

# હેમલા ઓન



## ‘તપોવન’: ઇચ્છિત સંતાન પ્રાપ્ત કરવાનું માર્ગદર્શન કેન્દ્ર

હેતલ રાવ

[hetal@sambhaav.com](mailto:hetal@sambhaav.com)

શ્રેષ્ઠ સંતાન પ્રાપ્ત કરવું એ વાસ્તવમાં શ્રેષ્ઠ માતા-પિતા બનવાની સાધના છે અને બાળકનું સાચું શિક્ષણ તેના ગર્ભકાળથી જ શરૂ થઈ જાય છે. સગર્ભા મહિલાની શારીરિક, માનસિક, ભાવનાત્મક અને આધ્યાત્મિક વિકાસની અસરો ગર્ભસ્થ બાળક પર થાય છે. માટે જ બાળક ગર્ભમાં હોય ત્યારથી જ તેની યોગ્ય પરવરિશ જરૂરી છે. દરેક માતા પોતાના બાળકને સારો સંસ્કારી વ્યક્તિ બનાવવા ઇચ્છતી હોય છે ગર્ભઅવસ્થા દરમિયાન જ આ શક્ય બની શકે છે આ કાર્ય થાય છે તપોવન સંશોધન કેન્દ્રમાં. જ્યાં સગર્ભા મહિલાઓને શ્રેષ્ઠ સંતાન પ્રાપ્ત કરવાનું જ્ઞાન આપવામાં આવે છે અને તે પણ નિ:શુલ્ક.

જ્યા આજે ફરી રડતી હતી, કારણ કે આજે ફરી તેના દીકરાએ અપશબ્દ બોલી તેના દાદાને અપમાનિત કર્યા હતા. દાદાને તો પૌત્ર કાળજીનો ટુકડો હતો તેથી તે કંઈ બોલ્યા નહીં, પરંતુ જયાને લાગી આવ્યું. તેને થતું કે અમે આટલા સારા અને અમારું બાળક કેમ આવું છે. હું જ તેને સારા સંસ્કાર નથી આપી શકી. જો પહેલેથી જ તેને અંકુશમાં રાખ્યો હોત તો કોઈની પણ આમન્યા ના તોડત, પણ પહેલેથી એટલે ક્યારથી કારણ કે જયાનો દીકરો હજુ માંડ છ વર્ષનો છે. જયાને હવે સમજાયું કે તેના સાસુ અને મમ્મી કેમ હંમેશાં સગર્ભા દરમિયાન શાંત રહેવાનું, ધીમેથી

બોલવાનું, કોઈની સાથે દલીલમાં નહીં ઊતરવાનું, ધાર્મિક અને સારા પુસ્તકોનું વાંચન કરવાનું કહેતાં હતાં. બાળકનો સાચો ઉછેર તો ગર્ભકાળ દરમિયાન જ થાય



છે. પ્રાચીન કાળથી જ ભારતના ઋષિઓ ઉત્તમ સંતાન મેળવવા માટે ગર્ભવિજ્ઞાન અને ગર્ભસંસ્કારનો ઉપયોગ કરતા હતા. ગર્ભસ્થ બાળક સાંભળે છે એનાં અનેક ઉદાહરણો છે.

સુભદ્રાના ગર્ભમાં અભિમન્યુએ ચક્રવ્યુહના છ કોઠાની વાત સાંભળી હતી તો ઋષિ અષ્ટાવકે માતા સુજાતાના ગર્ભમાં રહી કહોડા ઋષિ એટલે કે તેમના પિતા શિષ્યોને વિદ્યાભ્યાસ કરાવતા ત્યારે શાસ્ત્રો સાંભળેલાં. જ્યારે શુકદેવજીએ ગર્ભમાં રહીને પિતા વેદવ્યાસના મુખે સમગ્ર ભાગવત સાંભળ્યું હતું. આ પ્રાચીન દૃષ્ટાંતો

દર્શાવે છે કે બાળક ગર્ભમાં સાંભળે છે. આજના યુગમાં બાળકોમાં સારા સંસ્કારનું સિંચન કરવું અઘરું છે ત્યારે ગુજરાતમાં ૨૨ તપોવન કેન્દ્ર આ કાર્ય કરી રહ્યાં છે.

