

रुचि चिंतना सांनिध्यमां

परिवारने संस्कारी केवी रीते बनावशो ?

गायत्री मंत्र अमारी साथे साथे

ॐ बूर्भुवः स्वः तत्सवितुर्वरेण्यं बर्गो- ।
देवस्य धीमहि धियो यो नः प्रचोदयात् ॥

अभिल विश्व गायत्री परिवार

<http://awgp.org>

<http://rushichintan.com>

परिवारने संस्कारी केवी रीते बनावशो ?

देवीओ अने भाईओ,

अेवुं कयुं कारण छे जेनाथी मनुष्य सौथी वधारे दुःभी थाय छे ? तो तेनो जवाब अेक ज शब्दमां आपी शकय के ते छे 'घरकंकास' उधडो थाय छे शाथी ? तेनुं कारण मात्र संस्कारितानो अभाव ज छे. जयां जयां कुसंस्कारो हशे त्यां त्यां उधडा, कलह अने कजिया याल्या ज करवाना. जे कुटुंबना सभ्यो संस्कारी, सभ्य, सुशील अने उदार स्वाभाववाणां हशे त्यां घरना उधडा के टंटा उभा थवानो कोई अवकाश ज रहेतो नथी. पछी भले ते कुटुंब पैसादार होय के गरीब. केटलाक लोको अेवा पण छे जे कौटुंबिक उधडा माटे पैसाने ज कारणभूत माने छे. तेमनी आ प्रकारनी विचारधारा अेकपक्षीय छे. आर्थिक मुश्केलीओना कारणे असंतोष उत्पन्न थाय छे, परंतु ते अेटली बधी हद सुधी नथी होतो जेटलो आजे दरेक घरमां देभाय छे.

कौटुंबिक सुभशांतिनुं मूण कारण सारी आर्थिक स्थितिने ज गणवामां आवतुं होय तो पैसे टके समृद्ध परिवारोमां हंमेशा सुभ अने शांति ज होवां जोछये, परंतु भरेभर अेवुं जोवा नथी मणतुं के समृद्ध परिवारोमां हंमेशा सुभशांति होय छे.

वास्तवमां कौटुंबिक सुभशांतिनुं मूण कारण आर्थिक के भौतिक सुभ सगवडोमां नथी, परंतु कुटुंबमां रहेता सभ्योना संस्कारोमां छे. जे कुटुंबो भावनात्मक रुपे अेक संगठित, सुद्रढ अने संस्कारी होय छे त्यां गृहकलह जोवा मणतो नथी. आनाथी उलटुं सुशिक्षित कुटुंब होवा छतां पण संस्कारिताना अभावना कारणे घरना छेकरा छेकरीओ मोटा थतां दुव्यर्सनी अने दुर्गुणी बनी जाय छे, उदंड तथा निरंकुश बनी जाय छे, जे घरोमां वडीलोना अधिकारो तथा कर्तव्योमां समतोलपणुं होतुं नथी, तेना कारणे ज उधडा उभा थाय छे. स्त्रीओ घरनी सुभसमृद्धिमां शांति स्नेह सौहार्द, संतोष अने हसीभुशीनुं महत्व समजती न होवाना कारणे भों कुलावी, तोबरो चढावी अतडी रहीने, रिसाईने घरना वातावरणने कलुचित करी नाभे छे.

ઋષિ ચિંતનના સાંનિધ્યમાં

ઘરના સભ્યોને અભિમાની અને અસહિષ્ણુ બનાવવા પાછળ સંસ્કારોનો અભાવ જ કારણભૂત છે. ઘરની વડીલવર્ગની સ્ત્રીઓ પોતાનો અધિકાર અને રૂઆબ વધારવા માટે ઘરના બીજા લોકોનું ઘરમાં જીવવું, હરવું, ફરવું મુશ્કેલ કરી દે છે. આ બધા વિકારો, વિકૃતિઓ અને ખામીઓનું મૂળ કારણ ફક્ત એક જ છે - પરિવારોની સુસંસ્કારિતાનો અભાવ.

