

ਬੱਚੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਮੰਨਦੇ ਹਨ? (ਭਾਗ ੪)

ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ

Why children do not listen to the parents? (Part 4)

How to communicate with the children

ਹਰੇਕ ਇਨਸਾਨ ਦੀ ਇਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਦੂਸਰੇ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨ, ਸਮਝਣ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਕਰਨ। ਇਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦੀ ਵੀ ਇਛਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਅਤੇ ਦੂਸਰੇ ਲੋਕ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪ੍ਰਸੰਸਾ ਕਰਨ। ਜਦੋਂ ਬੱਚਾ ਛੋਟਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਉਸ ਦੀ ਹਰੇਕ ਗੱਲ ਨੂੰ ਜਾਂ ਈਨ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਦਾ ਯਤਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਾ ਬੋਤਾ ਵੱਡਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਉਸ ਦੇ ਦੋਸਤ ਵੀ ਬਣਦੇ ਹਨ। ਪਰੰਤੂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਹਰੇਕ ਖਾਹਿਸ਼ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਪੁਰਾਣੀ ਬਚਪਨ ਦੀ ਆਦਤ ਕਰਕੇ ਉਹ ਜਿਦ ਵੀ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਸਖਤੀ ਵੀ ਕੰਮ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਕਈ ਵਾਰੀ ਸਮਝਾਣਾ ਵੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਦੀ ਬੁਧੀ ਦਾ ਵਿਕਾਸ ਉਮਰ ਦਾ ਨਾਲ ਹੋਲੀ ਹੋਲੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਾਣ ਲਈ ਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦੇ ਵਿਕਾਸ ਲਈ ਨਿਰੰਤਰ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਦੇ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

ਦਹ ਦਿਸਿ ਸਾਖ ਹਰੀ ਹਰੀਆਵਲ ਸਹਜਿ ਪਕੈ ਸੋ ਮੀਠਾ ॥ (੧੧੦੯)

ਬੱਚੇ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਨਹੀਂ ਰਖ ਸਕਦੇ ਹਨ: ਇਸ ਲਈ ਜਦੋਂ ਬੱਚੇ ਆਪਣੀ ਇਛਾ ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੇ ਨੂੰ ਨਾ ਦੱਸ ਸਕਣ, ਜਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾ ਸਮਝਾ ਸਕਣ, ਤਾਂ ਅਕਸਰ ਬੱਚੇ ਚਿੜਚਿੜੇ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਅਜੇਹੀ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੁਪ ਕਰਨ ਲਈ ਜਾਂ ਰੋਣਾ ਬੰਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹਿਣ ਨਾਲ ਕੋਈ ਲਾਭ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਬਲਕਿ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿਚ ਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਵਨਾ ਦੱਸਣ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਜਾਂ ਆਮ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਨੂੰ ਜਾਨਣ ਲਈ ਸਾਨੂੰ ਗੁਰੂ ਦੇ ਦਰ ਤੇ ਆਉਣਾ ਪਵੇਗਾ, ਗੁਰੂ ਦੀ ਮਤ ਅਪਨਾਣੀ ਪਵੇਗੀ।

ਗੁਰਦੁਆਰੇ ਲਾਇ ਭਾਵਨੀ ਇਕਨਾ ਦਸਵਾ ਦੁਆਰੁ ਦਿਖਾਇਆ ॥ (੮੨੨)

