



Continuous issue-14 | April – May 2016

વાંચન અને સગર્ભાવસ્થા

એબ્સ્ટ્રેક્ટ :- ગર્ભિણીએ ગર્ભાવસ્થામાં અલગ-અલગ પરિસ્થિતિમાંથી પસાર થવાનું હોય છે. આ સંજોગોમાં પોતાના મનની પરિસ્થિતિ પણ બદલાતી હોય છે. આવા સમયે મનમાં સારા વિચરો આવે તે ઉપરાંત ગર્ભમાં ઉછરી રહેલ શિશુનો પણ શારિરીક અને માનસિક વિકાસ વ્યવસ્થિત અને યોગ્ય થાય તે માટે કેવા પ્રકારનું વાંચન કરવું જોઈએ તે માટેની માસનું/માસિક માહિતી આ પેપરમાં આપવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે. સગર્ભાવસ્થામાં વાંચનથી સંસ્કારી શિશુનું ઘડતર કરી શકાય છે.

પ્રસ્તાવના:- આદિત્ય અંધકાર દૂર કરે છે, સાહિત્ય અજ્ઞાન દૂર કરે છે. વાંચન એટલે પરિવર્તન. વાંચન એટલે વિકાસની કેડી પર પગરણ. આપણા રાષ્ટ્રનો – સમાજનો વિકાસ સાધવો હોય, એક નવા યુગનો આરંભ કરવો હોય તો સંસ્કારી અને ઉન્નત પેઢી જ નવા યુગનો આધાર બની શકે. અંકુચામાં (૨૦૧૩) આન્તરરાષ્ટ્રીય ગ્રંથખતપત્રનો અનુવાદ કરતાં વેગડે જણાવ્યું છે કે યુધ્ધોની શરૂઆત માનવીઓના મગજમાં થતી હોય છે. એટલા માટે યુનેસ્કોનું બંધારણ કહે છે કે શાંતિની સુરક્ષાનું નિર્માણ માનવીઓના મગજમાં કરવું પડે. મૈત્રીપૂર્ણ બૌદ્ધિક વાતાવરણ અને પરસ્પર સમજની રચના માટે પુસ્તકો ખૂબ જ અસરકારક હોવાને લીધે, તેમના દ્વારા શાંતિની અભિવૃદ્ધિ કરવામાં આવે છે. પુસ્તકો સાથે સંબંધ ધરાવતા બધા લોકોની એ જવાબદારી છે કે એ પ્રકારની નિશ્ચિતતા ઉભી કરે કે પુસ્તકોની પાઠસામગ્રી દ્વારા વ્યક્તિગત સંતુષ્ટિ, સામાજિક અને આર્થિક પ્રગતિ, આન્તરરાષ્ટ્રીય સમજ અને શાંતિને પ્રોત્સાહન મળે. કોઈપણ ચીજવસ્તુનું ઉત્પાદન કરવામાં આવે ત્યારે મૂળભૂત સામગ્રી શું વપરાય છે તેનું વિશેષ મહત્વ હોય છે; માલ એ મુજબ તૈયાર થાય છે. જેમ કોઈપણ કાચ ગમે તેટલો સુંદર હોય ધારદાર પાસા પાડીને હીરા જેવો તૈયાર કરવામાં આવે તો પણ સાચો ઝવેરી તેની કિંમત કાચ જેટલી જ આંકશે. તે ક્યારેય પણ હીરો ન જ બની શકે.

