

## પરિવારને સંસ્કારી કેવી રીતે બનાવશો ?

એવું કયું કારણ છે જેનાથી મનુષ્ય સૌથી વધારે દુઃખી થાય છે ? તો તેનો જવાબ એક જ શબ્દમાં આપી શકાય કે તે છે 'ઘરકંકાસ' ઝઘડો થાય છે શાથી ? તેનું કારણ માત્ર સંસ્કારિતાનો અભાવ જ છે. જ્યાં જ્યાં કુસંસ્કારો હશે ત્યાં ત્યાં ઝઘડા, કલહ અને કજિયા ચાલ્યા જ કરવાના. જે કુટુંબના સભ્યો સંસ્કારી, સભ્ય, સુશીલ અને ઉદાર સ્વાભાવવાળાં હશે ત્યાં ઘરના ઝઘડા કે ટંટા ઉભા થવાનો કોઈ અવકાશ જ રહેતો નથી. પછી ભલે તે કુટુંબ પૈસાદાર હોય કે ગરીબ. કેટલાક લોકો એવા પણ છે જે કૌટુંબિક ઝઘડા માટે પૈસાને જ કારણભૂત માને છે. તેમની આ પ્રકારની વિચારધારા એકપક્ષીય છે. આર્થિક મુશ્કેલીઓના કારણે અસંતોષ ઉત્પન્ન થાય છે, પરંતુ તે એટલી બધી હદ સુધી નથી હોતો જેટલો આજે દરેક ઘરમાં દેખાય છે. કૌટુંબિક સુખશાંતિનું મૂળ કારણ સારી આર્થિક સ્થિતિને જ ગણવામાં આવતું હોય તો પૈસેટકે સમૃદ્ધ પરિવારોમાં હંમેશા સુખ અને શાંતિ જ હોવાં જોઈએ, પરંતુ ખરેખર એવું જોવા નથી મળતું કે સમૃદ્ધ પરિવારોમાં હંમેશા સુખશાંતિ હોય છે.

વાસ્તવમાં કૌટુંબિક સુખશાંતિનું મૂળ કારણ આર્થિક કે ભૌતિક સુખ સગવડોમાં નથી, પરંતુ કુટુંબમાં રહેતા સભ્યોના સંસ્કારોમાં છે. જે કુટુંબો ભાવનાત્મક રૂપે એક સંગઠિત, સુદ્રઢ અને સંસ્કારી હોય છે ત્યાં ગૃહકલહ જોવા મળતો નથી. આનાથી ઉલટું સુશિક્ષિત કુટુંબ હોવા છતાં પણ સંસ્કારિતાના અભાવના કારણે ઘરના છોકરા છોકરીઓ મોટાં થતાં દુવ્યર્સની અને દુર્ગુણી બની જાય છે, ઉદંડ તથા નિરંકુશ બની જાય છે, જે ઘરોમાં વડીલોના અધિકારો તથા કર્તવ્યોમાં સમતોલપણું હોતું નથી, તેના કારણે જ ઝઘડા ઉભા થાય છે. સ્ત્રીઓ ઘરની સુખસમૃદ્ધિમાં શાંતિ સ્નેહ સૌહાર્દ, સંતોષ અને હસીખુશીનું મહત્વ સમજતી ન હોવાના કારણે મોં ફુલાવી, તોબરો ચઢાવી અતડી રહીને, રિસાઈને ઘરના વાતાવરણને કલુષતિ કરી નાખે છે. 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,

ફરવું, ફરવું મુશ્કેલ કરી દે છે. આ બધા વિકારો, વિકૃતિઓ અને ખામીઓનું મુળ 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 માતાંપિતા 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 પ્રભાવિક 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 આચારણમાં મૂક્યા વિના આપેલા મૌખિક ઉપદેશો નકામા તો જશે જ સાથે સાથે તેની ઉલટી પ્રતિક્રિયા પણ થશે. પોતાનું આચરણ અને વર્તન એવું હોવું જોઈએ કે કુટુંબના સભ્યો આપમેળે જ તેનું અનુકરણ કરે. દાખલા તરીકે કુટુંબના સભ્યોને વ્યસનમુક્ત રાખવા

