടുക്കാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കണം. ഇങ്ങനെ ചെയ്യുമ്പോൾ പരാജയം നേരിടാനുള്ള കരുത്തും പ്രശ്നങ്ങൾ പരിഹരിക്കാനുള്ള കഴിവും ഒരു ജോലിയിൽ കാട്ടേണ്ട അർപ്പണ ബോധവും കുട്ടിയിൽ വളരും. കമ്പ്യൂട്ടർ ഗെയിമുകളിൽ ഇത് ലഭിക്കില്ല. ഒരു കുട്ടി ഇലക്ട്രോണിക് ഗെയിമിൽ റീസെറ്റ് ബട്ടൺ വീണ്ടും വീണ്ടും അമർത്തി തുടക്കത്തിൽ നിന്ന് കളിക്കാനുള്ള അവസരമാണ് അത് നൽകുന്നത്. ഇങ്ങനെ ശീലിക്കുന്ന കുട്ടിക്ക് മാനസിക സമ്മർദ്ദം നേരിടാനുള്ള കരുത്ത് നഷ്ടമാകും. പ്രശ്നങ്ങൾ നേരിടാനും മടിക്കും' എന്ന് പറയുന്നു പീറ്റർ സ്റ്റാവിനോഹ എന്ന കുട്ടികളുടെ മനശ്ശാസ്ത്രജ്ഞൻ.

കളിയിലൂടെ കുട്ടികൾ ആത്മനിയന്ത്രണം, ആത്മാഭിമാനം, സ്വതന്ത്രമായ പ്രവർത്തനം, പുതിയ കാര്യങ്ങൾ പഠിക്കൽ, വ്യത്യസ്തമായി ചിന്തിക്കൽ, പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരം കാണൽ എന്നിങ്ങനെയുള്ള നിരവധി കഴിവുകൾ വളർത്തും. അതിനാൽ, അതിന് അനുസൃതമായ കളിപ്പാട്ടങ്ങളും കളികളും അവർക്ക് സമ്മാനിക്കണം. ആൺകുട്ടികൾക്ക് പരുക്കൻ രൂപങ്ങളും വലിയ കളിപ്പാട്ടങ്ങളും വലിയ ശബ്ദം ഉണ്ടാക്കുന്ന കളികളും പരിചയപ്പെടുത്തുന്ന പല രക്ഷിതാക്കളും പെൺകുട്ടികൾക്ക് ചെറിയ കളിപ്പാട്ടങ്ങളും മൃഗരൂപങ്ങളും മാത്രമായിരിക്കും നൽകുക. ഇത്തരത്തിൽ ലിംഗഭേദം നോക്കാതെ, ഈ സമൂഹത്തെ ധൈര്യസമേതം നേരിടും വിധം കുട്ടിക്കാലം മുതൽക്കേ അവരെ ശീലിപ്പിക്കണം.

കുട്ടികൾക്കുള്ള കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ രക്ഷിതാക്കൾ ചിന്തിക്കേണ്ട പല കാര്യങ്ങൾ ഉണ്ട്. നാം വാങ്ങി നൽകുന്ന കളിപ്പാട്ടത്തിൽ നിന്ന് കുട്ടിക്ക് എന്ത് പഠിക്കാൻ കഴിയും? കുട്ടിക്ക് നാം പഠിപ്പിക്കാൻ ആഗ്രഹിക്കുന്ന സദ്ഗുണങ്ങൾ അത് വളർത്തുമോ? നാം തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന കളിപ്പാട്ടം കുട്ടിക്ക് മറ്റുള്ളവരുമായി സംസാരിക്കാനുള്ള കാര്യപ്രാപ്തി വളർത്തുന്നുണ്ടോ? മറ്റു കുട്ടികളുമായും മനുഷ്യരുമായും നല്ല രീതിയിൽ ബന്ധപ്പെടാനുള്ള കഴിവ് വളർത്താൻ സഹായിക്കുന്നുണ്ടോ? പുറംലോകവുമായി തന്നെ ബന്ധപ്പെടുത്താൻ പഠിപ്പിക്കുന്നുണ്ടോ? അതല്ല സ്വന്തം ലോകത്തിൽ കുട്ടിയെ ഒറ്റപ്പെടുത്തുമോ? കുട്ടിയുടെ ചിന്താശേഷിയും പുതിയ പരിശ്രമങ്ങളും മെച്ചപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കുന്നുണ്ടോ?

ഒരു കളിപ്പാട്ടം കൊണ്ട് കുട്ടി ഏതു വിധത്തിൽ കളിക്കും എന്നത് രക്ഷിതാക്കൾ ചിന്തിക്കണം. എന്തെന്നാൽ, ഒരേ കാര്യങ്ങൾ ആവർത്തിക്കുന്ന കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ തുടക്കത്തിൽ രസം നൽകിയേക്കാം. പക്ഷേ, കാലം ചെല്ലുന്തോറും അതിനോടുള്ള താൽപര്യം കുറയും. ആ കളിപ്പാട്ടം പുതിയതൊന്നും കുട്ടിയെ പഠിപ്പിക്കില്ല. പല കാര്യങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുന്ന ഒരു കളിപ്പാട്ടം ഒരു നല്ല വിനോദോപാധി കൂടി ആണെങ്കിൽ മാത്രമേ അത് പൂർണമായ ഒരു കളിപ്പാട്ടമാകൂ.

സെൽഫോണിലും ടാബ്‌ലെറ്റിലും കാർട്ടൂൺ കാണിച്ച് കുട്ടിയെ വളർത്തരുത്. ആ മായാ ലോകം കുട്ടികളുടെ ചിന്താ ശേഷി നശിപ്പിക്കും. കൈകൾ കൊണ്ട് തൊട്ടു നോക്കി, കെട്ടി ഉയർത്തി, വീണ്ടും അഴിച്ചു പണിത് അവർ കളികൾ പഠിക്കട്ടെ. ●

നൽകാം മുലപ്പാൽ

മുലപ്പാലിനെ ഈ ലോകത്ത് ലഭിക്കുന്നതിൽ ഏറ്റവും ശുദ്ധമായ ഭക്ഷണം എന്ന് പറയാം. മുലപ്പാലിന് സമാനമായ ഒരു പാലും ഇല്ല, അത്തരത്തിൽ ഒന്ന് ശാസ്ത്രീയമായി മനുഷ്യർക്ക് ഉണ്ടാക്കാനും കഴിഞ്ഞിട്ടില്ല. എവിടെയും എപ്പോഴും കുട്ടിക്കു ലഭിക്കുന്ന ഒരേയൊരു സ്വാഭാവിക ഭക്ഷണം മുലപ്പാലാണ്. ഒരു കുട്ടിക്ക് ആവശ്യമായ ഈ പൂർണമായ ഭക്ഷണത്തിന്റെ മഹത്വം അറിയാം:

- ഒരു കുട്ടി ജനിച്ചതും ആദ്യം നൽകുന്ന കന്നിപ്പാൽ, ആ കുട്ടിക്ക് വളരെ പ്രധാനപ്പെട്ടതാണ്. അളവ് കുറവായിരിക്കുമെങ്കിലും അതിൽ ധാരാളം ഉള്ള കൊളസ്ട്രം കുട്ടിക്ക് മികച്ച രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി നൽകും. ഇത് പല അപകടകരമായ രോഗങ്ങളെ തടുക്കാൻ കരുത്തുറ്റതാണ്.

- കുട്ടിക്ക് ആദ്യമായി അമ്മ നൽകുന്ന മുലപ്പാലാണ്, ആ കുട്ടിയുടെ വയറിൽ അടിഞ്ഞിരിക്കുന്ന മാലിന്യങ്ങളെപുറത്തുകളയാൻസഹായിക്കുന്നത്. കറുപ്പു നിറത്തിൽ ഇത് വിസർജിച്ചതും കുട്ടി സ്വാഭാവിക നില കൈവരിക്കും.

- കുട്ടിക്ക് മുലപ്പാൽ നൽകുന്നതിനു മുമ്പ് പഞ്ചസാര ലായനി, തേൻ, പശുവിൻ പാൽ പോലെയുള്ള മറ്റേതെങ്കിലും പാൽ എന്നിങ്ങനെ ഒന്നും നൽകരുത്.

- കുട്ടി ജനിച്ച് അര മണിക്കൂറിൽ തന്നെ പാൽ കുടിക്കാൻ ഉന്മേഷത്തോടെ തയാറാകും. ആ അരമണിക്കൂറിനുള്ളിൽ അതിന് മുലപ്പാൽ നൽകണം.അന്ന് ആരംഭിച്ച് കുട്ടിക്ക് 2 വയസ്സ് ആകും വരെ മുലപ്പാൽ നൽകാം. ആദ്യ 6 മാസങ്ങളിൽ മുലപ്പാൽ മാത്രമായിരിക്കണം നൽകേണ്ടത്.

- ഇരുന്നു കൊണ്ടോ കിടന്നു കൊണ്ടോ അമ്മയ്ക്കും കുഞ്ഞിനും സൗകര്യപ്രദമായ ഏത് നിലയിലും പാലൂട്ടാം. ആദ്യ നാലു ദിവസങ്ങൾ കുട്ടിക്ക് ഇത് ശീലിക്കാൻ ബുദ്ധിമുട്ടായിരിക്കും. അതിനു ശേഷം വായ് അകലത്തിൽ തുറന്ന് കവ്വി കുടിക്കാൻ ശീലിക്കും.

- കുട്ടിക്ക് കൊടുക്കുന്തോറും മുലപ്പാൽ കൂടുതൽ ചുരത്തും. കുട്ടി കുടിക്കുന്തോറുമാണ് മുലപ്പാൽ വർധിക്കുന്നത്.

- കുട്ടി വിശന്ന് ചിണുങ്ങാൻ ആരംഭിക്കുമ്പോഴേ മുലപ്പാൽ കൊടുത്തു തുടങ്ങണം. കുട്ടിയുടെ തലയും കഴുത്തും അൽപം നേർ രേഖയിൽ ആയ രീതിയിൽ വച്ച് പാലൂട്ടണം.

- കുട്ടിക്ക് ഒരു അമ്മ നൽകുന്ന മുലപ്പാൽ എല്ലാക്കാലത്തും ഒരേ പോലെ ആയിരിക്കില്ല. കുട്ടി വളരുമ്പോൾ അവരുടെ പോഷകാവശ്യങ്ങൾ മാറും. അതിന് അനുസൃതമായി മുലപ്പാലിന്റെ ഗുണവും മാറും എന്നതും അതിശയമാണ്.

- മുലപ്പാൽ ആയിരിക്കണം ഒരു കുട്ടിക്ക് ആദ്യ 6 മാസത്തിൽ 100 ശതമാനം പോഷകം നൽകുന്നത്. 6 മാസങ്ങൾക്കു ശേഷം ഒരു വയസ്സു വരെ 50 ശതമാനവും ഒരു വയസ്സിനു ശേഷം 33 ശതമാനവും പോഷകങ്ങൾ മുലപ്പാലിന് നൽകാൻ കഴിയും.

- ഒരു ദിവസം 8 മുതൽ 12 വരെ തവണ കുട്ടിക്ക് പാൽ നൽകാം. കുട്ടിയുടെ ആവശ്യത്തിന് അനുസരിച്ചാണ് ഇത്. 15 മുതൽ 20 വരെ മിനിട്ട് കുട്ടികൾ കുടിക്കും. അങ്ങനെ കുടിക്കുമ്പോൾ ഉറങ്ങിപ്പോയാൽ വീണ്ടും ഉണരുമ്പോൾ വിശപ്പ് ഉണ്ടെങ്കിൽ, കുട്ടി പാൽ കുടിക്കും.

- രാത്രിയും ദീർഘ നേരം കുട്ടിയെ വിശക്കാൻ വിടരുത്. വിശപ്പിൽ കുട്ടി ഉണർന്ന് കരയും. അങ്ങനെ ഇല്ലെങ്കിലും മൂന്ന് മണിക്കൂറിനു ശേഷം ഉണർത്തി പാൽ നൽകാം. ഇങ്ങനെ





രാത്രിയിൽ പാൽ കൊടുക്കുന്നത്, മുലപ്പാൽ ചുരത്തൽ മികച്ചതാകാൻ സഹായിക്കും. കുട്ടി നന്നായി ഉറങ്ങുന്നതിനാൽ, അമ്മയ്ക്ക് വിശ്രമിക്കാനും കഴിയും.

- ഒരു ഭാഗത്തെ മുലയിൽ നിന്ന് മുഴുവനുമായും പാൽ നൽകണം. അത് കുട്ടിക്ക് മതിയായില്ല എങ്കിൽ അടുത്ത മുലയിൽ നിന്ന് പാൽ നൽകാം.

- ഇരട്ടക്കുട്ടികളാണ് ജനിച്ചതെങ്കിൽ, രണ്ട് കുട്ടികൾക്കും ഒരേ സമയത്ത് പാലൂട്ടുന്നത് അമ്മയ്ക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടാകുമെങ്കിലും അതാണ് നല്ലത്. അങ്ങനെ ചെയ്താലേ അമ്മയ്ക്ക് വേണ്ടത്ര വിശ്രമിക്കാൻ കഴിയൂ.

- മുലപ്പാൽ കുടിക്കുന്ന കുട്ടിക്ക്, വേനലിൽ വെള്ളം കൊടുക്കേണ്ടതില്ല. കുട്ടിയുടെ നാവിന്റെ വരൾച്ച മനസ്സിലാക്കി അമ്മയുടെ ശരീരം കൂടുതൽ ജലാംശത്തോടെ പാൽ ചുരത്തും. അതിനാൽ ശരീരത്തിന് വേണ്ടത്ര ജലാംശം മുലപ്പാൽ തന്നെ നൽകും.

- ഭാരക്കുറവോടെ ജനിച്ച കുട്ടിക്കും വേണ്ടത്ര വളർച്ച കൈവരിക്കാത്ത കുട്ടിക്കും മുലപ്പാൽ ആവശ്യമായ വളർച്ച വേഗത്തിൽ നൽകും.

- മുലപ്പാൽ കുടിക്കുന്ന കുട്ടിക്ക് ബുദ്ധിസാമർത്ഥ്യം കൂടുതലായിരിക്കും. കുട്ടിയുടെ മസ്തിഷ്ക വളർച്ചയ്ക്ക് ആവശ്യമായ അമിനോ ആസിഡുകൾ മുലപ്പാലിൽ ഉണ്ട്.

- പാലിൽ കാത്സ്യം കൂടുതൽ ഉണ്ടെങ്കിലും, അത് നമ്മുടെ ശരീരത്തിന് ആഗിരണം ചെയ്യാൻ മറ്റു ചില ധാതുക്കൾ ആവശ്യമാണ്. അത് മുലപ്പാലിൽ കൃത്യമായി അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. കാത്സ്യം:ഫോസ്ഫറസ് 2:1 അളവിൽ മുലപ്പാലിൽ ഉള്ളതിനാൽ, ലളിതമായി ശരീരം കാത്സ്യം ആഗിരണം ചെയ്യും.

- വയറിളക്കം, പോഷകക്കുറവ്, ശ്വാസകോശ അണുബാധകൾ, അലർജി പോലുള്ള പല രോഗങ്ങൾ തടുക്കാൻ കരുത്തുറ്റതാണ് മുലപ്പാൽ, രോഗാണുക്കളെ ഇല്ലാതാക്കുന്ന ലൈസോസൈം ഇതിൽ ധാരാളം ഉണ്ട്. മുലപ്പാലിൽ ഉള്ള ലാക്ടോഫെറിൻ, രോഗാണുക്കളുടെ ആക്രമണം തടുക്കും. ഇരുമ്പും സിങ്കും ശരീരം ആഗിരണം ചെയ്യാൻ ഇത് സഹായിക്കുന്നതിനാൽ രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി വർധിക്കും.

- നമ്മുടെ ശരീരത്തിൽ നന്മ ചെയ്യുന്ന കോടിക്കണക്കിന് സൂക്ഷ്മജീവികൾ ഉണ്ട്. ഇവ ശരീരത്തിന് രോഗപ്രതിരോധ ശക്തി നൽകുന്നതിനോടൊപ്പം ദഹനവും സ്വാഭാവികമാക്കും. ഈ സൂക്ഷ്മജീവികളെ ഒരു കുട്ടിയുടെഉദരത്തിൽമുലപ്പാലാണ്ഉണ്ടാക്കുന്നത്.

- കുട്ടി വിശന്ന് കരയുമ്പോൾ, ശുദ്ധമായ തുണി കൊണ്ട് മാറ് തുടച്ച ശേഷം പാൽ നൽകാം. കുട്ടിയുടെ വിശപ്പാറിയ ശേഷം, അതേ പോലെ തന്നെ ശുദ്ധമായ തുണി കൊണ്ട് തുടയ്ക്കണം. •



കുട്ടിയെ വളർത്തുന്നത് ആര്?

ഒരു കുട്ടിയെ അതിന്റെ രക്ഷിതാക്കളാണ് വളർത്തുന്നത് എന്ന് നാം ചിന്തിക്കും. പക്ഷേ ഒരു ആഫ്രിക്കൻ പഴമൊഴി, 'ഒരു കുട്ടിയെ വളർത്താൻ ഒരു നാടു തന്നെ വേണം' എന്നാണ് പറയുന്നത്.

രക്ഷിതാക്കൾ ഒരു കുട്ടിക്ക് വഴികാട്ടികൾ മാത്രമാണ്. ഒരു കുട്ടി എങ്ങനെ ആയിരിക്കണം എന്നത് അവർ വീടിന്റെ അന്തരീക്ഷത്തിൽ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നു. എന്നാൽ, വീടിനു വെളിയിൽ അയൽക്കാർ, ബന്ധുക്കൾ, സുഹൃത്തുക്കൾ, അധ്യാപകർ, കുട്ടികൾ, ദിവസവും കണ്ടുമുട്ടുന്നവർ എന്നിങ്ങനെ എല്ലാവരിൽ നിന്നും എന്തെങ്കിലും ഒന്ന് കുട്ടി പഠിക്കും. അതിനാലാണ്, ഈ അന്തരീക്ഷം ശരിയായി ഒരുക്കി നൽകേണ്ടത് രക്ഷിതാക്കളുടെ പ്രധാനപ്പെട്ട ഒരു കടമയായിരിക്കുന്നത്.

ഇളം പ്രായത്തിലേ കൊടും കൃത്യങ്ങൾ ചെയ്ത കുട്ടികളിൽ ചിലർ ദുർഗുണ പരിഹാര പാഠശാലയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. അവരെ നേർവഴിക്ക് നടത്താനുള്ള പദ്ധതികൾ ധാരാളം അവിടെ ചെയ്തിരുന്നു. അതിന്റെ ഭാഗമായി, അവരെ ഒരു വനമേഖലയിലേക്ക് ചുറ്റിക്കാണാനായി കൊണ്ടുപോയി. അവിടെ ഭിന്നശേഷിക്കാരായ ചില കുട്ടികളെയും ഒരു അഗതി മന്ദിരത്തിൽ നിന്ന് കൊണ്ടുവന്നിരുന്നു. ദുർഗുണ പാഠശാലയിൽ നിന്ന് വന്ന ഓരോ അന്തേവാസിയും ഭിന്നശേഷിക്കാരായ ഒരു കുട്ടിയെ ദിവസം മുഴുവനും കൂടെ കൂട്ടാൻ ഏർപ്പാടാക്കി.