મનુષ્યને શિક્ષણ, વાંચન, વાતાવરણ, આહાર વગેરેના માધ્યમથી વધુ સુયોગ્ય બનાવવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે છે. પરંતુ તેના વિકાસના બીજ તો ગર્ભાવસ્થામાં જ નંખાય જતાં હોય છે. કોઈપણ બાળકના વિકાસનો આધાર સગર્ભાવસ્થામાં માતા દ્વારા કરવામાં આવેલા આહાર-વિહાર કે વિચાર પર આધારિત હોય છે. શર્મામાં (૧૯૯૮) ભૂણશાસ્ત્રના

નિષ્ણાંત ડે મતે ગર્ભસ્થ શિશુના વિકાસ માટે આહાર-વિહારને એક તબક્કા સુધી જ મહત્વ આપવામાં આવ્યું છે. વિશેષમાં જણાવે છે કે ગર્ભમાં પોષણ પામતાં શિશુના વિકાસ માટે ગર્ભિણીનો આહાર-વિહાર જેટલો પૌષ્ટિક અને સાત્વિક હોવો જોઈએ તેનાથી પણ વિશેષ જરૂરી છે સગર્ભાની મનઃસ્થિતિ સંતુલિત રહે, પ્રસન્ન ચિત્ત અને શ્રેષ્ઠ સ્તરની રહે અને રાખી શકે તે અનુસાર તેને વાતાવરણ મળે. આ માટે ગર્ભિણી પાસે સારા વિચારો હોવા આવશ્યક છે. ગમે તે પરિસ્થિતિમાં પણ પોતાના મનના વિચારોને હકારાત્મક રાખી શકે તેવું ત્યારે જ શક્ય બને જ્યારે સતત સદ્વાંચન અને વાંચનમાંથી ઉદ્ભવતા વિચારોનું મનોમંથન થતું રહે. સદ્વાંચન દ્વારા તે પોતાના વિચારોમાં વધુ દ્રઢ બનશે. પોતાના ગર્ભસ્થ શિશુ સાથે પણ તે હકારાત્મક વિચારોની વાતચીત કરી શકશે. શર્મામાં (૧૯૯૮) જણાવે છે કે બાળકોને સારા-ખરાબ બનાવવામાં સૌથી મહત્વપૂર્ણ ભૂમિકા માતા-પિતાની હોય છે. આ પ્રક્રિયા જન્મ પછી નહિ પરંતુ ગર્ભાવસ્થાથી જ શરૂ થઈ જાય છે. આ સમય બાળકના વિકાસ માટે સૌથી મહત્વપૂર્ણ હોય છે. નવ માસ દરમિયાન બાળકના વિકાસમાં વાંચન કઈ રીતે મદદરૂપ થાય છે તેની માહિતી આપવાનો અહીં પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે જે માસાનુમાસિક છે.

પ્રથમ માસ:- આ સમયમાં ગર્ભિણીની માનસિક સ્થિતિ ડામાડોળ હોય છે. પોતાના શરીરમાં થતાં ફેરફારોની અસર મન પર વિશેષ પડે છે, માટે આ સમયમાં પહેલું કાર્ય મનોબળ વધારવાનું કરવાનું હોય છે. આ સમયે સગર્ભાના વિચારો કેવા હોવા જોઈએ? ખરેખર તો સ્ત્રીને ખ્યાલ આવી જાય કે પોતે ગર્ભિણી છે તો આ સમયમાં વાંચન દ્વારા વિચારોને વધુ સુદ્રઢ કરવાનું શરૂ કરી દેવું જોઈએ. આ સમયમાં મનને શાંત અને સ્થિર રાખી શકાય એ માટે નિયમિત પ્રાર્થના કરતાં રહેવું જોઈએ. આપણી સંસ્કૃતિમાં પ્રભુને અનેક રીતે પ્રાર્થના કરી શકાય છે તેના વિશે વિશેષ વાંચન કરવું જોઈએ. પ્રથમ માસમાં સર્વધાતુઓના સંમિશ્રણ ગર્ભનું સ્વરૂપ હોય છે. જેમાં જાળતત્વનું પ્રાધાન્ય હોય છે. આ સમયમાં પ્રકૃતિની (પંચધાતુની) નજીકથી અનુભુતિ કરવા માટે બાળકાવ્યો, પ્રકૃતિકાવ્યોનું વાંચન કરી શકાય. મનોબળ દ્રઢ બનાવવા માટે હકારાત્મક વિચારો આપતા પુસ્તકોનું વાંચન કરી શકાય. ‘પ્રાર્થના’ પર લખાયેલા પુસ્તકો વાંચવા જોઈએ. ‘પ્રાર્થના’ પર વાંચન કરવાથી આપણી ઈશ્વર પ્રત્યેની શ્રદ્ધા દ્રઢ બને છે અને નિયમિત પ્રાર્થના કરવા માટે મન તૈયાર થાય છે. પ્રાર્થના એટલે એક એવી શક્તિનું તેજપૂર્ણ કેન્દ્ર કે જ્યાંથી સતત આત્મશક્તિનો સૌમ્ય પ્રકાશ સતત ગર્ભિણીને અને બાળકને બંનેને મળ્યા કરે છે.