હોય તો સૌ પ્રથમ પોતે જ વ્યસનમુક્ત રહેવું જોઈએ. કુટુંબમાં સાદગી તથા મિતવ્યયિતા (ખોટો ખર્ચ ન કરવો) શીખવવા માટે પહેલાં જાતે જ પોતાની જરૂરિયાતો ઓછી કરી વાણી નહિ, પણ વર્તન ધ્વારા સાદાઈ અપનાવી ઘરમાં દાખલો બેસાડવો જોઈએ. ઘરના સભ્યોને નિયમિતતા અને સમયપાલનના આગ્રહી બનાવવા હોય તો સૌથી પહેલાં જાતે જ નિયમિત બની એક ચોક્કસ જીવનક્રમ (દિનચર્યા) અપનાવી લેવી જોઈએ. આ જ રીતે પોતાના સ્વભાવમાંથી વેરઝેર - કડવાશ અને આવેશને દૂર કરીને તેના સ્થાને પ્રસન્નતા, મધુરતા તથા સ્થિરતા જેવા ગુણો વિકસાવવા જોઈએ જેથી કરીને ઘરના સભ્યો તેમાંથી જ પ્રેરણા મેળવી શકે. પોતાના અધિકારોનો ઓછામાં ઓછો ઉપયોગ કરી વધારે પડતું ધ્યાન કર્તવ્યપરાયણતા પર આપવું જોઈએ જેથી કરીને કુટુંબીજનોમાં પણ કર્તવ્યપરાયણતાનો ભાવ જાગૃત થાય.

કુટુંબીજનોને સંસ્કારી બનાવવાની સાથે સાથે તેમને દરેક રીતે સુવિકસિત તેમજ સુયોગ્ય બનાવવા પણ ખૂબ જ જરૂરી છે. આને માટે ઘરના દરેક સભ્યને શિષ્ટાચાર અને સાચાંર બનાવવા માટે શક્ય તેટલા પ્રયાસો કરવા જોઈએ. ઘરના સભ્યોમાંથી વિકાસશીલ સભ્યોને શિક્ષિત અને વિકસિત બનાવવા અને ઘરના નિરક્ષર પ્રૌઢોને સાક્ષર બનાવવા માટે પણ શક્ય તેટલા પ્રયત્નો કરવા જોઈએ. શિષ્ટાચાર અને સાચાંરતા વિના સંસ્કારી બનવામાં મુશ્કેલી પડે છે. એટલું યાદ રાખો કે જીવનનિર્માણનો મુખ્ય પાયો શિક્ષણ છે અને આ હકીકતને મહત્વની ગણીને ઘરમાં જે ભણેલાગણેલા સભ્યો હોય તેમણે ઘરની અભણ વ્યક્તિઓ કે જેમને શાળાએ જવા માટેનો સમય અથવા તો સગવડ પ્રાપ્ત થઈ નથી તેવા લોકોને સાક્ષર બનાવવાની વ્યવસ્થા કરવી જોઈએ. દરેક વ્યક્તિમાં ઓછામાં ઓછું એટલું ભણતર તો હોવું જ જોઈએ કે જેથી કરીને તે પ્રેરણાદાયી જીવનસાહિત્યનું વાંચન કરી તેનો લાભ મેળવી શકે. જે પરિવારોમાં દરેક સભ્યને શિક્ષણ પ્રત્યે રુચિ જાગૃત થઈ હોય તે પરિવારસંબંધી એટલું આશ્વાસન તો જરૂર લઈ શકાય કે ત્યાં સંસ્કારિતાની વૃદ્ધિ માટેની શક્યતાઓ વધી રહી છે.

