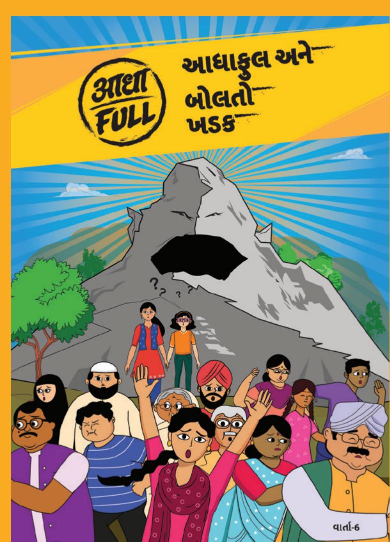
આધાફુલ અને બદલીપુર પર ખતરો

આધાફુલના પરાક્રમોની હજુ ઘણી વાર્તાઓ છે.

બધી વાંચી નાંખો, એક પણ વાર્તા ચુકાઈ ન જાય.



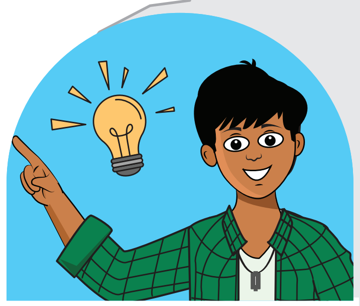
Developed and created by **BBC Media Action**

with support from **UNICEF, DOVE** and **the Centre for Appearance Research**

વાર્તા-5

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

બદલીપુરની 'ટીમ' આધાકુલ

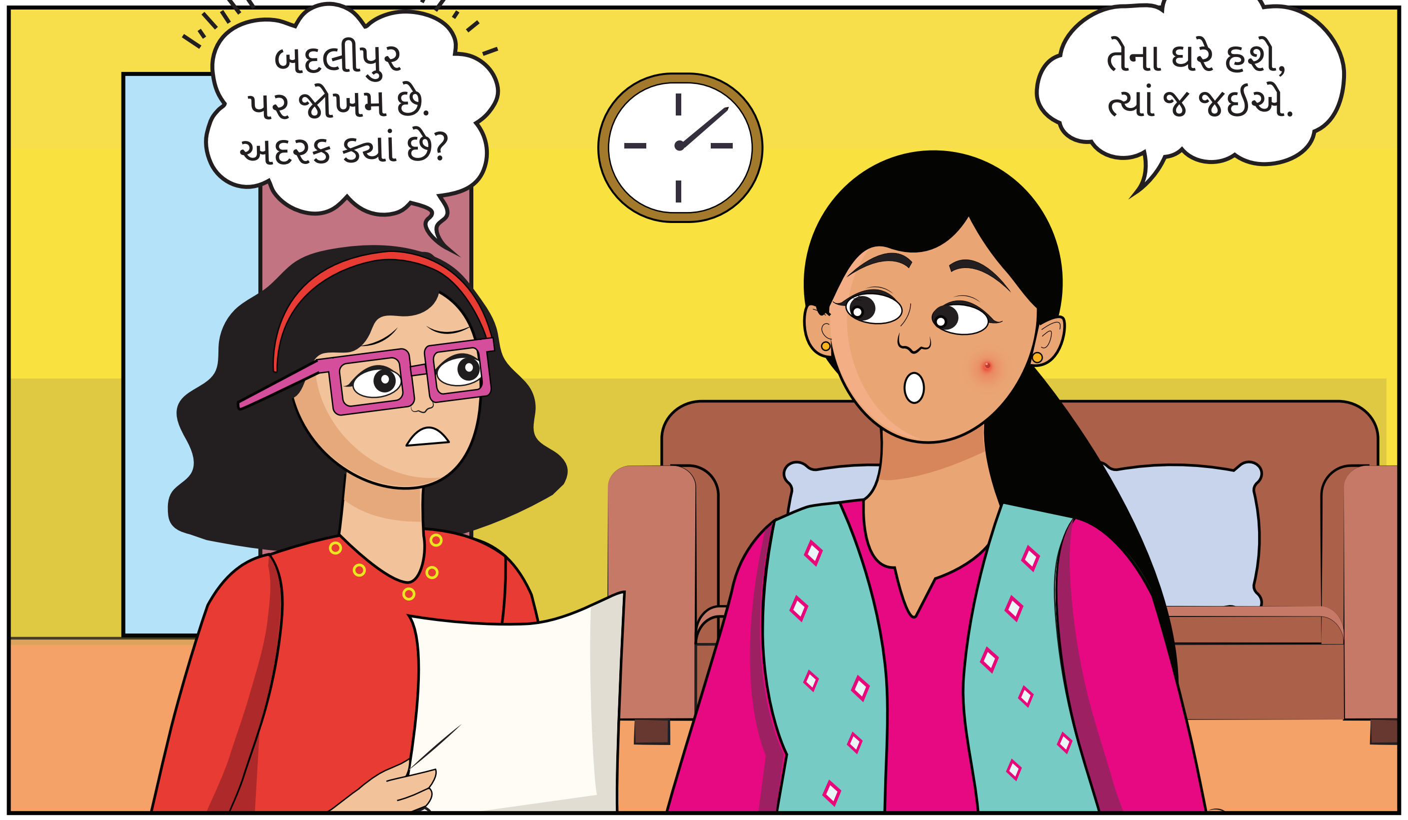


- નામ : અદરક
- ઉંમર : 15 વર્ષ
- ધોરણ : સાતમું સ્કૂલ છોડી દીધી છે
- ગુણ : એક નંબરનો જુગાડૂ
- *અદરક પાસે આઈડિયાનો ભંડાર છે