દ્વિતિય માસ:- દ્વિતિય માસ એટલે કલલ સ્વરૂપ ગર્ભ ઘન સ્વરૂપને પામે છે, ગર્ભની રચનાનો વિકાસ થાય છે. નિશ્ચિત આકારની સાથે શરીરના હાથ-પગ, માથુ-ઘડ વગેરે સ્વરૂપ બનવાની પ્રક્રિયા શરૂ થઈ જાય છે. કાનની રચના પણ શરૂ થઈ જાય છે. માતાના અવાજને પણ સાંભળી શકે છે. આ સમયમાં માતા દ્વારા વાંચન પણ બાળકના વિકાસને અનુરૂપ કરવું જોઈએ. આ સમયમાં ઉત્તમ ચરિત્રોના વાંચન કરવામાં આવે તે ઈચ્છનીય છે. જે વ્યક્તિઓ મહાન થઈ ગયાં, તેઓ પોતાના જીવનમાં જાત મહેનતથી મહાન અને ઉત્તમ બન્યા હોય છે. ગર્ભિણી જ્યારે આવા મહાન વ્યક્તિઓના ચરિત્રોનું વાંચન-અભ્યાસ કરે છે ત્યારે તે વાસ્તવિક જીવનમાં બનેલી સત્ય ઘટના હોવાને કારણે તેના મન ઉપર તેની ઊંડી છાપ પડે છે. વીરતા-બહાદુરી ભરેલી વાર્તાઓના વાંચનથી શિશુમાં વીરતાના ગુણને આપોઆપ વિકસીત કરે છે. ઉત્તમ ચરિત્રોના વાંચનથી ગર્ભિણીનું ચૈતન્ય સતેજ થાય છે. કૌવત, હિંમત, મહત્વકાંક્ષા અને શ્રદ્ધા જાગી ઊઠે છે. જેના પરિણામે મહાન કાર્યો જે ભવિષ્યમાં થનારા છે તેના બીજ રોપાય છે.

તૃતીય માસ:- ગર્ભાવસ્થામાં ત્રીજા માસમાં શિશુની સર્વ ઈન્દ્રિય, સર્વ અંગો તથા સર્વ અવયવો એક સાથે જ ઉત્પન્ન થઈ જાય છે. ગર્ભ આ સમયથી જ માતા જે વાંચે છે, સાંભળે છે, વિચારે છે અને જે પ્રકારની લાગણી અનુભવે છે તે બધાની અસર શિશુ પર થાય છે. એટલે કે માતાએ જાગૃત રહીને એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ કે તેની દરેક ક્રિયા-પ્રતિક્રિયાને શિશુ અનુભવીને, એવી લાગણી અને એવા સંસ્કાર મેળવશે. આ સમયમાં પ્રસન્ન રહેવા માટે ઓછામાં ઓછો એક સુવિચાર વાંચવો અને તેનું દિવસ દરમિયાન રટણ કરતાં રહેવું જોઈએ. આ સમયમાં હળવું સંગીત સાંભળીને મનને પ્રસન્ન રાખી શકાય. પ્રસન્ન ચિત્તે કરેલું વાંચન એક ઊંડી છાપ મૂકી જાય છે. વાંચનની સાથે સાથે તેમાંથી ઉત્પન્ન થતાં ભાવોની અસર શિશુ પર થાય છે, કારણ કે હવે બાળકમાં ભાવનાઓ ઉત્પન્ન થવા લાગી હોય છે. આ સમયથી જ માતા-પિતાએ શિશુને વાર્તાઓ કહેવાનું-સંભળાવવાનું શરૂ કરવું. આ પ્રક્રિયા બાળક સરળતાથી વાંચન કરતું ન થાય ત્યાં સુધી ચાલુ રાખવી. આ સમયમાં બાળવાર્તા, બાળનાટકો, બાળ જીવનચરિત્રો જેવા કે ધ્રુવ, પ્રહલાદ, નચિકેતા, લવ-કુશ, પાંડવો...નું વાંચન થવું જોઈએ. ખાસ તો હવેથી માતાએ પોતાના પેટ પર હાથ રાખીને બાળકને વાર્તા કહેવાની રીતે બાળવાર્તાઓ-બાળનાટકો વાંચવા જોઈએ.

