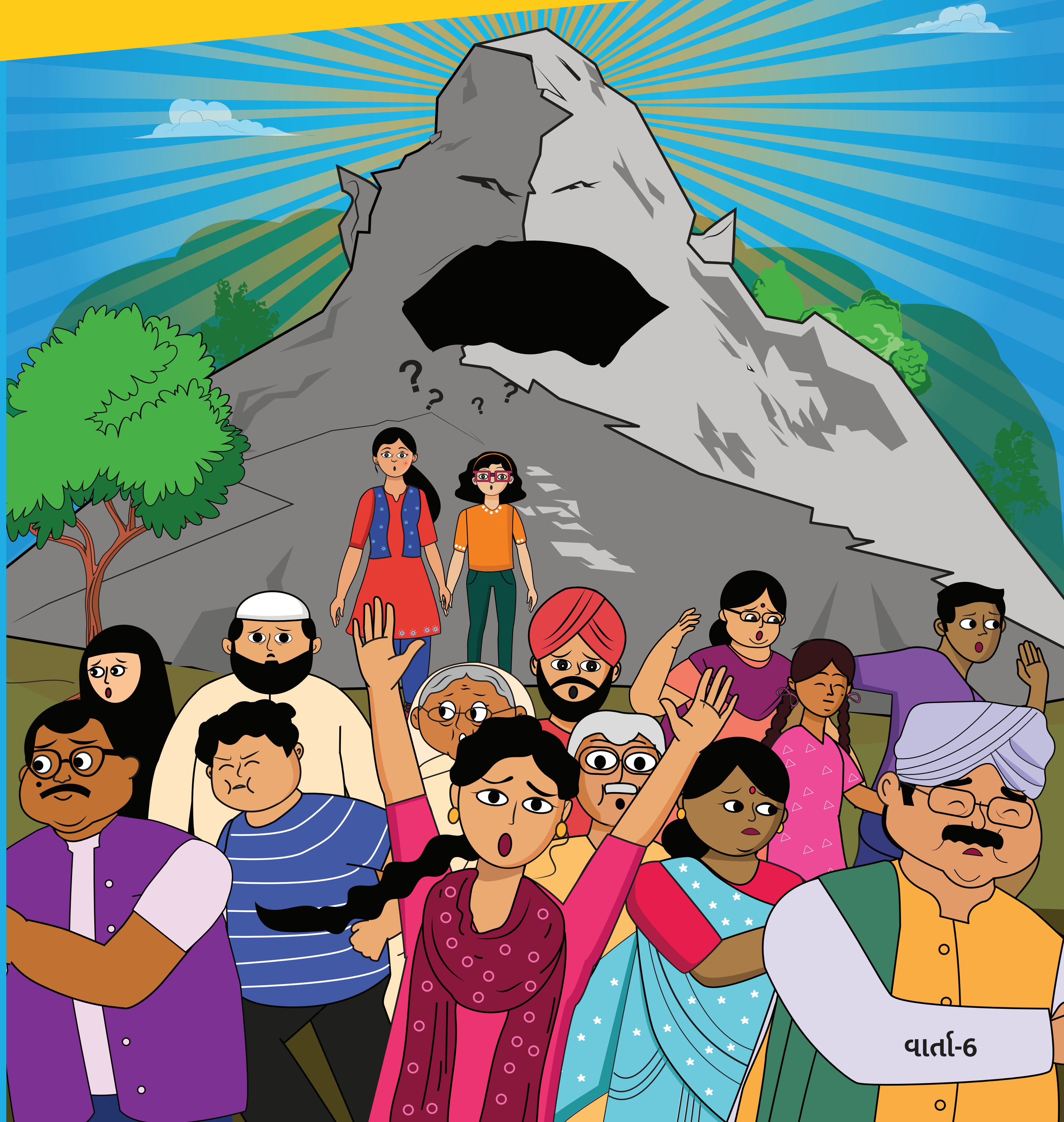
આધાકુલના પરાક્રમોની હજુ ઘણી વાર્તાઓ છે.
બધી વાંચી નાંખો, એક પણ વાર્તા ચુકાઈ ન જાય.

Developed and created by **BBC Media Action**
with support from **UNICEF, DOVE** and **the Centre for Appearance Research**

आधा FULL

આધાકુલ અને બોલતો ખડક



- નામ : કિટ્ટી
- ઉંમર: 16 વર્ષ
- ધોરણ : અગિયારમું
- ગુણ : જોશ પણ છે અને હોશ પણ
- *કિટ્ટી માટે કશું અશક્ય નથી