ਪ੍ਰੇਮ ਤੇ ਸਰਬੱਤ ਦੇ ਭਲੇ ਵਿਚ ਉਹੀ ਮਨੁੱਖ ਪੂਰਾ ਉੱਤਰ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਿਹੜਾ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਸਮਝ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਰਜਾ ਵਿਚ ਰਹਿਣਾ ਕਬੂਲ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ। ਅਸਲੀ ਮਨੁੱਖ ਉਹੀ ਹੈ, ਜੋ ਕਿ ਸਾਰਿਆ (ਬੱਚੇ ਜਾਂ ਵੱਡੇ) ਵਿੱਚ, ਉਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਵਸਦਾ ਵੇਖਦਾ ਹੈ, ਕਿਉਂਕਿ ਅਜੇਹਾ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਉਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਭੇਦ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਦੀ ਦਿਸ਼ਾ ਵਲ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਭ ਮਹਿ ਸਚਾ ਏਕੋ ਸੋਈ ਤਿਸ ਕਾ ਕੀਆ ਸਭੁ ਕਛੁ ਹੋਈ ॥ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਨੈ ਸੁ ਏਕੋ ਜਾਨੈ ਬੰਦਾ ਕਹੀਐ ਸੋਈ ॥੩॥ (੧੩੫੦)

ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਚੇਚਾ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਜੇਕਰ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਕਿ ਬੱਚੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਗੱਲ ਸੁਣਨ ਤਾਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਵੀ ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਸੁਣਨ ਦੀ ਆਦਤ ਪਾਉਣ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗੱਲ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਬੱਚਾ ਖਿਝਣ ਲੱਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਚਿੜਚਿੜੇ ਸੁਭਾਅ ਵਾਲਾ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਚੀਕਣ ਲਗ ਪੈਂਦਾ ਹੈ, ਚੀਜ਼ਾਂ ਸੁਟਣੀਆਂ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਦੀ ਗੱਲਬਾਤ ਨੂੰ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਸੁਣਿਆ ਜਾਵੇ, ਉਸ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭਾਵਨਾ ਦੱਸਣ ਲਈ ਮੌਕਾ ਦਿਤਾ ਜਾਵੇ ਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਤੇ ਉਸ ਦਾ ਹੱਲ ਲੱਭਣ ਵਿਚ ਸਹਾਇਤਾ ਮਿਲ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਆਪਣੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਤੇ ਕਾਬੂ ਕਰਨਾ ਸਿਖ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਤੇ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਚਿੜਚਿੜ ਤੇ ਰੋਣਾਂ ਘਟ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਵੀ ਆਪਣੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਣਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਲਈ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਲਈ ਉਚੇਚਾ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਦਾ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਬਣਿਆ ਰਹੇ। ਭਾਵੇਂ ਕਿਸੇ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਹੋਵੇ, ਆਪਣਾ ਕੰਮ ਬੰਦ ਕਰਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਲਈ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਜ਼ਰੂਰ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਬੱਚਾ ਜੋ ਕੁਝ ਵੀ ਕਹਿ ਰਿਹਾ ਹੈ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਨ ਦੇ ਨਾਲ ਨਾਲ ਇਹ ਵੀ ਬੋਲਦੇ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਿ “ਹਾਂ”, “ਠੀਕ ਹੈ”, “ਹੋਰ ਦੱਸੋ”, ਆਦਿ। ਬੱਚੇ ਦੀਆਂ ਭਾਵਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਉਚੇਚਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਮੁਸ਼ਕਲ ਸਥਿਤੀ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਦਾ ਕਹਿਣਾ ਮੰਨਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਹੌਸਲਾ ਦਿਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਦੀ ਖਾਣ ਦੀ ਪਸੰਦ ਦੀ ਚੀਜ਼ ਬਣਾ ਕੇ ਖੁਸ਼ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਸਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਉਪਰਾਲੇ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਧਿਆਨ ਵਿਚ ਰੱਖਣਾ ਹੈ, ਕਿ ਸਬੰਧ ਕਾਇਮ ਕਰਨ ਲਈ ਬਹੁਤ ਸਮਾਂ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰੰਤੂ ਭਰੋਸਾ ਪਲ ਭਰ ਵਿਚ ਟੁਟ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਲਗਾਤਾਰ ਸੁਚੇਤ ਰਹਿਣ ਤੇ ਉਪਰਾਲੇ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।