ആ അന്തേവാസികളിൽ ഒരാളാണ് ജോൺ. 16 വയസ്സിൽ തന്നെ രണ്ട് കുറ്റങ്ങൾ ചെയ്തതിന് ദുർഗണ പാഠശാലയിലേക്ക് കൊണ്ടുവരപ്പെട്ടവൻ. ആ പാഠശാലയിൽ ഉള്ള ഉദ്യോഗസ്ഥർ പോലും അവനോട് അടുത്ത് ഇടപഴകാൻ ഭയപ്പെടും. അത്രയും മുൻകോപി.

ചുറ്റിക്കാണാൻ പഠന വൈകല്യമുള്ള ഒരു എട്ടു വയസ്സുകാരനെ ജോൺ ഒപ്പം കൂട്ടി. കഠിനമായ മലമ്പാതയിൽ അവനെ മുതുകിൽ ചുമക്കുകയും ഭക്ഷണ വേളയിൽ അവന് ഊട്ടിവിടുകയും ചെയ്തു ജോൺ. ആ കുട്ടിയും 'ചേട്ടാ, ചേട്ടാ' എന്ന് ജോണിന്റെ കൈപിടിച്ച് എല്ലാം ചുറ്റിക്കണ്ടു. വൈകുന്നേരം അവൻ ജോണിന്റെ അടുത്തെത്തി, കവിളിൽ മുത്തം നൽകി 'ചേട്ടൻ നല്ല മനുഷ്യനാണ്' എന്ന് പറഞ്ഞ ശേഷം പോയി.

അവൻ പോയ ശേഷം ജോൺ ഒറ്റയ്ക്കിരുന്ന് കരഞ്ഞു. കൂട്ടിക്കൊണ്ടു പോയ ഉദ്യോഗസ്ഥൻ മടിച്ചു മടിച്ച് അവന്റെ അരികിൽ ചെന്ന് കാര്യം തിരക്കി. 'ഇത്രയുംസ്നേഹം ആരെങ്കിലും എന്നോട് കാട്ടിയിരുന്നെങ്കിൽ, ഞാൻ തെറ്റ് ചെയ്തിരുന്നിരിക്കില്ല' എന്ന് പറഞ്ഞു ജോൺ. ആ ഉദ്യോഗസ്ഥൻ ചുറ്റിലും നോക്കിയപ്പോൾ, പല അന്തേവാസികളും അതേ പോലെ കരഞ്ഞു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണെന്ന് മനസ്സിലാക്കി. 'കുട്ടികളോട് സ്നേഹം കാണിക്കുന്നതിൽ കുറവ് ഉണ്ടാകരുത്' എന്ന് മനസ്സിലാക്കി അദ്ദേഹം.



ഇത്രയും സ്നേഹം ലഭിക്കുമോ?

കുഞ്ഞുങ്ങൾ ദൈവമാണ്



വീട്ടിൽ പൂജ ചെയ്യാൻ വൈകി. നിവേദ്യം ചെയ്ത്, കടയിലും വ്യത്യസ്തമായ മധുരപലഹാരങ്ങൾ വാങ്ങി ദൈവത്തിന് കാണിക്കയായി വച്ചു. ഇത്രയും അമ്മ തയാറാക്കി, അച്ഛൻ പൂജയ്ക്കുള്ള ഏർപ്പാടുകൾ പൂർത്തിയാക്കിയപ്പോൾ, പതിവ് ഭക്ഷണ സമയം കഴിഞ്ഞിരുന്നു.

അവരുടെ പത്തു വയസ്സ് കുട്ടിക്ക് വിശന്നു. പൂജാ മുറിയിൽ ദൈവത്തിനു മുന്നിൽ ഇലയിൽ വച്ചിരുന്ന മധുരപലഹാരങ്ങൾ കണ്ടതും, 'വിശക്കുന്നു അമ്മേ' എന്ന് പറഞ്ഞ് എടുക്കാൻ പോയി. അച്ഛൻ വിലക്കി. 'ഇന്ന് വിശേഷ ദിവസമാണെന്ന് അറിയില്ലേ മിഥുൻ? ദൈവത്തിന് കാണിക്കയർപ്പിക്കാതെ കഴിക്കാൻ പാടില്ല. പൂജ കഴിയട്ടെ, പ്രസാദം കഴിക്കാം' എന്ന് പറഞ്ഞു.

അവൻ വിശന്ന് പൂജാ മുറിയിൽ നിന്ന് പുറത്തു കടക്കാൻ നോക്കി. 'മിഥുൻ, വരൂ. വന്ന് പ്രാർത്ഥിക്കൂ' എന്ന് പറഞ്ഞു അച്ഛൻ. അവൻ തിരികെ വന്ന് അച്ഛനോടും അമ്മയോടും ചേർന്ന് നിൽക്കാൻ പറഞ്ഞ്, അവരുടെ കാലിൽ വീണ് നമസ്കരിച്ചു. 'ദൈവത്തിനെ നമസ്കരിക്കാൻ പറഞ്ഞാൽ, നീ എന്താ ചെയ്യുന്നത്?' എന്ന് അമ്പരന്നു അമ്മ. 'അച്ഛനും അമ്മയുമാണ് ദൈവം എന്ന് ടീച്ചർ പറഞ്ഞു. അതിനാലാണ് ആദ്യം നിങ്ങളെയും ശേഷം ദൈവത്തെയും നമസ്കരിക്കുന്നത്' എന്ന് പറഞ്ഞു മിഥുൻ.

ഈ പ്രവർത്തിയിൽ അമ്പരന്നു പോയ അമ്മ പെട്ടെന്ന് ഒരു ലഡ്ഡു എടുത്ത് പൊട്ടിച്ച്, 'വിശക്കുന്നു എന്ന് പറഞ്ഞില്ലേ, കഴിക്ക്' എന്ന് മിഥുന്റെ വായിൽ വച്ചു കൊടുത്തു. 'ദൈവത്തിന്റെ പ്രസാദമല്ലേ കഴിക്കേണ്ടത്?' എന്ന് ചോദിച്ച മകനോട്, 'കുഞ്ഞുങ്ങളും ദൈവവും ഒന്നെന്ന് മുതിർന്നവർ പറയാറുണ്ട്. നീ കഴിച്ചാൽ, അത് പ്രസാദം പോലെയാണ്' എന്ന് പറഞ്ഞു അമ്മ. അച്ഛനും സന്തോഷമായി.

ആവശ്യവും ആഗ്രഹവും



രണ്ട് കൂട്ടുകാരികൾ ഷോപ്പിങ്ങിനു പോയി. ഒരാൾ ഏഴു വയസ്സ് മകളെയും കൂട്ടിയാണ് വന്നത്. 'കുട്ടി കാണുന്നതെല്ലാം ആവശ്യപ്പെടും. എങ്ങനെ കൈകാര്യം ചെയ്യും?' എന്ന് കൂട്ടുകാരി ചോദിച്ചു. ഞാൻ അവൾക്ക് ആവശ്യത്തിനും ആഗ്രഹത്തിനും ഉള്ള വ്യത്യാസം പറഞ്ഞു കൊടുത്തിട്ടുണ്ട് എന്ന് പറഞ്ഞു യുവതിയായ ആ അമ്മ.

ഉള്ളിലെത്തിയതും അത് കൂട്ടുകാരിക്ക് മനസ്സിലായി. ഭംഗിയുള്ള ഒരു പെൻസിൽ ബോക്സ് കുട്ടി എടുത്തു. 'ഇത് വേണം' എന്ന് അമ്മയോട് പറഞ്ഞു. 'നിനക്ക് മൂന്ന് ബോക്സുകൾ ഉണ്ടല്ലോ... ഇത് വേണോ അതോ ആഗ്രഹിക്കുകയാണോ?' അമ്മ ചോദിച്ചു. പെൺകുട്ടി 'വേണം' എന്ന് പറഞ്ഞു. 'എന്നാൽ നിന്റെ പണം നൽകി വാങ്ങൂ' എന്ന് അമ്മ പറഞ്ഞതും പെൺകുട്ടി 'വേണ്ട' എന്ന് പറഞ്ഞു.

'പണത്തിന്റെ മതിപ്പും ഏതാണ് ആവശ്യം എന്നതും ഇങ്ങനെയാണ് ഞാൻ ബോധ്യപ്പെടുത്തുന്നത്' എന്ന് കൂട്ടുകാരിയോട് പറഞ്ഞു ആ അമ്മ.

കുട്ടികളുടെ വളർച്ച മനസ്സിലാക്കണം



'നിനക്ക് എത്ര വയസ്സായാലും, എനിക്ക് നീ കുഞ്ഞാണ്' എന്ന് പറയുന്ന ധാരാളം രക്ഷിതാക്കളെകാണാറുണ്ട്.കുട്ടികൾഅതിവേഗം വളരും.രക്ഷിതാക്കൾഅതേവേഗത്തിൽവളരാറില്ല. കുട്ടികൾ നമ്മളിലൂടെ വന്നവരാണെങ്കിലും, അവർ നമ്മുടെ ജീവിതം ജീവിക്കാൻ വന്നവരല്ല. അവർ മറ്റൊരു യുഗത്തിലാണ് ജീവിക്കുന്നത്. നമ്മുടെ ആഗ്രഹങ്ങളും നിബന്ധനകളും അവരിൽ അടിച്ചേൽപിക്കരുത്. അവരുടെ തലമുറയ്ക്കേറ്റ സവിശേഷതകളോടെ ആയിരിക്കും വളരുക.

'അവന്റെ ആഗ്രഹങ്ങൾ കണ്ടറിഞ്ഞ് ചെയ്തു. അവനു വേണ്ടി എത്രയോ ത്യാഗങ്ങൾ ചെയ്തു. അവൻ ആവശ്യപ്പെട്ടതെല്ലാം വാങ്ങി നൽകി. പക്ഷേ, ഇപ്പോൾ എന്നോട് അവൻ സംസാരിക്കാറില്ല' എന്നതു പോലെവിലപിക്കുന്ന രക്ഷിതാക്കൾ ധാരാളമുണ്ട്.

കുട്ടികൾ രക്ഷിതാക്കളോട് അടുപ്പം കാണിക്കാറില്ല എന്ന രക്ഷിതാക്കളുടെ നിരാശ സമീപകാലങ്ങളിൽ അധികരിച്ചിട്ടുണ്ട്.'ഞങ്ങൾഞങ്ങളുടെകുട്ടികളുടെ കാര്യത്തിൽ ഒരു പ്രതീക്ഷയും വയ്ക്കാൻ പാടില്ലേ' എന്ന ചോദ്യം ധാരാളം രക്ഷിതാക്കൾക്ക് ഉണ്ട്. 'സുഹൃത്തുക്കളോട് സംസാരിക്കാൻ അവർക്ക് സമയം ഉണ്ട്. ഞങ്ങളോട് സംസാരിക്കാറില്ല. എന്തെങ്കിലും ചോദിച്ചാലും മറുപടി പറയില്ല. അവരുടെ നന്മയ്ക്കായി എന്തെങ്കിലും പറഞ്ഞാലും കേട്ട ഭാവം നടിക്കില്ല. ഞങ്ങളോടൊത്ത് സമയം ചെലവഴിക്കാറില്ല. അവർക്ക് ഞങ്ങളെ ആവശ്യമുണ്ടോ എന്നു തന്നെ അറിയില്ല. അവർ എന്താണ് ചെയ്യുന്നതെന്നും പറയാറില്ല' എന്നത് പലരുടെയും വിലാപമാണ്.

ഇത് ഒഴിവാക്കാൻ കുട്ടിയായിരിക്കുമ്പോൾ മുതൽ ടീനേജ് കാലം വരെ അവരെ ശ്രദ്ധയോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യണം. അതിന് ചില മാർഗങ്ങൾ:

- ഒന്നുംഅറിയാത്തകുട്ടിക്കാലത്ത്രക്ഷിതാക്കൾ പറയുന്ന പല കാര്യങ്ങളും അവരുടെ മനസ്സിൽ മുദ്ര പോലെ പതിയും. നല്ല കാര്യങ്ങൾ മാത്രമായിരിക്കണം അപ്പോൾ സംസാരിക്കേണ്ടത്. ഒന്നും ചുറ്റിവളച്ച് സംസാരിക്കരുത്. അവർക്ക് മനസ്സിലാകില്ല.



നേരിട്ട് പറയണം. മനസ്സിലായോ എന്ന് ഉറപ്പാക്കണം.

● അമ്മു, ബേബി, കുട്ടി എന്നിങ്ങനെയുള്ള ചെല്ലപ്പേരുകളിൽ കുട്ടികളെ വിളിക്കാം. തെറ്റില്ല. എന്നാൽ, വളർന്ന കുട്ടിയെ അങ്ങനെ വിളിക്കരുത്. 'ഞാൻ വളരാനേ പാടില്ല. അപ്പോഴേ രക്ഷിതാക്കളുടെ ചെല്ലം കുറയാതിരിക്കൂ' എന്ന തീരുമാനത്തിൽ കുട്ടികളെ കൊണ്ടുവരരുത്. ഇത്തരത്തിലുള്ള കുട്ടികൾ വളരുമ്പോൾ സ്വാഭാവികമായി ഉണ്ടാകുന്ന പക്വതകളെ ഞെട്ടലോടെ ആയിരിക്കും നേരിടുക.

● പെൺകുട്ടിയെ ആൺകുട്ടിയായി ചിന്തിച്ച് 'ഡേയ്, എന്താടാ' എന്ന് കൊഞ്ചിക്കരുത്. 'ഇവർ ആൺകുട്ടിയെ പ്രതീക്ഷിച്ച് ഞാൻ തെറ്റായി ജനിച്ചതാണോ' എന്ന ആശയക്കുഴപ്പം ഉണ്ടാകും.

● മുതിർന്നവരുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ കുട്ടികൾ സംസാരിക്കാൻ തുനിയുമ്പോൾ പക്വതയോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യണം. 'പ്രായത്തിന് അനുസരിച്ച് സംസാരിച്ചാൽ മതി. അധിക പ്രസംഗം വേണ്ട' എന്ന് വഴക്കു പറയരുത്. അവർ എന്തെങ്കിലും തെറ്റായി പറഞ്ഞാലും, സമാധാനത്തോടെ ചൂണ്ടിക്കാണിക്കണം. അല്ലാത്തപക്ഷം അവരുടെ ആത്മവിശ്വാസം നഷ്ടപ്പെടും.

● കുട്ടികൾക്ക് സുഖമില്ലാത്ത നാളുകളിൽ സ്നേഹം വാരിച്ചൊരിയുകയും മറ്റ് നാളുകളിൽ സാധാരണ പോലെ ആയിരിക്കുകയും ചെയ്യരുത്. എല്ലാ സന്ദർഭങ്ങളിലും ഒരേ പോലെ സമീപിക്കണം.

● 'നോക്കൂ, അച്ഛൻ വീടും നോക്കുന്നില്ല എന്നെയും ശ്രദ്ധിക്കുന്നില്ല. നീയാണെടാ എനിക്ക് എല്ലാം. എന്നെ നീയെങ്കിലും നന്നായി നോക്കുമോ?' എന്നതു പോലെ അമ്മമാർ പറയുന്നത് കുട്ടിയ ആശയക്കുഴപ്പത്തിലാക്കും. അച്ഛനോട് കുട്ടിക്ക് വെറുപ്പ് ഉണ്ടാകും. ഇത് അവരെ കാലം ചെല്ലുന്തോറും രക്ഷിതാക്കളെ വെറുക്കുന്നവരാക്കി മാറ്റും.

● ബന്ധുക്കളെയും സുഹൃത്തുക്കളെയും കുറിച്ച് നെഗറ്റീവ് കാര്യങ്ങൾ മാത്രം എപ്പോഴും പറഞ്ഞു പറഞ്ഞു കൊണ്ടേയിരുന്നാൽ, ആരുമായും മനസ്സ് തുറന്ന് ഇടപഴകുന്ന ഗുണം അവർക്ക് ഉണ്ടാകില്ല. കാലം കഴിയുമ്പോൾ രക്ഷിതാക്കളെയും ഇതേ പോലെ അവർ കരുതും. അത് അവരുടെ തെറ്റ് അല്ല, നിങ്ങളാണ് അങ്ങനെ വഴികാട്ടിയിരിക്കുന്നത്.

● കുട്ടികൾ വളർന്ന ശേഷം അവരുടെ ഫോൺ നിരീക്ഷിക്കുന്നത്, കോളെജിൽ കൊണ്ടു പോകുന്ന ബാഗ് പരിശോധിക്കുന്നത്, 'ഇത്രയും നേരം എവിടെ പോയിരിക്കുകയായിരുന്നു' എന്ന് തിരക്കുന്നത് പോലുള്ള കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യരുത്. അവർ തന്നെ എല്ലാ കാര്യങ്ങളും തുറന്നു പറയുന്ന രീതിയിൽ അടുപ്പമുള്ള അന്തരീക്ഷം ഉണ്ടാക്കണം.

● കുട്ടികൾ ചെയ്യുന്ന തെറ്റുകളെ, അവരുടെ ശീലങ്ങളെ കടുത്ത വാക്കുകൾ കൊണ്ട് വിമർശിക്കുന്നതിൽ ഒരു ഫലവും ഉണ്ടാകില്ല. അത് അവരെ നിങ്ങളിൽ നിന്ന് കൂടുതൽ അകറ്റും. അവർ എങ്ങനെ ആയിരിക്കുന്നതാണ് അനുയോജ്യമായത് എന്ന് പറയണം. അവരുടെ നല്ല ശീലങ്ങൾ അഭിനന്ദിക്കണം. അവർ മാറും.

● അവർ അഭിപ്രായം ചോദിക്കുമ്പോൾ മടി കാണിക്കരുത്. എന്നു കരുതി ദിവസവും വിളിച്ച് ഉപദേശിക്കരുത്. അവരുടെ നന്മയ്ക്കാണ് പറയുന്നതെങ്കിലും, ആ പ്രായത്തിൽ അവർക്ക് ഉപദേശം ഇഷ്ടമാകില്ല; ഉപദേശിക്കുന്നവരെയും.

● കുട്ടികൾ ചിലസമയങ്ങളിൽ ആവശ്യപ്പെടുന്ന കാര്യങ്ങൾ 'കഴിയില്ല' എന്ന് പറയാൻ തോന്നും. പക്ഷേ, അവരുടെ മനസ്സ് വിഷമിക്കരുതെന്ന് കരുതി സമ്മതിക്കും. അതിനു ശേഷം, 'നമുക്ക് ഇഷ്ടമില്ലാത്തതാണല്ലോ ഇവൻ ചെയ്യുന്നത്' എന്നതു പോലുള്ള ചിന്തയോടെ ഇരിക്കും. ഇത് അകൽച്ചയ്ക്ക് കാരണമാകും. നിങ്ങളെക്കൊണ്ട് കഴിയില്ല എന്ന് ചിന്തിക്കുന്നതാണെങ്കിൽ 'കഴിയില്ല' എന്നു തന്നെ പറഞ്ഞ് ശീലിക്കണം. അതിന്റെ കാരണം അവരോട് വ്യക്തമായി പറയണം. അവർക്ക് മനസ്സിലാകും. മനസ്സിൽ വെറുപ്പും ഉണ്ടാകില്ല. ●





ഒന്നാം സ്ഥാനം ആർക്ക്?