ચતુર્થ માસ:- આ માસમાં શિશુની માનવ આકૃતિ તૈયાર થઈ જાય છે. ચોથા મહિનામાં સ્વાદાંકુર એટલે કે રસનો વિકાસ થઈ જાય છે. તેની સંવેદનાઓ સતેજ બનવા લાગે છે. આ સાથે મસ્તિષ્કનો વિકાસ ખૂબ ઝડપથી થવા લાગે છે. શિશુની સંવેદનાઓના વિકાસ માટે છ રસનું વાંચન કરી શકાય. જો શિશુમાં સત્વગુણનું વિશેષ પ્રાધાન્ય રહે તેવું જો માતા ઈચ્છતી હોય તો શાંત રસના પુસ્તકોનું વાંચન જ કરવું જોઈએ. શાંતરસ એટલે સંસારના વિષયભોગ ઉપર થતો અભાવ અને આત્મસ્વરૂપના આનંદમાં થતી લીનતાનો રસ. બાકીના આઠ રસમાંથી પણ રૌદ્ર, ભયાનક અને બિભત્સ રસનું વાંચન ટાળવું જોઈએ. આ સમયમાં શિશુમાં વિશાળતાના અને ઉદારતાના ગુણોનું સિંચન થાય તે મુજબની વાર્તાઓ, પ્રસંગોનું વાંચન થાય તે વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઈએ. જેમ કે સિદ્ધાર્થ, મૂળરાજ, અબ્રાહમ લિંકનના ગુણો દર્શાવતી બાળવાર્તાઓ, હુમાયુ-પદ્માવતી; યમરાજ-યમુનાજીની વાર્તા જે ભાઈ-બહેનના પ્રેમની વાર્તા છે તેનું વાંચન કરી શકાય. ગુણવાન બાળકોની વાર્તાના વાંચનની સાથે-સાથે તે ગુણોનું ચિંતન કરવું જોઈએ. ચિત્રકારો, સંગીતકારોના જીવનચરિત્રોનું પણ આ સમયમાં વાંચન કરી શકાય. સેવાભાવી અને સર્વજીવો પ્રત્યે સમદ્રષ્ટિ રાખનાર સંતોના જીવનચરિત્રોનું વાંચન કરી ગર્ભિણી તે ગુણોનું ચિંતન કરી શકે છે.