કિટ્ટી

બદલીપુરની 'ટીમ' આધાકુલ

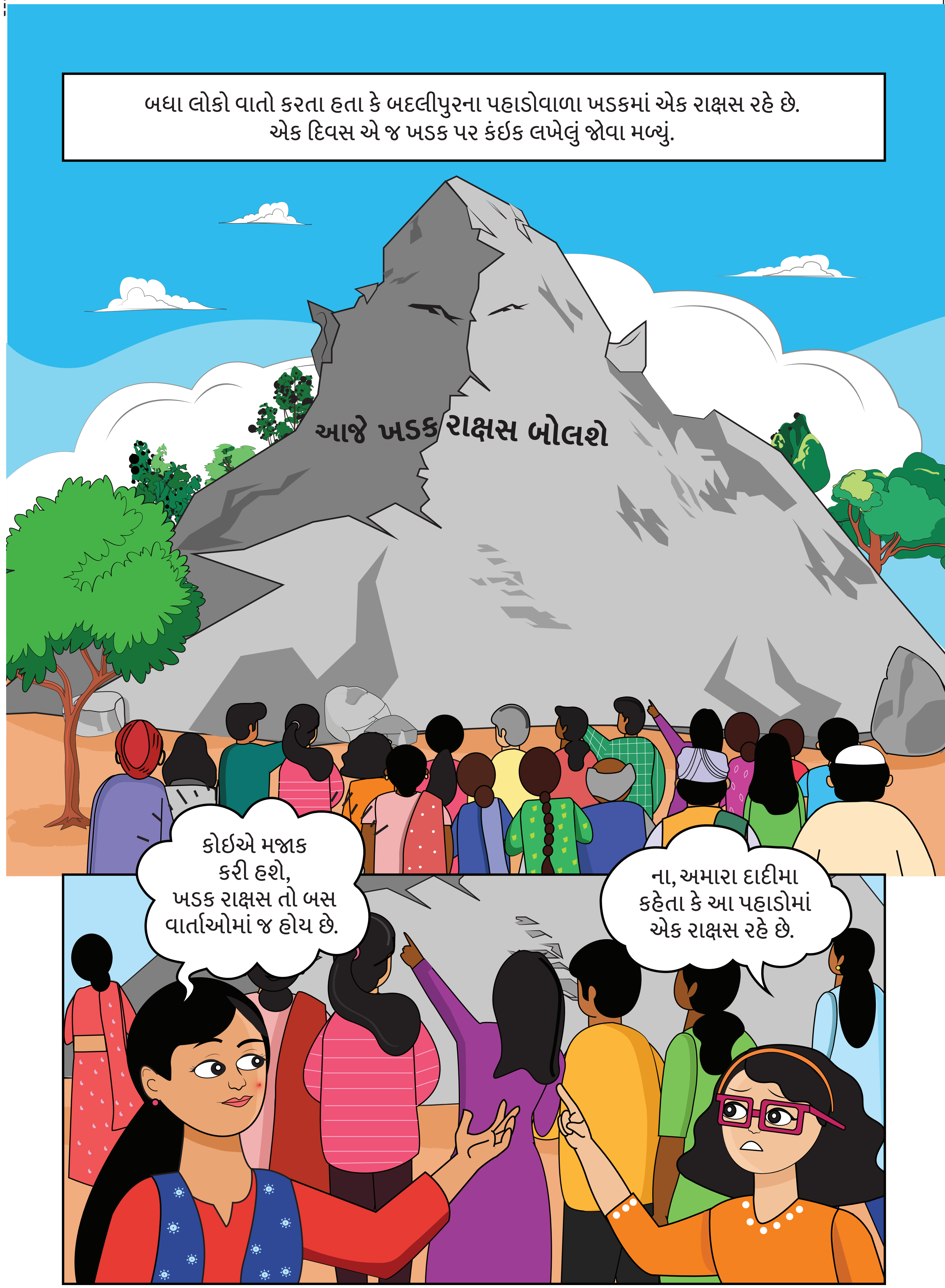
- નામ : અદરક
- ઉંમર : 15 વર્ષ
- ધોરણ : સાતમું સ્કૂલ છોડી દીધી છે
- ગુણ : એક નંબરનો જુગાડૂ
- *અદરક પાસે આઈડિયાનો ભંડાર છે

અદરક

- નામ : તારા
- ઉંમર : 12 વર્ષ
- ધોરણ : સાતમું
- માહિતીનું : હાલતું – ચાલતું પુસ્તક
- *તારા ક્યારેય જૂઠું નથી બોલતી