സ്കൂളിൽ ഓട്ടപ്പന്തയം നടന്നു. 50 വിദ്യാർത്ഥിനികൾ പങ്കെടുത്തു. ഇരു ഭാഗത്തും നിന്നിരുന്ന രക്ഷിതാക്കൾ കൈ തട്ടി അവരെ പ്രോത്സാഹിപ്പിച്ചു കൊണ്ടിരുന്നു. മൈതാനം പൂർണമായി ഒരു ചുറ്റ് ചുറ്റി വന്ന് ഫിനിഷിങ് പോയിന്റിൽ ആരാണോ ആദ്യം തൊടുന്നത്, അവർ വിജയിക്കും. ആദ്യ മൂന്ന് സ്ഥാനങ്ങളിൽ എത്തുന്നവർക്ക് സമ്മാനങ്ങൾ ഉണ്ട്.

ക്ലാസിൽ ഉയരമുള്ളതും ഇടയ്ക്കിടെ മൈതാനത്തിൽ ഓടി പരിശീലിക്കുന്നതുമായ മൂന്ന് വിദ്യാർത്ഥിനികൾ മുൻനിരയിൽ ഓടി ഫിനിഷിങ് പോയിന്റിൽ എത്തി. അവർക്ക് തന്നെ സമ്മാനങ്ങളും ലഭിച്ചു. മറ്റുള്ളവർ നിരാശരായി തിരിച്ചെത്തി.

വാക്കുകളേ വ്യത്യാസമുള്ളൂ

ഒരു രാജ്യത്തെ രാജാവ് കാട്ടിൽ വേട്ടയ്ക്കു പോയി. വേട്ടയുടെ ആവേശത്തിൽ അദ്ദേഹം കുതിരയെ വേഗത്തിൽ പായിച്ചതിനാൽ, തന്നോടൊപ്പം വന്ന പരിവാരങ്ങളിൽ നിന്ന് ഏറെ ദൂരത്തിൽ ഒറ്റപ്പെട്ടു. സൈന്യാധിപൻ, മന്ത്രി, സൈന്യം എന്നിങ്ങനെ എല്ലാവരും എല്ലാ ദിക്കിലും രാജാവിനെ തേടി അലഞ്ഞു.

മറ്റൊരു ഭാഗത്ത് രാജാവ് വിശപ്പും ദാഹവും കൊണ്ട് വലഞ്ഞു. കാട്ടിനുള്ളിൽ ഒരു കുടിൽ കണ്ട അദ്ദേഹം, 'അവിടെ വെള്ളവും ഭക്ഷണം ചോദിക്കാം. തീർച്ചയായും ഉപചരിക്കും' എന്ന വിശ്വാസത്തോടെ പോയി. അദ്ദേഹം കുതിരയെ വിട്ട് ഇറങ്ങുന്നത് വാതിലിൽ ഇരുന്ന തത്ത കണ്ടു.

ഉടനേ അത് ശബ്ദമുണ്ടാക്കാൻ തുടങ്ങി. 'ഓടി വരൂ... ഇവനെ പിടിച്ച് കൊല്ലൂ. ഇവന്റെ പക്കൽ നല്ല കുതിര ഉണ്ട്. ധാരാളം ആഭരണവും ധരിച്ചിട്ടുണ്ട്. വന്ന് എല്ലാം കൊള്ളയടിക്കൂ' എന്ന് പറഞ്ഞു. ഏതോ കൊള്ളക്കാരന്റെ കുടിലിൽ അകപ്പെട്ടു എന്ന് മനസ്സിലാക്കിയതും, രാജാവ് ഓടി കുതിരയിൽ കയറി. കുതിരയും അപകടം മനസ്സിലാക്കി അതിവേഗം പാഞ്ഞു. കൊള്ളക്കാർ കൂട്ടത്തോടെ പിന്നാലെയും. എന്നാൽ, രാജാവിന്റെ കുതിര അതിവേഗം കുതിച്ചതിനാൽ കൊള്ളക്കാർക്ക് പിടിക്കാൻ കഴിഞ്ഞില്ല.

രാജാവ് കൂടുതൽ ക്ഷീണിതനായി പൊയ്ക്കൊണ്ടിരുന്നപ്പോൾ മറ്റൊരു കുടിൽ കണ്ടു. ജാഗ്രതയോടെ അങ്ങോട്ട് പോയി. അവിടെയും ഒരു തത്ത ഇരിക്കുന്നത് കണ്ടപ്പോൾ രാജാവിന് അമ്പരപ്പായി. പക്ഷേ ആ തത്ത, 'വരൂ, ആരോ അതിഥി ക്ഷീണിതനായി വന്നിരിക്കുന്നു. അദ്ദേഹത്തിന് ഭക്ഷണവും വെള്ളവും നൽകൂ' എന്ന് പറഞ്ഞു. ഉള്ളിൽ നിന്ന് ഒരു സന്ന്യാസി വന്ന് രാജാവിന് ഭക്ഷണം നൽകി ഉപചരിച്ചു.

രാജാവ് നടന്നത് വിവരിച്ചു. സന്ന്യാസി ചിരിച്ചു കൊണ്ട്, 'ആ തത്തയും ഇതും ഒരേ ജോഡിക്ക് ജനിച്ചതാണ്. അതിനെ കൊള്ളക്കാർ വളർത്തുന്നു. അവർ പറയുന്നതു കേട്ട് വളരുന്നതിനാൽ അത് അങ്ങനെ ആയി. ഇവിടെ വളരുന്നതിനാൽ ഇത് ഇങ്ങനെയും. കേൾക്കുന്ന വാക്കുകളും ജീവിക്കുന്ന ചുറ്റുപാടും ആണ് ഗുണം തീരുമാനിക്കുന്നത്' എന്ന് പറഞ്ഞു അദ്ദേഹം.

രാജാവിന് കുഞ്ഞുങ്ങളെ വളർത്തുന്നതിന്റെ രഹസ്യം മനസ്സിലായി.



പന്തയത്തിൽ അഞ്ചാം സ്ഥാനത്ത് എത്തിയ വർഷിണി, വിഷമിച്ച് അച്ഛന്റെ അരികിൽ തിരിച്ചെത്തി. അച്ഛൻ അവളെ ചേർത്തു പിടിച്ചു കൊണ്ട്, 'ഓട്ടപ്പന്തയത്തിൽ നീ ജയിച്ചതിന് ഐസ്ക്രീം കഴിക്കാൻ പോകാമോ' എന്ന് ഉത്സാഹപ്പെടുത്തി. 'പക്ഷേ എനിക്ക് സമ്മാനമൊന്നും ലഭിച്ചില്ലല്ലോ അച്ഛാ! ഞാൻ അഞ്ചാമത് അല്ലേ ഫിനിഷ് ചെയ്തത്' എന്ന് ചോദിച്ചു വർഷിണി.

'നിനക്ക് പിന്നിലെ 45 പേർ എത്തിയിില്ലേ? അവരെജയിച്ച്നീഒന്നാംസ്ഥാനത്ത്എത്തിയില്ലേ! അത് വിജയം തന്നെയല്ലേ! അതിനാണ് നിനക്ക് ഐസ്ക്രീം സമ്മാനം' എന്ന് പറഞ്ഞു അച്ഛൻ.

'പക്ഷേ, എന്നെ താണ്ടി നാലു പേർ നന്നായി ഓടിയിട്ടുണ്ടല്ലോ.'

'ഇത്തവണ നീ അവരോട് മത്സരിച്ചില്ല എന്ന് കരുതിക്കോളൂ. അവർ നിന്നേക്കാൾ കൂടുതൽ കരുത്ത് ഉള്ളവരാണ്. നിന്നേക്കാൾ നന്നായി പരിശീലനം ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. അടുത്ത തവണ കൂടുതൽ കരുത്ത് നേടി, കൂടുതൽ പരിശീലനം ചെയ്ത് അവരോട് മത്സരിക്കാം. മറ്റുള്ളവരെ ജയിക്കുന്നത് അല്ല പ്രധാനം, നീ നിന്നെ ജയിച്ചാൽഎല്ലാവരേയുംജയിക്കാം' എന്ന്പറഞ്ഞു അച്ഛൻ.

ഒരു പരാജയത്തിൽ അച്ഛൻ പഠിപ്പിച്ചു നൽകുന്ന പാഠം, കുട്ടി മറക്കുകയേ ഇല്ല.

നെഗറ്റീവ് പറയരുത്

ഒരു പാർക്കിൽ വരുണും പ്രേമും കളിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയായിരുന്നു. ഇരുവരും 15 വയസ്സ് കുട്ടികൾ. അടുത്തടുത്ത വീടുകളിൽ താമസിക്കുന്നവർ. ഇരുവരുടെയും അമ്മമാരും പാർക്കിന്റെ ഒരു തണലിൽ ഇരുന്ന് സംസാരിച്ചു കൊണ്ടിരുന്നതിനാൽ കുട്ടികൾ കൂടുതൽ ഉത്സാഹത്തോടെ കളി തുടർന്നു.

ഒരു ഘട്ടത്തിൽ പാർക്കിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന ഒരു മരത്തിൽ കയറി കളിച്ചു അവർ. മരത്തിന്റെ ചെറിയ ശാഖയിൽ പിടിച്ച് തൂങ്ങിയപ്പോൾ, അത് മേലേയും കീഴേയും പോയി വന്നു. ഏതാണ്ട് ഊഞ്ഞാലിൽ ആടുന്നതു പോലുള്ള സന്തോഷം നൽകിയതിനാൽ, അവർ ഉത്സാഹത്തോടെ ഓരോ ചില്ലയിൽ പിടിച്ച് ഊഞ്ഞാലാടി.

പെട്ടെന്ന് കാറ്റ് വീശിയടിച്ചു. അതിൽ മരം കൂടുതൽ വേഗത്തിൽ ആടാൻ തുടങ്ങി. വരുണും പ്രേമും ഭയന്ന് കരഞ്ഞു. 'വരുൺ, മരച്ചില്ലയിൽ മുറുകെപ്പിടിച്ചോളൂ. ഭയക്കേണ്ട' എന്നു പറഞ്ഞു അവന്റെ അമ്മ. പ്രേമിന്റെ അമ്മ, 'ഡേയ്, പ്രേം, നീ വീഴും' എന്ന് ശകാരിച്ചു. വരുൺ മരച്ചില്ലയിൽ മുറുകെപ്പിടിച്ചു. കാറ്റ് അൽപ നേരത്തിൽ നിലച്ചതും ഇറങ്ങി വന്നു അവൻ. പ്രേം, അവന്റെ അമ്മ ശകാരിച്ചതും പിടിവിട്ട് താഴെ വീണു. ചെറിയ മുറിവ് പറ്റിയതൊഴിച്ചാൽ വലിയ പരിക്കുകളില്ല.

'രണ്ട് പേരും ഒരേ പോലെയാണ് മരത്തിൽ



കളിച്ചത്. വരുൺ ഭദ്രമായി ഇരുന്നു. എന്റെ മകൻ എങ്ങനെ വീണു' എന്ന് ചോദിച്ചു പ്രേമിന്റെ അമ്മ.

'മനസ്സ് എപ്പോഴും പോസിറ്റീവ് ആയ ഉത്തരവുകൾ ലളിതമായി ഉൾക്കൊള്ളും. മുറുകെ പിടിച്ചോ എന്ന് ഞാൻ പറഞ്ഞത് എന്റെ മകന്റെ മനസ്സ് നന്നായി ഉൾക്കൊണ്ടു. അവൻ ഉടനേ അത് ചെയ്തു. നിങ്ങൾ പ്രേമിനെ നോക്കി, 'നീ വീഴും' എന്ന് ശകാരിച്ചു. അവന്റെ മനസ്സിൽ ഉടനേ, വീഴുമോ എന്ന ഭയം വന്നു. ആ ഭയമാണ് അവനെ വീഴ്ത്തിയത്' എന്ന് പറഞ്ഞു വരുണിന്റെ അമ്മ.

കുട്ടികളോട് പോസിറ്റീവ് ആയി സംസാരിക്കണം. അവർക്ക് പോസിറ്റീവ് ആയ ശീലങ്ങളും ഫലങ്ങളും ഉണ്ടാകും. ●

RAMRAJ
കോട്ടൺ
ഇന്ത്യയുടെ സംസ്കാരം

വെണ്മ

പുതിയ കാഴ്ചകൾ

വോള്യം 9 ലക്കം 3

നവംബർ 2026

ഓണററി എഡിറ്റർ
കെ ആർ നാഗരാജൻ

പത്രാധിപർ
ടി ജെ ജ്ഞാനവേൽ

എക്സിക്യൂട്ടീവ് എഡിറ്റർ
സെബാസ്റ്റ്യൻ ജോസഫ്

അസിസ്റ്റന്റ് എഡിറ്റർ
വേണുഗോപാൽ എസ്

പ്രൊഡക്ഷനും ഡിസൈനും
തരു മീഡിയ (പ്രൈ) ലിമിറ്റഡ്,
നം. 188, ഗ്രൗണ്ട് ഫ്ലോർ,
14-ആമത് ക്രോസ് സ്ട്രീറ്റ് ജങ്ഷൻ,
ഡിഫെൻസ് കോളനി,
ഈക്കാട്ടുതാങ്കൽ,
ചെന്നൈ - 600 032
മൊബൈൽ - 9952920801

ഈ മാസികയുടെ ഒരു ഭാഗവും രേഖാപൂർവമുള്ള മുൻകൂർ അനുമതിയില്ലാതെ ഇലക്ട്രോണിക് മാധ്യമങ്ങൾ അടക്കം പുനപ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നത് പകർപ്പവകാശ നിയമനുസരിച്ച് നിരോധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നു.

Published by
K.R. NAGARAJAN,
Published from10, Sengunthapuram
Mangalam Road, TIRUPUR–641 604.
Email: venmaii@ramrajcotton.net