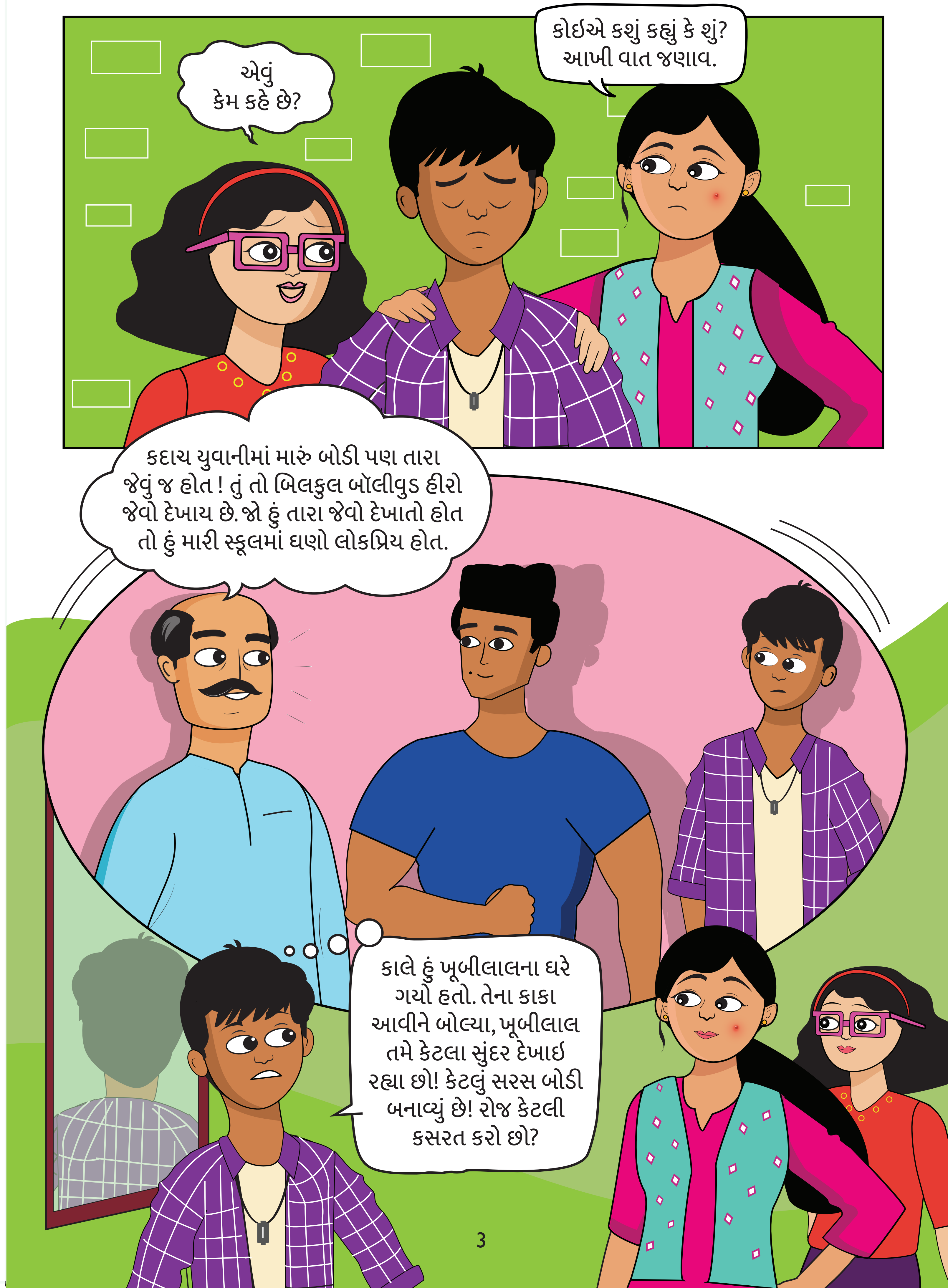
- નામ : તારા
- ઉંમર : 12 વર્ષ
- ધોરણ : સાતમું
- માહિતીનું : હાલતું – ચાલતું પુસ્તક
- *તારા ક્યારેય જૂઠું નથી બોલતી

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.