તારા

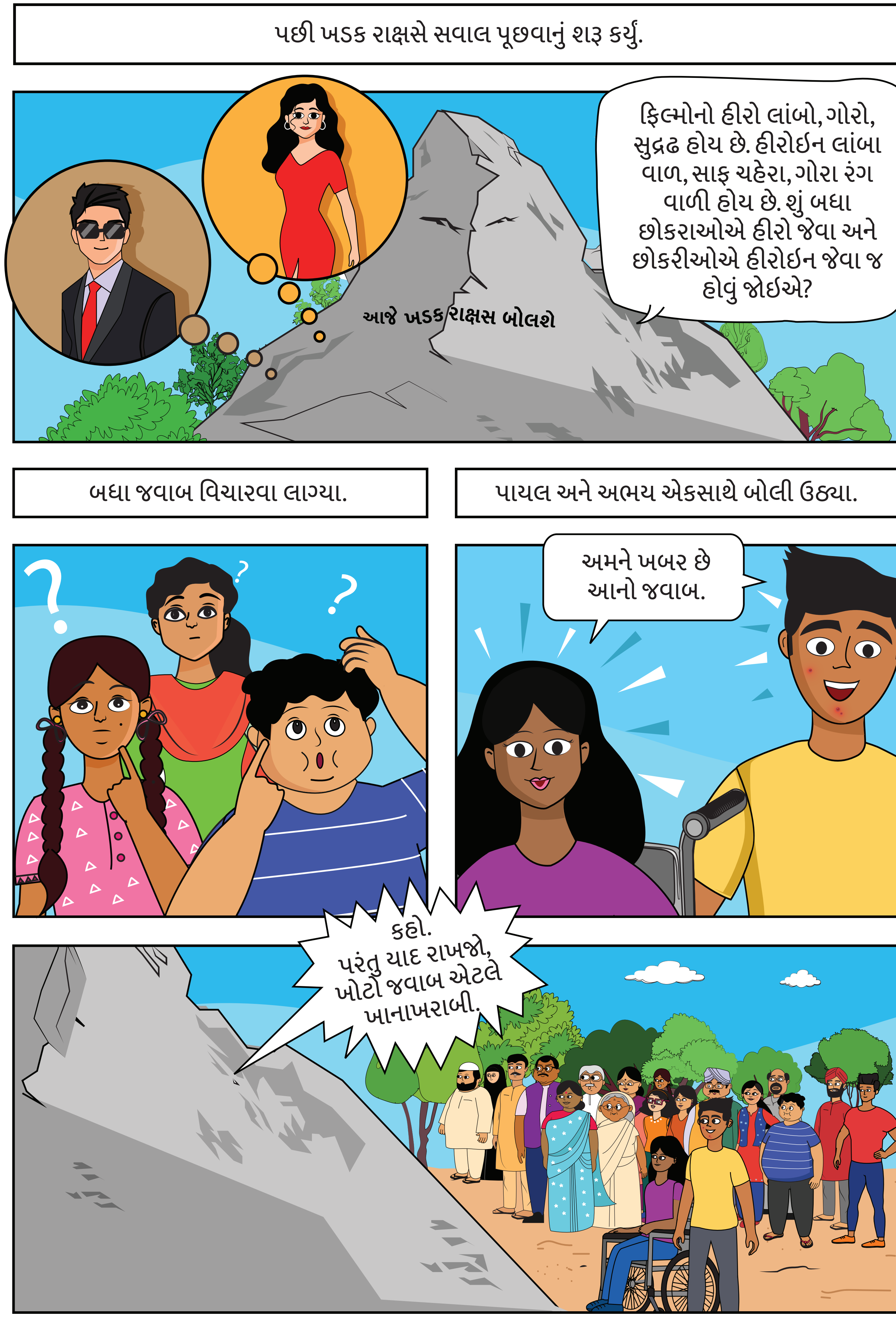
ત્રણે બદલીપુરમાં રહે છે. ત્રણેને જાસૂસી કરવાનો બહુ શોખ છે.
બદલીપુરમાં કંઈપણ બને છે તો ત્રણે પહોંચી જાય છે કેસને ઉકેલવા.
આ ત્રણેએ મળીને એક ટીમ બનાવી છે જેનું નામ છે, આધાકુલ.



