



સ્વચ્છ ભારતની પહેલાં સ્વસ્થ યુવાધન

શાળાઓ ઊઘડવાની તૈયારીમાં હોય ત્યારે ઘણાં બધાં માતાપિતાને લાગે કે ઘરમાં રહીને પજવતાં બાળકો હવે ‘ધંધે’ લાગશે... સ્કૂલમાં જવા માંડશે એટલે એ એમને એક પ્રવૃત્તિ મળશે, એક દિશા મળશે. વૅકેશનમાં સમય બગાડતાં બાળકોને હવે નવા વર્ષની નવી વિચારધારા મળશે. ખરેખર જોવા જઈએ તો મોટા ભાગનાં માતાપિતા પોતાનાં સંતાનોને શાળામાં ધકેલી દીધા પછી પોતાની જવાબદારી પૂરી થઈ ગઈ એમ માનીને આરામથી જીવવા લાગે છે. હવે બાકીની જવાબદારી સ્કૂલની છે એમ માનીને ફી ભરતાં માતાપિતા એમ માને છે કે એમણે ફી ભરી છે માટે હવે એમના બાળકની જવાબદારી શાળાની છે. એને સારું જીવતાં શીખવવાની અને સારું ભણતાં શીખવવાની, કારકિર્દી બનાવવાની અને સારો માણસ બનાવવાની જવાબદારી હવે શાળાની છે, એવું મોટા ભાગનાં માતાપિતા માની લે છે. ખાસ કરીને જ્યારે માતાપિતા બંને જણાં વ્યવસાય કરતાં હોય, નોકરી કરતાં હોય કે આખો દિવસ ઘરની બહાર ગાળતાં હોય ત્યારે એ માતાપિતા શાળા ઉપર વધુમાં વધુ જવાબદારી નાખવાનું પસંદ કરે છે. મોંઘી ફીસ લેતી શાળાઓ બાળકને ઇતર પ્રવૃત્તિમાં હોશિયાર બનાવે છે. સ્વિમિંગ, સ્કેટિંગ અને ઘોડેસવારી સુધી શીખવવા તૈયાર હોય છે, પરંતુ જીવન જીવવાના બૅઝિક ગુણો શાળા શીખવવાનું ભૂલી જાય છે કે પછી એમને એ ગુણો મહત્ત્વના લાગતા નથી.

સ્કૂલનું એજ્યુકેશન સામાન્ય રીતે વ્યક્તિને પોતાના આખા જીવનમાં કામ લાગે એવી બાબતો શીખવવાનું કામ કરે છે.

આપણા જાણીતા લેખક જય વસાવડા કે પછી કવિ રાજેન્દ્ર શુક્લનાં સંતાનો ફોર્મલ રીતે શાળામાં ગયાં નથી, પરંતુ એમની પાસે જે સંસ્કાર અને સ્વતંત્રતાની સમજ છે એ કદાચ ઉત્તમ શાળામાં ગયેલા માણસ પાસે પણ ન હોય એવી અને એટલી છે. મોંઘી ફી લેતી શાળામાં અમીર માતાપિતાનાં સંતાનો આવે છે. એ માતાપિતાનું જીવન, વ્યવસાય અને સોશિયલાઈઝિંગની વચ્ચે એટલું બધું વ્યસ્ત હોય છે કે સંતાનને સમય આપવા માટે એમણે કદાચ પોતાની ડાયરી જોવી પડે! આ જરાય અતિશયોક્તિ નથી, સિનેમા કે નવલકથાઓમાં વાંચેલી વાત નથી. સોશિયલ વર્કમાં વ્યસ્ત માને એનું સંતાન શું ખાય છે કે કોની સાથે ફરે છે એ જાણવાનો સમય રહેતો નથી.