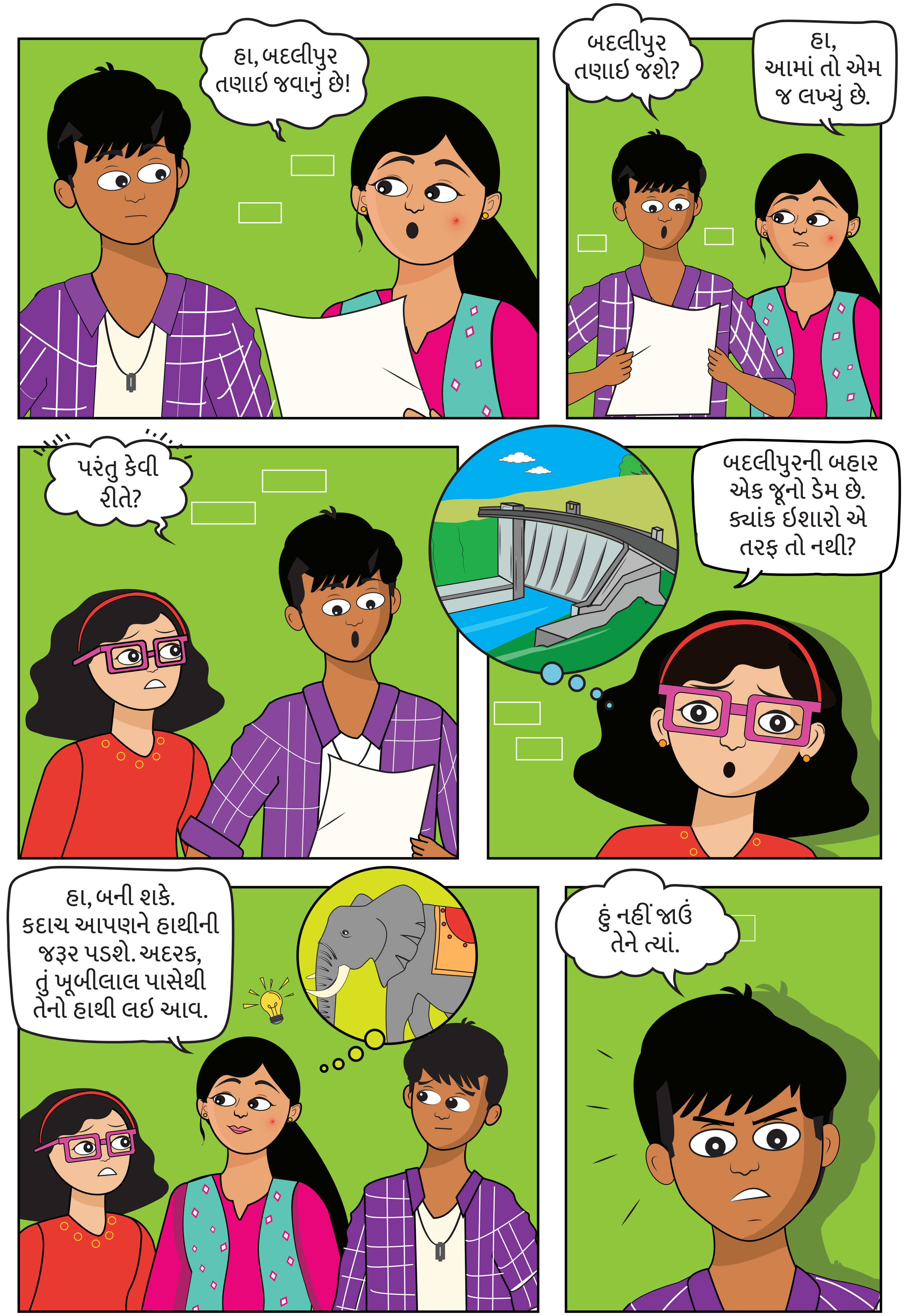
કિટ્ટી તારા પાસે જાય છે અને પત્રમાં લખેલ આખી વાત કહી દે છે.



બન્ને અદરકના ઘરે પહોંચે છે. અદરક એક ખૂણામાં ઉદાસ બેસેલો દેખાય છે.