ਚਲੇ ਚਲਣਹਾਰ ਵਿਚਾਰਾ ਲੇਇ ਮਨੋ ॥ ਗੰਢੇਦਿਆਂ ਛਿਆ ਮਾਹ ਤੁਤੰਦਿਆ ਹਿਕੁ ਖਿਨੋ ॥੨॥ (੪੮੮)

ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨੂੰ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸੋਚ ਵਿਚਾਰ ਕੇ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ: ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਸਬਦਾ ਨਾਲ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਲਹਿਜੇ ਨਾਲ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦਾ ਮੂੰਹ ਬਣਾ ਕੇ, ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਵੇਖ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਇਨ੍ਹਾਂ ਸਭ ਦਾ ਬੱਚੇ ਦੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਨਾਲ ਤਾਲਮੇਲ ਬਣਾਣ ਉੱਪਰ ਤੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਵਤੀਰੇ ਉੱਪਰ ਬਹੁਤ ਪ੍ਰਭਾਵ ਪੈਂਦਾ ਹੈ। ਜਿਥੋਂ ਤਕ ਹੋ ਸਕੇ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ

ਦਾ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਆਸਾਵਾਦੀ, ਉਤਸ਼ਾਹ ਦੇਣ ਵਾਲਾ ਤੇ ਠੀਕ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਮਜਬੂਰੀ ਜਾਂ ਮੁਸ਼ਕਲ ਹੋਵੇ, ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਇੱਛਾ ਪੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਪੱਕੇ, ਠੀਕ ਤੇ ਭਰੋਸੇ ਵਾਲੇ ਲਗਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਡਾਂਵਾਂਡੋਲ, ਅਨਿਸ਼ਚਤ ਤੇ ਸ਼ੱਕ ਵਾਲੇ ਨਹੀਂ ਲੱਗਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ। ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਬਿਨਾ ਉੱਚੀ ਬੋਲੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਚੁ ਵਾਪਰੁ ਕਰਹੁ ਵਾਪਰੀ ॥ ਦਰਗਹੁ ਨਿਬਰੈ ਖੋਪ ਤੁਮਾਰੀ ॥ ਏਕਾ ਟੇਕ ਰਖਹੁ ਮਨ ਮਾਹਿ ॥ ਨਾਨਕ ਬਹੁਰਿ ਨ ਆਵਹਿ ਜਾਹਿ ॥੬॥

(੨੯੩)

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰਨਾ ਤੇ ਨਿੰਦਣਾ ਨਹੀਂ: ਇਹ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਸਲਾਘਾ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਚੰਗੀਆਂ ਉਪਲਬਧੀਆਂ ਤੇ ਕਹਿਣਾਂ ਮੰਨਣ ਲਈ ਇਨਾਮ ਵੀ ਦੇਣਾਂ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਟਾਈਮ ਟੇਬਲ ਬਣਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਸ ਸਮੇਂ ਕੀ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਖੇਡਣ ਵੇਲੇ ਰੋਕੇ ਤਾਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਬੱਚੇ ਦਾ ਟਾਈਮ ਟੇਬਲ ਬਣਿਆ ਹੋਵੇਗਾ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਪਤਾ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਡਾਂਟਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਪਵੇਗੀ।

ਇਕੁ ਫਿਕਾ ਨ ਗਲਾਇ ਸਭਨਾ ਮੈ ਸਚਾ ਧਣੀ ॥ ਹਿਆਉ ਨ ਕੈਹੀ ਨਾਹਿ ਮਾਣਕ ਸਭ ਅਮੋਲਵੇ ॥੧੨੯॥ (੧੩੮੪)