સુસંસ્કારી પરિવારોનું મહત્વ ખૂબ બતાવાય છે અને તેના ગુણગાન પણ ખૂબ ગવાય છે, પરંતુ તેનો અર્થ શો ? સંસ્કારી કુટુંબનો અર્થ એક જ છે કે તે કુટુંબના સભ્યો ગુણ, કર્મ અને સ્વભાવથી સુવિકસિત હોય. બીજાઓને એમના દુઃખદાયી કાર્યો, કુમાર્ગો લઈ જનાર તેમના દુગુણો તથા વેરઝેર, ક્રોધ ઈર્ષ્યા, સ્વાર્થ, કજુસાઈ, અસહિષ્ણુતા જેવા દોષોને દૂર કરીને તેમના સ્થાને સદાચાર, સુશીલતા, પ્રેમ, એકતા, ઉદારતા, મધુરતા અને પ્રસન્નતા જેવા ગુણોનું બીજારોપણ કરવું એ જ તેમને સુસંસ્કારી બનાવે છે.

ઘરની મુખ્ય વ્યક્તિએ કુટુંબીજનોને સંસ્કારી બનાવવાની જવાબદારી પોતાના શિરે લેવી જોઈએ કારણ કે ઘરની મુખ્ય વ્યક્તિ સંચાલક હોવાના કારણે કુટુંબમાં સૌથી વધારે પ્રભાવ તેનો પડે છે. આપણો દેશ પિતૃપ્રધાન કૌટુંબિક વ્યવસ્થાવાળો દેશ છે. કુટુંબ ઉપર પ્રત્યક્ષપણે પિતાનું જ નિયંત્રણ (કાબૂ) રહે છે અને માતા તે નિયંત્રણને પ્રભાવક બનાવે છે. તેથી કૌટુંબિક શાસન ચલાવવામાં માતાપિતા બંનેની ભૂમિકા અગત્યની છે. કોની ભૂમિકા મુખ્ય છે અને કોની ગૌણ તે નક્કી કરી કાય તેમ નથી, પરંતુ એટલું તો નક્કી જ છે કે કુટુંબને બંને સમાન રીતે પ્રભાવિત કરે છે. ઘરનો કોઈ બીજો સભ્ય ભાગ્યે જ તેમની વાતને ટાળી શકે છે. જ્યારે ઘરનો સ્વામી સંસ્કારી ન હોય અથવા તો પોતે જ તે ગુણોનું અનુસરણ કરતો ન હોય અને પરિવારમાં ભય કે આતંક ફેલાવીને (ડરાવી, ધમકાવીને) સંસ્કારોનું આરોપણ કરવાનો પ્રયત્ન કરતો હોય ત્યારે તેની અવગણના થાય છે. આવી ભૂલોના કારણે ઘરનું વાતાવરણ વધારે કંકાસમય બનશે અને સુધારવા માટે કરેલા પ્રયત્નો પણ એક શાપરૂપ સાબિત થશે. કુટુંબના સભ્યોને સદ્ગુણી, સદાચારી, સુશીલ અને સંસ્કારી બનાવવા માટે સૌ પ્રથમ તો પોતે જ સદ્ગુણી, સદાચારી અને સુશીલ બનવું પડશે કારણ કે જો એમ ન હોય તો આચરણમાં મૂક્યા વિના આપેલા મૌખિક ઉપદેશો નકામાં તો જશે જ સાથે સાથે

ऋषि चिंतनना सांनिध्यमां

तेनी उलटी प्रतिक्रिया पण थशे. पोतानुं आचरण अने वर्तन अेवुं होवुं जोछये के कुटुंबना सभ्यो आपमेणे ज तेनुं अनुकरण करे. दाभला तरीके कुटुंबना सभ्योने व्यसनमुक्त राभवा होय तो सौ प्रथम पोते ज व्यसनमुक्त रहेवुं जोछये. कुटुंबमां सादगी तथा मितव्ययिता (भोटो भर्य न करवो) शीभववा माटे पहेलां जाते ज पोतानी जरुरियातो ओछी करी वाणी नहि, पण वर्तन द्वारा सादाई अपनावी घरमां दाभलो बेसाडवो जोछये. घरना सभ्योने नियमितता अने समयपालनना आग्रही बनाववा होय तो सौथी पहेलां जाते ज नियमित बनी अेक चोककस ज़वनकम (दिनचर्या) अपनावी लेवी जोछये. आ ज रीते पोताना स्वभावमांथी वेरजेर - कडवाश अने आवेशने दूर करीने तेना स्थाने प्रसन्नता, मधुरता तथा स्थिरता जेवा गुणो विकसाववा जोछये जेथी करीने घरना सभ्यो तेमांथी ज प्रेरणा मेणवी शके. पोताना अधिकारोनी ओछामां ओछे उपयोग करी वधारे पडतुं ध्यान कर्तव्यपरायणता पर आपवुं जोछये जेथी करीने कुटुंबीजनोमां पण कर्तव्यपरायणतानो भाव जागृत थाय.