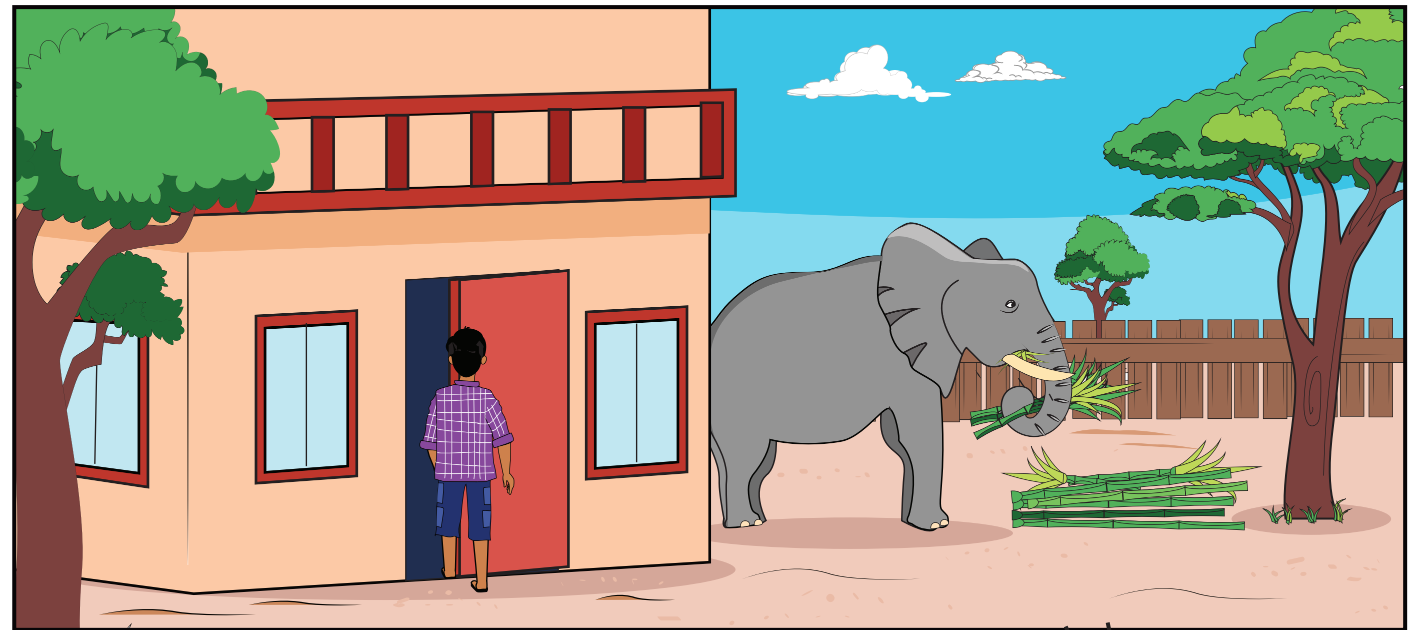


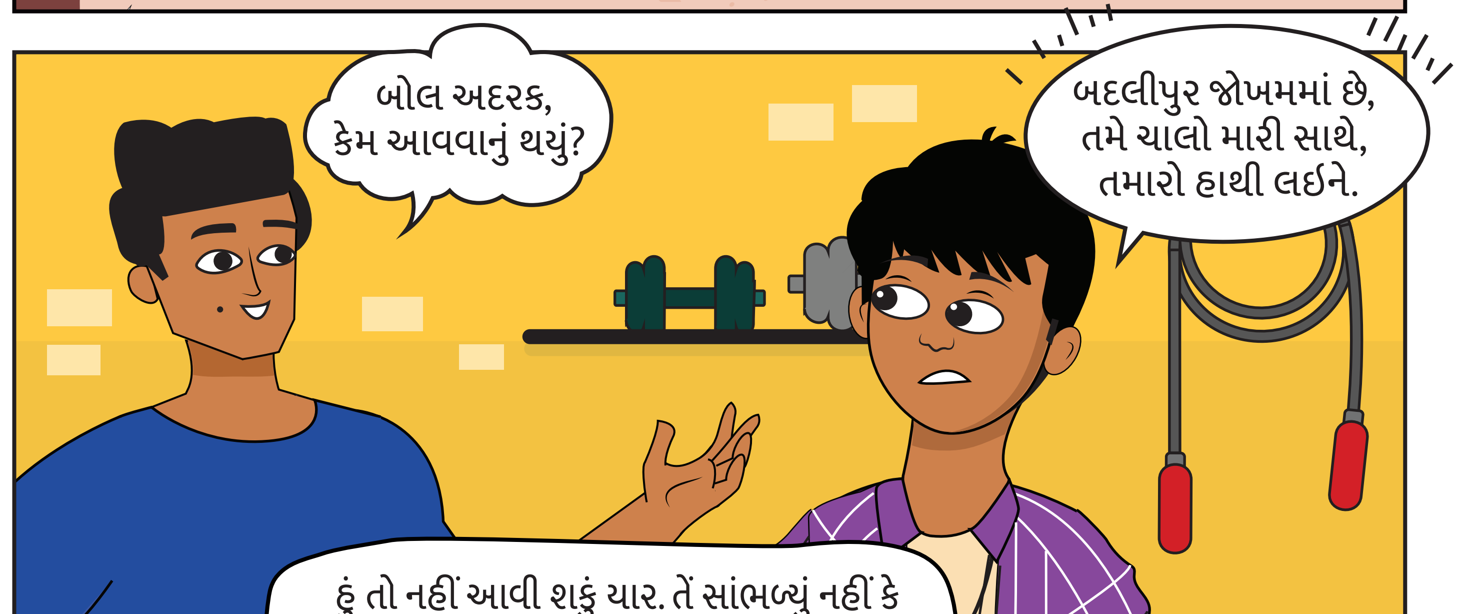
મારી સામે નજર પણ ન નાંખી. મોઢું ફેરવી લીધું એ અલગ. મારા તો વખાણ ન કર્યા. હવે જોજો હું પણ લુક્સ પર ધ્યાન આપીશ. ખૂબ કસરત કરીશ. જોઉં છું કેમ સુંદર નથી દેખાતો.
અદરક, શરીરના ઘાટ વિશે વાત કરવી બહુ સામાન્ય વાત છે. અને લોકો આવી વાતો સમજ્યા- વિચાર્યા વિનાજ કરી નાંખતા હોય છે. જ્યારે આપણે લુક્સ એટલે કે રૂપ-રંગ, ઘાટ સાથે સંબંધિત કોઇ સારી કે ખરાબ વાત કરીએ છીએ ત્યારે તે બૉડી ટૉક એટલે કે શારીરિક બનાવટ સાથે સંબંધિત વાતો કહેવાય છે.
જો બૉડી ટૉક કરવી કેટલી નુક્સાનકારક છે. ખૂબીલાલને જો, જ્યારે તેના કાકાએ તેના વખાણ કર્યા તો તે હજુ વધુ કસરત કરવા પર ધ્યાન આપવા લાગ્યો અને તેનાથી તેનો કેટલો સમય વેડફાઇ ગયો. અને ખૂબીલાલના કાકાએ તારા વખાણ ન કર્યા તો તું પણ દુ:ખી થઇ ગયો અને તારા લુક્સ માટે ઉદાસ થઇ ગયો. આમ પણ આપણી પાસે આપણા લુક્સ વિશે વિચારવા કરતાં વધુ જરૂરી કામો છે – જેમ કે આપણો નવો કેસ.
નવો કેસ?


હા, બદલીપુર તણાઇ જવાનું છે!
બદલીપુર તણાઇ જશે?
હા, આમાં તો એમ જ લખ્યું છે.
પરંતુ કેવી રીતે?
બદલીપુરની બહાર એક જૂનો ડેમ છે. ક્યાંક ઈશારો એ તરફ તો નથી?
હા, બની શકે. કદાચ આપણને હાથીની જરૂર પડશે. અદરક, તું ખૂબીલાલ પાસેથી તેનો હાથી લઇ આવ.
હું નહીં જાઉં તેને ત્યાં.

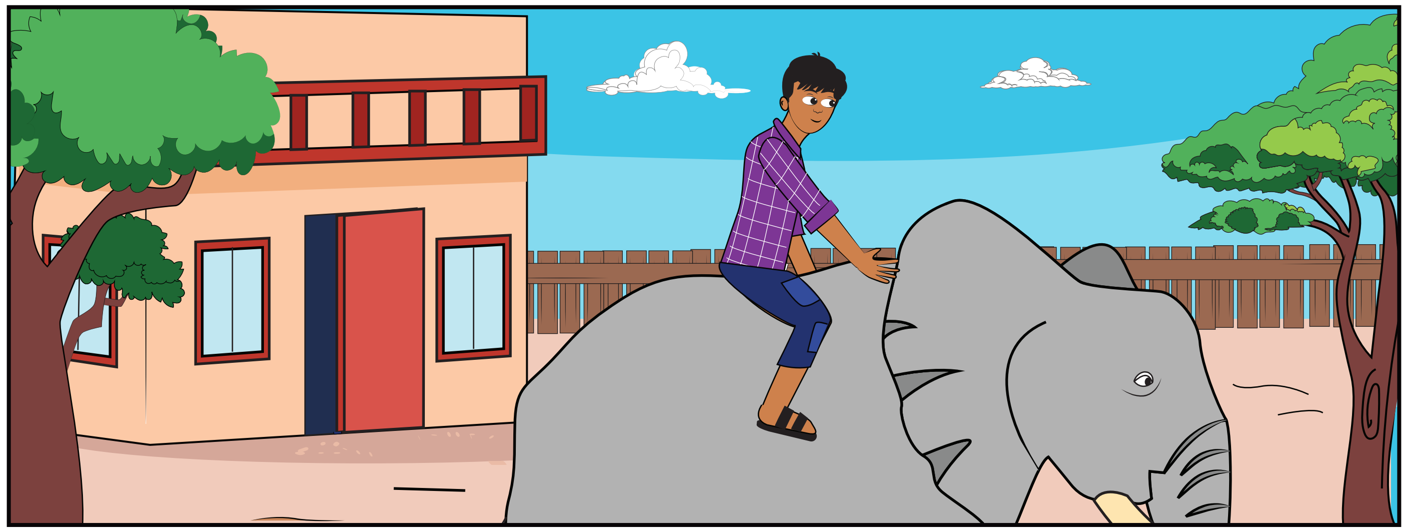
ત્યાર બાદ કિટ્ટી અને તારા ડેમ તરફ ભાગે છે.
જ્યાં ડેમમાં પડેલી તિરાડના કારણે પાણી નીકળી રહ્યું હોય છે.