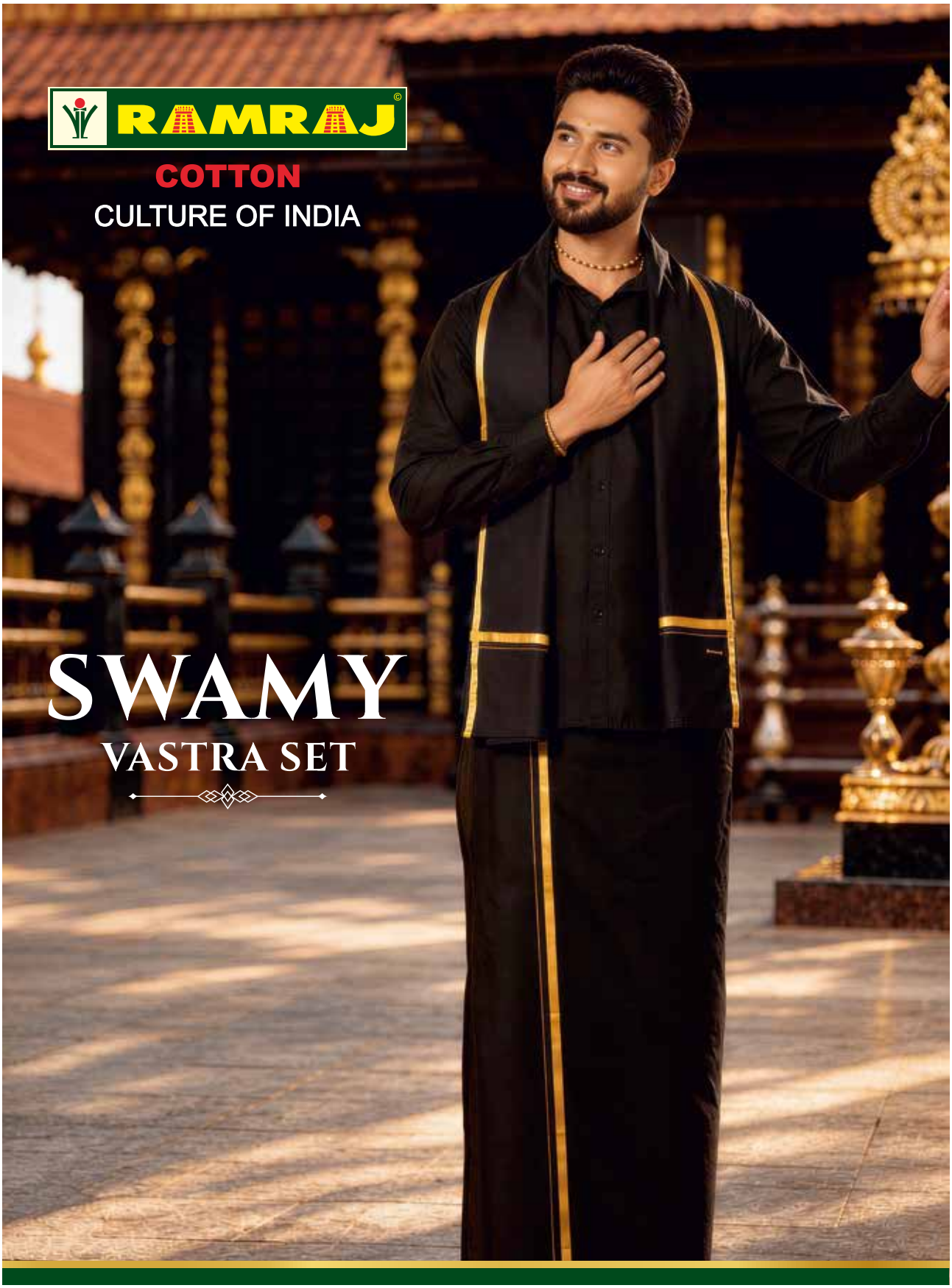
സ്വയംപര്യാപ്തരാകുക

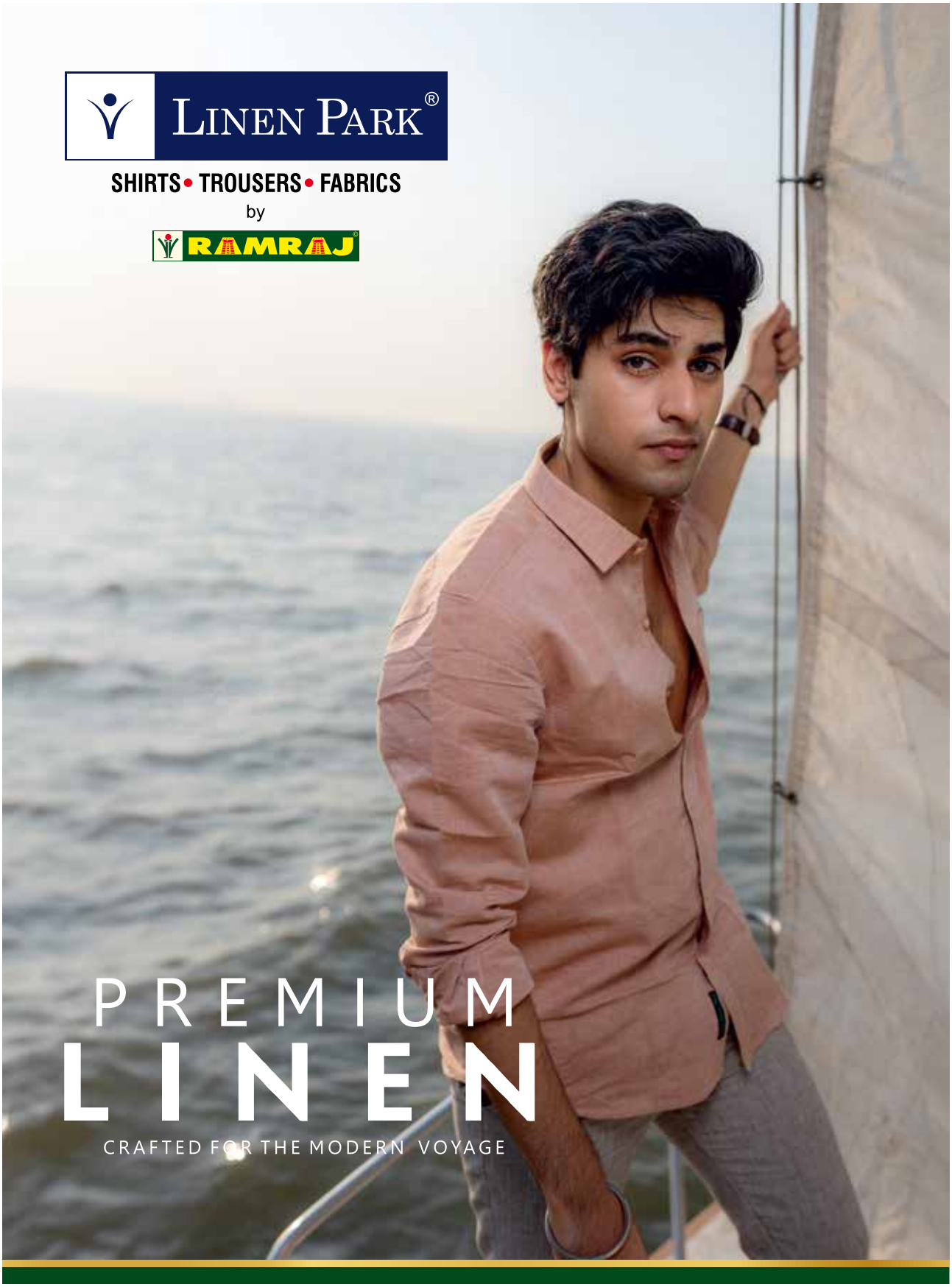
മറ്റു ജീവികളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി നമ്മുടെ ജീവിതത്തിൽ ജനനം തൊട്ട് മരണം വരെ സമൂഹം അല്ലെങ്കിൽ അവരുടെ പ്രതിനിധികളായ മാതാപിതാക്കൾ ഇടപെടുന്നു. ജനിച്ച ഉടനെ കുഞ്ഞുങ്ങളെ സ്വതന്ത്രമായി വിടുന്ന ജീവിവർഗങ്ങളിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തമായി ഗർഭാവസ്ഥ മുതൽ കുഞ്ഞിന്റെ സ്വാഭാവികമായ വളർച്ച വരെ, ചിലപ്പോൾ പ്രായപൂർത്തി കഴിഞ്ഞു പോലും, കുട്ടികളുടെ ജീവിതത്തിൽ മാതാപിതാക്കൾ വലിയ ഘടകമാകുന്നു. പിച്ച വയ്ക്കാൻ പോലും ആശ്രയം വേണ്ട കുഞ്ഞിന് സ്വന്തം കാലിൽ നിൽക്കാൻ കടമ്പകൾ വേറെയും ഉണ്ട്.

എന്നാൽ വിശാലമായ ലോകത്തിൽ യാതൊരു കവചവും ഇല്ലാതെ ജനിക്കുന്ന കുട്ടികൾ എപ്പോഴും പല പല ഭീഷണികളുടെ നടുവിലാണ്. അത് കണ്ടറിയാനും അവർക്ക് പ്രതിരോധം തീർക്കാനും മാതാപിതാക്കൾക്ക് കഴിയുന്നുണ്ടോ എന്നതാണ് വലിയ വെല്ലുവിളി. ചെറുപ്രായത്തിൽ ജീവസന്ധാരണത്തിനു മാത്രമല്ല ധാർമ്മികമായും നൈതികമായും തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കാനും മാതാപിതാക്കൾ കുട്ടികളെ പരിശീലിപ്പിക്കണം. ഭക്ഷണശീലങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുന്നതു പോലെ, കുട്ടിക്ക് അറിവ് സമ്പാദിക്കാനും സമൂഹവുമായി ഒത്തു ചേരാനും മറ്റുള്ളവരെ സ്നേഹിക്കാനും പ്രേരണ ഉണ്ടാകണം. അവരുടെ അഭിരുചികൾ കണ്ടെത്തി വളർത്തണം. പണത്തിനോ വിജയത്തിനോ പിന്നാലെ പായുന്നതിനു പകരം തനതായ ജീവിതം കെട്ടിപ്പടുക്കാൻ അവരെ സഹായിക്കണം.

ഇന്നത്തെ സങ്കീർണമായ ലോകത്തിൽ ഇവയൊന്നും എളുപ്പമല്ല. കാറും വിമാനവും വാങ്ങിക്കൊടുക്കാൻ നിങ്ങൾക്ക് കഴിഞ്ഞേക്കാം. പക്ഷേ അത് എങ്ങനെ ഉപയോഗപ്പെടുത്തണം എന്ന് പഠിപ്പിക്കുകയാണ് ശ്രമം. അതറിഞ്ഞു വേണം നിങ്ങളുടെ ഓരോ നീക്കവും. അതേ പോലെ കുട്ടികളും കാലത്തിന് അനുസൃതമായി മാറാൻ ശ്രമിക്കണം. ആത്യന്തികമായി സ്വയം ഉത്തരവാദിത്തം ഏറ്റെടുക്കുമ്പോഴേ കുട്ടികളുടെ പരിപാലനം സാർത്ഥകമാകൂ. ഉത്തരവാദിത്ത ബോധമുള്ള പുതു തലമുറയായി നമ്മുടെ കുട്ടികളെ മാറ്റുകയാകണം നമ്മുടെ യജ്ഞം.


RAMYYAM®
SAREES • KURTIS
From the house of
RAMRAJ®


RAMRAJ
COTTON
CULTURE OF INDIA
SWAMY
VASTRA SET


LINEN PARK®
SHIRTS • TROUSERS • FABRICS
by
RAMRAJ
PREMIUM
LINEN
CRAFTED FOR THE MODERN VOYAGE

mrithu®
super soft towels

by RAMRAJ©



RAMRAJ
കോട്ടൺ
ഇന്ത്യയുടെ സംസ്കാരം

നിങ്ങളുടെ വീട്ടിൽ വെണ്മ എത്തണ്ടേ?

വെണ്മ വരിക്കാരാകൂ



'ഉന്നതമായ ചിന്തകൾ ലോക മെമ്പാടും എത്തേണ്ടതുണ്ട്' എന്ന ഉൽകൃഷ്ടമായ ലക്ഷ്യത്തിൽ മികവുറ്റ ലക്കങ്ങൾ തുടർന്നും എത്തിച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ് വെണ്മ. ഓരോ കുടുംബവും അമൂല്യ മായ നിധി പോലെ സൂക്ഷിക്കേണ്ട ഒന്നാണ് ഈ ലക്കം

ഒരു വർഷം സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ 200 രൂപ
രണ്ട് വർഷം സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ 380 രൂപ

VENMAII എന്ന പേരിൽ എഴുതിയ/എടുത്ത ചെക്ക് / ഡിഡി അയക്കുക. അതിന്റെ പിൻഭാഗത്ത് നിങ്ങളുടെ പേരും വിലാസവും എഴുതണം.

അല്ലെങ്കിൽ

VENMAII എന്ന പേരിലുള്ള ബാങ്ക് അക്കൗണ്ടിൽ (A/C No:1809135000000299 Karur Vysya Bank, Tirupur SR Nagar Branch - IFSC: KVBL0001809) പണം ചെലുത്തി ആ രസീതിന്റെ പകർപ്പ് സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ ഫോമിനോടൊപ്പം അയക്കാം.

വെണ്മ
രാംരാജ് വി ടവർ.
10, ചെങ്കുന്തപുരം, മംഗലം റോഡ്,
തിരുപ്പൂർ-641 604
email: venmaii@ramrajcotton.net

സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ അടയ്ക്കാനും വെണ്മ ലക്കം മൊത്തത്തിൽ വാങ്ങാനും ബന്ധപ്പെടു.
ഫോൺ:
0421-4304106, 98422 74137

ഒരു നിമിഷം കൊണ്ട് വെണ്മയുടെ വരിക്കാരാകാം

1. നിങ്ങളുടെ സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ എന്നിവ വഴി അടയ്ക്കാം. PhonePe G Pay

UPI ട്രാൻസാക്ഷനിലൂടെയും മൊബൈൽ ഫോൺവഴിയും വെണ്മയുടെബാങ്ക് അക്കൗണ്ടിലേക്ക് സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ തുക അടയ്ക്കാം. വെണ്മ UPI id: kvbupiqr.75626@kvb

Bharat QR code സൗകര്യമുള്ള മൊബൈൽ ബാങ്കിങ് ആപ്പ് ഉപയോഗിക്കുന്നവർ, അതിൽ ഇവിടെ നൽകിയിരിക്കുന്ന വെണ്മയുടെ ബാങ്ക് അക്കൗണ്ടിന്റെ QR code സ്കാൻ ചെയ്ത് സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ തുക അടയ്ക്കാം.

2. പണം അടച്ചതായി ബാങ്കിൽ നിന്നുള്ള സന്ദേശം Forward ചെയ്യൂ

3. അതോടൊപ്പം പൂർണമായ മേൽവിലാസവും മൊബൈൽ ഫോൺ നമ്പരും വാട്സ്ആപ്പ് ചെയ്യൂ. മൊബൈൽ ഫോൺ നം: 98422 74137

ബാങ്ക് അക്കൗണ്ട് വിശദാംശങ്ങൾ:
Venmaii
A/C No: 1809135000000299, Karur Vysya Bank
Tirupur SR Nagar Branch, IFSC Code :KVBL0001809.

വിദ്യാർത്ഥികൾക്ക് പ്രത്യേക കിഴിവ്



ഒരു വർഷത്തെ സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ
രൂപ ~~200~~ രൂപ 125 മാത്രം

രണ്ട് വർഷത്തെ സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ
രൂപ ~~380~~ രൂപ 250 മാത്രം

(ആറാം ക്ലാസിനു മുകളിൽ പഠിക്കുന്ന വിദ്യാർത്ഥികൾക്കാണ് ഈ സൗജന്യം. സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ പണം അടയ്ക്കുമ്പോൾ വിദ്യാർത്ഥികൾ തിരിച്ചറിയൽ കാർഡിന്റെ പകർപ്പും അയക്കണം)

സീനിയർ സിറ്റിസൺ പ്രത്യേക കിഴിവ്



ഒരു വർഷത്തെ സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ
രൂപ ~~200~~ രൂപ 125 മാത്രം

രണ്ട് വർഷത്തെ സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ
രൂപ ~~380~~ രൂപ 250 മാത്രം

(60 വയസ്സിനു മുകളിലുള്ളവർക്കാണ് ഈ സൗജന്യം. സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ പണം അടയ്ക്കുമ്പോൾ ജനനത്തീയതിയുടെ തെളിവിന്റെ പകർപ്പും അയക്കണം)

ഷോറൂമുകളിൽ നിന്ന് 10,000 രൂപയ്ക്കു മേൽ ഉൽപന്നങ്ങൾ വാങ്ങുന്നവർക്ക്
ഒരു വർഷത്തെ സബ്സ്ക്രിപ്ഷൻ സമ്മാനമായി നൽകും

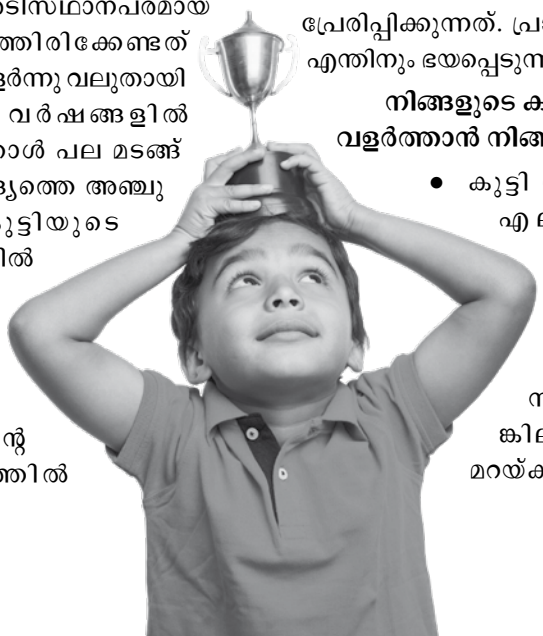
നിങ്ങളുടെ കുട്ടി ബുദ്ധിശാലി ആയാണോ വളരുന്നത്?



ഒരു കുട്ടി സ്കൂളിൽ പോകാൻ ആരംഭിക്കും മുമ്പേ, അതായത് അഞ്ച് അല്ലെങ്കിൽ ആറു വയസ്സിനു മുമ്പേ, ആ കുട്ടിയുടെ ബുദ്ധിസാമർത്ഥ്യം നിർണയിക്കപ്പെടും. ആ കുട്ടി എത്തരത്തിലുള്ള അന്തർലീനമായ കഴിവുകളോടെ വളരും എന്നതും ആവയസ്സിനുള്ളിൽതീരുമാനിക്കപ്പെടും.കുട്ടിയുടെ മസ്തിഷ്ക വളർച്ച വേഗത്തിലായിരിക്കുന്നത് ആ പ്രായങ്ങളിലാണ്. ആ പ്രായങ്ങളിൽ കുട്ടി പൂർണ മായ ബുദ്ധിസാമർത്ഥ്യം കാണിച്ച് ജ്വലിക്കും.

അത് തിരിച്ചറിഞ്ഞ് വളർത്തേണ്ടത് രക്ഷിതാ ക്കളുടെ ജോലിയാണ്. പക്ഷേ, നിർഭാഗ്യവശാൽ പല രക്ഷിതാക്കൾക്കും ഇതിന് സമയമില്ല. അവർ തങ്ങളുടെ കുട്ടിയെ ഏതെങ്കിലും ഒരു ലക്ഷ്മണ രേഖയ്ക്കുള്ളിൽ ആക്കാൻ ശ്രമിക്കും. പ്രീ സ്കൂൾ പോലുള്ള ഏതെങ്കിലും ഒന്നിൽ ചേർത്ത്, എല്ലാ കുട്ടികളേയും പോലെ വളർത്താൻ ചിന്തിക്കും. തങ്ങളുടെ കുട്ടിയുടെ അതുല്യത എന്താണെന്ന് അറിയാൻ ശ്രമിക്കാറുമില്ല.

ഓരോ രക്ഷിതാവും അടിസ്ഥാനപരമായ ചില സത്യങ്ങൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത് അവശ്യമാണ്. ഒരു കുട്ടി വളർന്നു വലുതായി ജീവിതത്തിൽ അഞ്ച് വർഷങ്ങളിൽ പഠിക്കുന്ന കാര്യങ്ങളേക്കാൾ പല മടങ്ങ് കൂടുതൽ കാര്യങ്ങൾ ആദ്യത്തെ അഞ്ചു വയസ്സിൽ പഠിക്കും. കുട്ടിയുടെ ആദ്യത്തെ അഞ്ച് വയസ്സിൽ പഠിക്കാനുള്ള അന്തർലീനമായ കഴിവ് അധികമായിരിക്കും. ആ പ്രായത്തിലാണ് മസ്തിഷ്കത്തിന്റെ കണക്ഷനുകൾ വേഗത്തിൽ വളരുന്നത്. അതിനാൽ കുട്ടിയുടെ ഇന്റലക്ചൽ ശേഷി കൂടുതൽ വിശാലമാകുകയും ചെയ്യും.



എന്തു കണ്ടാലും അതിന്റെ അടിസ്ഥാന തത്വങ്ങൾ അറിയണം എന്ന ആവേശവും പ്രചോദനവും കുട്ടികൾക്ക് ആദ്യത്തെ അഞ്ച് വയസ്സിലാണ് കൂടുതൽ ഉണ്ടാകുന്നത്. വീട്ടിലുള്ള വസ്തുക്കൾ വാരിവലിച്ചിടുന്നത്, കളിപ്പാട്ടം പൊട്ടിച്ച് അതിനുള്ളിൽ എന്താണ് ഉള്ളതെന്ന് തേടുന്നത്, രക്ഷിതാക്കൾചെയ്യുന്നതുകണ്ട് ചിലത് ചെയ്യാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ എല്ലാത്തിന്റെയും അടിസ്ഥാനം ഇതാണ്. ഒരു കുട്ടിക്ക് തന്റെ ആദ്യ അഞ്ചു വയസ്സിൽ ഭയം എന്താണെന്നേ അറിയില്ല. ഭയമില്ലാത്ത ഈ മനോഭാവമാണ് അവരെഎന്തുംശ്രമിച്ചുനോക്കാൻ പ്രേരിപ്പിക്കുന്നത്. പ്രായമേറുന്തോറും ഇതു മാറി എന്തിനും ഭയപ്പെടുന്ന അവസ്ഥ ഏർപ്പെടും.

നിങ്ങളുടെ കുട്ടിയെ ബുദ്ധിശാലിയായി വളർത്താൻ നിങ്ങൾ ചെയ്യേണ്ട കാര്യങ്ങൾ:

- കുട്ടി നിങ്ങളോട് ചോദിക്കുന്ന എല്ലാ ചോദ്യങ്ങൾക്കും ക്ഷമയോടെയും സത്യസന്ധമായും ഉത്തരം നൽകണം. നിങ്ങൾക്ക് ഒരു കാര്യം അറിയില്ലെങ്കിൽ, സാങ്കൽപികമായി എന്തെങ്കിലും കഥ പറഞ്ഞ്, സത്യം മറയ്ക്കരുത്. 'എനിക്ക് അറിയില്ല'



എന്ന് തുറന്ന് സമ്മതിച്ച് ഇന്റർനെറ്റിൽ തെരഞ്ഞോ സുഹൃത്തുക്കളോട് ചോദിച്ചറിഞ്ഞോ പറയണം.

- കുട്ടിക്ക് തന്റെ കളിപ്പാട്ടങ്ങളും മറ്റു വസ്തുക്കളും വയ്ക്കാൻ ഒരു പ്രത്യേക മുറി കഴിയുമെങ്കിൽ നൽകണം. മുറി മുഴുവനായും നൽകാൻ കഴിയുന്നില്ലെങ്കിൽ ഒരു നിശ്ചിത ഭാഗം നൽകണം.

- കുട്ടികളുടെ പ്രായത്തിന് അനുസൃതമായ ഉത്തരവാദിത്തങ്ങളും ജോലികളും നൽകണം. അവയിൽ നിന്ന് അവർ പഠിക്കും.

- ഇടയ്ക്കിടെ കുട്ടിയെ പുറത്തേക്ക് കൂട്ടിക്കൊണ്ടു പോകണം. ആയിരക്കണക്കിന് പണം ചെലവഴിച്ചുള്ള വിനോദ യാത്ര മാത്രമാണ് 'പുറത്തു പോകൽ' എന്നില്ല. ഏറ്റവും അടുത്തുള്ള ഇടങ്ങളിലേക്കോ കൃഷി ചെയ്യുന്ന വയലുകളിലേക്കോ കൊണ്ടു പോകാം. ഇത് പല പുതിയ കാര്യങ്ങളും അവർക്ക് പരിചയപ്പെടുത്തും.