પંચમ માસ:- અન્ય મહિનાઓની અપેક્ષાએ આ માસમાં ગર્ભસ્થ શિશુના શરીરમાં રક્ત અને માંસની વિશેષ વૃદ્ધિ થાય, મનનો વિકાસ થાય છે. જો શુદ્ધ મને શાસ્ત્રોનું વાંચન, અધ્યયન, ધ્યાન, સત્સંગ કરવામાં આવે તો જ્ઞાનની વૃદ્ધિ થાય અને દિવ્ય દ્રષ્ટિ મળે. મનનો વિકાસ થવાની શરૂઆત થાય તે જ સમયથી તેને યોગ્ય રીતે કેળવવાની પ્રક્રિયા સગર્ભા સ્ત્રી દ્વારા કરવામાં આવે તો શિશુમાં મનને કાબુમાં રાખવાની શક્તિના બીજ રોપાય છે. મનની એકાગ્રતાના ગુણનું બીજારોપણ પણ આ સમયમાં કરી શકાય છે. ગર્ભિણીએ આરુણી, કર્ણ, વર્ધમાન, સુદામા જેવા મેઘાવી બાળકોની વાર્તાઓ વાંચીને બાળપણથી જ દ્રઢ મનોબળથી શું શું કરી શકાય તેની વાતો ગર્ભસ્થ શિશુ સાથે કરવી જોઈએ. આ સમયે ગર્ભિણીએ આ સંવાદ શિશુ સાથે જરૂર કરવો જોઈએ કે, "તમે પણ આવું દ્રઢ મનોબળ ધરાવો છો." આ ઉપરાંત મેઘાવી બાળકો જેવા કે વરદરાજ, ઈશ્વરચંદ્ર, ભારતેન્દુ, હરિશચંદ્ર, શ્રીનિવાસ રામાનુજ(ગણિતશાસ્ત્રી), સમ્રાટ અશોક, ગોવિંદસિંહ, રામસિંહ, હકીકતરાય...ની વાર્તાઓ વાંચવી અને તેના મહાન ગુણોનું ચિંતન કરવું. આ સમયમાં ગર્ભિણીએ વાંચનની સાથે

સાથે કાવ્ય, ચિત્રકલા અને સંગીતમાં પણ વિશેષ રુચિ દાખવવી જોઈએ. કાવ્ય સંવેગોને ઉદ્દાત બનાવે છે, કલા સંવેગોને સંતુલિત કરે છે અને સંગીત સંવેગોને ગહેરાઈ બક્ષે છે.

છઠ્ઠો માસ :- અન્ય માસની અપેક્ષાએ છઠ્ઠામાસમાં ગર્ભસ્થ શિશુના શરીરના બળ અને વર્ણની વૃદ્ધિ વિશેષ થાય છે. આ મહિને શિશુની સાંભળવાની ક્ષમતા પૂરી રીતે વિકસીત થઈ જાય છે. ઠક્કરમાં(૨૦૦૭) કહે છે કે ષષ્ઠે બુદ્ધિ, આ માસમાં બુદ્ધિનો વિકાસ તેજ ગતિથી થાય છે. સંસ્કૃત શ્લોકો, સ્તવનોનું વાંચન, શુદ્ધ ઉચ્ચાર સાથે કરવાથી, બોલવાથી બુદ્ધિ વધુ સતેજ બને અને વિકસે છે. ગર્ભિણીએ આ માસમાં ભાષાનું શિક્ષણ મેળવવું જોઈએ. શબ્દકોષનું પઠન પણ એટલું જ મહત્વ ધરાવે છે. શબ્દકોશના પઠનથી બાળક વિવિધ પ્રકારના ઉચ્ચારોની અનુભૂતિ કરે છે. શબ્દોને સાંભળે છે , શિશુની કલ્પનાશક્તિને વિકસાવવા માટે પરિકથાઓ વાંચો. પરિકથાઓનું મહત્વ જણાવતાં અબ્દુલ કલામ(૨૦૦૦) કહે છે, " અરે! વિજ્ઞાનના ખૂબ જ વૈજ્ઞાનિક અને તાર્કિક વિચારો પણ પરિકથાઓનું નિવાસ સ્થાન રહ્યા છે." આ સમયમાં શિશુની તર્કશક્તિ, અનુમાનશક્તિ, નિરિક્ષણ-પરિક્ષણ શક્તિનો વિકાસ થતો હોય છે. આ શક્તિઓનો વિશેષ રીતે વિકાસ કરવા માટે ગણિતના વિવિધ કોયડાઓ ઉકેલવા, વિજ્ઞાનના પ્રયોગો કરવા માટેના પુસ્તકોનો ઉપયોગ કરવો. જો આ સમયમાં ગર્ભિણી સૂક્ષ્મ અવલોકનના અભ્યાસથી અન્વેષણની વૃત્તિ વિકસાવે તો તેનું બાળક વિજ્ઞાન વિષયમાં વિશેષ રુચિ ધરાવતું પેદા થશે. અવલોકનની ક્ષમતાનો વિકાસ થવાથી સામ્ય-ભેદનું અવલોકન કરતાં માનસિક કેન્દ્રોનો પણ વિકાસ થાય છે. આ પ્રકારનો અભ્યાસ વારંવાર કરવામાં આવે તો સ્મરણશક્તિનો પણ વિકાસ થાય છે. આ સમયમાં તુલનાત્મક વાંચન કરવામાં આવે તો માતા-શિશુની તર્કશક્તિને પણ ખીલવી શકાય. વિજ્ઞાન, ગણિત, ન્યાયશાસ્ત્ર, રાજનીતિશાસ્ત્ર, અર્થશાસ્ત્ર ... જેવા વિષયોનું વાંચન-મનન કરવાથી વિકાસયાત્રાને સુખરૂપ રીતે આગળ વધારી શકાય છે.