અદરક ખૂબીલાલના ઘર તરફ જાય છે.



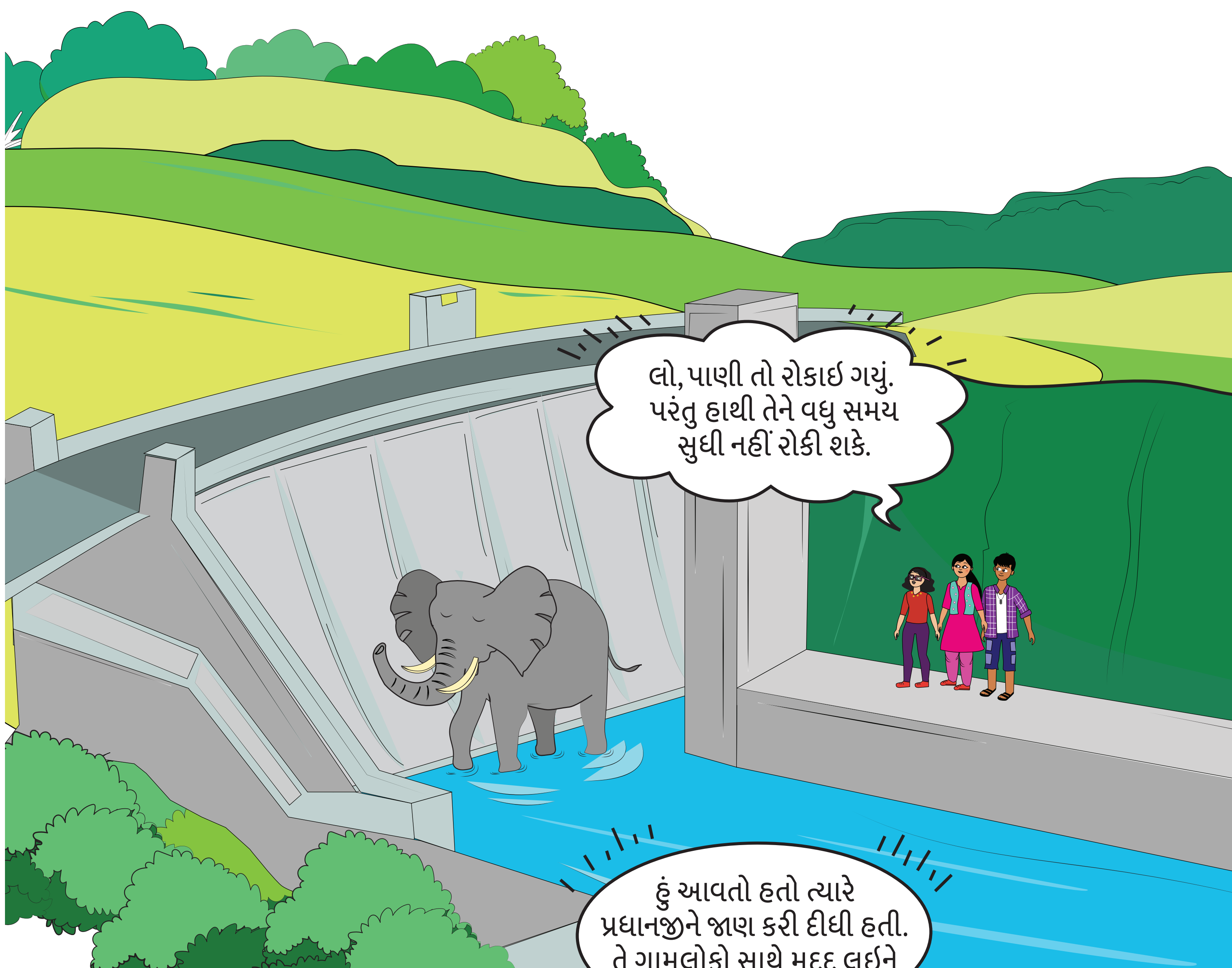


અદરક હાથીને છોડાવીને પોતાની સાથે લઈ જાય છે.