બાળક માતાના ગર્ભમાં ૨૮૦ દિવસ રહે છે. આ સમયગાળો બાળકના સમગ્ર જીવનનો પાયો બની રહે છે. માતાનાં વિચાર, લાગણીઓ, પ્રાર્થનાઓ અને સંકલ્પોની સીધી અસર ગર્ભમાં રહેલા બાળકો પર પડે છે. આ અંગે સંશોધન દ્વારા પ્રમાણભૂત જ્ઞાનની સ્થાપના કરવી અને ઋષિઓએ આપેલા મહાન સંસ્કારવારસાને આધુનિક પરિપ્રેક્ષ્યમાં ઢાળવા અને તેના દ્વારા અધિકૃત ગર્ભશિક્ષણની સ્થાપના કરવા માટે ઘર્ષને ચિલ્ડ્રન્સ યુનિવર્સિટીએ તપોવન સંશોધન કેન્દ્ર સ્થાપ્યાં છે.

સામાન્ય રીતે દરેકના મનમાં તપોવન એટલે ઋષિઓ અને શિષ્યોના વેદાભ્યાસ માટેનું પવિત્ર સ્થળ એવો જ ખ્યાલ હોય છે. આ તપોવનનું બાહ્ય વાતાવરણ પણ એ તપોવન જેવું જ નયનરમ્ય છે. ઘટાદાર વૃક્ષ અને લીલોતરીથી છવાયેલું, રંગબેરંગી ફૂલોની સુગંધથી તરબતર. આવા સુંદર પરિસરમાં ગર્ભવતી માતાઓ પ્રસન્ન મને ફરે છે, પ્રકૃતિનું સાંનિધ્ય મેળવી શકે છે, સાથે જ તન મનની શાંતિનો અહેસાસ થાય છે. આ ઉપરાંત પણ તપોવનમાં ગર્ભસ્થ બાળકના વિકાસ માટે માતાને અનેક પ્રકારની સુવિધાઓ પૂરી પાડવામાં આવે છે.

સગર્ભા માતાએ પોતાની અને આવનારા બાળકની બેવડી જવાબદારી નિભાવવાની હોય છે. માટે આ કેન્દ્રમાં આધુનિક તબીબી સારવાર માટે ડોક્ટર, નર્સ અને આયાબહેનની વ્યવસ્થા છે. માતાના વિચારોથી બાળકનું અંતરમન ઘડાતું હોય છે. માટે તપોવનમાં પુસ્તકાલયની વ્યવસ્થા છે જ્યાં મહાન પુરુષોના જીવન ચરિત્ર, ધર્મગ્રંથો, જ્ઞાનવિજ્ઞાનનાં અને જીવન ઘડતરનાં પુસ્તકો હોય છે જે સગર્ભા મહિલા ત્યાં બેસીને વાંચી શકે છે અને ઘરે પણ લઈ જઈ શકે છે. બાળકમાં સંવેદનતંત્રનો વિકાસ થાય અને એનામાં સંગીત, સાહિત્ય, ચિત્ર, કલાઓ પ્રત્યે અભિરુચિ જન્મે તે માટે અહીં માતાને સંગીતનાં સાધનો ઉપરાંત મ્યુઝિક

રજાના દિવસે અહીં આવતી મહિલાઓને ઘરે કંટાળો આવે છે અને અમને રજૂઆત પણ કરે છે કે રજા ના રાખશો. આ જ અમારી સફળતા છે. કેન્દ્ર સફળ બની રહ્યું છે



કમલામણી રાવ, રજિસ્ટ્રાર, ચિલ્ડ્રન યુનિવર્સિટી, ગાંધીનગર

સિસ્ટમ અને વિવિધ પ્રકારનાં સંગીતનું રેકોર્ડિંગ સંભળાવવામાં આવે છે. ઉપરાંત ચિત્ર દોરવા, વેસ્ટમાંથી બેસ્ટ બનાવવા જેવી અનેક સર્જનાત્મક પ્રવૃત્તિઓ પણ કરાવવામાં આવે છે.