સપ્તમ માસ:- આ માસમાં શિશુના સંપૂર્ણ અંગો-હાડકાં, મજ્જાતંત્ર, શ્વસનતંત્ર તૈયાર થઈ રહ્યું હોય છે. જો આ સમયમાં અંગ કૌશલ્ય, અંગોની સુદ્રઢતા વિશે વાંચન કરવામાં આવે તો શિશુના અંગો-હાડકાં-મજ્જાતંત્રનું ઘડતર એ અનુસાર થાય છે. એક વાત નોંધનીય છે કે માત્ર વાંચન જ નહિ પરંતુ માતાના મનમાં આ વિશેના વિચારો સતત ચાલુ હોય જે સમયે જે ગુણોનું વાંચન થતું હોય તેનું ચિંતન પણ સતત કરવામાં આવે તો જ ગર્ભસ્થ શિશુનું ઘડતર તે મુજબ થઈ શકે છે. સાતમો માસ એટલે શૌર્ય-વીરતાના ગુણોને ખીલવતો માસ. આ સમયમાં ગર્ભિણીએ પ્રેરક વાર્તાઓ, સાહસકથાઓ, વીર બાળકોની વાર્તાઓ વાંચવી જોઈએ. સ્વામી વિવેકાનંદ, સ્વામી દયાનંદ સરસ્વતી, શ્રી અરવિંદ, મંગલ પાંડે, તાત્યા ટોપે, શિવાજી, શુકદેવજી, સ્થૂલિભદ્રજી, સુભાષચંદ્ર બોઝ...ની વાર્તાઓ વાંચવી અને તે વાર્તામાંથી નિષ્પન્ન થતાં વીરરસ-ગુણનું ચિંતન કરવું જોઈએ. આ સમયમાં ગર્ભિણીએ સુદ્રઢ બાંધો ધરાવતાં વીરપુરુષોના ચિત્રો જોવા, અંગ કૌશલ્ય માટે માર્શલ આર્ટની વિવિધ મુદ્રાઓના ચિત્રો જોવા જોઈએ.

આષ્ટમ માસ:- આઠમા માસમાં માતા અને બાળકના મનની પરિસ્થિતિ વારંવાર બદલાય છે, કારણ કે રસવાહીની નાડીઓ દ્વારા ઓજ માતાના હૃદયમાંથી ગર્ભના હૃદયમાં રહે અને કેટલોક સમય ઓજ ગર્ભના હૃદયમાંથી માતાના હૃદયમાં રહે છે. આ સમયમાં મનને પ્રસન્ન રાખી શકાય, સ્થિર રાખી શકાય એ પ્રકારનું વાંચન કરવામાં આવે તો શિશુને ગર્ભમાંથી જ ધારણા શક્તિના ગુણનો, સ્થિરતાના ગુણનાં બીજ રોપી શકાય છે. જે આગળ જતાં ભવિષ્યમાં તે ગુણોનો વિકાસ થઈ શકે છે. ગર્ભિણીનું મન જ્યારે ઝલાનિ અનુભવતું હોય ત્યારે ઈશ્વરિય શ્રદ્ધાને વધારે ને વધારે મજબૂત બનાવીને શ્રદ્ધાના ગુણનો વિશેષ વિકાસ સાધવાનો પ્રયત્ન કરી શકાય છે. આ સમયમાં હરિશચંદ્ર, રામ, પ્રહલાદ, નરસિંહ મહેતા, મીરાંબાઈ, કબીર, મેકણદાદા, સીતાજી, અહલ્યાજી, શબરી, અનસુયાજી...ના પ્રસંગો વાંચીને ઈશ્વરીય શ્રદ્ધાને વધારે મજબૂત બનાવવી જોઈએ.