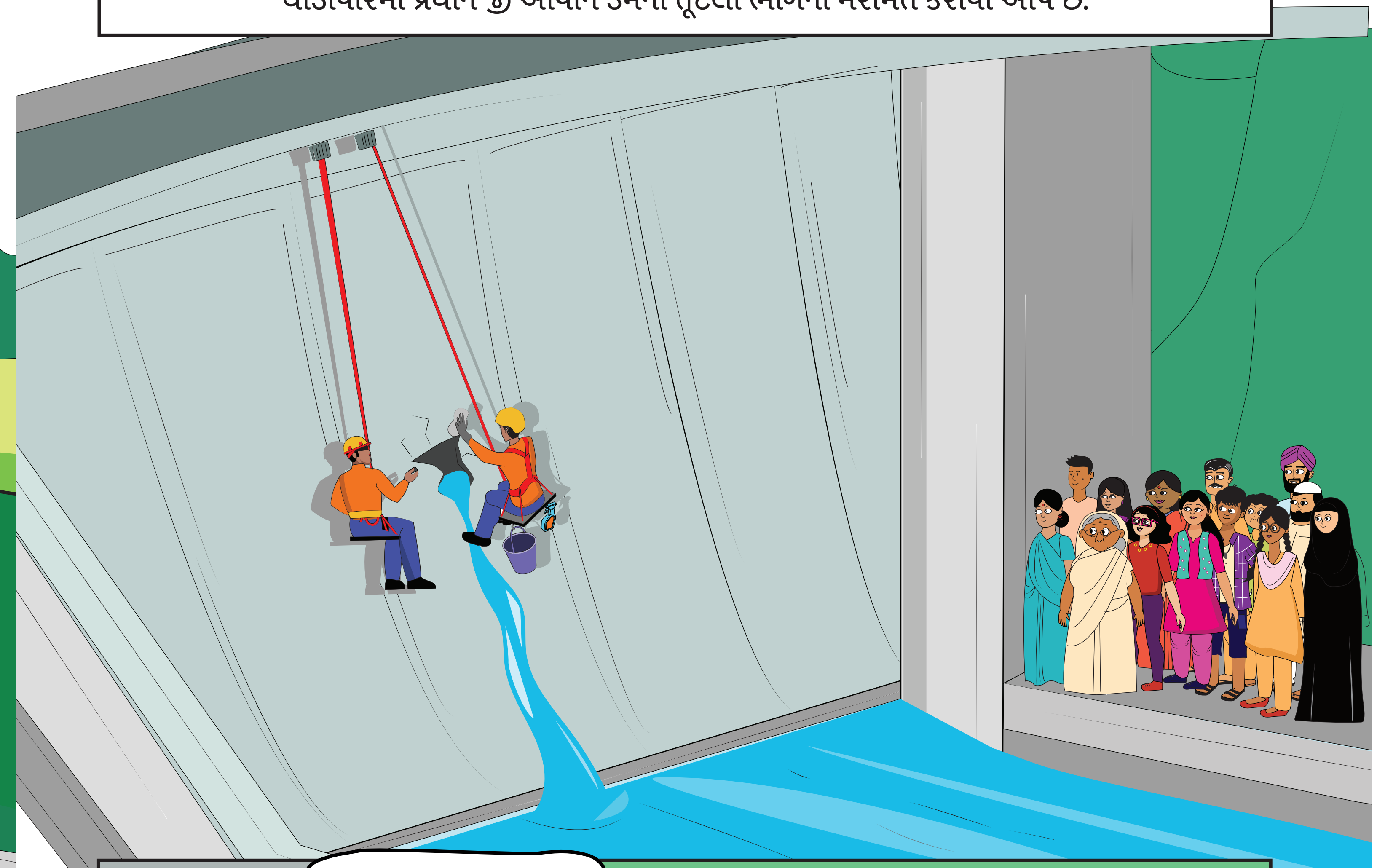


અદરક ડેમની નજીક પહોંચી જાય છે.

અદરકે હાથીને કાણા પાસે ઊભો રાખી દીધો.



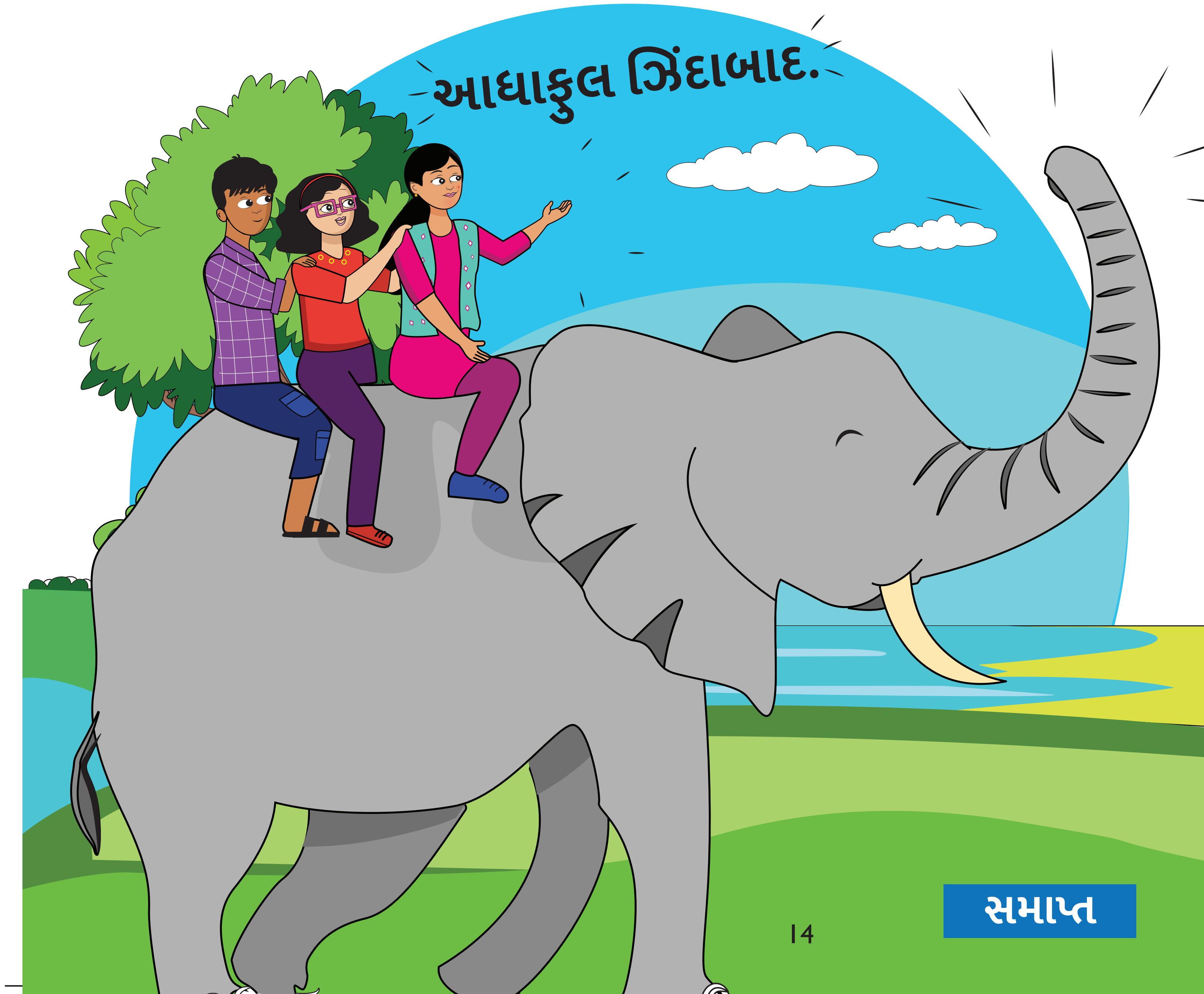
થોડીવારમાં પ્રધાન જી આવીને ડેમના તૂટેલા ભાગની મરામત કરાવી આપે છે.