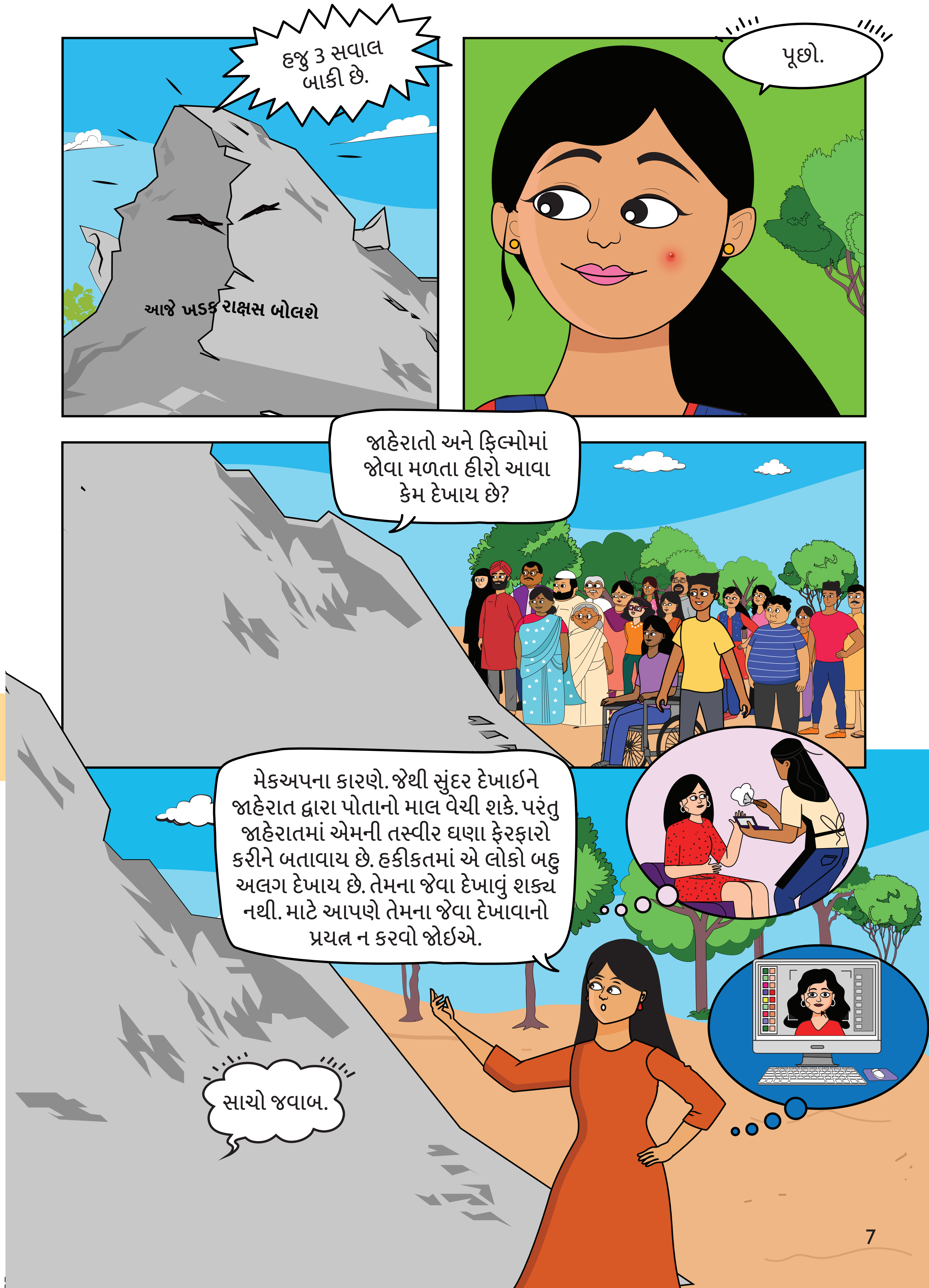
બદલીપુરના લોકો, હું ખડક રાક્ષસ છું. હું બધાને ખાઈ જઈશ.
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
ખડક રાક્ષસને બોલતો સાંભળીને, બધા ડરી ગયા.
ના, અમે શું બગાડ્યું છે? અમને છોડી દો.
મેં તો કશું નથી કર્યું. મને જવા દો.
અમને છોડી દો. મારો નહીં.

છોડી દઈશ, પરંતુ એક શરતે.
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
કઈ શરત?
સવાલ પૂછીશ ચાર, જો ખોટો જવાબ આવ્યો એકપણ વાર, તો બરબાદી માટે રહેજો તૈયાર.
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
કોણ જાણે શું પૂછશે. આજે તો આફત આવી.

આ સાંભળીને બધા બાળકો કિટ્ટી પાસે આવ્યા.
અદરક ક્યાં છે? ફક્ત એ જ જવાબ આપી શકશે કારણ કે તે જ એટલો બહાદુર છે.
શું તને યાદ નથી, આ બધી ખોટી માન્યતાઓ છે. છોકરાઓ અને છોકરીઓ બન્ને એકસમાન હોય છે. છોકરીઓ બહાદુરી અને બુદ્ધિથી એ બધું કરી શકે છે જે છોકરાઓ કરી શકે છે.
બોલો મંજૂર છે?
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
બીજો કોઇ ઉપાય પણ નથી.
હા મંજૂર છે.


પછી ખડક રાક્ષસે સવાલ પૂછવાનું શરૂ કર્યું.
ફિલ્મોનો હીરો લાંબો, ગોરો, સુદ્રઢ હોય છે. હીરોઇન લાંબા વાળ, સાફ ચહેરા, ગોરા રંગ વાળી હોય છે. શું બધા છોકરાઓએ હીરો જેવા અને છોકરીઓએ હીરોઇન જેવા જ હોવું જોઈએ?
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
બધા જવાબ વિચારવા લાગ્યા.
પાયલ અને અભય એકસાથે બોલી ઉઠ્યા.
અમને ખબર છે આનો જવાબ.
કહો. પરંતુ યાદ રાખજો, ખોટો જવાબ એટલે ખાનાખરાબી.