હજી હમણાં જ રજૂ થયેલી એક ફિલ્મ ‘દૃશ્યમ્’માં ડીઆઈજીનો દીકરો એના જ કલાસની છોકરીને વિડિયો દ્વારા બ્લેકમેઇલ કરે છે... આ માત્ર સિનેમામાં બતાવવામાં આવે છે એવું નથી. અવારનવાર અખબારની સુખીઓમાં નેતા અને પોલીસના અધિકારીઓનાં સંતાનોનાં પરાક્રમ ચમકતાં રહે છે. આજનાં સંતાનો એવું માને છે કે એમનાં માતાપિતા પાસે પાવર છે. આ પાવરને પોતાની રીતે ફાવે તેમ ઉપયોગ કરવાનો અધિકાર પોતાની પાસે છે એમ માનીને આ સંતાનો વધુ ને વધુ બેફામ થતાં જાય છે. માતાપિતા એમને મહેનત કર્યા વગર દુનિયાની તમામ સગવડો ઉપલબ્ધ કરી આપે છે. મોંઘો મોબાઇલ, લેપટોપથી શરૂ કરીને ગાડી અને વાપરવા માટેના પૈસાની છૂટ આવાં બાળકોને દિશા ભુલાવવાનું કામ કરે છે.

નવેમ્બર, ૨૦૧૪ સુધીના એક સરવેમાં એવું જાણવા મળ્યું છે કે ફક્ત ડ્રગ્સની અસર નીચે ભારતમાં ૨૫,૪૨૬ લોકોએ આત્મહત્યા કરી છે, આમાં આલ્કોહોલ કે શરાબનો સમાવેશ થતો નથી. આને જો વર્ગીકરણ કરીએ તો સમજાય કે ૨૫૦૦ આપઘાત દર વર્ષે, ૨૧૧ દર મહિને અને ૭ દરરોજ આત્મહત્યાના કિસ્સા ડ્રગ્સને કારણે થાય છે (નેશનલ કાર્થમ રેકોર્ડ્સ બ્યૂરો). સામાજિક ન્યાય અને સશક્તીકરણના મંત્રાલય પરથી રિલીઝ થયેલા આંકડા મુજબ ૩૪ લાખ લોકો ડ્રગ અબ્યુસનો શિકાર છે, આ ઓફિશિયલ આંકડા છે એટલે જે આંકડા નથી નોંધાયા એ કેવા અને કેટલા હોઈ શકે એ વિશે તો ફક્ત ધારણા જ કરવી રહી. આ ૩૪ લાખની સામે માત્ર ૪૦૧ રિહેબિલિટેશન સેન્ટર કામ કરી રહ્યાં છે. ૮૮ ટકા બાળકો કર્ણાટકમાં અને ૮૪ ટકા બાળકો આંધ્રમાં, ચંડીગઢ-હરિયાણામાં ૮૦ ટકા બાળકો આલ્કોહોલ લે છે. (બાળકો એટલે ૧૮ વર્ષથી નીચેનાં ટીનએજ), ૩૦ ટકા જેટલાં વયસ્ક ગુજરાતમાં તમાકુનું સેવન કરે છે, આ પાંચ વર્ષ જૂનો આંકડો છે. એ સિવાય શાળામાં જતાં, શાળામાં નહીં જતાં બાળકોમાંથી ૭૨ ટકા ગુટકાનું સેવન કરે છે. ઘરકામ કરતી મહિલાઓ અને

છોકરીઓમાં પણ ગુટકાનું સેવન સાવ સામાન્ય છે.

વીડ અથવા ગાંજો હવે ખુલ્લા માર્કેટમાં મળે છે. સિગરેટની જેમ પિવાતો આ ગાંજો શરૂઆતમાં સોફ્ટ ડ્રગ તરીકે અને પછી ધીમે ધીમે એથી વધુ જરૂરિયાત તરફ લઈ જાય છે. રિહેબિલિટેશનમાં લેવાયેલા એક ઇન્ટરવ્યૂમાં એક યુવાન છોકરાએ કહ્યું કે, “અહીં રહ્યા પછી ઓછા પ્રમાણમાં ડ્રગ લઈએ તો પણ ફરી એક વાર એ જ નશો મળે છે, કારણ કે રિહેબમાં અમારી સિસ્ટમને કલીન કરી આપવામાં આવે છે.”