આ કેન્દ્રમાં આવતી સગર્ભા મહિલાઓને અનેક સાપ્તાહિક પ્રવૃત્તિ કરાવવામાં આવે છે. જેમાં પ્રકૃતિ વિહાર, ઓડિયો-વીડિયો નિદર્શન, સંસ્કૃત સ્તોત્રનું પઠન, ગણિત કોયડા-ઉકેલ, કિઝિયોથેરાપી, ભાષાશુદ્ધિ, સામૂહિક કાઉન્સેલિંગ જેવા કાર્યોનો સમાવેશ થાય છે. જ્યારે રોજિંદી પ્રવૃત્તિમાં યોગ, પ્રાણાયામ, પ્રાર્થના, ધ્યાન, ગર્ભસંવાદ, કલા કૌશલ્ય, ચિત્રકલા,

સગર્ભા અહીં નિયમિત ત્રણ કલાક પસાર કરે છે. આ સમય તેમનો અને આવનારા બાળકનો હોય છે. દરેક મહિલા સારા-સ્વસ્થ બાળકને જન્મ આપે તેવો ધ્યેય છે



વિમળાબહેન સોલંકી, કાઉન્સેલર, તપોવન સંશોધન કેન્દ્ર, ગાંધીનગર

તપોવનમાં આવ્યા પછી જ મને આનો અનુભવ થયો. હું અને મારા પતિ રોજ રાત્રે અમારા બાળક સાથે ગર્ભસંવાદ કરીએ છીએ. આ અમારા જીવનની સૌથી સારી ક્ષણ છે



દિશા કટિયા,  
તપોવન કેન્દ્રનાં તાલીમાર્થી

ભરતગૂંથણ, શારીરિક અને બૌદ્ધિક રમતો, સંગીત, વ્યક્તિગત કાઉન્સેલિંગ, વાંચન, ચર્ચા, વાર્તા અને વક્તૃત્વ, શાંતિમંત્ર તથા અંતમાં અલ્પાહાર આપવામાં આવે છે.

આ ઉપરાંત તપોવનમાં વિશેષ દિવસ કે તહેવારની ઉજવણી કરવામાં આવે છે. ગાયનેક, આયુર્વેદિક અને હોમિયોપેથી ડોક્ટરોનું માર્ગદર્શન પણ મળી રહે છે. દંપતી સંમેલન, સામાજિક અગ્રણી કે કોઈ અધિકારીનું વ્યક્તવ્ય પણ જાણવા મળે છે. ક્યા પ્રકારનો ખોરાક લેવો અને ક્યો ના લેવો એટલે કે પૌષ્ટિક વાનગીનું નિર્દેશન આપવામાં આવે છે અને સૌથી મોટી વાત એ છે કે આ તપોવન કેન્દ્રમાં એક પણ રૂપિયો ફી લેવામાં નથી આવતી. આ દરેક સેવાઓ સગર્ભા મહિલાઓને નિ:શુલ્ક આપવામાં આવે છે. કોઈ પણ ગર્ભવતી મહિલા ગુજરાતના કોઈ પણ તપોવન કેન્દ્રમાં જઈને પોતાના આવનારા બાળક માટે સારા સંસ્કારોનું સિંચન કરી શકે છે.

સામાન્ય રીતે મહિલા સગર્ભા રહે ત્યારથી જ ઘરની વડીલ મહિલાઓ અને સગાસંબંધી અનેક પ્રકારની સારી નરસી

સલાહો આપે છે. તેવા સમયે પ્રથમ વખત માતૃત્વનો આનંદ લેવો તો એક બાજુ પણ મહિલા હતાશામાં ઘેરાઈ જાય છે. કોની વાત માનવી અને શું કરવું તેવા હજારો પ્રશ્નો તેના મનમાં ઘર કરી જાય છે. જેના કારણે એક ઔલોકિક આનંદનો આ સમય લોકોની વાતો સાંભળવામાં અને કહ્યું કરવામાં જતો રહે છે. બીજી બાજુ માતાની માનસિકતાની અસર બાળક પર થાય છે અને અંતે એવું જ બાળક અવતરે છે, જેવો માતાનો નવ મહિનાનો સમય વિત્યો હોય. પ્રત્યેક બાળક મહત્વનું છે તે ધ્યેય વાક્ય સાથે ૨૦૧૦માં તપોવન કેન્દ્રની શરૂઆત કરવામાં આવી. અત્યાર સુધીમાં અંદાજે ૩૧ હજાર કરતાં વધુ મહિલાઓએ તપોવનમાં આવીને સારા અને સંસ્કારી બાળકને જન્મ આપ્યો છે.