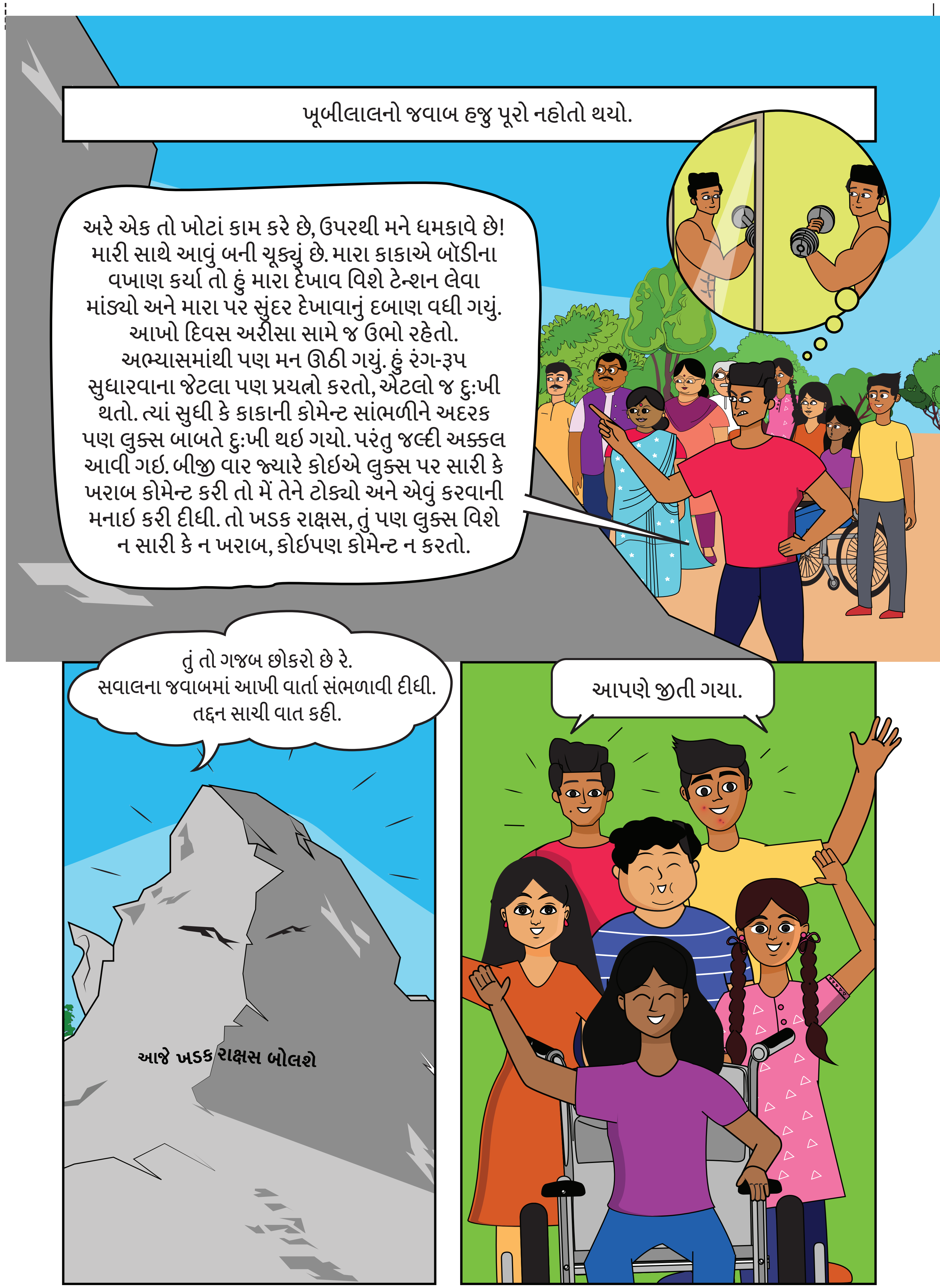
ન હોવા જોઈએ. શા માટે બનવું છે હીરો જેવા? હું તો એકદમ ઓરિજિનલ છું, કોઈના જેવો નહીં, બસ મારા પોતાના જેવો. જે જેવા છે તેવા બરાબર છે.
ગોરા થવાથી શું થશે? મારા પર પણ દબાણ હતું. પરંતુ પછી મેં વિચાર્યું, અસલી વસ્તુ તો ગુણ છે. જેમ કે હું નિશાન ખૂબ સરસ લગાવું છું. તો ટીવીવાળી મોડેલ જેવી દેખાવા શું કામ ટેન્શન લઉં, અને મારો સમય, પૈસા અને મનની શાંતિ બરબાદ કરું? માટે જેવી છું, સારી છું.
સાચો જવાબ.
ચાહૂ
હો હો
હો હો
ચાહૂ