જ્યારે ગર્ભિણીનું મન અત્યંત હર્ષની લાગણી અનુભવે ત્યારે અતિ ઉત્સાહમાં આવીને અતિ પ્રસન્નતાપૂર્વક ઝડપથી કોઈ કાર્ય કરવાને બદલે ધીરજપૂર્વક કાર્યો કરવા માટે; ધીરજવાન લોકો કેવી રીતે પોતાનું કાર્ય સફળતા તરફ લઈ જાય છે તેવી ઘટનાઓ-પ્રસંગોનું વાંચન કરવું જોઈએ. આમ કરવાથી શિશુમાં પણ ધીરજના ગુણ રોપાશે.

નવમો માસ:- આ માસમાં શિશુનો પૂર્ણ વિકાસ થઈ ગયો હોય છે. શિશુમાં હવે એવા ગુણોનું બીજારોપણ થાય તે ઈચ્છનિય છે કે જે સમાજ અને રાષ્ટ્રને ઉન્નતિના માર્ગ તરફ લઈ જાય. આ માટે ગર્ભિણીએ સમર્પણ, ચારિત્ર્ય ઘડતર, વૃદ્ધિ, લચીલાપણું, કુશળતા, નિરામયતા અને તિતિક્ષા જેવા ગુણોને રજૂ કરતી વાર્તાઓ, પ્રસંગો, ઘટનાઓનું વાંચન કરવું જોઈએ. તેનાથી શિશુમાં ગુરુભક્તિ, માતૃ-પિતૃભક્તિ, રાષ્ટ્રભક્તિના ગુણને ખીલવી શકાય અને આધ્યાત્મિક વાંચન દ્વારા શિશુની પોતાની સાત્વિક શક્તિને ખીલવી શકાય છે. અરુણિ, ઉપમન્યુ, એકલવ્ય, ગણેશજી, શ્રીરામ, શ્રવણ, ચંદ્રલેખા, સોમશર્મા, દેવવ્રત...ની વાર્તાઓ વાંચવી અને તેમાંથી નિષ્પન્ન થતાં વિવિધ રસોનું ચિંતન કરવું જોઈએ.

