



ಬರಜುನು!

ಒಂಚೂರು ಅಷ್ಟೇ!

ಮಕ್ಕಳು ತಮ್ಮ ಭಾರವನ್ನು ತಾವೇ ಹೊರುವಂತೆ ಅವರನ್ನು ಸಜ್ಜುಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಆ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅವರನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ದೈಹಿಕವಾಗಿಯೂ ಗಟ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

■ ಸ್ವಯಂಪ್ರಭಾ

ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಜೋಪಾನ ಮಾಡುವ ಭರಾಟೆಯಲ್ಲಿ ಶೈತಾ ಸಂಜೆ ಐದುಗಂಟೆಗೆ ಮುನ್ನ ಅವರನ್ನು ಆಟವಾಡಲು ಕಳಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಬಿಸಿಲು ತಗ್ಗಿದ ಮೇಲೆಯೇ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಹೋಗಲು ಅಣ್ಣ ಪ್ರಭವ್ ಮತ್ತು ತಂಗಿ ಪೂರ್ವಿಗೇ ಅವಕಾಶ. ಆದರೆ ಅವರ ವಾರಿಗೆಯ ಮಕ್ಕಳೋ ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಮೂರು ಗಂಟೆಗೇ ಮೈದಾನಕ್ಕೆ ಬಂದು ಜಮಾಯಿಸಿಬಿಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅವರನ್ನು ತೋರಿಸಿ ಪ್ರಭವ್ ಅಮ್ಮನ ವಿರುದ್ಧ ಅಸಮಾಧಾನ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದ. 'ಎಲ್ಲರೂ ಅರ್ಧ ಆಟ ಮುಗಿಸಿದ ಮೇಲೆ ನಾವು ಹೋಗಬೇಕಾ?' ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ.

ಆದರೆ ಶೈತಾಳದ್ದು ಒಂದೇ ವರಾತ. 'ಅವರು ರಫ್ ಅಂಡ್ ಟಫ್ ಆಗಿ ಬೆಳೆಯುವ ಮಕ್ಕಳು. ಆ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಕೂಲಿಕಾರ್ಮಿಕರ ಮಕ್ಕಳೂ ಇದ್ದಾರೆ. ಅವರು ಸಹಜವಾಗಿ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿರುತ್ತಾರೆ. ಬಿಸಿಲು ಗಿಸಿಲು ತಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ನೀವು ಹಾಗಲ್ಲ. ಸ್ವಲ್ಪ ಜಾಗ್ರತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು' ಎಂದು ಮಕ್ಕಳಿಬ್ಬರನ್ನೂ ದಬಾಯಿಸಿ ಕೋಣೆಗೆ ಕಳಿಸಿ ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದಳು.

'ಏನಿದು ರಫ್ ಅಂಡ್ ಟಫ್ ಮಕ್ಕಳು ಅಂದರೆ...' ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಪ್ರಭವ್ ಆಟದ ಗ್ರೌಂಡಿಗೆ ಹೋಗಲು ಹೇಗಾದರೂ ದಾರಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದ. ತಂಗಿಯನ್ನು ಮನೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟು ಪ್ರವ್ರನೆ ಗೇಟು ದಾಟಿ ಹೋಗಿಬಿಡುತ್ತಿದ್ದ.

ಶೈತಾಳ ಪತಿಗೆ ಪತ್ನಿಯ ಈ ವರಸೆ ಒಪ್ಪಿಗೆಯಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಅದಾಗಲೇ ಪ್ರಭವ್ ನಾಜೂಕು ನಾರಾಯಣನ ತರ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದ್ದ. ನಾಲ್ಕನೇ ಕ್ರಾಸಿನ ಹುಡುಗ ಅವನು. ಮೊನ್ನೆ ತಾನೇ ಊರಿಗೆ ಹೋಗಲು ಸ್ನೀಪರ್ ಕೋಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಮೇಲಿನ ಸೀಟುಗಳನ್ನು

ಬುಕ್ ಮಾಡಿದ್ದ. ಅದರೆ ಪ್ರಭವ್‌ಗೆ ಮೇಲಿನ ಸೀಟು ಹತ್ತುವುದಕ್ಕೆ ಭಾರೀ ಕಷ್ಟವಾಯಿತು. ಮೈ ಭಾರವಿದ್ದುದರಿಂದ ಹತ್ತುವ ಇಳಿಯುವ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆ ಅವನಿಗಿಷ್ಟವಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅಪ್ಪ ಗಮನಿಸಿದ್ದರು. ಆದರೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಅವನ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳು ಚೂಟಿಯಾಗಿ, ಗೋಡೆ ಹಾರುತ್ತ, ಚಂಗನೆ ಮರವೇರುತ್ತ, ಎಷ್ಟೊಂದು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಇರಬೇಕಿತ್ತು! ಮಗ ಇನ್ನೂ ಸ್ವಲ್ಪ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಬೇಕು ಎಂದು ಆಗಾಗ ಅಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಿತ್ತು. ಆದರೆ ಅಮ್ಮನ ಮುದ್ದು ಮಾತ್ರ ಕುರುಡಾಗಿತ್ತು.