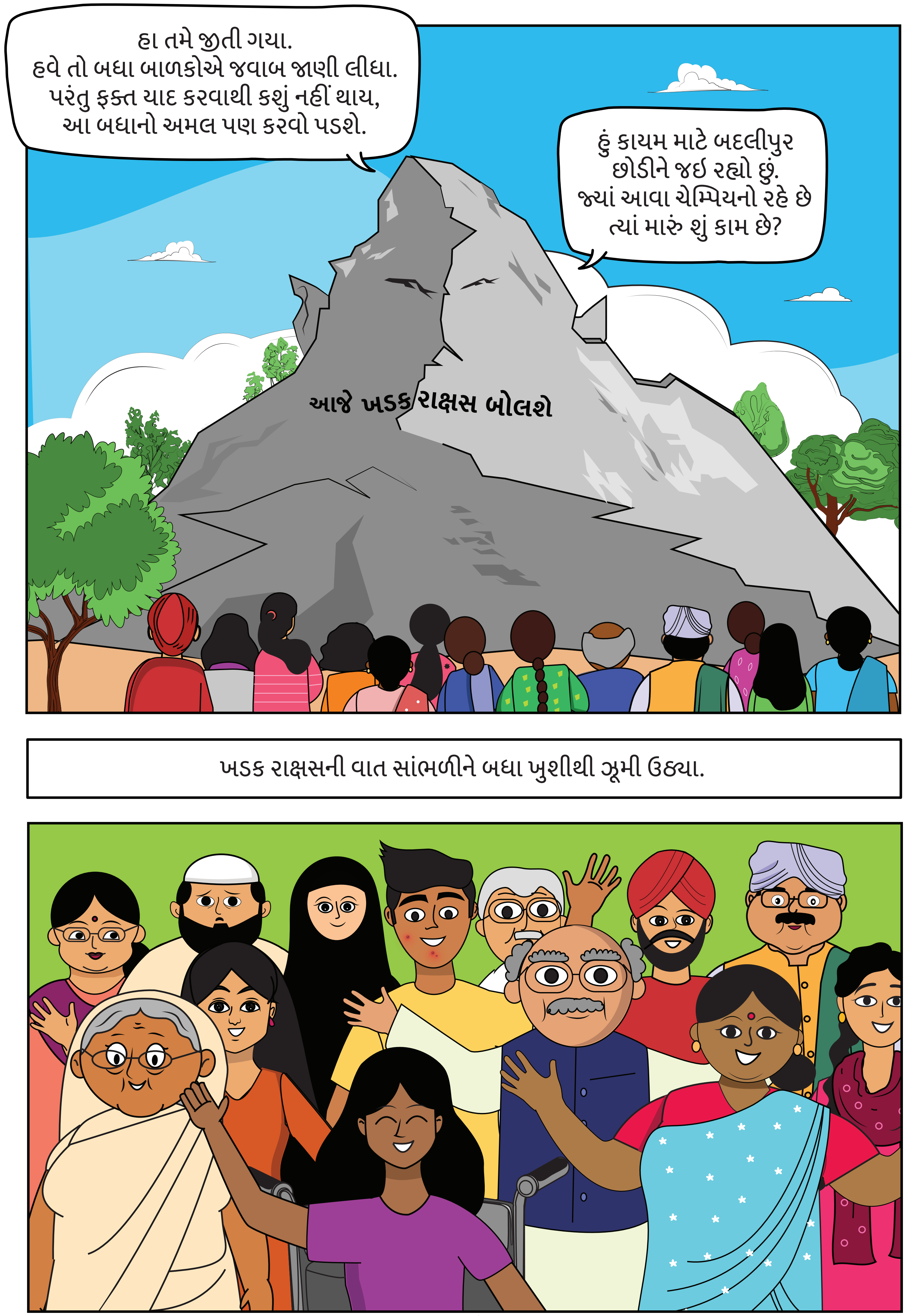

હજુ 3 સવાલ બાકી છે.
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
પૂછો.
જાહેરાતો અને ફિલ્મોમાં જોવા મળતા હીરો આવા કેમ દેખાય છે?
મેકઅપના કારણે. જેથી સુંદર દેખાઈને જાહેરાત દ્વારા પોતાનો માલ વેચી શકે. પરંતુ જાહેરાતમાં એમની તસ્વીર ઘણા ફેરફારો કરીને બતાવાય છે. હકીકતમાં એ લોકો બહુ અલગ દેખાય છે. તેમના જેવા દેખાવું શક્ય નથી. માટે આપણે તેમના જેવા દેખાવાનો પ્રયત્ન ન કરવો જોઈએ.
સાચો જવાબ.

શાબાશ રાનૂ.
તેં તો આજે બચાવી લીધા બધાને.
ચેમ્પિયન નીકળી તું તો.
આ વાત તો તેં જ શીખવી હતી કિટ્ટી.
ચૂપ. હવે આગલો સવાલ સાંભળો.
રામે શ્યામને જોયો અને વિચાર્યું, વાહ! શું બૉડી છે, શું વાળ છે! મારા તો એવા નથી. રામે આવી સરખામણી કરવી જોઈએ, બોલો?
સાંભળ ખડક રાક્ષસ,
હું પણ હંમેશા મારી સરખામણી ખૂબીલાલ સાથે કરતો હતો અને વિચારતો કે મારામાં કંઈક ખામી છે.

મેં વિચાર્યું, હું ખૂબીલાલ સાથે મારી સરખામણી શા માટે કરું અને ઉદાસ રહું? રંગ-રૂપની સરખામણી કરવી નકામી છે અને હું જેવો છું, બરાબર છું અને મારી જાતથી ખુશ છું.
વિવેક તો જુદી વાર્તા સંભળાવે છે, જવાબ તો આપ્યો નહીં.
શાબાશ વિવેક.
તેં તદ્દન યોગ્ય કર્યું.
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
બધા એક જેવા ન હોઈ શકે.
અન્ય સાથે સરખામણી કરીને જાતે શા માટે દુ:ખી થવું?
બધા પોતપોતાની રીતે ખાસ છે.