રિહેબિલિટેશન સેન્ટર જીવન સુધારવા માટે છે પરંતુ ત્યાંથી પાછા આવ્યા પછી ફરી એકવાર આ બધી સ્થિતિનો અભ્યાસ કરીએ ત્યારે સમજાય કે ધોરણ ૧૧-૧૨માં ભણાતા છોકરાઓ પણ હવે સિગરેટ કે ડ્રગ્સથી દૂર નથી. થોળના તળાવની આસપાસ, રિવર ફ્રન્ટ ઉપર કે મ્યુનિસિપલ કોર્પોરેશનના બગીચાઓમાં યુનિફોર્મ પહેરેલાં બાળકો ડ્રગનું સેવન કરતાં હોય એ દૃશ્ય હવે સામાન્ય થઈ પડ્યું છે.

શાળાઓમાં જતાં બાળકો સેફ છે એમ માનીને આંખ મીચીને શાંત બેઠેલાં માતાપિતાએ જાગવાનો સમય થઈ ગયો છે. સોશિયલ મીડિયા પર એમનાં બાળકો શું લખે છે, કેવા ફોટા અપડેટ કરે છે... ઇન્સ્ટાગ્રામ પર કે વોટ્સએપ પર એમનાં સ્ટેટસ અને ફોટા એમની માનસિકતા વિશે માહિતી આપી શકે છે. હરિઓમ્ ગાંધી નાર્કોટિક્સ વિભાગના વડા છે. એમની સાથેની વાતચીતમાં એમણે કહ્યું કે, “કમ્યુનિકેશનનો અભાવ, પરીક્ષાનો સ્ટ્રેસ, ખાલી સમય અને કંઈ નહીં કરવાની માનસિકતાએ નવી પેઢીને ખોબલી કરવા માંડી છે.” આ એવાં બાળકો છે, જેમનાં માતાપિતા એમને જ્યારે જોઈએ ત્યારે પૈસા આપે છે. સ્વતંત્રતાના નામે આ બાળકો ગમે ત્યાં, ગમે ત્યારે જઈ-આવી શકે છે. મિત્ર બનવા માગતાં માતાપિતા ભૂલી જાય છે કે એમનાં સંતાનો પાસે અનેક મિત્રો છે, પણ માતાપિતા તો એક જ છે. તમે ફેન્ડલી માતાપિતા બની શકો કે પછી પેરેન્ટ્સ તરીકે એમની સાથે ફેન્ડલી વર્તાવ કરી શકો છો, પરંતુ માતાપિતા તરીકે એ શું કરે છે, ક્યાં જાય છે, કોને મળે છે એટલું જાણતાં અને જોતાં રહેવાની જવાબદારી હવે વધુ ગંભીરતાથી લેવી પડશે.

કેટલાંક માતાપિતાને વીડ, મેરીઓના અને બીજાં ડ્રગ્સ બતાવવામાં આવ્યાં ત્યારે એ ઓળખી શક્યાં નહીં. ઘણાં માતાપિતા કહે છે, “અમારા ઘરમાં તો કોઈ પાન પણ ખાતું નથી.” પરંતુ એથી એમનું સંતાન ક્યારેય ડ્રગ નહીં જ લે એવી ખાતરી આપી શકાય એમ નથી. કુતૂહલ, મિત્રોનું પ્રેશર અને ફૂલ હોવાની ફેશન અથવા ફૂલ નહીં હોવાને કારણે રહી ગયાની, પાછળ પડી ગયાની લાગણી

પહેલી વાર સિગરેટ, વીડ કે ડ્રગ તરફ ધકેલે છે. નાનાં ગામોમાં મોટાં શહેરોમાં ભણવા આવતા છોકરાઓ હોસ્ટેલમાં રહે છે. માતાપિતા કદી જાણવાનાં નથી એવી ભ્રમણા સાથે આવા પ્રયોગો શરૂ થાય છે. આ પ્રયોગ ક્યારે વ્યસન બની જાય છે એની એમને પોતાને પણ ખબર રહેતી નથી. ડ્રગ્સ કે વીડના રવાડે ના ચડે એ જોવાની અને જાળવવાની જવાબદારી કોની, યુવાન સંતાનની પાછળ પાછળ તો ફરી શકાતું નથી.