- സഹ കുട്ടികളോടൊപ്പം കളിക്കുന്നത് അവരുടെ ബുദ്ധിസാമർത്ഥ്യം വളർത്തും. വ്യത്യസ്ത കുടുംബ പശ്ചാത്തലങ്ങളിൽ നിന്ന് വരുന്ന കുട്ടികളോടൊപ്പം നിങ്ങളുടെ കുട്ടിക്ക് നല്ല രീതിയിൽ ഇടപഴകാൻ അവസരം ഉണ്ടാക്കി നൽകണം. സമൂഹത്തിൽ നിലനിൽക്കുന്ന വൈജാത്യങ്ങൾ അറിഞ്ഞു കൊണ്ട് വളരാൻ ഇത് അവരെ സഹായിക്കും.



- ഇഷ്ടവിനോദങ്ങൾ വളർത്തണം. സർഗാത്മകത വെളിപ്പെടുത്താൻ അവർക്ക് അവസരം നൽകണം. കുട്ടികൾക്ക് ചായങ്ങളും പെൻസിലുകളും നൽകി വരയ്ക്കാനും പുസ്തകങ്ങൾ നൽകി വായിക്കാനും പറയണം. കുട്ടിയെ അരികിലിരുത്തി പുസ്തകം വായിച്ചു കാണിക്കണം. എങ്ങനെ വായിക്കണം എന്നതിന് ഉദാഹരണം കുട്ടിക്കാലത്തേ പഠിപ്പിക്കണം.

- തനിക്ക് ചുറ്റും നന്നായി നിരീക്ഷിച്ച് എന്തൊക്കെ പ്രശ്നങ്ങൾ ഉണ്ടെന്ന് നോക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടണം. ആ പ്രശ്നങ്ങൾക്ക് പരിഹാരം കാണാനും കുട്ടികളെ ശീലിപ്പിക്കണം.

- കുട്ടികൾക്ക് പരിഹരിക്കാൻ കഴിയുന്ന രീതിയിലുള്ള ചെറിയ ചെറിയ പ്രശ്നങ്ങൾ ഏറ്റെടുക്കാൻ അവരെ അനുവദിക്കണം. അവ എങ്ങനെ പരിഹരിക്കണം എന്നും പഠിപ്പിക്കണം. നിങ്ങൾ അതിന് വഴികാട്ടണം.

- കുട്ടികളെ മറ്റു കുട്ടികളുമായി താരതമ്യം ചെയ്ത് സംസാരിക്കരുത്. അത് അവരെ അപകർഷതാബോധത്തിലേക്ക് തള്ളിവിടും. കുട്ടിയെ സ്വയം ഉന്നതമായ അഭിപ്രായം രൂപപ്പെടുത്താൻ സഹായിക്കണം.

- 'നിന്നെ ശിക്ഷിക്കാൻ പോകുകയാണ്' എന്നോ 'ശിക്ഷിക്കും' എന്നോ കുട്ടിയെ ഭീഷണിപ്പെടുത്തരുത്. കുട്ടികളെ ശിക്ഷിക്കണം എന്നു കരുതി വെറുപ്പു കാട്ടരുത്.

- നിങ്ങളുടെ അനാവശ്യ കാരണങ്ങൾ കൊണ്ട് കുട്ടി മറ്റൊരാളെ പ്രതീക്ഷിച്ചിരിക്കേണ്ട സന്ദർഭം ഉണ്ടാക്കരുത്. ഒരു സഹായം കൃത്യ സമയത്ത് ലഭിക്കാതെ പോകുകയും 'തനിക്ക് സഹായം ചെയ്യാൻ ആരും ഇല്ലല്ലോ' എന്ന് നിരാശപ്പെടുകയും ചെയ്യേണ്ട ചുറ്റുപാട് സൃഷ്ടിക്കരുത്.

- തെറ്റുകൾ ചെയ്യുന്നതിൽ നിന്ന് കുട്ടിയെ തടുക്കരുത്. അവർ ചെയ്യുന്ന തെറ്റുകളിൽ നിന്ന് കൂടുതൽ പഠിക്കാൻ സഹായിക്കണം. അതേ സമയം ആ തെറ്റ് കൊണ്ട് കുട്ടിക്ക് എന്തെങ്കിലും ശാരീരിക ക്ഷതം ഉണ്ടാകാൻ സാധ്യത ഉണ്ടെങ്കിൽ തടുക്കണം.

ഇവയെല്ലാം ചെയ്താൽ നിങ്ങളുടെ കുട്ടി ബുദ്ധിശാലിയായി വളരും. പിന്നീട് സ്കൂളിൽ എത്തുന്ന ആ കുട്ടി എന്തിലും വിജയിക്കും. •

കുട്ടിയോട് ഇവയൊന്നും ചെയ്യരുത്...



പച്ചിളം പൈതൽ ഒരു പൂച്ചെണ്ടു പോലെ മൃദുവായതാണ്. അതിനെ കരുതലോടെ കൈകാര്യം ചെയ്യണം. രക്ഷിതാക്കൾക്കാണ് ഇതിൽ പൂർണ ഉത്തരവാദിത്തം. മറ്റുള്ളവരും ശ്രദ്ധയോടെ കുട്ടിയെ സമീപിക്കേണ്ടതുണ്ട്. കുട്ടികളുടെ കാര്യത്തിൽ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടവ:

- കുട്ടിക്ക് 6 മാസം വരെ മുലപ്പാൽ മാത്രമായിരിക്കണം നൽകേണ്ടത്. അതിനു ശേഷവും പശുവിൻ പാൽ ശീലിപ്പിക്കരുത്. പശുവിൻപാലിൽഉള്ളപ്രോട്ടീനുകളും ധാതുക്കളും കുട്ടികളുടെ ദഹനത്തിന് അനുയോജ്യമായവ അല്ല. മറ്റ് മാർഗമില്ലാതെ വന്നാൽ, ധാരാളം വെള്ളം ചേർത്ത് തിളപ്പിച്ച് നൽകണം.

- പ്രസവ ശേഷം കുട്ടിയുടെ പൊക്കിൾ കൊടി മുറിക്കും. അത് മൂന്ന് ആഴ്ചകളിൽ ഉണങ്ങി കൊഴിയും. അതു വരെ കുട്ടിയെ ശ്രദ്ധയോടെ കുളിപ്പിക്കണം. പൊക്കിൾ കൊടിയിൽ മഞ്ഞളും എണ്ണയും തേയ്ക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കണം. അവിടെ അണുബാധ ഉണ്ടാകാതെയും നോക്കണം.

- കുട്ടിക്ക് ആദ്യത്തെ ആറു മാസങ്ങളിൽ വെള്ളമോ ഖര വസ്തുക്കളോ നൽകരുത്. വെള്ളം ആവശ്യമായി വരില്ല. അതിൽ പകർച്ചവ്യാധികൾ പകരാനുള്ള അപകടം ഉണ്ട്. ഖര വസ്തുക്കൾ ദഹിപ്പിക്കാൻ കഴിയുന്നത്ര ശേഷി കുട്ടിയുടെ ആമാശയത്തിന് ഉണ്ടായിരിക്കില്ല.

- കുട്ടി ജനിച്ചയുടൻ അതിന് പഞ്ചസാര വെള്ളം, വയമ്പ്, കഷായം, നാക്കിൽ തേൻ തടവൽ എന്നിവയൊന്നും ചെയ്യരുത്.

- കുട്ടിയെ കുളിപ്പിച്ച ഉടൻ കുന്തിരിക്കം പുകയ്ക്കലും അരുത്. അലർജി, ശ്വസന പ്രശ്നങ്ങൾ പോലുള്ളവ ഇത് ഉണ്ടാക്കും.

- കുട്ടിക്ക് ജലദോഷം ആണെങ്കിലോ കുളിപ്പിക്കുമ്പോഴോ മറ്റെന്തെങ്കിലും കാരണങ്ങൾക്കോ മൂക്കിലോ കാതിലോ എണ്ണ ഒഴിക്കരുത്.

- കുട്ടിയെ കൂടുതൽ ചൂടും ഏറെ തണുപ്പും ഉള്ള സ്ഥലത്ത് കിടത്തരുത്. കുട്ടി തുടർച്ചയായി കരഞ്ഞാൽ, ചുറ്റുപാട് അതിന് അനുയോജ്യമായതല്ല എന്ന് അർത്ഥം. കാറ്റും വെളിച്ചവും ഉള്ള സുഖകരമായ അന്തരീക്ഷത്തിലായിരിക്കണം കുട്ടി. ശരീരം മുഴുവനും തുണി കൊണ്ട് പൊതിയാതെ, കാറ്റ് കടക്കുന്ന വിധം സൂക്ഷിക്കണം.

- രാവിലെ 10 മണിക്കു ശേഷം വൈകുന്നേരം 5 മണി വരെ വെയിൽ അധികമായിരിക്കുന്ന സമയങ്ങളിൽ കുട്ടിയെ പുറത്തേക്ക് കൊണ്ടുപോകാതിരിക്കണം. അങ്ങനെ ഒരു ആവശ്യം ഉണ്ടായാൽ, കുട ഒപ്പം കരുതണം.

- കുട്ടിയുടെ തല ഉറയ്ക്കാൻ മൂന്ന് മാസം ആകും. അതു വരെ കുട്ടിയെ എടുക്കുമ്പോൾ കഴുത്തും തലയും താങ്ങിപ്പിടിക്കണം.

- നവജാത ശിശുവിന്റെ ശരീരം സ്നേഹം കൊണ്ടു പോലും കുലുക്കരുത്. കുട്ടി ഉറങ്ങുമ്പോൾ കുലുക്കി ഉണർത്തരുത്. മൃദുവായി സ്പർശിച്ച് അല്ലെങ്കിൽ കവിളിൽ തട്ടി ഉണർത്തണം. ശരീരം കുലുക്കിയാൽ നാഡികൾക്ക് ക്ഷതം ഉണ്ടാകാം, ശ്രദ്ധിക്കണം.

- മുലപ്പാൽ എത്ര കുടിച്ചാലും കുട്ടിയുടെ രോഗപ്രതിരോധശേഷിആദ്യമൂന്നുമാസങ്ങളിൽ ദുർബലമായിരിക്കും. അതിനാൽ, വിവാഹം, ഉത്സവം, വിനോദയാത്ര പോലുള്ള തിരക്കേറിയ ചുറ്റുപാടുകളിൽ കൊണ്ടു പോകാതിരിക്കുക. രോഗാണുബാധ ഉണ്ടാകാം. •



ഹൃദ്യമായ ദീപാവലി പാരമ്പര്യങ്ങൾ

ഗംഗാ സ്നാനം: ഗംഗയിൽ സ്നാനം ചെയ്യുന്നവരുടെ പാപങ്ങൾ നീക്കി മോക്ഷം നൽകും ഗംഗാ മാതാവ്. ദീപാവലി നാളിൽ ഭഗവാൻ ശിവൻ ലോകത്തെ എല്ലാ ജലാശയങ്ങൾക്കും ഗംഗയുടെ പരിശുദ്ധി നൽകും എന്ന് വിശ്വാസം. ഈ ഐതിഹ്യ പ്രകാരം അന്ന് വീട്ടിൽ ലഭ്യമായ എല്ലാ വെള്ളവും ഗംഗാ ജലമായി കണക്കാക്കപ്പെടും.

മരുന്നുകുളി: ദീപാവലി നാളിൽ അതിരാവിലെ കുളിക്കുന്ന വെള്ളത്തിൽ ആൽ, ആത്തി, പ്ലാശ്, നീർമാതളം എന്നിങ്ങനെ ഔഷധ ഗുണങ്ങൾ ഉള്ള മരപ്പട്ടകൾ ഇട്ട് ചിലർ കുളിക്കും. ഇതിനാൽ രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി വർധിക്കും. ഈ ശീലം ചില ഗ്രാമങ്ങളിൽ ഇപ്പോഴും പിന്തുടരുന്നുണ്ട്.

പുതുവസ്ത്ര പൂജ: ദീപാവലി നാളിൽ എണ്ണ തേച്ച് കുളിച്ച ശേഷം, പുതുവസ്ത്രങ്ങളും പുതിയ പലഹാരങ്ങളും പൂജയ്ക്കു വയ്ക്കുന്നത് പതിവാണ്. ഇത് പൂർവികർക്ക് ചെയ്യുന്ന പൂജ. അന്ന് പിതൃക്കൾ വീട്ടിലെത്തും എന്ന് ഐതിഹ്യം.

ഭാഗ്യത്തിന്റെ വരവ്: ദീപാവലി നാളിൽ ഉപ്പ് വാങ്ങി വീട്ടിൽ വയ്ക്കുന്നത് ഭാഗ്യത്തിന്റെ വരവായാണ് കരുതപ്പെടുന്നത്. ഉപ്പിൽ മഹാലക്ഷ്മി കുടിയിരിക്കുന്നതായി വിശ്വാസം.

ദീപജ്യോതി പൂജ: ദീപാവലിയുടെ പിറ്റേ നാൾ ദീപജ്യോതി പൂജ ചെയ്താൽ പലവിധ ശുഭകാര്യങ്ങൾ വന്നു ചേരും. പൂജാ മുറിയിൽ തുമ്പിലയിട്ട്, അതിനു മുകളിൽ നിലവിളക്കു വച്ച് പൂജ ചെയ്താൽ പുത്രഭാഗ്യം ഉണ്ടാകുമെന്നും കുടുംബം അഭിവൃദ്ധിപ്പെടുമെന്നും വിശ്വാസം.

ഗോമാതാ പൂജ: ദീപാവലി ദിവസം ഗോമാതാ പൂജ ചെയ്യുന്നത് പുണ്യപ്രവർത്തിയാണ്. പശുവിന്റെ ദേഹത്ത് എല്ലാ ദൈവങ്ങളും കുടിയിരിക്കുന്നതായി പുരാണം. അന്ന് പശുവിനെ കുളിപ്പിച്ച് മഞ്ഞൾ, കുങ്കുമം, ചന്ദനം പൂശി, പൂക്കൾ അണിയിച്ച് പുതിയ വസ്ത്രം പുതപ്പിച്ച് പച്ചരി കലർന്ന ശർക്കര, വാഴപ്പഴം എന്നിവ നൽകി നമസ്കരിച്ചാൽ, ലക്ഷ്മി കടാക്ഷം ഉണ്ടാകുമത്രെ.

ശ്രീധന്വന്തരി ജയന്തി: രോഗമില്ലാതെ ജീവിക്കാൻ ധന്വന്തരിയെ നമസ്കരിക്കണം. ശ്രീധന്വന്തരിയെ ഭഗവാൻ വിഷ്ണുവിന്റെ അവതാരമായാണ് കണക്കാക്കപ്പെടുന്നത്. ധന്വന്തരി ജയന്തി ദീപാവലിയുടെ ഒന്നാം ദിവസമാണ് ആചരിക്കുന്നത്.

ലക്ഷ്മി പൂജ: ദീപാവലി ദിവസം വടക്കേ ഇന്ത്യയിൽ ലക്ഷ്മി പൂജ പതിവാണ്. അന്ന് വാതിൽക്കൽ അതിരാവിലെയും സന്ധ്യക്കും ദീപങ്ങൾ കൊളുത്തി താമരപ്പൂക്കൾ കൊണ്ട് പൂജിച്ച് പ്രാർത്ഥിച്ചാൽ, ലക്ഷ്മി കടാക്ഷം ലഭിക്കും.

കുബേര പൂജ: ദീപാവലിയുടെ മൂന്നാം നാൾ മഹാലക്ഷ്മി പൂജയും കുബേര പൂജയും ചെയ്യാറുണ്ട്. അന്ന് കുബേരൻ പുതിയ കരുത്ത് നേടി തന്നെ പൂജിക്കുന്നവർക്ക് സമ്പത്ത് നൽകി അനുഗ്രഹിക്കുമെന്ന് ഐതിഹ്യം.

മികച്ച രക്ഷിതാക്കളായി മാറണം

എപ്പോഴും സ്വന്തം കുട്ടികളുടെ ക്ഷേമം എന്ന ഒറ്റ ലക്ഷ്യത്തോടെ തീരുമാനം എടുക്കുന്നവരാണ് മികവുറ്റ രക്ഷിതാക്കൾ. അത്തരത്തിലുള്ള മികച്ച രക്ഷിതാക്കളായിരിക്കുന്നത് എങ്ങനെ?

നല്ല റോൾ മോഡലാകണം: 'ഇങ്ങനെ ചെയ്യൂ', 'അങ്ങനെ പെരുമാറൂ' എന്നൊക്കെ വെറുംവായിൽ പറയുന്നവർ മാത്രമായിരിക്കരുത്. പ്രവർത്തികൾ കൊണ്ട് അവർക്ക് നല്ല റോൾ മോഡലായിരിക്കണം. ഉപദേശങ്ങൾ കേട്ട് കുട്ടികൾ നടക്കാറില്ല. നിങ്ങളുടെ പ്രവർത്തികൾ കണ്ടാണ് അവർ വളരുന്നത്. കുരങ്ങുകളെ കണ്ടിരിക്കുമല്ലോ, നാം ചെയ്യുന്നത് അതു പോലെ ചെയ്തു കാണിക്കും. കുരങ്ങിൽ നിന്ന് രൂപമാറ്റം സംഭവിച്ച മനുഷ്യ വർഗവും അങ്ങനെ തന്നെ. രക്ഷിതാക്കൾ ചെയ്യുന്നതെല്ലാം കുട്ടികൾ സൂക്ഷ്മമായി നിരീക്ഷിച്ച് അതേ പോലെ ചെയ്തു നോക്കും. കുട്ടികൾ മര്യാദയും പോസിറ്റീവ് ചിന്ത ഉള്ളവരായും സ്നേഹവും കരുതലും കാട്ടുന്നവരായും വളരണം എന്നുണ്ടെങ്കിൽ അതേ പോലെ നിങ്ങൾ പെരുമാറണം.

സ്നേഹം നൽകണം: കൂടുതൽ സ്നേഹം നൽകി കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിനേക്കാൾ മികച്ച കാര്യം മറ്റൊന്നുമില്ല. കൂടുതൽ ലാളിച്ച് അവരെ വഷളാക്കുന്നത് വേറെ; കൂടുതൽ സ്നേഹം നൽകി അവരെ വളർത്തുന്നത് വേറെ. ഈ വ്യത്യാസം മനസ്സിലാക്കണം. ഇടം വലം തിരിയാൻ അനുവദിക്കാതെ വളർത്തുന്നതും, അവർ തെറ്റ് ചെയ്താലും ന്യായീകരിക്കുന്നതും അവരുടെ ബലഹീനതകൾ തിരുത്താതെ ഒഴിവാക്കുന്നതുമെല്ലാമാണ് അമിത ലാളന. സ്നേഹം നൽകുന്നതിനെ ഇതുമായി കൂട്ടിവായിക്കരുത്. കുട്ടികളോടൊപ്പം കൂടുതൽ സമയം ചെലവഴിക്കുന്നതും അവരുടെ പ്രശ്നങ്ങൾ വിവരിക്കുമ്പോൾ ശ്രദ്ധയോടെ കേട്ട് പരിഹാരം പറഞ്ഞും ചേർത്തു പിടിച്ച് കരുതൽ കാണിച്ചും അവരോടൊപ്പം ചേർന്ന് ഭക്ഷണം കഴിച്ചു കൊണ്ടുമെല്ലാം സ്നേഹം പകരണം. അവരുടെ ശരീരത്തിൽ സന്തോഷത്തിന്റെ ഹോർമോൺ ഉൽപാദിപ്പിച്ച് അവരെ ഉത്സാഹപ്പെടുത്തി വിജയത്തിലേക്ക് നയിക്കും.