બીજા દિવસે અખબારમાં આધાકુલ અને હાથીનો ફોટો છપાય છે.
NEWS
अदरक और हाथी ने बदलीपुर को बचाया।
આધાકુલ હાથી માટે આભાર માનવા ખૂબીલાલના ઘરે જાય છે.
થેન્ક યૂ ખૂબીલાલ, તારો હાથી આપવા બદલ.
ખૂબી, હાથી તો તારો છે, ફોટો તો તારો આવવો જોઈતો હતો.
કાકા, તમારી વાતોના કારણે હું બૉડી બનાવવામાં લાગી ગયો જેથી હું બૉલીવુડના હીરો જેવો દેખાઉં. જે સમય હું બીજાની મદદ કરવામાં વીતાવી શક્યો હોત, તે મેં કસરત કરવામાં લગાવી દીધો. અદરક જ અસલી હીરો છે.

હું નહીં, આ છે બદલીપુરનો હીરો.
કાકા, લુક્સ બાબતે કોમેન્ટ ન કર્યા કરો. ન સારી, ન ખરાબ. તેનું નુક્સાન જોયું ને તમે? આવી કોમેન્ટ સાંભળીને બધા લોકો લુક્સની પાછળ ભાગતા રહે છે. તેમ અદરક પણ લુક્સની ચિંતામાં પડી ગયો અને ઉદાસ થઈ ગયો. હવે તો તમે સમજી ગયા બૉડી ટૉક કરવી કેટલી નુક્સાનકારક છે? તો વચન આપો કે હવે પછી તમે કોઈના રંગ-રૂપ વિશે વાત નહીં કરો.

હાથી ત્રણેને પોતાની ઉપર બેસાડી દે છે અને જોરથી દર્શાવે છે.



સમાપ્ત

વાર્તાનો બોધ

આ વાર્તામાંથી તમે શું શીખ્યા?

લોકો સમજ્યા-વિચાર્યા વિના, શારીરિક બનાવટ વિશે વાતો કરે છે કારણ કે તે આપણા સમાજમાં સામાન્ય બાબત છે. તેનું કારણ એ છે કે લોકો ટીવી તથા જાહેરાતોના કારણે આદર્શ રૂપ મેળવવાનું દબાણ અનુભવે છે. બૉડી ટૉક એટલે શારીરિક રૂપ સાથે જોડાયેલ વાતો. આવી વાતો સકારાત્મક (તમે કેટલા સુંદર લાગો છો! શું તમે તમારૂં વજન ઘટાડ્યું છે?) અથવા નકારાત્મક એમ બન્ને પ્રકારની હોઈ શકે છે. (જેમ કે, જો મારું શરીર વધુ ઘાટીલું હોત તો! શારીરિક બનાવટ સંબંધિત આવી વાતો તમારા વિશે અથવા તમારા મિત્રો અથવા કોઈ ફિલ્મસ્ટાર વિશે થઈ શકે છે.)

ઘણાં લોકો શારીરિક બનાવટ સાથે જોડાયેલ વાતો સારા અર્થમાં લે છે, પરંતુ આવી વાતો બધા માટે નુકસાનકારક હોય છે અને આદર્શ રૂપ મેળવવાનું દબાણ વધારે છે. આવી વાતો ગુણો અને રુચિઓમાંથી તેમનું ધ્યાન બીજી તરફ લઈ જાય છે. બૉડી ટૉક ફક્ત એ લોકો માટે જ નથી કે જેના લુક્સની પ્રશંસા કરવામાં આવે છે, પરંતુ તેની આસપાસના લોકોને પણ નુકસાન પહોંચાડે છે. જેમ કે તેમને લાગવા લાગે છે કે તેમનામાં કંઈક ખામી છે. જેના કારણે તેઓ પોતાનો બધો સમય લુક્સની ચિંતામાં વિતાવી દે છે.

જો કે શારીરિક બનાવટ સાથે જોડાયેલ વાતો અવારનવાર કરવામાં આવતી હોય છે. તે રોકવી અને જે લોકો આવી વાતો કરે છે તેમને પડકાર આપવો જરૂરી છે. જ્યારે પણ બૉડી ટૉક કરવામાં આવે ત્યારે આપણે લોકોને એ સમજાવવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ કે તે નુકસાનકારક છે અને વાતચીતનો વિષય બદલીને ગુણો વિશે વાત કરે.

ચોક્કસ રમો

થોડો સમય કાઢીને વિચારો કે
આ વાર્તામાંથી તમે શું શીખ્યા?