ಮಕ್ಕಳು ಒರಟಾದ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸುವಷ್ಟು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಬೇಕು ಎಂಬುದನ್ನು ಎಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಅದೇ ಮಾತು ಸ್ವಂತ ಮಕ್ಕಳ ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಬಂದಾಗ ಮಾತ್ರ ಪೋಷಕರ ನಿಲುವು ಬದಲಾಗುತ್ತದೆ. 'ಶಾಲೆಯ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಮಗುವಿಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಸೌಕರ್ಯ ಸಿಗಲಿ. ಮುಂದಿನ ಸಾಲಿನ ಒಳ್ಳೆಯ ಸೀಟು ಸಿಗಲಿ' ಎಂದು ಡ್ರೈವರ್ ಬಳಿ ಜಗಳಾಡುತ್ತಾರೆ. ಶಾಲೆಗೆ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತಾವೇ ಕರೆದೊಯ್ದು ಬಿಡುವುದಾದರೆ, ತಮ್ಮ ವಾಹನವನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟೂ ಶಾಲೆಯ ಗೇಟಿನ ಹತ್ತಿರದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲಿಸಲು ಪರದಾಡುತ್ತಾರೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಊಟ-ತಿಂಡಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಸಿಗಲಿ ಎಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನವೇ ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಿ ಬಿಸಿ ಬಿಸಿ ಊಟ ಕೊಟ್ಟು ಬರುತ್ತಾರೆ. ಎಷ್ಟೋ ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಿಸಿಯೂಟ ಇದ್ದರೂ, ಅಮ್ಮ ಮನೆಯಿಂದ ಮಾಡಿದ ರುಚಿಕಟ್ಟಾದ ಊಟವನ್ನು ತಂದುಕೊಡುವುದುಂಟು. ಸಂಜೆ ಶಾಲೆಯಿಂದ ಮಕ್ಕಳು ಹೊರಬಿದ್ದ ಕೂಡಲೇ ಓಡಿ ಹೋಗಿ, ಶಾಲೆಯ ಬ್ಯಾಗುಗಳನ್ನು ಹೆಗಲಿಗೇರಿಸಿಕೊಂಡು, ಲಂಚ್ ಬ್ಯಾಗ್‌ಗಳನ್ನು ತಾವೇ ಹಿಡಿದುಕೊಂಡು ನಡೆಯುವ ಅಮ್ಮಂದಿರು, ಅಪ್ಪಂದಿರು. ಹೀಗೆ

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೌಕರ್ಯಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸುವುದು ಎಂದರೆ ಪೋಷಕರಿಗೆ ಒಂದು ಪ್ರತಿಷ್ಠೆ ಅಥವಾ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಆತ್ಮತ್ಯಸ್ತಿ.

ಪಾಲಕರ ಕಾಳಜಿಯ ನಡವಳಿಕೆಗಳು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಬಹಳಷ್ಟು ದುರ್ಬಲವಾಗಿಸುತ್ತವೆ. ಶಾಲೆಯ ವಾಹನದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ತಾವೇ ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಕುಳಿತುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿಯಬೇಕು. ಹಿಂದಿನ ಸೀಟಾದರೂ ಪರವಾಗಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅವರೂ ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಒಂದಿಷ್ಟು ದೂರ ಶಾಲೆಗೆ ನಡೆದು ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಅವರ ಮನಸ್ಸು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರಬೇಕು. ಜೊತೆಗೆ ತಮ್ಮ ಭಾರವನ್ನು ತಾವೇ ಹೊರುವುದಕ್ಕೆ ಕೂಡ ಅವರು ಕಲಿಯಬೇಕಲ್ಲವೇ? ಈ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು ಅವರನ್ನು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿಯೂ ದೈಹಿಕವಾಗಿಯೂ ಗಟ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತವೆ.

ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಆಡುವುದರಿಂದ, ಒರಟು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿಯುವುದರಿಂದ ಇಂತಹ ಗಟ್ಟಿತನವು ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಒದಗಿ ಬರುವ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಪೋಷಕರು ತಪ್ಪಿಸಬಾರದು. ಅವರೇ ಅಂತಹ ಅವಕಾಶಗಳನ್ನು ಕಲ್ಪಿಸುವುದೂ ಮುಖ್ಯ.

ಒಳ್ಳೆಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಬಿಸಿಲು ಎಷ್ಟು ಮುಖ್ಯವಾದುದು ಎಂದು ಕೋವಿಡ್ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕಳೆದೇಡು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲ ಅರಿತಿದ್ದೇವೆ. ರೋಗ ನಿರೋಧಕ ಶಕ್ತಿ ವೃದ್ಧಿಯಾಗಬೇಕಾದರೆ ಬಿಸಿಲೇ ಔಷಧವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದಿಷ್ಟು ಹೊತ್ತು ಬಿಸಿಲಿನಲ್ಲಿ ಆಟವಾಡಲು ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಟೀಚರ್ಸ್ ಕೂಡ ಅವಕಾಶ ಕಲ್ಪಿಸಬೇಕು.

ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯಿಸಿ: feedback@sudha.co.in