സംരക്ഷണ കവചമായിരിക്കണം: കുട്ടികൾ തങ്ങളുടെ ഭയം, സങ്കടങ്ങൾ, പ്രശ്നങ്ങൾ, ആശയക്കുഴപ്പങ്ങൾ എന്നിങ്ങനെ എല്ലാത്തിനും പരിഹാരം നൽകുന്നവരാണ് രക്ഷിതാക്കൾ എന്നാണ് വിശ്വസിക്കുന്നത്. ആ വിശ്വാസം നിലനിർത്തണം. അവ രുടെ ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ക്ഷമയോടെ മറുപടി പറയണം. അവരുടെ ആശയക്കുഴപ്പങ്ങൾക്ക് വ്യക്തമായ പരിഹാരം നൽകണം. അവർ ചെയ്യുന്ന പുതിയ പരിശ്രമങ്ങൾ തടുക്കരുത്. അതിന്റെ നേട്ടങ്ങളും കോട്ടങ്ങളും വ്യക്തമായി വിവരിച്ച് അവരെ തീരുമാനം എടുക്കാൻ പറയണം.

അവരോട് സംസാരിക്കണം: ധാരാളം കുടുംബങ്ങളിൽ രക്ഷിതാക്കൾക്കും കുട്ടികൾക്കും ഇടയിലുള്ള സംസാരം കുറഞ്ഞിരിക്കുകയാണ്. സെൽഫോണിൽ രക്ഷിതാക്കൾ മുഴുകുമ്പോൾ വീഡിയോ ഗെയിമുകളിൽ കുട്ടികൾ മുഴുകും. സംസാരമാണ് രക്ഷിതാക്കൾക്കും കുട്ടികൾക്കും ഇടയിൽ ബന്ധം ശക്തമാക്കുന്നത്. സമൂഹവുമായി ഇടപഴകാനുള്ള ശീലം അതിലൂടെയാണ് അവർക്ക് ലഭിക്കുന്നത്. ഒരു കുട്ടിയുടെ മസ്തിഷ്കത്തിൽ പതിനായിരം കോടി ന്യൂറോണുകൾ ഉണ്ട്. ഇവയ്ക്കിടയിലുള്ള ആശയവിനിമയം ആരംഭത്തിൽ കൃത്യമായിരിക്കില്ല. ചിന്തകൾ, പ്രവർത്തികൾ, ഗുണങ്ങൾ എന്നിവ തീരുമാനിക്കുന്നത് ഈ ആശയവിനിമയമാണ്. കുട്ടികളോട് സംസാരിച്ച്, ജീവിതാനുഭവങ്ങൾനൽകുമ്പോഴാണ് ഈ ആശയവിനിമയം പൂർത്തിയാകുന്നത്.

അനുഭവങ്ങൾ നൽകണം: 'കുട്ടിയായിരുന്നാൽ മതിയായിരുന്നു' എന്ന് ചിന്തിക്കാത്തവർ ഉണ്ടാകില്ല. കുഞ്ഞായിരിക്കുമ്പോൾ ലഭിക്കുന്ന സന്തോഷം ആർക്കും ഒരിക്കലും ലഭിക്കില്ല. കുട്ടിക്ക് അത് പൂർണമായി



നൽകേണ്ടത് രക്ഷിതാക്കളുടെ കടമ. അവർക്ക് ഇഷ്ടപ്പെട്ടത് ചെയ്തു നൽകി, അവരുമായി സംസാരിച്ച് പുതിയ വാക്കുകളും ഭാഷകളും പരിചയപ്പെടുത്തണം. പുറത്തേക്ക് കൂട്ടിക്കൊണ്ടു പോകണം. സംഗീതം, കലകൾ എന്നിങ്ങനെ എല്ലാം പരിചയപ്പെടുത്തണം. പിൽക്കാലത്ത് അവർ ഓർത്തോർത്ത് അഭിമാനിക്കുന്ന അളവിൽ കുട്ടിക്കാലത്ത് അവർക്ക് അനുഭവങ്ങൾ നൽകണം.

ആ തെറ്റ് ചെയ്യരുത്: 'നമുക്ക് ലഭിക്കാത്ത എല്ലാം നമ്മുടെ കുട്ടികൾക്ക് ലഭിക്കണം' എന്ന് ശ്രദ്ധയോടെയും കരുതലോടെയും അവർക്ക് എല്ലാം ചെയ്തു കൊടുക്കുന്നതിൽ തെറ്റില്ല. പക്ഷേ, അത് പറഞ്ഞു കൊണ്ടേയിരിക്കരുത്. ഒരു വിലക്കൂടിയ കളിപ്പാട്ടം അവരുടെ കൈയിൽ നിന്ന് അബദ്ധത്തിൽ പൊട്ടിപ്പോകാം. ആ സമയത്ത്







ദേഷ്യപ്പെട്ട് ശകാരിക്കരുത്. അവർ തകർന്നു പോകും. സ്നേഹം കാണിക്കുന്നതും സഹായങ്ങൾ ചെയ്യുന്നതും പറഞ്ഞു കൊണ്ടേയിരിക്കരുത്.

ശിക്ഷിക്കരുത്: കഠിനമായി ശിക്ഷിക്കുമ്പോഴാണ് കുറ്റങ്ങൾ കുറയുന്നത് എന്നില്ല. അങ്ങനെ നൽകുന്ന രാജ്യങ്ങളിലാണ് ജയിലുകൾ നിറഞ്ഞു കവിയുന്നത്. ശിക്ഷകൾ കൊണ്ട് കുട്ടികളെ നല്ല വഴിക്ക് നടത്താം എന്ന് തെറ്റായി കണക്കുകൂട്ടരുത്. മോശമായ തെറ്റ് ചെയ്താൽ പോലും, അവരെ അടിക്കരുത്. ശകാരിച്ചും അടിച്ചും വളർത്തുന്ന കുട്ടികൾ, പുറത്തും സ്കൂളിലും അക്രമാസക്തരായി പെരുമാറും. നെഗറ്റീവ് വികാരങ്ങളോടെ വളരും. സ്നേഹം കൊണ്ട് തിരുത്തുന്നതാണ് മാന്ത്രികമായ മാർഗം.

ലക്ഷ്യങ്ങളിൽ ഉറച്ചു നിൽക്കണം: കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതിൽ നിങ്ങളുടെ ലക്ഷ്യം എന്ത്? അതിൽ ഉറച്ചു നിൽക്കണം. കുട്ടി സ്കൂളിൽ ഒന്നാം റാങ്ക് നേടണം, സന്തോഷത്തോടെ വളരണം, സ്വതന്ത്രമായി പ്രവർത്തിക്കണം, പോസിറ്റീവ് ചിന്തകൾ വെളിപ്പെടുത്തണം എന്നൊക്കെ ചിന്തിക്കും, അല്ലേ? ഇതിനും അപ്പുറമുള്ള മറ്റ് കാര്യങ്ങൾ അവരെ ബാധിക്കാതെ നോക്കണം. കുട്ടിക്ക് ലഭിച്ച മാർക്ക് കുറവാണോ? 'നിനക്ക് കഴിയും' എന്ന് പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കണം, അവർക്ക് ആവശ്യമായ സഹായങ്ങൾ ചെയ്യണം. ഓരോ കാര്യത്തിലും കുട്ടികൾക്ക് തുണയായിരിക്കണം. നിങ്ങളുടെ ദേഷ്യവും ടെൻഷനും അവരോട് കാണിച്ചാൽ, അവർ ആശയക്കുഴപ്പത്തോടെയും സന്ദേഹത്തോടെയും ആയിരിക്കും വളരുക.

കുട്ടിയുടെ വളർച്ച നിരീക്ഷിക്കണം



ഒരു കുട്ടിയുടെ വളർച്ചാ ഘട്ടങ്ങൾ ഏറെ മനോഹരമാണ്. അമ്മയേയും കുടുംബാംഗങ്ങളേയും തിരിച്ചറിയുന്നത്, അവരോട് സ്നേഹം കാണിക്കുന്നത്, പരിചയമുള്ളവർ എടുക്കാനായി കൈ നീട്ടുമ്പോൾ അവരിലേക്ക് ചായുന്നത്, പരിചയമില്ലാത്തവർ എടുക്കുമ്പോൾ കരയുന്നത്, വാരിപ്പുണർന്നാൽ സമാധാനപ്പെടുന്നത് എന്നിങ്ങനെ കുട്ടികളുടെ പ്രവർത്തികൾ എല്ലാം സാമൂഹിക വളർച്ചയായാണ് കണക്കാക്കപ്പെടുന്നത്.

ഇവയ്ക്കുപുറമേ,കുട്ടിയുടെതലഉറയ്ക്കുന്നത്, കമിഴുന്നത്, ഇരിക്കുന്നത്, നീന്തുന്നത്, നിൽക്കുന്നത്, നടക്കുന്നത് എന്നിങ്ങനെയുള്ള കുട്ടികളുടെ വളർച്ചാ ഘട്ടങ്ങൾ ഓരോന്നും നിശ്ചിത കാലത്തിൽ സംഭവിക്കണം. ഈ രണ്ട് രീതിയിലുള്ള വളർച്ചാ ഘട്ടങ്ങളും ശരിയായ പ്രായത്തിൽ തുടർച്ചയായി സംഭവിക്കുന്നുണ്ടോ എന്ന് നിരീക്ഷിക്കണം.

രണ്ട് മാസങ്ങൾ ആയതും: ഉച്ചത്തിലുള്ള ശബ്ദങ്ങൾ അവർ ഗൗനിക്കണം. പെട്ടെന്ന് ഉണ്ടാകുന്ന ശബ്ദങ്ങൾ കേട്ട് പരിഭ്രമിച്ച് കരയണം. തന്റെ മുഖത്തിനെതിരെ ചലിക്കുന്ന വസ്തുക്കൾ ഗൗനിക്കണം. അമ്മയേയും കുടുംബാംഗങ്ങളേയും നോക്കി ചിരിക്കണം. തന്റെ കൈകൾ വായിലേക്ക് കൊണ്ടു ചെല്ലണം. മലർന്നു കിടക്കുമ്പോൾ തല തിരിക്കാൻ ശ്രമിക്കണം. കൈകാലുകൾ ആട്ടണം.

നാലു മാസങ്ങൾ ആയതും: തല ചരിയാതെ നിവർന്നു നിൽക്കും. മടിയിൽ കിടത്തുമ്പോൾ തല ഉയർത്താൻ ശ്രമിക്കും. കമിഴ്ത്തി കിടത്തിയാൽ തല ഉയർത്തി നോക്കും. കൈകൾ മുന്നോട്ട് നീട്ടും. തന്റെ മുന്നിലൂടെ ചലിക്കുന്ന വസ്തുക്കളെ നന്നായി ഗൗനിക്കും. കണ്ണുകൾ ചുഴറ്റി നമ്മെ നോക്കി ചിരിക്കും. കൈയിൽ എന്തു നൽകിയാലും അത് വായിലേക്ക് കൊണ്ടു പോകും. കൈകൾ പിടിച്ചു കൊണ്ട് തറയിൽ കുട്ടിയുടെ കാലുകൾ ഊന്നിക്കൊടുത്താൽ, കാലുകൾ കൊണ്ട് തറയെ ഉന്തും.

അഞ്ചാം മാസം: തറയിൽ കിടത്തിയാൽ കമിഴ്ന്ന് കിടക്കും. അങ്ങനെ കമിഴ്ന്നു കിടന്നു കൊണ്ടു തന്നെ തറയിൽ വട്ടം ചുറ്റും. പാൽ കുടിച്ചതും

കുട്ടിയെ കഷ്ടപ്പെട്ടേ മലർത്തിക്കിടത്താൻ കഴിയൂ. അടിക്കടി കമിഴ്ന്നു കൊണ്ട് പാൽ ഛർദ്ദിക്കും. അരികിൽ തലയിണ വച്ച് മലർത്തിക്കിടത്തിയാൽ, തന്റെ കാലുകൾ പിടിച്ച് വായിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകും.

ആറാം മാസം: തന്റെ കൈയെത്തും ദൂരത്തുള്ള വസ്തുക്കൾ എടുക്കാൻ ശ്രമിക്കും. കൈയിലെടുക്കുന്ന എന്തും വായിലേക്ക് കൊണ്ടുപോകും. തനിക്ക് ചുറ്റും ഉണ്ടാകുന്ന ശബ്ദങ്ങൾ കേട്ട് തിരിഞ്ഞു നോക്കും. വീട്ടിലുള്ളവരുടെ മുഖം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് ചിരിക്കും. പുതിയ ആൾക്കാർ വന്നാൽ, അമ്പരപ്പോടെ മുഖത്തേക്ക് നോക്കും. 'ആ', 'ഓ' എന്ന ഒറ്റ അക്ഷരങ്ങൾ ഉച്ചരിക്കും. കമിഴ്ന്നു കിടന്ന് വയറു കൊണ്ട് മുന്നോട്ട് ചലിക്കും.

ഏഴും എട്ടും മാസങ്ങൾ: ഇരുത്തിയാൽ, ആരുടെ സഹായവുമില്ലാതെ സ്വതന്ത്രമായി ഇരിക്കും. അരികിലുള്ള കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ എത്തി എടുക്കും. ഇരിക്കുമ്പോൾ സന്തുലിതാവസ്ഥ തെറ്റി ചരിഞ്ഞാലും, നിവർന്ന് വീണ്ടും ഇരിക്കും.

ഒമ്പത്, പത്ത് മാസങ്ങൾ: നമ്മുടെ സഹായത്തോടെ എഴുന്നേറ്റ് നിൽക്കാൻ ശീലിക്കും. കിടക്കുന്ന കുട്ടി നമ്മുടെ സഹായം ഇല്ലാതെ എഴുന്നേറ്റ് ഇരിക്കും. നിങ്ങൾ ഒരു വാക്ക് പറഞ്ഞാൽ, അതിന്റെ ആദ്യ അക്ഷരം മാത്രം പറയും, 'മ്മാ', 'ച്ചാ' എന്ന് രക്ഷിതാക്കളെ വിളിക്കും. തന്റെ പേര് പറഞ്ഞ് വിളിച്ചാൽ, മനസ്സിലാക്കി തിരിഞ്ഞു നോക്കും. ഏതെങ്കിലും ഒരു ഇടത്തേക്ക് കൈ കാട്ടിയാൽ, അവിടേക്ക് തിരിഞ്ഞു നോക്കും. കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ ഒരു കൈയിൽ നിന്ന് മറ്റൊരു കൈയിലേക്ക് മാറ്റി കളിക്കും.

ഒരു വയസ്സ്: കൈകളും കാൽ മുട്ടും ഊന്നിക്കൊണ്ട് മുന്നോട്ട് നീങ്ങാൻ ആരംഭിക്കും. ഏതെങ്കിലും ഒരു വസ്തുവിൽ പിടിച്ചു കൊണ്ട് സ്വയം എഴുന്നേറ്റ് നിൽക്കും. ഭിത്തിയിൽ പിടിച്ചു കൊണ്ട് നടക്കാൻ ശ്രമിക്കും. നമ്മുടെ സഹായം ഇല്ലാതെ തന്നെ, ഒന്നിലും പിടിക്കാതെ തനിയെ ചില നിമിഷങ്ങൾ നിന്ന് നോക്കി ചിരിക്കും. കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ നിങ്ങൾ ഒളിപ്പിച്ചു വച്ചാൽ, തിരിഞ്ഞു നോക്കി തേടും. പരിചയമുള്ള വസ്തുക്കളുടെ പേര് നിങ്ങൾ പറഞ്ഞാൽ, തിരിഞ്ഞ് അവയെ നോക്കും. അവരോട് സംസാരിച്ചാൽ തലയാട്ടും. ആരെങ്കിലും യാത്രയായാൽ, ടാറ്റാ കാണിക്കും.



ഒന്നര വയസ്സ്: ഇരുന്നു കൊണ്ടു തന്നെ ആരുടെ സഹായവും ഇല്ലാതെ എഴുന്നേറ്റ് നിൽക്കും. ഒറ്റയ്ക്ക് അൽപ ദൂരം നടക്കും. അങ്ങനെ ശീലിച്ച് ഓടാൻ നോക്കി കാലിടറി വീഴും. കൈപ്പിടി പിടിച്ചു കൊണ്ട് പടികളിൽ കയറും. ഇഴഞ്ഞിറങ്ങും. പന്ത് കാലുകൾകൊണ്ട്അടിക്കും.അമ്മയോഅച്ഛനോ പുറത്തു പോയി വന്നാൽ ഉത്സാഹത്തോടെ പോയി കെട്ടിപ്പിടിക്കും. തനിക്ക് ശീലമുള്ള വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം മനസ്സിലാക്കും. മറ്റുള്ളവർ ചെയ്യുന്നതു കണ്ട് സ്വന്തമായി ചെയ്തു നോക്കും. 'അമ്മ', 'അച്ഛൻ' എന്നീ വാക്കുകൾ മുഴുവനായും പറയും.

രണ്ട് വയസ്സ്: 'പാൽ വേണം', 'വാരിത്തരൂ' എന്നിങ്ങനെയുള്ള രണ്ട് വാക്കുകൾ ചേർത്ത് സംസാരിക്കും. ചീപ്പ് എടുത്ത് തല ചീകും. ഇത്തരത്തിൽ നിത്യോപയോഗ വസ്തുക്കളുടെ ഉപയോഗം മനസ്സിലാക്കും. ലളിതമായ നിർദ്ദേശങ്ങൾ കേട്ട് കാര്യങ്ങൾ ചെയ്യും. നടക്കാനും ഓടാനും ശീലിച്ചിരിക്കും. പടികളിൽ ഭയമില്ലാതെ കയറിയിറങ്ങും. ചെറിയ ചെറിയ വാക്യങ്ങൾ സംസാരിക്കും.

ഇത്തരത്തിൽവളർച്ചാഘട്ടങ്ങൾഒന്നിനുപിറകേ ഒന്നായിസംഭവിക്കണം.കുട്ടികൾവളർച്ചാഘട്ടങ്ങൾ കൃത്യമായി കൈവരിക്കാതിരിക്കുകയാണെങ്കിലോ വൈകുകയാണെങ്കിലോ ഡോക്ടറുടെ ഉപദേശം ആരായേണ്ടത് അവശ്യം. ●



കുട്ടികൾ കളിക്കുന്ന വീട്

ഇഴയാൻ തുടങ്ങിയാൽ കുട്ടികളുടെ സാമ്രാജ്യം വീട് മുഴുവനും വ്യാപിക്കും. കൈകളിൽ കിട്ടുന്ന എന്തും വായിലേക്ക് കൊണ്ടുപോയി പരീക്ഷിക്കും. വളരുന്തോറും അവരുടെ അന്വേഷണ തൃഷ്ണയും വളരും. അതിനാൽ കുട്ടികൾ ഉള്ള വീട് അവർക്ക് സുരക്ഷ ഒരുക്കുന്നതാക്കി മാറ്റണം.

