



हॅप्पी पेरेंटिंग : नवे १६ संस्कार

डॉ. सुनील गोडबोले, बालविकास तज्ज्ञ.

सकाळ: कुटुंब (18 November 2023)

‘सध्याच्या पिढीला ‘संस्कारच’ माहीत नाहीत,’ असं प्रत्येक पिढी पुढच्या पिढीबद्दल बोलत असते आणि पुढची पिढी ‘संस्कार म्हणजे जुनाट कालबाह्य रीतिरिवाज’ असं म्हणून त्याला उडवून लावत असते. ‘संस्कार’ या शब्दाच्या अनेक व्याख्या असल्या, तरी सोप्या शब्दांत संस्कार म्हणजे आपले कुटुंब, संस्कृती, धर्म आणि आपल्या राष्ट्राच्या इतिहासातून आपल्याला मिळालेली मूल्यं, तत्त्वं आणि राहण्या-बोलण्याच्या पद्धती! आपल्याकडे बाळाच्या जन्मापूर्वीपासून थेट मृत्यूनंतरपर्यंत १६ संस्कार सांगितले आहेत; पण त्यांच्याबद्दल न बोलता तुम्हा-आम्हा पालकांनी नव्या, आधुनिक युगात आपल्या मुलांवर कुठले नवीन १६ संस्कार केले पाहिजेत, त्याची सोपी, साधी यादी बघूयात :

१) आरोग्यदायी अन्न : तेही स्वतःच्या हातानं, समाजाच्या चालीरिती सांभाळून आणि वाया न घालवता खाणं हा एक संस्कारच.

- २) नियमित व्यायाम आणि खेळणं : हा तर दीर्घायुष्य मिळवण्याचा संस्कार.
- ३) पुरेशी झोप : मोबाईलच्या आक्रमणात झोप कमी होत चाललीय त्यामुळे आयुष्यही. मुलांच्या चांगल्या झोपेच्या सवयी या कुटुंबातून येणार.
- ४) स्वतःची कामं स्वतः करणं : या महत्त्वाच्या संस्काराला 'प्रेमळ पालकत्वामुळे' विसरलं जातं. मग मोठेपणी स्वतःला सांभाळणं जड जातं.
- ५) खासगी आणि सार्वजनिक वर्तनातला फरक समजणे : मुक्त स्वातंत्र्याच्या गोंधळलेल्या विचारांमुळे हा संस्कार केलाच जात नाही. त्यातून किशोरवयापासूनच मुलं निर्बंध नसल्यागत वागतात.
- ६) मित्रमैत्रीणी, नातेवाईकांबरोबर आपल्या गोष्टी/ वस्तू/ खेळणी 'शेअर' करणं
- ७) लोकांशी मैत्रीपूर्ण, विनम्रतेनं आणि प्रेमानं वागणं. (एक अवघड संस्कार!)
- ८) इतरांच्या भावभावनांबद्दल संवेदनशील असणं.
- ९) व्यसनांपासून दूर राहणं : याची सुरुवात मोठ्यांना स्वतःच्या वागण्यातून करावी लागते.
- १०) निर्णय घेताना अनेक पर्यायांचा विचार करून निवड करणं.
- ११) आदर फक्त माणसांचाच नाही, तर इतर पशुपक्ष्यांचा आणि निसर्गाचाही!
- १२) इतरांना मदत करण्याची वृत्ती (स्वार्थी जगात, हा विसरला गेलेला संस्कार)
- १३) सदैव शिकत राहण्याची सवय : हा संस्कार आपल्या मुलांना यशस्वी करेल.
- १४) जागरूक राहणं, सावध राहणं : सध्याच्या गतिमान युगात याला पर्याय नाही.
- १५) द्वेष, मत्सर, क्रोध या दुर्विचारांना दूर ठेवणं आणि सद्विचारांना अंगीकारणं.
- १६) मोठ्यांना सादर प्रणाम, लहानांना आशीर्वाद : पालकमित्रांनो, पत्रलेखन थांबल्यामुळे हा संस्कार पत्राबरोबर हरवलाय. नक्की परत शोधून काढा.
- (लेखक ज्येष्ठ बालविकासतज्ज्ञ आहेत.)