જે ડ્રગ્સને ‘હાર્મલેસ’ કહેવામાં આવે છે એવા વીડ અને ચરસ પણ વેઈટલોસ, શ્વસનતંત્રમાં થતા પ્રોબ્લેમ્સ, પાચનક્રિયા ઉપર ગંભીર અસર અને ઊંઘ નહીં આવવા જેવા રોગોની શરૂઆત કરે છે. કોઈ પણ ટીનએજ સંતાનનું ઝડપથી ઊતરતું વજન, મોડે સુધી નહીં આવતી ઊંઘ કે અચાનક થઈ ગયેલી નહીં મટતી ખાંસીને સ્વાભાવિકતાથી કે સહજતાથી ના લેવા માતાપિતાને વિનંતી છે. આ ઉપરાંત એમનાં બાળકોનાં ખાનાં સતત તપાસતાં રહેવાનું કામ પણ માતાપિતાએ કરવું જ જોઈએ. અજાણી લાગતી, નહીં ઓળખાતી કોઈ પણ વસ્તુને ગંભીરતાથી લેવાવી જોઈએ.

આ બધી જ સમસ્યાઓ સામે એક અભિયાન, એક મિશન તરીકે ડ્રગ્સ કે વીડના રવાડે ના ચડે એ જોવાની અને જાળવવાની જવાબદારી કોની? યુવાન સંતાનની પાછળ પાછળ તો ફરી શકાતું નથી. બાળકોને ડ્રગ્સ લેતાં અટકાવવા એ તો મહત્ત્વનું કામ છે જ, પરંતુ જે લોકો આમાં સપડાઈ ચૂક્યા છે એને મુક્ત કરવા માટે સાઈકોલોજિસ્ટની મદદ, પરિવાર અને શિક્ષકોએ એની સાથે કઈ રીતે વર્તવું એની સમજ અને બાળકના આત્મવિશ્વાસને વધારવા માટેના પ્રયત્નો ઘણા એન.જી.ઓ.એ હાથ ધર્યા છે. ખાલી અને ફાજલ સમયમાં શું કરવું એ સમસ્યા હોય ત્યારે મનગમતી પ્રવૃત્તિ કરી શકે એ માટે આ બાળકો ચેસ, સંગીત, પેઈન્ટિંગ જેવી પ્રવૃત્તિઓ કરી શકે છે, એમના મિત્રોને મળી શકે છે. સાથે સાથે એમને કરિયર માટે કાર્ડિનલિંગ કે બીજી મદદ પૂરી પાડી શકાય.

મધ્યમ વર્ગ અને ઉચ્ચ મધ્યમ વર્ગનાં આ બાળકો સાચા અર્થમાં દેશનું ભવિષ્ય છે. આ જ લોકો આવતી કાલે નોકરીની તકો ઊભી કરશે. ઉચ્ચ પદ પર નોકરીઓ કરશે કે આવતી કાલે વોટ આપવાનું કામ પણ આ જ લોકો કરવાના હોય તો એમને એક સ્વસ્થ મન અને સ્વસ્થ શરીરની જરૂર છે... આપણે સૌએ મળીને એમને એ સ્વસ્થ મન અને સ્વસ્થ શરીર આપવાનો પ્રયાસ કરવાનો છે.

સ્વસ્થ વ્યક્તિ જ સ્વસ્થ સમાજ ઊભો કરી શકે.