વાહ! શું જવાબ આપ્યો છે.
હવે છેલ્લો સવાલ પૂછું છું.
મેં કોઈકને પૂછ્યું કે શું તેં વજન ઘટાડ્યું છે? ખૂબ સુંદર દેખાઈ રહ્યો છો. શું મેં આવું પૂછીને યોગ્ય કર્યું?
શા માટે પૂછ્યું તમે? ખોટી વાત. આટલા મોટા રાક્ષસ છો, એટલું પણ જાણતા નથી કે દેખાવ વિશે કોમેન્ટ કરવાથી શું થાય છે.
અરે આ શું કરી રહ્યો છે? રાક્ષસને શા માટે ધમકાવી રહ્યો છે?
રાક્ષસ ગુસ્સે થઈ જશે તો?
ખૂબીલાલનો જવાબ સાંભળીને ખડક રાક્ષસ બોલી ઉઠ્યો.
લાગે છે કે તને જીવ વહાલો નથી. મારી સાથે આ રીતે વાત કરે છે?
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે


ખૂબીલાલનો જવાબ હજુ પૂરો નહોતો થયો.
અરે એક તો ખોટાં કામ કરે છે, ઉપરથી મને ધમકાવે છે! મારી સાથે આવું બની ચૂક્યું છે. મારા કાકાએ બૉડીના વખાણ કર્યા તો હું મારા દેખાવ વિશે ટેન્શન લેવા માંડ્યો અને મારા પર સુંદર દેખાવાનું દબાણ વધી ગયું. આખો દિવસ અરીસા સામે જ ઉભો રહેતો. અભ્યાસમાંથી પણ મન ઊઠી ગયું. હું રંગ-રૂપ સુધારવાના જેટલા પણ પ્રયત્નો કરતો, એટલો જ દુ:ખી થતો. ત્યાં સુધી કે કાકાની કોમેન્ટ સાંભળીને અદરક પણ લુક્સ બાબતે દુ:ખી થઈ ગયો. પરંતુ જલ્દી અક્કલ આવી ગઈ. બીજી વાર જ્યારે કોઈએ લુક્સ પર સારી કે ખરાબ કોમેન્ટ કરી તો મેં તેને ટોક્યો અને એવું કરવાની મનાઈ કરી દીધી. તો ખડક રાક્ષસ, તું પણ લુક્સ વિશે ન સારી કે ન ખરાબ, કોઈપણ કોમેન્ટ ન કરતો.
તું તો ગજબ છોકરો છે રે. સવાલના જવાબમાં આખી વાર્તા સંભળાવી દીધી. તદ્દન સાચી વાત કહી.
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
આપણે જીતી ગયા.


હા તમે જીતી ગયા.
હવે તો બધા બાળકોએ જવાબ જાણી લીધા.
પરંતુ ફક્ત યાદ કરવાથી કશું નહીં થાય,
આ બધાનો અમલ પણ કરવો પડશે.
હું કાયમ માટે બદલીપુર
છોડીને જઈ રહ્યો છું.
જ્યાં આવા ચેમ્પિયનો રહે છે
ત્યાં મારું શું કામ છે?
આજે ખડક રાક્ષસ બોલશે
ખડક રાક્ષસની વાત સાંભળીને બધા ખુશીથી ઝૂમી ઉઠ્યા.

જુઓ, તમારા વિના પણ અમે
જવાબ આપીને બદલીપુરને બચાવી લીધું.
આ અદરક બીકનો માર્યો ક્યાં
ગાયબ થઈ ગયો?
આ સાંભળીને કિટ્ટી અને
તારા સ્મિત કરે છે.
બરાબર ત્યારેજ અદરક કિટ્ટી અને તારાની પાસે આવે છે.
*
કિટ્ટી, વાહ! શું આઈડિયા હતો!
એક જ વારમાં આખા બદલીપુરના
બાળકોને સમજાવી દીધા.
ખડક રાક્ષસ,
તને પણ મજા આવી હશે ને
અવાજ કાઢવામાં?
*અદરક જ ખડક પાછળથી બોલી રહ્યો હતો.
આ આધાફુલનો આઈડિયા હતો.

વાર્તાનો બોધ

આ વાર્તામાંથી તમે શું શીખ્યા?

ખોટી માન્યતાઓ વર્ષોથી ચાલી આવે છે અને સામાજિક હોય છે. તે છોકરા-છોકરીઓ બન્ને માટે નુકસાનકારક હોય છે અને તેમને જીવનમાં આગળ વધતા રોકે છે. એ જરૂરી છે કે છોકરા-છોકરીઓ બન્નેને આગળ વધવા માટે સમાન તકો આપવામાં આવે.

ટીવી તથા જાહેરાતોમાં બતાવવામાં આવતા આદર્શ રૂપના કારણે આપણે તેમના જેવા દેખાવાનો પ્રયત્ન કરીએ છીએ જેથી આપણે દબાણ અનુભવીએ છીએ.આપણે ટીવી અને જાહેરાતોમાં જે જોઇએ છીએ તે એટલા માટે બતાવવામાં આવે છે કે જેથી આપણે પોતાના લુક્સ વિશે હતાશ થઇએ અને તે બધી વસ્તુઓ ખરીદીએ જેનાથી આપણને લાગે છે કે આદર્શ રૂપ મેળવી શકાય છે. માટે, આપણે પોતાની સરખામણી તેની સાથે ન કરવી જોઇએ. કારણ કે આપણે જે પણ જોઇએ છીએ તે બધું સાચું નથી હોતું અને તે મેળવી નથી શકાતું. ઉપરથી સમય, પૈસા અને મનની શાંતિ ગુમાવીએ છીએ.