ਨਿਮਰਤਾ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜਤਾ: ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਪੱਕਾ ਫੈਸਲਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਤੇ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੇ ਫੈਸਲਾ ਕਰਨ ਲਈ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਸਾਥੀ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੇ ਸਾਥ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਮਾਤਾ/ਪਿਤਾ ਦੀ ਇਹ ਗੱਲ ਪਸੰਦ ਨਾ ਆਵੇ ਤੇ ਉਹ ਪਿਤਾ/ਮਾਤਾ ਦਾ ਆਸਰਾ ਲੈਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਨ। ਇਸ ਲਈ ਦੋਵਾਂ ਨੂੰ ਦ੍ਰਿੜ ਰਹਿਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਸਮਝਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਦ੍ਰਿੜਤਾ ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦੀ ਆਦਤ ਨਹੀਂ ਬਣ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਕਿਉਂਕਿ ਵਾਰ ਵਾਰ ਅਜੇਹੇ ਹਾਲਾਤ ਵਿਚ ਬੱਚਾ ਇਕੱਲਾ ਤੇ ਬੇਸਹਾਰਾ ਸਮਝਣ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਹੋਰ ਬਾਕੀ ਸਭ ਕੰਮ ਨਿਮਰਤਾ, ਸ਼ਾਂਤੀ ਤੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਹੋਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਜਉ ਤਉ ਪ੍ਰੇਮ ਖੇਲਣ ਕਾ ਚਾਉ ॥ ਸਿਰੁ ਧਰਿ ਤਲੀ ਗਲੀ ਮੇਰੀ ਆਉ ॥ ਇਤੁ ਮਾਰਗਿ ਪੈਰੁ ਧਰੀਜੈ ॥ ਸਿਰੁ ਦੀਜੈ ਕਾਣਿ ਨ ਕੀਜੈ ॥੨੦॥

(੧੪੧੨)

ਦੂਰੋਂ ਆਵਾਜ਼ ਮਾਰਨ ਦੀ ਬਜਾਏ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ: ਬੱਚੇ ਦਾ ਸੁਣਨਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਕਿ ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਬੁਲਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਦੂਰੋਂ ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਖੇਡ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਹ ਆਪਣੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਮਸਤ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਕਿ ਉਹ ਗੱਲ ਸੁਣੇਗਾ। ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਨਾਲ ਅੱਖਾਂ ਮਿਲਾ ਕੇ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਬਹੁਤ ਸਹਾਇਕ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਆਪ ਨੀਵੇਂ ਹੋ ਕੇ ਜਾਂ ਮੇਜ ਤੇ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਉਚਾਈ ਤੇ ਹੋ ਕੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ। ਬੱਚੇ ਲਈ ਆਪਣਾ ਉਚੇਚਾ ਸਮਾਂ ਕੱਢਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੀ ਗੱਲ ਵੱਲ ਪੂਰਾ ਧਿਆਨ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਮਿਤਰਤਾ ਵਾਲਾ ਮਹੌਲ ਪੈਦਾ ਕਰਕੇ ਇਕ ਦੋਸਤ ਦੀ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਸਿਖਦਾ ਹੈ।

ਸਭੁ ਕੋ ਮੀਤੁ ਹਮ ਆਪਨ ਕੀਨਾ ਹਮ ਸਭਨਾ ਕੇ ਸਾਜਨ ॥ ਦੂਰਿ ਪਰਾਇਓ ਮਨ ਕਾ ਬਿਰਹਾ ਤਾ ਮੇਲੁ ਕੀਓ ਮੇਰੈ ਰਾਜਨ ॥੩॥ (੬੭੧)

ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਤੇ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਤ ਕਰੋ: ਬੱਚੇ ਦੇ ਨੁਕਸ ਕੱਢਣ ਦੀ ਬਜਾਏ, ਉਸ ਨੂੰ ਕੰਮ ਕਰਨ ਦਾ ਤਰੀਕਾ ਠੀਕ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਮਝਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ ਤਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਸਰਲ ਲਫਜ਼ਾਂ ਵਿਚ ਸਮਝਾ ਦੇਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਘਰ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਵਿਚ ਬੱਚੇ ਦਾ ਸਾਥ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਘਰ ਦੇ ਕੰਮ ਕਰਨੇ ਆ ਜਾਣ। ਜੇਕਰ ਬੱਚਾ ਗਲਤੀ ਕਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਨੂੰ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਦੁਬਾਰਾ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਦੁਬਾਰਾ ਕਰ ਕੇ ਵਿਖਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਅਨੁਸਾਰ ਬੱਚੇ ਦੇ ਕੰਮਾਂ ਦੀ ਵੰਡ ਕਰਨ ਨਾਲ ਆਪਸੀ ਖਿਚੋਤਾਨ ਘਟਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਸਮਝਣਾ ਹੈ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਗੁਣਾਂ ਨੂੰ ਜੀਵਨ ਵਿਚ ਅਪਨਾ ਕੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸਾਂਝ ਪੈਦਾ ਕਰਨੀ ਹੈ।