સમાપન:- આ એક રહસ્યમય તથ્ય છે કે બાળક ગર્ભમાં આવે એ જ દિવસથી શીખવાની શરૂઆત કરે છે. બાળક પાંચ વર્ષનું થાય ત્યાં સુધીમાં તેના મનનો વિકાસ ૩/૪ ભાગનો થઈ ગયો હોય છે. આ સમયમાં બાળક ખૂબ જ સંવેદનશીલ રહે છે. બાળકના સ્વભાવ, સંસ્કાર, ચરિત્ર, શ્રદ્ધા જેવા ગુણોનો વિકાસ બાળક ગર્ભમાં પ્રવેશે ત્યારથી શરૂ કરી પાંચ વર્ષના થાય ત્યાં સુધી જ હોય છે. આ સમયમાં અચેતન મન ખૂબ જ સંવેદનશીલ રહે છે, અને આસપાસના વાતાવરણ, પરિસ્થિતિમાં જે કંઈ થઈ રહ્યું છે તેની ઊંડી છાપ તેના માનસ પર પડે છે. જો ગર્ભિણી દ્વારા બાળક ગર્ભમાં છે ત્યારથી જ બાળકને સંસ્કારી અને સદ્ગુણી બનાવવા માટે પોતાના મનના વિચારોને એ સંસ્કારો અને સદ્ગુણો માટે કેન્દ્રિત કરે તો શિશુમાં અવશ્ય એવા ગુણ આવે છે. વિચારોને યોગ્ય દિશા આપવા માટે વાંચન આવશ્યક છે. માટે ગર્ભિણીએ સદ્વાંચન કરતાં રહેવું જોઈએ. પ્રસન્ન ચિત્ત, હકારાત્મક અભિગમ અને ઈશ્વરીય શ્રદ્ધાને દ્રઢ કરવામાં વાંચન મદદરૂપ થાય છે. શિશુના આ સંસ્કારો તેનામા જીવનપર્યંત રહે છે. ગુજરાતી સાહિત્યના બેતાજ બાદશાહ મુનશીએ(૧૯૯૮) પોતાની નવલકથા “જય સોમનાથ” ની પ્રસ્તાવનામાં સ્પષ્ટ લખેલ છે કે સગર્ભા આ નવલકથા વાંચે તો તેના ઉદરમાં ઉછરી રહેલ બાળકમાં પરાક્રમ અને વીરતાનાં ગુણોનું સિંચન થઈ શકે છે. એવી જ રીતે ગુણવંતરાય આચાર્યની નવલકથા ‘સરસ્વતીચંદ્ર’ માંથી પ્રેમ, ત્યાગ અને સમર્પણના ગુણ, ર.વ.દેસાઈની નવલકથા ‘ભારેલો અગ્નિ’માંથી દેશભક્તિના ગુણ... ખીલવી શકાય છે. પુસ્તક વિચારો અને ભાવોને વહન કરવાનું સાધન છે. વાંચન એ ધ્યાન અને યોગ જેટલી જ ગુણકારી પ્રવૃત્તિ છે. આધુનિક માનવી જ્યારે સંસ્કારી શિશુની ઝંખના કરે છે ત્યારે વાંચનથી વિશેષ ઉપાય મળવો મુશ્કેલ છે. વાંચન વિના વિકાસ સંભવ નથી. જ્યાં વાંચન હશે ત્યાં જ જ્ઞાનનો વિકાસ, સમાજનો વિકાસ અને રાષ્ટ્રનો વિકાસ થશે. આપણે ભારતભૂમિને માતૃભૂમિ તરીકે સ્વીકારીએ છીએ ત્યારે આપણું કર્તવ્ય બને છે કે માતૃભૂમિને ચરણે શ્રેષ્ઠ બાળકને અર્પણ કરવું.

સંદર્ભ:-

- (૧) અંકુચા, બી.(૨૦૧૩). ગ્રંથ, ગ્રંથાલય અને વાંચનનો વિચારસંગ્રહ.અમદાવાદ:ફલેમીંગો પબ્લીકેશન .
- (૨) શર્મા,આર..(૧૯૯૮). ગૃહસ્થ એક તપોવન. મથુરા: અખંડજ્યોતિ સંસ્થાન .
- (૩) ઠક્કર, એચ.(૨૦૦૭). ચરકસંહિતા. સુરત: સસ્તુસાહિત્ય સંકુલ .
- (૪) ઠક્કર, એચ.(૨૦૦૭). સુશ્રુતસંહિતા. સુરત: સસ્તુસાહિત્ય સંકુલ .
- (૫) મુનશી, કે.(૧૯૯૮). જયસોમનાથ. અમદાવાદ: ગૂર્જર પ્રકાશન.
- (૬) અબ્દુલ કલામ, એ.પી.જે.(૨૦૦૨). અગનપંખ. અમદાવાદ: ગૂર્જર પ્રકાશન .

ડૉ. નિહારિકા ઉદાણી
ચિલ્ડ્રન્સ યુનિવર્સિટી
ગાંધીનગર

Copyright © 2012- 2016 KCG. All Rights Reserved. | Powered By: Knowledge Consortium of Gujarat