હવે એ વિચારો કે કોઈએ તમને એવું કહ્યું કે

આજે હું કેવી જાડી લાગું છું.

નીચે આપેલ સંદર્ભો વાંચીને જણાવો કે તેમાં ક્યું વાક્ય ઉપરોક્ત સંદર્ભ માટે યોગ્ય ઉત્તર હોઈ શકે છે. યોગ્ય ઉત્તરની સામે યસ(હા) લખો તથા ખોટા સંવાદ સામે નો (ના) લખો.

પરંતુ કમ સે કમ તમારી ત્વચા સ્વચ્છ અને ગોરી છે.

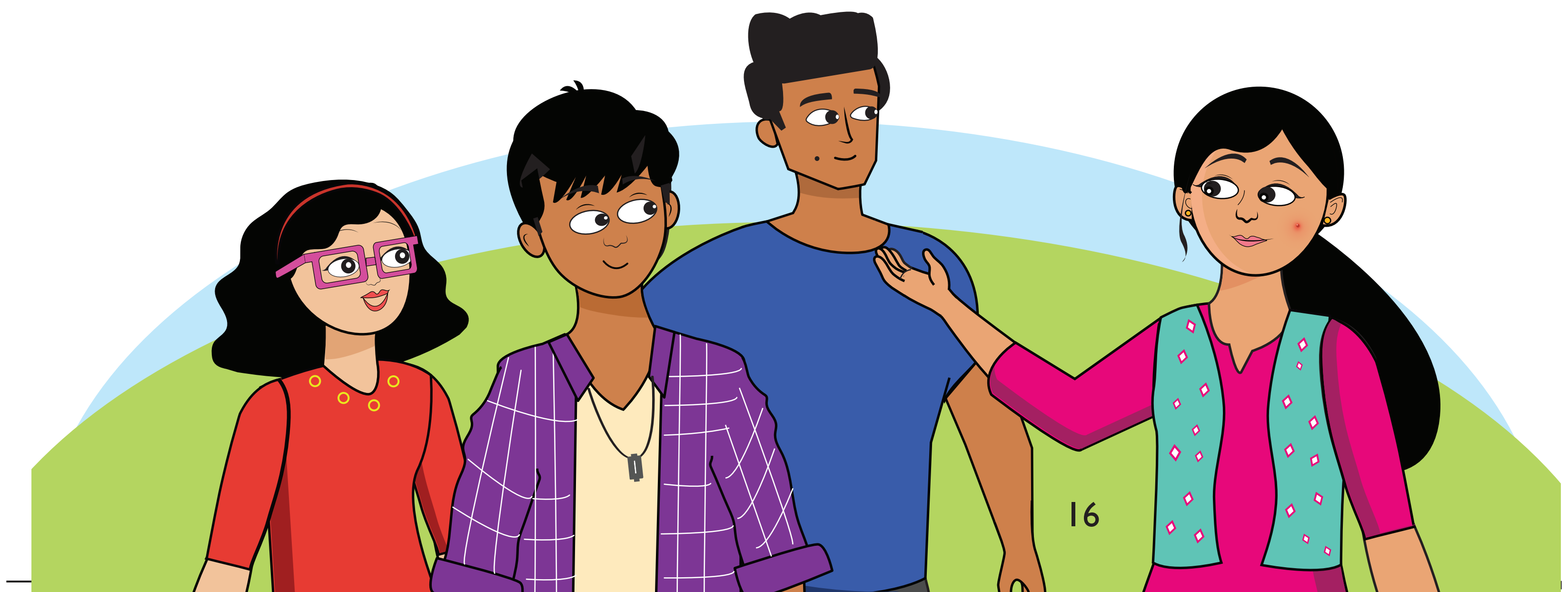
આદર્શ રૂપનું દબાણ ન અનુભવો. એ યાદ રાખો કે જે તસવીરો આપણે સામયિકોમાં જોઈએ છીએ તે અભિનેતાઓની વાસ્તવિકતા નથી હોતી.

હા, હું પણ કેટલી જાડી લાગું છું. આપણે કસરત કરવી જોઈએ.

લુક્સ વિશે વાત કરવાનું કેટલું બોરિંગ છે અને તેમાં કેટલો સમય વેડફાય છે. ચાલો એ વિશે વાત કરીએ કે સ્કૂલ પૂરી થયા પછી શું કરવાનું છે.

તું જાડી નથી લાગતી. તારું વજન કેટલું ઘટી ગયું છે. તું તદ્દન મારી મનપસંદ અભિનેત્રી જેવી દેખાઈ રહી છો.

એવું ન કહો. તારામાં કેટલા ગુણ છે જે તને તારા રંગ-રૂપથી વધુ વિશિષ્ટ અને સુંદર બનાવે છે.



ઈચ્છા હોય તો આ પણ રમો

નીચે અમે થોડા ગુણોનું લિસ્ટ આપ્યું છે. તમારી નજીક બેઠેલી કોઈ વ્યક્તિ વિશે વિચારો. નીચે જણાવેલ ગુણોમાંથી એક ગુણ તેમના માટે પસંદ કરો જે તેમના માટે યોગ્ય હોય. પછી તેમને જણાવો કે તમે એમના માટે એ ગુણ શા માટે પસંદ કર્યો.

(જેમ કે, તમે ઘણા દયાળુ છો કારણ કે તમે મારી સાથે તમારું ભોજન વહેંચો છો.)

આ છે થોડા ગુણોનું લિસ્ટ

- મજાકિયા
- હોશિયાર
- બહાદુર
- રોમાંચક
- ભરોસાપાત્ર
- સારા શ્રોતા
- ધીરજવાન
- જુગાડૂ

હવેથી જ્યારે તમે પોતાને અથવા બીજા કોઈને રંગ-રૂપ વિશે વિચારતા કે વાત કરતા જુઓ ત્યારે એના બદલે તેમના ગુણોની પ્રશંસા કરો.