মা-বাবারা করতেন। এরিস্টটল বলেছেন, জন্ম থেকেই গড়ে তুলতে হবে সন্তানকে। আর এখনকার বিজ্ঞানীরা বলেন, প্যারেন্টিং শুরু করতে হবে ভ্রূণ থেকে। ধর্ম এদিক থেকে আরো একধাপ এগিয়ে বলে, বিয়ের রাত থেকেই প্রার্থনা করো সুসন্তানের। আর মধ্যযুগে ইমাম আসাকির বলেন, সন্তানকে শুদ্ধাচারী করতে হলে আপনাকে হতে হবে তার মডেল।

সুসন্তান গড়ার ভাবনা ফলপ্রসূ করার জন্যেই *নিত্যদিন শত টিপস প্যারেন্টিং*। পরীক্ষিত এই টিপসগুলো সন্তানকে ভালো ও সফল মানুষ হিসেবে গড়ার এক সুন্দর গাইডলাইন।

গর্ভাবস্থায় ধর্মগ্রন্থ, ভালো বই ও
মহামানবদের জীবনী পড়ুন।
অনাগত সন্তানকে যেভাবে দেখতে চান—
সেই মনছবি দেখুন।
নিয়মিত মেডিটেশন চর্চা করুন।
অটোসাজেশন দিন—

আমার সন্তান
সুন্দর হবে, সুস্থ হবে,
মেধাবী হবে, ভালো হবে।
আমার সন্তান
ভূমিষ্ঠ হবে স্বাভাবিকভাবে।

সিজারিয়ান শিশু বেশি বুদ্ধিমান হয়—
এটি একটি ভুল ধারণা।
তাই নরমাল ডেলিভারি কামনা করুন।
এ নিয়তে চিকিৎসকের পরামর্শ নিয়ে
যোগাসন করুন। দান ও দোয়া করুন।

জন্মের পরপর শিশুর ছবি তোলা/
ভিডিও করা থেকে বিরত থাকুন।
জন্মের পর প্রথম ১৮ মাস পর্যন্ত
শিশুকে টিভি বা ইলেকট্রনিক স্ক্রিন থেকে
যথাসম্ভব দূরে রাখুন।
শিশুকে কাপড় না পরিয়ে কখনো ছবি
তুলবেন না, জনসমক্ষে আনবেন না।

সস্তা জনপ্রিয়তার লোভে
শিশুকে সাথে নিয়ে সেলফি তুলে,
ভিডিও বানিয়ে
অনলাইনে শেয়ার করবেন না বা
তার নামে একাউন্ট খুলবেন না।
এটি অনৈতিক এবং
শিশুর জন্যে ক্ষতিকর।

টিভি ট্যাব ল্যাপটপ বা
মোবাইল ফোন দেখিয়ে
শিশুকে খাওয়াবেন না।
এতে খাবারের স্বাদ-গন্ধ-রঙের
তফাত সে বুঝতে পারে না।
ভিডিও দেখে খেতে অভ্যস্ত হলে
শিশুর হজমপ্রক্রিয়া বিঘ্নিত হয়।

শিশুসন্তানকে নিয়ে যখন
ঘরের বাইরে যাবেন,
তার প্রয়োজনীয় খাবার, পানি,
টিস্যু/ রুমাল এবং আনুষঙ্গিক জিনিসপত্র
সাথে রাখুন। অন্যের কাছ থেকে
যেন এসব চাইতে না হয় বা
খোঁজাখুঁজি করতে না হয়।

শারীরিক অবয়ব, খারাপ রেজাল্ট,
দুষ্টুমিসহ কোনো প্রসঙ্গ তুলে
শিশুকে খোঁটা দেবেন না।

মা নাকি বাবা,
কে বেশি আদর করেন—
এ জাতীয় প্রশ্ন করে
শিশুকে বিভ্রান্তিতে ফেলবেন না।

শিশুর সামনে কোনো ভুল করে ফেললে
অকপটে দুঃখ প্রকাশ করুন।
এতে আপনার প্রতি তার
শ্রদ্ধাবোধ ও আস্থা দুটোই বাড়বে।

ছেলেমেয়েতে বৈষম্য না করে
সমান দৃষ্টিতে দেখুন।
ছেলে যেমন আপনার, মেয়েও আপনার।
মেয়ের প্রতি বৈষম্য করে তাকে
অনিশ্চয়তা ও হীনম্মন্যতায় ভোগাবেন না।