ਗੁਣਾ ਕਾ ਹੋਵੈ ਵਾਸੁਲਾ ਕਢਿ ਵਾਸੁ ਲਈਜੈ ॥ ਜੇ ਗੁਣ ਹੋਵਨਿ ਸਾਜਨਾ ਮਿਲਿ ਸਾਝ ਕਰੀਜੈ ॥ ਸਾਝ ਕਰੀਜੈ ਗੁਣਹੁ ਕੇਰੀ ਛੋਡਿ ਅਵਗਣ ਚਲੀਐ

॥ (੭੬੫, ੭੬੬)

ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਦਾ ਤੇ ਲੇਬਲ ਲਗਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ: ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਚੰਗੀਆਂ ਆਦਤਾਂ ਪਾਣ ਲਈ ਲੇਬਲ ਬਣਾ ਕੇ ਲੋੜੀਂਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਤੇ ਲਗਾਏ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਗਿਆਨ ਵਿਚ ਵਾਧਾ ਕਰਨ ਲਈ ਤੇ ਜੀਵਨ ਸੰਬੰਧੀ ਸਿਖਿਆ ਦੇਣ ਲਈ ਵੱਖ ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਾਡਲ ਬਣਾ ਕੇ ਸਮਝਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਈ ਟਾਈਮ ਟੇਬਲ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਹੌਸਲਾ ਵਧਾਣ ਲਈ ਇਨਾਮ ਤੇ ਨੰਬਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਚੰਗੇ ਕੰਮਾਂ ਲਈ ਸਟਾਰ ਦਿੱਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਲਿਖਣ ਦਾ ਬਹੁਤ ਸ਼ੌਕ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਤੇ ਲੇਬਲ ਲਗਾਣ ਦਾ ਕੰਮ ਚੰਗਾ ਲਗਦਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੇ ਕੰਮ ਵਿਚ ਬੱਚਿਆਂ ਦਾ ਸਾਥ ਲੈਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਜੋ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਦੋਸਤੀ ਤੇ ਪਿਆਰ ਕਾਇਮ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕੇ।

ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉੱਚਾ ਆਚਰਨ ਤੇ ਚੰਗੇ ਗੁਣ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਲਈ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਕਹੇ ਅਨੁਸਾਰ, ਉਸ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੁਆਰਾ ਚੇਤੇ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਚਿਤ ਵਿਚ ਵਸਾਣ ਨਾਲ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਵਾਸਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਸਦਾ ਸੁਖ ਸ਼ਾਂਤੀ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ ਤੇ ਦੁਖਾਂ ਦਾ ਨਾਸ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਇਸ ਲਈ ਆਪਣੇ ਗੁਰੂ ਦੇ ਉਪਦੇਸ਼ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲ ਕੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਸਿਫਤ-