રૂપ-રંગની સરખામણી અને શારીરિક દેખાવ સંબંધિત વાતો આપણા સમાજમાં સામાન્ય છે. પરંતુ આવી વાતો બધા માટે નુકસાનકારક હોય છે અને આદર્શ રૂપ માટેના દબાણમાં વધારો કરે છે. આવી વાતો લોકોનું ધ્યાન ગુણો અને રુચિઓ તરફથી બીજી બાજુ લઇ જાય છે. બૉડી ટૉક ફક્ત એ લોકો માટે જ નુકસાનકારક નથી કે જેના લુક્સની પ્રશંસા કરવામાં આવે છે, પરંતુ તેની આસપાસના લોકોને પણ નુકસાન પહોંચાડે છે. જેમ કે તેઓ એવું માનવા લાગે છે કે તેમનામાં કંઇક ખામી છે જેના કારણે તેઓ પોતાનો બધો સમય લુક્સની ચિંતામાં વિતાવી દે છે.

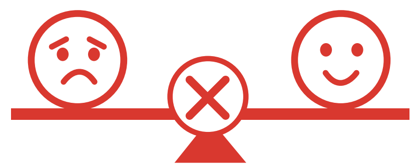
ચોક્કસ રમો

નીચે ચાર વક્યો આપેલ છે જે બધી વાર્તાઓના
બોધ પર આધારિત છે. તે ધ્યાનથી વાંચો અને પૂરા કરો.

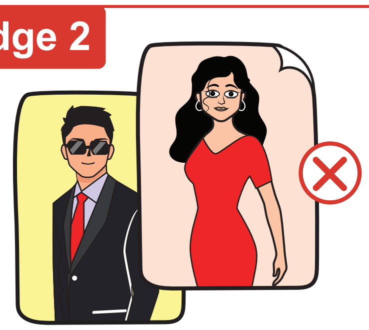
ઉદાહરણ: આપણે આપણા ગુણો પર ધ્યાન આપવું જોઈએ,
કારણ કે તે આપણને વિશિષ્ટ અને અલગ બનાવે છે.

Pledge 1

આપણે છોકરા-છોકરીઓ સંબંધિત કોઈ સ્ટીરિયોટાઈપ્સ (ખોટી માન્યતાઓ) નહીં માનીએ કારણ કે...



Pledge 2



આપણે ફિલ્મસ્ટાર્સ તથા મૉડેલ્સ જેવા દેખાવાનો પ્રયત્ન નહીં કરીએ કારણ કે...

Pledge 3

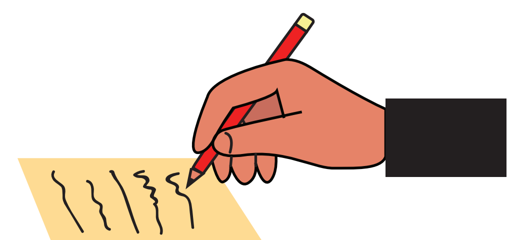
આપણે આપણા લુક્સની સરખામણી અન્ય કોઈ સાથે નહીં કરીએ કારણ કે...

Pledge 4

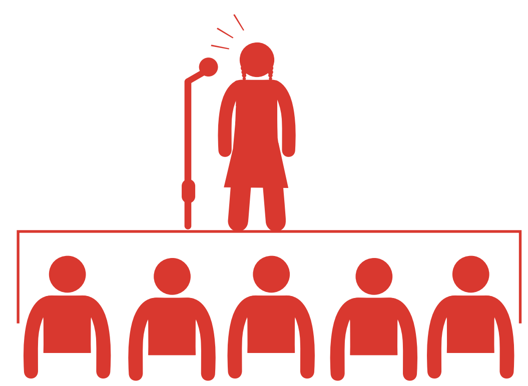
આપણે લુક્સ વિશે સારી કે ખરાબ, કોઈ કોમેન્ટ નહીં કરીએ કારણ કે...

ઈચ્છા હોય તો આ પણ રમો

હવે જ્યારે તમે બધી ચિત્રવાર્તાઓ વાંચી લીધી છે,
તો એ કહો કે તમે આ ચિત્રવાર્તાઓમાંથી
જે શીખ્યા છો,
તેની ચર્ચા તમે તમારા મિત્રો અને સંબંધીઓ સાથે કઈ રીતે કરશો.



જેમ કે, શું તમે તમારા કાકાને પત્ર લખીને આ વિષયો વિશે જણાવશો,



અથવા તમે તમારી સ્કૂલમાં પ્રાર્થનાસભા દરમ્યાન બધા બાળકોને જણાવશો?