कुटुंबीजनोने संस्कारी बनाववानी साथे साथे तेमने दरेक रीते सुविकसित तेमज सुयोग्य बनाववा पण भूब ज जरुरी छे. आने माटे घरना दरेक सभ्यने शिक्षित अने साक्षर बनाववा माटे शक्य तेटला प्रयासो करवा जोछये. घरना सभ्योमांथी विकासशील सभ्योने शिक्षित अने विकसित बनाववा अने घरना निरक्षर प्रौढोने साक्षर बनाववा माटे पण शक्य तेटला प्रयत्नो करवा जोछये. शिक्षण अने साक्षरता विना संस्कारी बनवामां मुश्केली पडे छे. अेटलुं याद राभो के ज़वननिर्माणो मुभ्य पायो शिक्षण छे अने आ इकीकतने महत्वनी गणीने घरमां जे भरोलागरोला सभ्यो होय तेमरो घरनी अभाण व्यक्तित्ओ के जेमने शाणाअे जवा माटेनो समय अथवा तो सगवड प्राप्त थई नथी तेवा लोकोने साक्षर बनाववानी व्यवस्था करवी जोछये. दरेक व्यक्तित्मां ओछामां ओछुं अेटलुं भएतर तो होवुं ज जोछये के जेथी करीने ते प्रेरणादायी ज़वन साहित्यनुं वांचन करी तेनो लाभ मेणवी शके. जे परिवारोमां दरेक सभ्यने शिक्षण प्रत्ये रुचि जागृत थई होय ते परिवारसंबंधी अेटलुं आश्वासन तो जरुर लई शकाय के त्यां संस्कारितानी वृद्धि माटेनी शक्यताओ वधी रही छे.

ઋષિ ચિંતનના સાંનિધ્યમાં

સંસ્કારિતાની વૃદ્ધિ માટે બીજા અનેક ઉપાયો પણ કરવા જોઈએ. સાથે સાથે એવું વાતાવરણ ખડું કરવું જોઈએ કે જેથી પરિજનો આપોઆપ જ તે તરફ ગતિ કરે. આના માટે પરિવારમાં આસ્તિકતાનું વાતાવરણ બનાવવું જોઈએ. એમાં કોઈ શંકા નથી કે આસ્તિકતા જ શુભ સંસ્કારોની જનની છે. તેથી ઘરના પ્રત્યેક સભ્યને આસ્તિક, ઈશ્વરમાં શ્રદ્ધા રાખનાર તથા ધર્મ પ્રત્યે આસ્થા રાખનારો બનાવવા માટે ઘરનું વાતાવરણ પણ ધાર્મિક રાખવું જોઈએ. તેના માટે દરરોજ સવાર સાંજ પ્રાર્થનાનો કાર્યક્રમ રાખી શકાય. સંધ્યા સમયે કે રાતના સૂતી વખતે પરિવાર ગોઠીનો કાર્યક્રમ ઘણો જ ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે, જેમાં કથા-પ્રસંગોના માધ્યમ દ્વારા ધર્મ અને નૈતિક શિક્ષણની જરૂરીયાત પૂરી થતી રહે. ધાર્મિક ઉત્સવો તથા સંસ્કાર આયોજનો દ્વારા પણ ઘરના લોકોને ધર્મના પ્રગતિશીલ સ્વરૂપનો પરિચય તથા શિક્ષણ આપી શકાય. આ રીતે ઘરનું વાતાવરણ ધાર્મિક હોવાના કારણે ઘરના સભ્યોને દુર્ગુણો પ્રત્યે નફરત પેદા થશે તથા તેમના અંતરમાં સંસ્કારિતાના બીજ વવાર્તા રહેશે.