ਸਾਲਾਹ ਕਰਦੇ ਰਹੋ ਤੇ ਗੁਰੂ ਦੀ ਖੁਸ਼ੀਆਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਰਹੋ। ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੇ ਰਜਾ ਅਨੁਸਾਰ ਚਲਣ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਦਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਮਾਣਦੇ ਰਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ। ਸਦਾ ਬਿਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੀ ਸਿਫਤਿ-ਸਾਲਾਹ ਵਾਲੇ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਨੂੰ ਹਰ ਵੇਲੇ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਟਿਕਾ ਕੇ ਰੱਖੋ ਤੇ ਸ਼ਬਦ ਅਨੁਸਾਰ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਦੀ ਘਾਤਤ ਘੜਦੇ ਰਹੋ। ਜੇਕਰ ਗੁਰ-ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਬਰਕਤ ਨਾਲ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ-ਘਰ ਵਿਚ ਅਡੋਲ ਟਿਕੇ ਰਹੋਗੇ, ਤਾਂ ਭਟਕਣਾ ਮੁੱਕ ਜਾਏਗੀ ਤੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਹੀ ਲੱਭ ਸਕੋਗੇ। ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ ਨੂੰ ਵਿਕਾਰਾਂ ਤੋਂ ਬਚਾਣ ਲਈ, ਆਪਣੇ ਮਨ ਵਿਚ ਕਦੇ ਵੀ ਕਿਸੇ ਦਾ ਬੁਰਾ ਨਾ ਸੋਚੋ, ਕਦੇ ਵੀ ਮਨ ਵਿਚ ਇਹ ਅਜੇਹੀ ਇੱਛਾ ਪੈਦਾ ਨਾ ਹੋਣ ਦਿਓ, ਜਿਸ ਨਾਲ ਕਿਸੇ ਦਾ ਨੁਕਸਾਨ ਹੋਵੇ। ਇਸ ਦਾ ਨਤੀਜਾ ਇਹ ਹੋਵੇਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵੀ ਕੋਈ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਲਗ ਸਕੇਗਾ। ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਨੇ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਨਾਮ ਹੀ, ਟੂਣੇ ਜਾਂ ਮੰਤਰ ਦੇ ਤੌਰ ਤੇ ਦਿੱਤਾ, ਉਹ ਮਨੁੱਖ ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਦੁਆਰਾ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦੇ ਨਾਮ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੋਇਆ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਹਰ ਵੇਲੇ ਪਛਾਣਦਾ ਤੇ ਮਾਣਦਾ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ।

ਆਸਾ ਮਹਲਾ ੫ ॥ ਜਾ ਕੈ ਸਿਮਰਨਿ ਸੁਖ ਨਿਵਾਸੁ ॥ ਭਈ ਕਲਿਆਣ ਦੁਖ ਹੋਵਤ ਨਾਸੁ ॥੧॥ ਅਨਦੁ ਕਰਹੁ ਪ੍ਰਭ ਕੇ ਗੁਨ ਗਾਵਹੁ ॥ ਸਤਿਗੁਰੁ ਅਪਨਾ ਸਦ ਸਦਾ ਮਨਾਵਹੁ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਸਤਿਗੁਰ ਕਾ ਸਚੁ ਸਬਦੁ ਕਮਾਵਹੁ ॥ ਬਿਰੁ ਘਰਿ ਬੈਠੇ ਪ੍ਰਭੁ ਅਪਨਾ ਪਾਵਹੁ ॥੨॥ ਪਰ ਕਾ ਬੁਰਾ ਨ ਰਾਖਹੁ ਚੀਤ ॥ ਤੁਮ ਕਉ ਦੁਖੁ ਨਹੀ ਭਾਈ ਮੀਤ ॥੩॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਤੰਤੁ ਮੰਤੁ ਗੁਰਿ ਦੀਨਾ ॥ ਇਹੁ ਸੁਖੁ ਨਾਨਕ ਅਨਦਿਨੁ ਚੀਨਾ ॥੪॥੧੧॥੬੨॥ (੩੮੬)

“ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕਾ ਖਾਲਸਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਜੀ ਕੀ ਫਤਹਿ”

(Dr. Sarbjit Singh)
Vashi, Navi Mumbai - 400703.
Email = sarbjitsingh@yahoo.com,
Web= <http://www.geocities.ws/sarbjitsingh/>
<http://www.sikhmarg.com/article-dr-sarbjit.html>