- കുട്ടി ചലിക്കാൻ തുടങ്ങിയ ശേഷം ആരുടെയെങ്കിലും ഒരാളുടെ കണ്ണുകൾ കുട്ടിയുടെ മേൽ തുടർച്ചയായി ഉണ്ടായിരിക്കണം. കുട്ടി എങ്ങോട്ടാണ് പോകുന്നത്, എന്താണ് കൈയിൽ എടുക്കുന്നത് എന്നൊക്കെ നിരീക്ഷിക്കണം.
- കുട്ടിയുടെ പ്രായത്തിന് അനുയോജ്യമായ കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ വാങ്ങി നൽകണം. കൂർത്തതും മൂർച്ചയുള്ളതുമായ കളിപ്പാട്ടങ്ങൾ നൽകരുത്. ഉടഞ്ഞു പോയ കളിപ്പാട്ടവും നൽകരുത്.
- കളിക്കുന്ന സമയത്തും അവരുടെ ഉള്ളം കൈയെക്കാൾ ചെറിയ വസ്തുക്കൾ ഒന്നും കൈയെത്തും ദൂരത്ത് വയ്ക്കരുത്. പ്രത്യേകിച്ച് ബാറ്ററി, ഹുക്ക്, ചാവി എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ. തീപ്പെട്ടി, ലൈറ്റർ എന്നീ അപകടകരമായ വസ്തുക്കളും എത്താത്ത ഇടത്തിൽ വയ്ക്കണം.
- ബലൂൺ, പോളിത്തീൻ കവർ എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ അവരുടെ കൈയെത്തും ദൂരത്ത് വയ്ക്കരുത്. ഇവ കടിച്ചു മുറിച്ച് അവർ വിഴുങ്ങാനുള്ള അപകടം ഉണ്ട്.
- കുട്ടികൾ നീന്തി നടക്കുന്ന വീട്ടിൽ ചൂടുള്ള ഒന്നും തറയിൽ വയ്ക്കരുത്.
- മൂർച്ചയുള്ള കത്തിയും അരിവാളും ഒന്നും കുട്ടിയുടെ കൈയെത്തും ദൂരത്ത് വയ്ക്കരുത്. അടുക്കളയിൽ അവർ വരാതെ സൂക്ഷിക്കണം.
- അയൺ ബോക്സ് അടക്കമുള്ള ഇലക്ട്രിക് വസ്തുക്കൾ എല്ലാം ഉയരത്തിൽ വയ്ക്കണം. വയറുകൾ തൂങ്ങിക്കിടക്കുന്ന വിധം വയ്ക്കരുത്. അങ്ങനെ ഇട്ടിരുന്നാൽ, അവർ അതിൽ പിടിച്ച് വലിക്കുകയും ശരീരത്തിൽ വീഴുകയും ചെയ്യും.
- സ്വിച്ചുകൾ, പ്ലഗ് പോയിന്റുകൾ എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ അവരുടെ കൈയെത്തുന്ന ഉയരത്തിലായിരിക്കരുത്. അങ്ങനെയുണ്ടെങ്കിൽ അവയുടെ വൈദ്യുതി ബന്ധം താൽക്കാലികമായി വിച്ഛേദിച്ചിരിക്കണം. ബൾബുകളും അവരുടെ കൈയെത്തുന്ന ദൂരത്ത് ആയിരിക്കരുത്.
- കസേര, ഡൈനിംഗ് ടേബിൾ എന്നിങ്ങനെയുള്ളവ പിടിച്ചു കൊണ്ട് കുട്ടികൾ എഴുന്നേൽക്കാൻ ശ്രമിക്കും. ഒരു ഫർണിച്ചറും അവർ പിടിച്ചതും ചരിഞ്ഞ് വീഴുന്നവ ആയിരിക്കരുത്. നല്ല ഭാരമുള്ളവ ആയിരിക്കണം.
- സുതാര്യ ബോട്ടിലുകളിൽ വെള്ളം അല്ലാതെ മറ്റൊന്നും വയ്ക്കരുത്. ലിക്വിഡ് സോപ്പ്, ആസിഡ് എന്നിവയെല്ലാം കൈയെത്താ ദൂരത്ത് വയ്ക്കണം.
- വലിയ പാത്രങ്ങളിൽ വെള്ളം പിടിച്ചു വയ്ക്കരുത്. തറയിൽ വെള്ളമോ എണ്ണയോ തൂവിയാൽ നന്നായി തുടച്ച് വൃത്തിയാക്കണം.
- ജനലും വാതിലും അടച്ചിട്ടുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പാക്കണം. ഓട്ടോമാറ്റിക് വാതിൽ ഉള്ള മുറിക്കുള്ളിൽ കുട്ടി പോയി വാതിൽ അടയ്ക്കാനുള്ള സാധ്യത ഉണ്ടെങ്കിൽ ആ പൂട്ട് നിർജീവമാക്കണം. ●

കുട്ടിക്ക് ഉറക്കം പ്രധാനം



ഒരു കുട്ടിയുടെ വളർച്ചയ്ക്ക് ആരോഗ്യകരമായ ഭക്ഷണം, കളി എന്നിവ പോലെ തന്നെ വേണ്ടത്ര ഉറക്കവും അവശ്യം. നല്ല ഉറക്കം ശരീരം ആരോഗ്യകരമാക്കുകയും മനസ്സിനെ ഉത്സാഹമാക്കുകയും ചെയ്യും. രോഗപ്രതിരോധ ശേഷി കരുത്തുറ്റതാക്കും. ഒരു കുട്ടിയുടെ പഠന ശേഷി, ഓർമ്മ ശക്തി, ചിന്തകൾ, സംസാരം, ബൗദ്ധികത എന്നിങ്ങനെ എല്ലാം മികച്ചതാകാൻ നല്ല ഉറക്കം പ്രധാനമാണ്.

കുഞ്ഞുങ്ങൾ പൊതുവിൽ മുതിർന്നവരേക്കാൾ ആഴത്തിൽ ഉറങ്ങും. അവരെ എഴുന്നേൽപിക്കുക എളുപ്പമായിരിക്കില്ല. എന്നാൽ, അൽപം വളർന്നു കഴിഞ്ഞാലാകട്ടെ അവരെ ഉറക്കുന്നത് എളുപ്പമല്ലാതാകും. കുട്ടികളുടെ ഉറക്ക ശീലത്തെക്കുറിച്ചും ഉറക്കുന്നതിനെപ്പറ്റിയും അറിയാം:

● കുട്ടികൾ ജനിച്ചതു മുതൽ മൂന്ന് മാസങ്ങൾക്ക് ദിവസവും 17 മണിക്കൂർ വരെ പോലും ഉറങ്ങാം. ഉറക്കം, ഉണരൽ, പാൽ കുടിക്കൽ, മലമൂത്ര വിസർജനം ചെയ്യൽ, വീണ്ടും ഉറക്കം എന്നിങ്ങനെ ആയിരിക്കും. പകലും രാത്രിയും തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാത്തതിനാൽ, രാത്രിയിലും ഉണർന്ന് കരയും. അമ്മയ്ക്ക് വിശ്രമമേ ലഭിക്കില്ല.

● നാലാം മാസം മുതൽ കുട്ടികൾക്ക് ചിട്ടയായ ഉറക്ക ശീലം കൈവരും. ദിവസവും ഏകദേശം 12 മുതൽ 16 വരെ മണിക്കൂർ അവർ ഉറങ്ങും. നിശ്ചിത സമയത്ത് ഉറങ്ങുന്ന ശീലം വന്നിരിക്കും. രാത്രി ദീർഘ നേരം ഉറങ്ങും. പകൽ രണ്ട് മണിക്കൂർ ഉറക്കം, അര മണിക്കൂർ ഉണർന്നിരിക്കൽ എന്നിങ്ങനെ ആയിരിക്കും.

● കുട്ടികൾക്ക് ഒരു വയസ്സ് ആയ ശേഷം രാത്രി പാലിനായി കരയുന്നത് കുറയും. ദിവസവും 11 മുതൽ 14 വരെ മണിക്കൂർ ഉറങ്ങും. പകൽ കളിച്ച് ക്ഷീണിച്ച് അൽപ നേരം വിശ്രമിക്കും.

● മൂന്നു മുതൽ അഞ്ച് വയസ്സു വരെയുള്ള കുട്ടികൾ ദിവസവും 10 മുതൽ 13 വരെ മണിക്കൂർ ഉറങ്ങും. പകലുറക്കം ഏതാണ്ട് കുറയും. ചില ദിവസങ്ങളിൽ ഉച്ചയ്ക്ക് മാത്രം ഉറങ്ങും. ചില ദിവസങ്ങളിൽ അങ്ങനെ ഉറങ്ങുകയുമില്ല.

● 6 മുതൽ 12 വയസ്സു വരെയുള്ള കുട്ടികൾ ദിവസവും 9 മുതൽ 12 വരെ മണിക്കൂർ ഉറങ്ങുന്നതാണ് പതിവ്. സ്കൂളിൽ പോകുന്ന ഈ പ്രായത്തിൽ നന്നായി ഉറങ്ങണം.

● നിശ്ചിത സമയത്ത് ഉറങ്ങാൻ പറയണം. വൈകുന്നേരം 6 മണിക്കു ശേഷം ടിവിയും സെൽഫോണും ഒഴിവാക്കണം. കളി കഴിഞ്ഞു വന്നതും കുളിക്കാൻ പറയണം. അത്താഴം 8 മണിക്ക് മുമ്പ് നൽകണം. കോഫി, ചായ, ചോക്കലേറ്റ് ഒഴിവാക്കണം. മിതമായ ചൂടിൽ പാൽ നൽകാം. കിടപ്പു മുറിയിൽ വെളിച്ചം ഇല്ലാത്ത, നിശ്ശബ്ദമായ അന്തരീക്ഷം നൽകണം. കഥകൾ പറഞ്ഞ് മനസ്സ് സന്തോഷകരമാക്കിയാൽ അവർ സ്വസ്ഥമായി ഉറങ്ങും. ●



കുട്ടികളിൽ സമ്പാദ്യശീലം വളർത്തണം



ഇന്നത്തെ ചുറ്റുപാടിൽ കുട്ടികൾക്കുള്ള വിദ്യാഭ്യാസ ചെലവും വിവാഹ ചെലവും റോക്കറ്റ് വേഗത്തിലാണ് കുതിക്കുന്നത്. ഇവയെല്ലാത്തിനും കുട്ടി ജനിച്ചതു മുതൽക്കേ രക്ഷിതാക്കൾ ആസൂത്രണം ചെയ്യുന്നതാണ് മികച്ചത്. ആ സമ്പാദ്യം സുരക്ഷിതമായിരിക്കുകയും കൃത്യമായി വളരുകയും വേണം.

ലൈഫ് ഇൻഷുറൻസ് പോളിസികൾ:

കുട്ടികളുടെ ഭാവിക്കു വേണ്ടി ഇൻഷുറൻസ് കമ്പനികൾ 'ചിൽഡ്രൻ മണി ബാക്ക് പോളിസി' എന്ന പദ്ധതി നൽകുന്നുണ്ട്. ജനിച്ചതു മുതൽ 12 വയസ്സു വരെ കുട്ടിയുടെ പേരിൽ ഈ പോളിസി എടുക്കണം. അവർക്ക് 25 വയസ്സ് ആകുമ്പോൾ പോളിസി മച്വേഡ് ആകും. പോളിസി തുകയുടെ 20% പണം, 18 വയസ്സ് ആകുമ്പോൾ മുതൽ തവണകളായി ലഭിക്കും. ഇതേ പോലെ 20 വയസ്സ്, 22 വയസ്സ് എന്നിങ്ങനെ അടുത്തടുത്ത തവണകൾ 20% ലഭിക്കും. 25 വയസ്സ് ആകുമ്പോൾ, ബാക്കി 40% കൂടാതെ ബോണസ് തുക ലഭിക്കും. ഈ പോളിസി ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസ ചെലവിന് സഹായിക്കും. പോളിസി കാലയളവിൽ രക്ഷിതാക്കൾക്ക് അപ്രതീക്ഷിതമായി എന്തെങ്കിലും സംഭവിച്ചാൽ, തുടർന്നുള്ള പ്രീമിയം അടയ്ക്കേണ്ടതില്ല,നിശ്ചിത കാലത്തിൽ തവണ തുക ലഭിക്കുകയും ചെയ്യും. ചുരുങ്ങിയത് ഒരു ലക്ഷം മുതൽ പരമാവധി എത്ര ലക്ഷത്തിനു വേണമെങ്കിലും പോളിസി എടുക്കാം. തവണകളായി പണം ആവശ്യമില്ലെങ്കിൽ, മൊത്തമായി 25 വയസ്സിൽ കൈപ്പറ്റാം. വിവാഹ ചെലവ് മുന്നിൽ കണ്ട് ധാരാളം പേർ ഇങ്ങനെ തീരുമാനിക്കാറുണ്ട്.

സുകന്യ സമൃദ്ധി യോജന:

പെൺകുട്ടികൾ ഉള്ള എല്ലാ രക്ഷിതാക്കൾക്കും അനുയോജ്യമായ നിക്ഷേപ പദ്ധതിയായ സുകന്യ സമൃദ്ധി യോജന 2015-ൽ കേന്ദ്ര സർക്കാർ ആരംഭിച്ചതാണ്. ഇതിൽ ചുരുങ്ങിയ നിക്ഷേപ തുക 250 രൂപയാണ്. അതോടൊപ്പം 50 രൂപയുടെ ഗുണിതങ്ങൾഎത്രവേണമെങ്കിലുംകൂട്ടിച്ചേർക്കാം. അതായത് 300 രൂപ, 350 രൂപ, 400 രൂപ എന്നിങ്ങനെ. മാസം ഒരു പ്രാവശ്യം, വർഷത്തിൽ ചില പ്രാവശ്യം എന്നിങ്ങനെ എങ്ങനെ വേണമെങ്കിലും തവണകൾ അടയ്ക്കാം. ഒരു വർഷത്തിൽ ഒറ്റ പ്രാവശ്യമായും അടയ്ക്കാം. പക്ഷേ, ഒരു സാമ്പത്തിക വർഷത്തിൽ ഒരു പെൺകുട്ടിയുടെ പേരിൽ പരമാവധി ഒന്നര ലക്ഷം രൂപ മാത്രമേ അടയ്ക്കാൻ കഴിയൂ.



ഈ പദ്ധതിയിൽ ചേരുമ്പോൾ പെൺകുട്ടിയുടെ വയസ്സ് 10 അല്ലെങ്കിൽ അതിൽ കുറവായിരിക്കണം. പോസ്റ്റ് ഓഫീസിലും പ്രമുഖ ബാങ്കുകളിലും ഈ അക്കൗണ്ട് തുറക്കാം. പെൺകുട്ടിയുടെ ജനന സർട്ടിഫിക്കറ്റ്, രക്ഷിതാക്കളുടെ ഫോട്ടോ തിരിച്ചറിയൽ കാർഡ്, വിലാസ തെളിവ് എന്നിവ മാത്രം മതിയാകും.

ഈ പദ്ധതിയിൽ പരമാവധി 15 വർഷം വരെ നിക്ഷേപിക്കാം. പെൺകുട്ടിക്ക് 21 വയസ്സ് ആകുമ്പോൾ പദ്ധതി മച്വേഡ് ആകും. ഇടയിൽ പെൺകുട്ടിയുടെ വിദ്യാഭ്യാസ ചെലവിനു വേണ്ടി 18 വയസ്സിനു ശേഷം 50% തുക നേടാൻ കഴിയും. 21 വയസ്സ് പൂർത്തിയായ ശേഷം വിവാഹ സമയത്ത് മച്വേഡ് തുക നേടാം.

പൊൻ മകൻ സമ്പാദ്യ പദ്ധതി:

പെൺകുട്ടികൾക്കുള്ള സുകന്യ സമൃദ്ധി യോജന പോലെ ആൺകുട്ടികൾക്കു വേണ്ടി കേന്ദ്ര സർക്കാർ ആരംഭിച്ച പദ്ധതി. ഇതിൽ ചുരുങ്ങിയ നിക്ഷേപ തുക 500 രൂപയാണ്. അതോടൊപ്പം 50 രൂപയുടെ ഗുണിതങ്ങൾ എത്ര വേണമെങ്കിലും കൂട്ടിച്ചേർക്കാം. അതായത് 550 രൂപ, 600 രൂപ, 650 രൂപ എന്നിങ്ങനെ. മാസം ഒരു പ്രാവശ്യം, വർഷത്തിൽ ചില പ്രാവശ്യം എന്നിങ്ങനെ എങ്ങനെ വേണമെങ്കിലും തവണകൾ അടയ്ക്കാം. എന്നാൽ, ഒരു സാമ്പത്തിക വർഷത്തിൽ ഒരു ആൺകുട്ടിയുടെ പേരിൽ പരമാവധി ഒന്നര ലക്ഷം രൂപ മാത്രമേ നിക്ഷേപിക്കാൻ കഴിയൂ.

ഈ പദ്ധതിയിൽ ചേരാൻ പ്രായ പരിധി ഇല്ല. എന്നാൽ, പരമാവധി 15 വർഷം വരെ ഇതിൽ നിക്ഷേപം നടത്താം. പോസ്റ്റ് ഓഫീസിലും പ്രമുഖ ബാങ്കുകളിലും ഈ അക്കൗണ്ട് തുറക്കാം. അക്കൗണ്ട് തുടങ്ങി അഞ്ചു വർഷങ്ങൾക്കു ശേഷം ഉന്നത വിദ്യാഭ്യാസം അല്ലെങ്കിൽ മെഡിക്കൽ ചെലവുകൾക്ക് പണം എടുക്കാൻ കഴിയും.

വിരമിക്കൽ കാലത്തിനു വേണ്ടിയുള്ള എൻ പി എസ് വാത്സല്യ:

പലരും തങ്ങളുടെ വിരമിക്കൽ കാലത്തിനുള്ള പണം സമ്പാദിക്കുന്നതിനെക്കുറിച്ച് 50 വയസ്സ് ആരംഭിക്കുമ്പോഴേ ചിന്തിക്കാറുണ്ട്. എന്നാൽ, കുട്ടിക്കാലം മുതൽക്കേ ഒരാളുടെ വിരമിക്കൽ കാലത്തിനു വേണ്ടി ആസൂത്രണം ചെയ്ത് നിക്ഷേപിക്കാൻ ആരംഭിച്ചാൽ വലിയ തുകയായി മാറും അത്. ഇത്തരത്തിൽ കുട്ടികൾക്കുള്ള വിരമിക്കൽ കാലത്തെയും രക്ഷിതാക്കൾ തന്നെ ആസൂത്രണം ചെയ്യുന്നതിനാണ് 'എൻ പി എസ് വാത്സല്യ' എന്ന പദ്ധതി കേന്ദ്ര സർക്കാർ അവതരിപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്.ഒരുകുട്ടിജനിച്ചതുമുതൽ ഈ പദ്ധതിയിൽ മാസം 1000 രൂപ രക്ഷിതാക്കൾ അടച്ചു കൊണ്ടിരിക്കുകയും ആ കുട്ടി വളർന്ന് ജോലിക്ക് പോയ ശേഷവും അത് തുടരുകയും ചെയ്താൽ, 60 വയസ്സിൽ അവർക്ക് 4.40 കോടി രൂപ ലഭിക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. കൂട്ടുപലിശയുടെ സമാനതകളില്ലാത്ത മാന്ത്രികതയാണ് ഇത്.