માનસિક અને ભાવનાત્મક શુદ્ધિની સાથે સાથે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય પ્રત્યે જાગૃતિ કેળવવી તે પણ કુટુંબીજનોને સંસ્કારી બનાવવા માટે ખૂબ જ મહત્વપૂર્ણ છે. શારીરિક તંદુરસ્તી માટે શ્રમ અને વ્યાયામને જ મહત્વ અપાય છે. તેના માટે ઉંમરલાયક વ્યક્તિઓ સવારે ચાલવા જવાનો કાર્યક્રમ બનાવી શકે. ઘરના યુવાન સભ્યો કસરત કરી શકે. કિશોરો પોતાના સમવયસ્કો સાથે ફૂટબોલ, હોકી કે કબડ્ડી જેવી રમતો રમવા જઈ શકે છે. સ્ત્રીઓ મહેનત કરવા માટે ઘરના અનાજ - મસાલા દળી કે ખાંડી શકે છે. ઘરમાં બાગાયત અને સફાઈ જેવા શોખ કેળવીને પણ વ્યાયામનો લાભ લઈ શકાય છે. કહેવાનો આશય એટલો જ છે કે ઘરનો પ્રત્યેક સભ્ય એટલી મહેનત કરતો હોવો જોઈએ કે જેનાથી શારીરિક કસરતની સાથે સાથે શરીરની તંદુરસ્તી પણ જળવાતી રહે.

સ્વાસ્થ્યના રક્ષણ માટે વ્યાયામ પછી બીજા ક્રમે આહાર આવે છે. શારીરિક તંદુરસ્તી માટે બંનેનું સરખું મહત્વ છે. આને માટે કુટુંબના બધા જ સભ્યોની રુચિ એકસરખી બનાવવા માટેનો પ્રયત્ન કરવો જોઈએ અર્થાત્ જીભના સ્વાદને નહીં, પરંતુ ખોરાકની સાત્વિકતા અથવા તો પૌષ્ટિકતાને જ મહત્વ આપવાની ટેવ પાડવી જોઈએ.

ऋषि चिंतनना सांनिध्यमां

कहेवानी ज३र नथी के सात्विक लोजन शरीरना पोषणनी साथे साथे मननी वृत्तियोंनुं पण शोधन करे छे. सादुं अने सामान्य लोजन शरीरने तंदुरस्त तो राखे छे, साथे साथे भर्षनी द्रष्टिये पण सस्तुं पडे छे. शाकभाजु तथा ऋतु ऋतुना इण, माभण अने मलाई जेटला ज लाभदायक गणाय छे.

घरना दरेक सभ्यमां ऐकता अने परस्पर प्रेमभाव राखवा माटे दरेक प्रत्ये सरभो व्यवहार तथा वर्तन करवा ज३री छे. घरना बधा ज सभ्योने ऐकसरभी किंमतना कपडां ऐक ऐकसरभी सगवडो पूरी पाडवी जोछये. घरनी मुख्य व्यक्ति होवाना नाते पिताने वधारे सगवडो अने नाना बाणको तथा बीजु न कमानार व्यक्तिओने ओछी सगवडो आपवी तेवुं न होवुं जोछये. आ प्रकारना लेदभाव कुटुंबना सभ्यो वच्ये परस्पर द्वेष तथा वैमनस्य ऒलुं करे छे. आ ज रीते घरसंबंध दरेक वातनी जण घरना दरेक सभ्यने करवी ज३री छे. ओछामां ओछुं घरनी आवकजावकनो भ्याल तो दरेक सभ्यने होवो ज जोछये. तेना माटे घरना बधा सभ्योने लेगा करी बधानी सलाइ लई पछी घरनुं बजेट बनाववुं जोछये. कुटुंबनी आवकजावक जाणवाथी कुटुंबना सभ्यो आवकनी मर्यादामां रहीने भर्ष करतां शीभशे तथा भोटा भर्षा बंध करी देखे.

आ रीते बीजा केटलाये ऐवा उपायो शोधी तेमने अमलमां मूकवाथी घरना दरेक सभ्य कुटुंब प्रत्ये पोतीकापणानी लागणी अनुभववी शकशे अने पोताने परिवार३पी शरीरनुं ऐक अभिन्न अंग मानी कोईपण लोगे परिवारनी सुभशांति नष्ट नहीं थवा दे. कुटुंबीजनोमां आ प्रकारना सुसंस्कारोनुं सिंचन करीने घरनुं वातावरण सुभशांतिमय बनावी शकय. जयां संस्कारिता छे त्यां घरना सभ्योने 'गृहकलइ' शुं चीज छे तेनी भबर पण होती नथी, कारण के त्यां तो दरेक जण ऐक बीजा साथे आत्मीय संबधोथी बंधायेलो रहे छे. ऐक बीजा वच्ये अहम् टकरावानो तो कोई प्रश्न ज उपस्थित तो नथी कारण के त्यां कोईने व्यक्तिगत अहम् के व्यक्तित्व होतुं नथी. कुटुंबमां स्वर्गीय वातावरण ऒलुं करवा माटे आटला प्रयत्नो अने उपायो तो करवा ज जोछये.