

રાજવાણી

પુખ્તતા- પરિપક્વતા

અંક 233
નવેમ્બર 2022

માનવ જીવનની ચાર અવસ્થા:

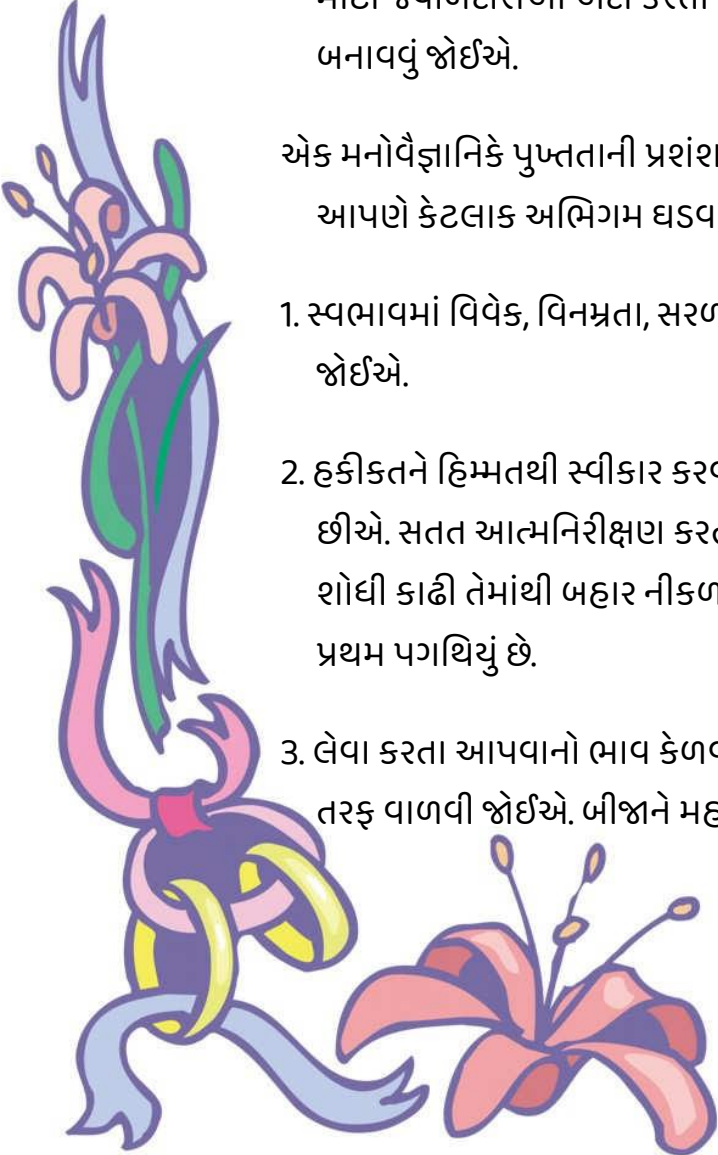
બાળપણ,કિશોરાવસ્થા- યુવાવસ્થા, વૃદ્ધાવસ્થા. શારિરીક વિકાસની સાથે સાથે માનસિક, બૌદ્ધિક અને આધ્યાત્મિક વિકાસ વાતાવરણની પરિસ્થિતિ અને સંસ્કાર તેમજ શિક્ષણ અનુસાર થતો રહે છે.

યુવાન વયે માનવમાં માનસિક અને બૌદ્ધિક વિકાસ ચરમ સીમા પર હોવો જોઈએ.

આપણી માનસિક પરિપક્વતા- પુખ્તતાનો યુવાનવયમાં અનુભવાય છે. આપણે નાની મોટી જવાબદારીઓ અદા કરતી વખતે પુખ્તતાને, વિવેકને પોતાનું મહત્વનું ધ્યેય બનાવવું જોઈએ.

એક મનોવૈજ્ઞાનિકે પુખ્તતાની પ્રશંસા કરતા જણાવ્યું હતું કે, પુખ્તતા કેળવવા માટે આપણે કેટલાક અભિગમ ઘડવા પડે અને અપનાવવા પડે.

1. સ્વભાવમાં વિવેક, વિનમ્રતા, સરળતા અને રિસ્પેક્ટ યુક્ત વાણીનો ગુણ કેળવવો જોઈએ.
2. હકીકતને હિમ્મતથી સ્વીકાર કરવાથી, આપણે વધારે પુખ્ત- પરિપક્વ બનીએ છીએ. સતત આત્મનિરીક્ષણ કરતા રહી આપણી ક્ષતિઓ, ખામીઓ, પૂર્વગ્રહો શોધી કાઢી તેમાંથી બહાર નીકળવાનો પ્રયત્ન કરતા રહેવું જોઈએ. પુખ્તતાનું આ પ્રથમ પગથિયું છે.
3. લેવા કરતા આપવાનો ભાવ કેળવીએ. આપણી દ્રષ્ટિ બીજાના સુખ, લાભ, આનંદ તરફ વાળવી જોઈએ. બીજાને મહત્વ આપીને જ મહત્તાવાન બની શકાય છે.



4. હંમેશા સકારાત્મક બનીએ. સામી વ્યક્તિના સકારાત્મક ગુણવાળી બાજુ જોવી અને તેને બિરદાવવી જોઈએ. આશાવાદી, પ્રેમાળ બની મૈત્રી ભાવ કેળવવો જોઈએ.
 5. હંમેશા સહકારનો હસ્ત લંબાવીએ. સિદ્ધાંતના દાયરામાં રહીને ઉત્સાહથી મદદ કરવા તત્પર રહેવું, ફરજ અદા કરવી.
 6. અનુકૂળન સાધતા, અનુકૂળ બનતા રહેવાથી વ્યક્તિ, વસ્તુ કે પરિસ્થિતિ સાથે સુમેળ સાધી શકાય છે. સમસ્યાઓનું નિરાકરણ સહજ અને સરળ રીતે કરી શકાય છે.
 7. મનની મોટાઈ દાખવો. યાહતા શીખીએ. ઈર્ષ્યા, નિંદા, દ્વેષ જેવા ક્ષુદ્ર ભાવોને મનમાં પ્રવેશવા દેવા જ નહિ. બધા જ માટે આત્મીયભાવ કેળવવો જોઈએ.
 8. સ્વાવલંબી બનીએ. પોતાનું કામ શક્ય હોય ત્યાં સુધી જાતે જ કરતા રહીએ. પરાવલંબી ન બનતા સ્વાવલંબી બનવાથી પોતાના નિર્ણયો, વિચારો, વ્યવહારમાં આપણી નિપુણતા દાખવી શકાય.
- આપણામાં પુખ્તતા- પરિપક્વતાનો ગુણ આવે અને તેને વ્યવહારમાં વહાવીએ ત્યારે જ આપણું વ્યક્તિત્વ, કુટુંબ, સમાજ અને રાષ્ટ્ર માટે ઉપયોગી બની શકીએ.

ૐ મા ૐ

- રાજયોગી નરેન્દ્રજી