18 വയസ്സു വരെ ഉള്ള എല്ലാ കുട്ടികളെയും എൻ പി എസ് വാത്സല്യ പദ്ധതിയിൽ രക്ഷിതാക്കൾക്ക് ചേർക്കാൻ കഴിയും. ഈ അക്കൗണ്ട് ആരംഭിക്കാൻ ചുരുങ്ങിയ തുക 1000 രൂപയാണ്. പരമാവധി എത്ര വേണമെങ്കിലും അടയ്ക്കാം. ഈ പദ്ധതി തുടർച്ചയായി സജീവമായിരിക്കാൻ വർഷത്തിൽ ചുരുങ്ങിയത് 1000 രൂപ അടച്ചു കൊണ്ടിരിക്കണം. പ്രമുഖ ബാങ്കുകളിലും പോസ്റ്റ് ഓഫീസുകളിലും ഈ അക്കൗണ്ട് തുറക്കാം. അല്ലെങ്കിൽ ഓൺലൈനിൽ ഇ-എൻ പി എസ് വെബ്സൈറ്റിലൂടെയും അക്കൗണ്ട് തുറക്കാം. ●

അവർ എന്താണ് പിന്തുടരുന്നത്?

പാർക്കിൽ യുവതിയായ ഒരമ്മയും അവരുടെ 10 വയസ്സ് മകളും അതിവേഗത്തിൽ നടന്നു കൊണ്ടിരിക്കുകയാണ്. വിയർത്തൊലിച്ച് നടന്നു കഴിഞ്ഞതും പാർക്കിൽ ഉള്ള സിമന്റ് ബെഞ്ചിൽ രണ്ടു പേരും ഇരുന്നു. അൽപ നേരം ചിരിച്ചു സംസാരിച്ച് സന്തോഷത്തോടെ അമ്മ ഏതോ ഒരു പുസ്തകം തുറന്ന് വായിക്കുകയും ആ പെൺകുട്ടി തന്റെ പാഠ പുസ്തകം തുറക്കുകയും ചെയ്തു.

ഈ പ്രായത്തിൽ പാർക്കിൽ വ്യായാമം ചെയ്യാൻ വരുന്ന കുട്ടികൾ കുറവാണ്. എല്ലാവരും സെൽഫോണിൽ മുഴുകിയിരിക്കുന്ന ഈ കാലത്ത്, ഇങ്ങനെ അമ്മയോടൊപ്പം ചേർന്ന് പാർക്കിൽ എത്തി, വ്യായാമം ചെയ്ത് പഠിക്കുന്ന ആ പെൺകുട്ടിയുടെ പ്രവൃത്തി കണ്ട് ഒരാൾക്ക് അതിശയം തോന്നി. അവർ ഇടയ്ക്കിടെ പാർക്കിൽ എത്തുന്നത് ഇദ്ദേഹം കണ്ടിട്ടുണ്ട്. അതിനാൽ, അരികിൽ ചെന്ന് ആ അമ്മയെ പ്രശംസിച്ചു.



'അച്ചടക്കത്തോടെ കുട്ടിയെ വളർത്തിയിരിക്കുന്നു. നിങ്ങൾ ചെയ്യുന്ന എല്ലാം അവളും പിന്തുടരുന്നുണ്ട്' എന്ന് പറഞ്ഞു അദ്ദേഹം. അമ്മ പുഞ്ചിരിച്ചുകൊണ്ട്, 'ഞാൻ ഒന്നും പഠിപ്പിച്ചിട്ടില്ല. ഞാൻ പിന്തുടരുന്ന നല്ല ശീലങ്ങൾ കണ്ട് അവളും ചെയ്യുന്നു. കുട്ടികൾ ഉപദേശങ്ങളല്ല, പ്രവർത്തികളാണ് പിന്തുടരുന്നത്' എന്ന് പറഞ്ഞു അമ്മ.



മര്യാദക്കുട്ടികൾ ആക്കരുത്

'എന്റെ മോൻ മര്യാദക്കാര'നാണ് എന്ന് ചില രക്ഷിതാക്കൾ അഭിമാനത്തോടെ പറയും. കാരണം, അവർ പറയുന്നത് അനുസരിക്കുമത്രെ. കളിക്കുമ്പോഴോ എന്തെങ്കിലും കുസൃതികൾ കാണിക്കുമ്പോഴോ, 'ടാ, സന്തോഷേ...' എന്ന് അമ്മ ഒച്ചയിട്ടാൽ, പെട്ടെന്ന് കൈകൾ കെട്ടി അമ്മയുടെ അരികിൽ വന്നിരിക്കും.

കുട്ടികളുടെ ലോകം കളിയും സന്തോഷവും നിറഞ്ഞതാണ്. എപ്പോഴും ഊർജസ്വലരായിരിക്കുന്ന കുട്ടികൾ കുസൃതികളോടെ തന്നെയാണ് വളരേണ്ടത്. അതാണ് അവരുടെ സ്വാഭാവികത. ഇത് മാറ്റി അവരിൽ രക്ഷിതാക്കളുടെ ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ അടിച്ചേൽപിച്ച് അടക്കി വളർത്താൻ ശ്രമിച്ചാൽ കുഴപ്പത്തിലേ കലാശിക്കൂ. ടൈംടേബിൾ ഇട്ട് കുട്ടികളെക്കൊണ്ട് ഒന്നും ചെയ്യിക്കാൻ കഴിയില്ല. 'കളിക്കാതെ... ഒച്ച വയ്ക്കാതെ... ഒന്നിലും തൊടാതെ'... എന്ന് സദാ സമയവും വിരട്ടി രക്ഷിതാക്കളുടെ ഇഷ്ടങ്ങൾക്ക് അനുസൃതമായി വളരുന്ന കുട്ടി, ഒന്നും സ്വാഭാവികമായി ചെയ്യാൻ കഴിയാത്ത പാവയായി മാറും. അവരുടെ സർഗശേഷി കൈമോശം വരും. തുടർന്ന് എന്താണ് അവർക്ക് നേടാൻ കഴിയുന്നത്?

വസന്തം, ഹേമന്തം, ഗ്രീഷ്മം എന്നീ വ്യത്യസ്ത ഋതുക്കൾ പ്രപഞ്ച നിയമമാണ്. നിങ്ങൾ ആഗ്രഹി ക്കുന്ന ദിവസം മഴ പെയ്യിക്കാൻ സാധിക്കില്ല. ലോകത്ത് എല്ലാം ഇങ്ങനെയാണ്. എല്ലാ കാര്യങ്ങളിലും നല്ല അംശങ്ങളും ഉണ്ട്. കുട്ടികളിൽ നമ്മുടെ അംശങ്ങൾ അടിച്ചേൽപിക്കുമ്പോൾ അവ അവർ പിന്തുടർന്നേക്കാം. അതേ സമയം അവർ കുസൃതികൾ കൈവിട്ട് കുട്ടിക്കാല സന്തോഷം നഷ്ടപ്പെടുത്തുകയും അരുത് എന്നതും പ്രധാനമാണ്.

അവരോട് സംസാരിക്കണം



ഒരു കുട്ടിക്ക് മൂന്ന് മാസങ്ങളിൽ തന്നെ അമ്മയുടെ ശബ്ദം പരിചിതമാകും. വീട്ടിലെ മറ്റുള്ളവരുടെ സംസാരവും മനസ്സിലാക്കാൻ തുടങ്ങും. കുട്ടി ഉറങ്ങുമ്പോൾ വീട് ശാന്തമായിരിക്കണം. അതേ സമയം അമ്മ നടക്കുന്ന ശബ്ദം, പാചകം പോലുള്ള പതിവ് ശബ്ദങ്ങളും കുട്ടി ശീലിക്കും. അവ അവരുടെ ഉറക്കത്തെ ബാധിക്കില്ല. കുട്ടി ഉണർന്നിരിക്കുമ്പോൾ ഇടയ്ക്കിടെ അമ്മയോ മറ്റുള്ളവരോ സംസാരിച്ചു കൊണ്ടേയിരിക്കണം. തന്റെ അരികിൽ മറ്റുള്ളവർ ഉണ്ടെന്ന സുരക്ഷിത ബോധം അവർക്ക് ഉണ്ടാകും.

രണ്ട് വയസ്സിൽ ഒരു കുട്ടി, തന്റെ രക്ഷിതാക്കൾ സംസാരിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധിച്ചു കേട്ട്, അതിന് ഉത്തരം പറയാൻ തുടങ്ങും. രക്ഷിതാക്കൾ കൂടുതൽ സംസാരിക്കുമ്പോഴാണ് കുട്ടി നല്ല സംസാരപാടവം കൈവരിക്കുന്നത്. ഈ പ്രായത്തിൽ കുട്ടിയുമായി സംസാരിക്കാതിരുന്നാൽ, കുട്ടി സംസാരിക്കുന്നത് വൈകും. അതിനാൽ, കുട്ടികൾക്ക് വാക്കുകൾ പഠിക്കാനുള്ള അവസരം ഉണ്ടാക്കണം. 'ഇത് സോപ്പ്... ഇത് തേച്ച് കുളിച്ചാൽ അഴുക്ക് പോകും', 'ഇത് വെള്ളം.... ഇത് തിളപ്പിച്ചു കുടിച്ചാൽ രോഗങ്ങൾ വരില്ല' എന്നിങ്ങനെ വാക്കുകൾ സഹിതം ജീവിത ശീലങ്ങൾ പരിചയപ്പെടുത്താം.

പിഞ്ചു കുട്ടികൾ ഉള്ള വീട്ടിൽ, മുതിർന്നവർ ശബ്ദം ഉയർത്തി സംസാരിക്കരുത്. ചുറ്റിലുമുള്ള കാര്യങ്ങൾ അവർ മനസ്സിലാക്കാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ, ഉച്ചത്തിലുള്ള സംസാരം പോലും കുട്ടിക്ക് ഭയം ഏർപ്പെടുത്താം.

ഭക്ഷണം വേണം... ഭൂതം വേണ്ട...



ചിലർ കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണം കഴിക്കാനായി കൈയിൽ സെൽ ഫോൺ നൽകും. കാർട്ടൂണുകൾ കണ്ടു കൊണ്ടേ കുട്ടികൾ ഭക്ഷണം കഴിക്കും. സെൽഫോൺ കൈയിൽ നിന്ന് വാങ്ങിയാൽ, കരഞ്ഞ് ബഹളം വയ്ക്കും. മറ്റു ചിലർ, കുട്ടികൾ ഭക്ഷണം കഴിക്കാൻ മടി കാണിച്ചാൽ, 'ഭൂതം വരുന്നുണ്ട് നോക്ക്, അവന്റെ കൈയിൽ നിന്നെ കൊടുക്കും' എന്ന് ഭയപ്പെടുത്തും. ഇങ്ങനെയൊക്കെ ചെയ്താൽ, ഭക്ഷണത്തോടുള്ള ഇഷ്ടം അവർക്ക് നഷ്ടമാകും.

കുട്ടികൾക്ക് ഭക്ഷണം നന്നായി പരിചയപ്പെടുത്തണം. പാചകം ചെയ്യുമ്പോൾ അടുത്തിരുത്തി, 'ഇത് കാരറ്റ്, ഇത് ഞാൻ മുറിക്കാൻ പോകുകയാണ്. ഇത് കഴിച്ചാൽ കാഴ്ചശക്തി മെച്ചപ്പെടും' എന്ന് പറയാം. 'ഇത് ചീര. ഇത് കഴിച്ചാൽ എല്ലാ പോഷകങ്ങളും ലഭിക്കും.' എന്ന് പറയണം. ഭക്ഷണത്തിന്റെ സവിശേഷതകളും രുചിയും പരിചയപ്പെടുത്തിയാൽ, അവർ ഇഷ്ടപ്പെട്ട് കഴിക്കും.

കുട്ടിക്ക് എത്ര കഴിക്കാൻ കഴിയുമോ, ആ അളവിൽ മാത്രം ഭക്ഷണം നൽകണം. കഴിച്ചു കഴിഞ്ഞതും അവരെ പ്രശംസിക്കണം. കുട്ടി സ്വയം കഴിക്കാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ, ഭക്ഷണം തൂവിയാൽ വഴക്കു പറയരുത്. അവരെ ശീലിപ്പിച്ചാൽ തൂവാതെയും ഇഷ്ടത്തോടെയും കഴിക്കും.

രക്ഷിതാക്കൾ, കുട്ടികൾ... ആരാണ് മാറേണ്ടത്?

ഒരു വീട്ടിൽ പുതുതായി ഒരു പൂച്ചക്കുട്ടിയെ കൊണ്ടുവന്നു. ഉള്ളിലെത്തിയതും വീട് ഒരുതവണ ചുറ്റിനോക്കിയ പൂച്ച, ഹാളിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന സോഫയിൽ കയറി മാന്താൻ തുടങ്ങി. വീട്ടിൽ ഉണ്ടായിരുന്നവർ, സോഫ പാഴായിപ്പോകുമോ എന്ന ഭയത്തിൽ പൂച്ചയെ എടുത്ത് വെളിയിലാക്കി. അൽപനേരംകഴിഞ്ഞ് അതിനെവീണ്ടും ഉള്ളിലേക്ക് അനുമതി നൽകി. ഉത്സാഹത്തോടെ കളിച്ച പൂച്ച വീണ്ടും സോഫയിൽ കയറി നഖങ്ങൾ കൊണ്ട് മാന്തിയപ്പോൾ അതിനെ എടുത്ത് പുറത്താക്കി.

ആ പൂച്ച ഇതിനെ മറ്റൊരു രീതിയിലാണ് മനസ്സിലാക്കിയത്. നാലു വർഷങ്ങൾ കഴിഞ്ഞു. ഇപ്പോഴും പൂച്ചയ്ക്ക് വെളിയിൽ പോകണമെങ്കിൽ, സോഫയിൽ മാന്തും. ഉടനേ വെളിയിലാക്കും.

കുട്ടികളെ വളർത്തുന്നതും ഇങ്ങനെ തന്നെ. ഓരോ ദിവസവും രക്ഷിതാക്കൾ തങ്ങളുടെ പ്രവർത്തിയിലൂടെ കുട്ടികൾക്ക് നിരവധി കാര്യങ്ങൾ പഠിപ്പിക്കുകയാണ്. ശരിയായത് കുട്ടികൾ പഠിച്ചാൽ വിഷമിക്കേണ്ടതില്ല. തെറ്റായി പഠിച്ചാൽ പ്രശ്നമാകും.

ഗായത്രി തന്റെ അയൽ വീട്ടിലെ നളിനിയോട് സംസാരിക്കുകയാണ്. അപ്പോൾ, അടുത്ത വീട്ടിലെ വരുൺ മുടി നീട്ടി വളർത്തുന്നതിനെ കളിയാക്കി അവർ സംസാരിച്ചു. ഗായത്രിയുടെ കുട്ടി ഇത് കേൾക്കുന്നു. പിറ്റേ ദിവസം വരുൺ തന്റെ വീട്ടിൽ എത്തിയപ്പോൾ, 'നിന്റെ ഹെയർ സ്റ്റൈൽ സൂപ്പറായിട്ടുണ്ട്' എന്ന് പ്രശംസിച്ചു ഗായത്രി. ഇതിലൂടെ



മറ്റുള്ളവരെ അഭിനന്ദിക്കുന്ന ശീലം തന്റെ കുട്ടിക്ക് പഠിപ്പിച്ചു നൽകുന്നതായി ആ സ്ത്രീ വിശ്വസിച്ചു.

പക്ഷേ, ആ കുട്ടി സത്യത്തിൽ എന്താണ് പഠിച്ചത്? മറ്റുള്ളവരെക്കുറിച്ച് അവർ കേൾക്കാതെ കുറ്റം പറയുന്നതിൽ തെറ്റില്ല. മറ്റുള്ളവരെ അപമാനപ്പെടുത്തുന്നതിലും തെറ്റില്ല. കള്ളം പറയുന്നതിലും തെറ്റില്ല എന്നെല്ലാം പഠിക്കുന്നു.

കുട്ടി സ്കൂൾ ബാഗ് അലങ്കോലമാക്കി വച്ചിരിക്കുന്നു. അമ്മ അത് വൃത്തിയാക്കാൻ ആവശ്യപ്പെടുന്നു. കുട്ടി അത് കേട്ട ഭാവം നടിക്കുന്നില്ല. ഉടനേ അമ്മ ശകാരിക്കുന്നു. അതിലൂടെ, വൃത്തിയുടെ ആവശ്യകതയും മുതിർന്നവരെ മാനിക്കേണ്ട സദ്ഗുണവും കുട്ടി പഠിച്ചതായി അമ്മ വിശ്വസിക്കുന്നു.

പക്ഷേ, ആ കുട്ടി സത്യത്തിൽ എന്താണ് പഠിച്ചത്? നാം പറയുന്നത് ഒരാൾ ചെയ്തില്ലെങ്കിൽ വഴക്കു പറയാം. കുട്ടികളെ വഴക്കു പറയാനും ശിക്ഷിക്കാനും മുതിർന്നവർക്ക് അവകാശം ഉണ്ട്.

മൂന്ന് മണിക്ക് ഒരാളെ കാണണം. ഒരാൾ കുട്ടിയുമായി തിടുക്കത്തിൽ പോകുകയാണ്. വഴിയിൽ ഒരാൾ വീണ് പരിക്കേറ്റ് കിടക്കുന്നു. ഉടനേ അരികിൽ ചെന്ന് വെള്ളവും പ്രാഥമിക ശുശ്രൂഷയും നൽകി ആംബുലൻസ് വിളിച്ച് ആശുപത്രിയിലേക്ക് അയച്ച ശേഷം പോകുന്നു. അങ്ങനെ ചെല്ലേണ്ട സ്ഥലത്ത് വൈകി എത്തുന്നു. 'വൈകിയാലും സാരമില്ല' എന്ന് കുട്ടിയെ തെറ്റായി പഠിപ്പിക്കുകയാണോ എന്ന് വിഷമിക്കുന്നു.

പക്ഷേ, ആ കുട്ടി സത്യത്തിൽ എന്താണ് പഠിച്ചത്? ഒരാളുടെ ക്ഷേമവും പ്രധാനം, നമുക്ക് പരിചയമില്ലാത്തവർക്കും സഹായം ചെയ്യണം.

അതിനാൽ, കുട്ടികളെ മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കരുത്. നമുക്ക് നല്ല രീതിയിൽ മാറാം. ●

Owned, Published by K.R. NAGARAJAN, Published from 10, Sengunthapuram Mangalam Road, TIRUPUR - 641 604 &
Printed by B. ASHOK KUMAR at RATHNA OFFSET PRINTERS,
40, Peters Road, Royapettah, Chennai - 600 014. Editor : T.J. GNANAVEL

RAMRAJ©

VESTS

BRIEFS • TRUNKS

Inners for Winners!



Label-free comfort

100% Soft combed cotton jersey fabric

Seamless body construction

Maximum free movement

Venma Monthly - Postal Registration No. TN/TRU/31/2024-26. Registered with the Registrar of Newspapers for India under No.TNMAL/2017/75251.
Day of Publishing: 01-11-2026.Posted at Tirupur BPC on 5th of every month.

RAMRAJ©

CULTURE CLUB®

MATCHING DHOTIS • SHIRTS



SCAN QR CODE
FOR STORE LOCATION

Shop online at www.ramrajcotton.in | Available at Ramraj Showrooms All Leading Textile Shops