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 પરિવારગોષ્ઠીનો કાર્યક્રમ ઘણો જ ઉપયોગી સાબિત થઈ શકે છે, જેમાં કથા-પ્રસંગોના માધ્યમ ધ્વારા ધર્મ અને નૈતિક શિક્ષણની જરૂરીયાત પૂરી થતી રહે. ધાર્મિક ઉત્સવો તથા સંસ્કાર આયોજનો ધ્વારા 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 વવાતાં 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 કુટબોલ, હોકી કે કબડડી 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. કહેવાની જરૂર નથી કે સાત્વિક ભોજન શરીરના પોષણની સાથે સાથે મનની વૃત્તિઓનું

પણ શોધન કરે છે. સાદું અને સામાન્ય ભોજન શરીરને તંદુરસ્ત તો રાખે છે, સાથે સાથે ખર્ચની દ્રષ્ટિએ પણ સસ્તું પડે છે. શાકભાજી તથા ઋતુ ઋતુનાં ફળ, માખણ અને મલાઈ જેટલાં જ લાભદાયક ગણાય છે.

ઘરના દરેક સભ્યમાં એકતા અને પરસ્પર પ્રેમભાવ રાખવા માટે દરેક પ્રત્યે સરખો વ્યવહાર તથા વર્તન કરવાં જરૂરી છે. ઘરના બધા જ સભ્યોને એકસરખી કિંમતના કપડાં એક એકસરખી સગવડો પૂરી પાડવી જોઈએ. ઘરની મુખ્ય વ્યક્તિ હોવાના નાતે પિતાને વધારે સગવડો અને નાનાં બાળકો તથા બીજી ન કમાનાર વ્યક્તિઓને ઓછી સગવડો આપવી તેવું ન હોવું જોઈએ. આ પ્રકારના ભેદભાવ કુટુંબના સભ્યો વચ્ચે પરસ્પર દ્રેષ તથા વૈમનસ્ય ઉભું કરે છે. આ જ રીતે ઘરસંબંધ દરેક વાતની જાણ ઘરના દરેક સભ્યને કરવી જરૂરી છે. ઓછામાં ઓછું ઘરની આવકજાવકનો ખ્યાલ તો દરેક સભ્યને હોવો જ જોઈએ. તેના માટે ઘરના બધા સભ્યોને ભેગા કરી બધાની સલાહ લઈ પછી ઘરનું બજેટ બનાવવું જોઈએ. કુટુંબની આવકજાવક જાણવાથી કુટુંબના સભ્યો આવકની મર્યાદામાં રહીને ખર્ચ કરતાં શીખશે તથા ખોટા ખર્ચા બંધ કરી દેશે.

આ રીતે બીજા કેટલાયે એવા ઉપાયો શોધી તેમને અમલમાં મૂકવાથી ઘરના દરેક સભ્ય કુટુંબ પ્રત્યે પોતીકાપણની લાગણી અનુભવી શકશે અને પોતાને પરિવારરૂપી શરીરનું એક અભિન્ન અંગ માની કોઈપણ ભોગે પરિવારની સુખશાંતિ નષ્ટ નહીં થવા દે. કુટુંબીજનોમાં આ પ્રકારના સુસંસ્કારોનું સિંચન કરીને ઘરનું વાતાવરણ સુખશાંતિમય બનાવી શકાય. જ્યાં સંસ્કારિતા છે ત્યાં ઘરના સભ્યોને 'ગૃહકલહ' શું ચીજ છે તેની ખબર પણ હોતી નથી, કારણ કે ત્યાં તો દરેક જણ એક બીજા સાથે આત્મીય સંબંધોથી બંધાયેલો રહે છે. એક બીજા વચ્ચે અહમ્ ટકરાવાનો તો કોઈ પ્રશ્ન જ ઉપસ્થિત તો નથી કારણ કે ત્યાં કોઈને વ્યક્તિગત અહમ્ કે વ્યક્તિત્વ હોતું નથી. કુટુંબમાં સ્વર્ગીય વાતાવરણ ઉભું કરવા માટે આટલા પ્રયત્નો અને ઉપાયો તો કરવા જ જોઈએ.