ચિલ્ડ્રન યુનિવર્સિટીના રજિસ્ટ્રાર કમલામની રાવ કહે છે, 'સગર્ભા મહિલાઓને ગર્ભસ્થ શિશુના વિકાસ માટે યોગ્ય માર્ગદર્શન આપી શકે તે માટે તાલીમની અત્યંત આવશ્યકતા છે જે માટે ચિલ્ડ્રન્સ યુનિવર્સિટી દ્વારા કાઉન્સેલર બહેનોને ખાસ તાલીમ આપવામાં આવે છે. ગુજરાતનાં દરેક સેન્ટર પરથી કાઉન્સેલર કરતી બહેનો માટે ત્રણ દિવસના તાલીમ વર્ગ રાખવામાં આવે છે. ત્રણ મહિનામાં એક વાર દરેક બહેનો આ તાલીમમાં હાજર રહે છે અને તેમની યોગ્યતાના આધારે જ સગર્ભા મહિલાઓ માટે કાઉન્સેલરને નિમણૂક કરવામાં આવે છે. તપોવન કેન્દ્રમાં એવી અનેક સગર્ભા મહિલાઓ આવી છે જેમને અહીં આવ્યાં પછી નોર્મલ ડિલિવરી થઈ હોય, તણાવ મુક્ત થાય, પરિવારની વધુ નજીક આવી શકે, આવનારા બાળકને લઈને અજાણી માહિતી મેળવી શકે. જ્યારે વીક-ઓફ હોય છે ત્યારે અહીં આવતી મહિલાઓને ઘરે કંટાળો આવે છે અને અમને રજૂઆત પણ કરે છે કે રજા ના રાખશો. બસ, આ જ અમારી સફળતા છે, જે ધ્યેય સાથે આ

ગર્ભસંવાદ દ્વારા બાળક સાથે વાત કરવાની અનોખી તક મળે છે. ટૂંકમાં તપોવનમાં આવીને પ્રેગ્નન્સી તે બીમારી નથી, પરંતુ જીવનનો શ્રેષ્ઠ સમય છે તે સમજાય છે



નિમિષા પટેલ,  
તપોવન કેન્દ્રનાં તાલીમાર્થી

યુનિવર્સિટી અને તપોવન કેન્દ્ર શરૂ કરવામાં આવ્યું હતું તે સફળ બની રહ્યું છે.'

તપોવનના ગાંધીનગર કેન્દ્રમાં અમદાવાદ ગોતાથી આવતાં મેઘાવી પટેલ કહે છે, 'મને હાલ પાંચમો મહિનો ચાલી રહ્યો છે. તપોવનમાં આવવાનો મારો અનુભવ એકદમ અનેરો રહ્યો. હું વર્કિંગ વુમન છું એટલે ઘર અને જોબ બંનેને લઈને થોડો સ્ટ્રેસ રહે તે સામાન્ય છે, પરંતુ મેં જ્યારથી તપોવનમાં આવવાનું શરૂ કર્યું છે ત્યારથી મને અલગ જ ફીલિંગ આવે છે. બધા સાથે મળીને જે રીતે વાતચીત અને પ્રવૃત્તિ કરીએ છીએ, પ્રાર્થના કરીએ તેના કારણે દિવસભર ઊર્જા રહે છે.'

જ્યારે પનારા અસ્મિતા કહે છે, 'સમગ્ર વિશ્વમાં આજે જે બાળકોની સમસ્યા છે તે વધતી જાય છે, ત્યારે તપોવનમાં જે કાર્ય ચાલી રહ્યું છે તે બેસ્ટ છે. ગર્ભ અવસ્થામાં માતાથી કોઈ પણ બેદરકારી થાય તો તેની અસર બાળક પર થાય છે, પરંતુ અહીં આવ્યાં પછી દરેક માહિતી પ્રાપ્ત થઈ છે. બાળકમાં શારીરિક, માનસિક આધ્યાત્મિક અને બૌદ્ધિક વિકાસ કેવી રીતે થઈ શકે તેની સમજણ અહીં આવીને મળી છે.' સાઈકોલોજિસ્ટ નિમીષા પટેલ કહે છે, 'મારે છઠ્ઠો મહિનો ચાલી રહ્યો છે. અહીં આવીને જે પ્રાર્થના કરીએ છીએ તેનાથી બેબી સાથે કનેક્ટ થવાય છે. આમ તો પ્રેગ્નન્સી દરમિયાન લોકો ડરાવતાં હોય છે કે તને આવું થાય છે તો તારે ઓપરેશન કરવું જ પડશે, પરંતુ જ્યારે અહીં આવીને

**પ્રાચીન દેષાંતો દર્શાવે છે કે બાળક ગર્ભમાં સાંભળે છે. આજના યુગમાં બાળકોમાં સારા સંસ્કારનું સિંચન કરવું અઘરું છે ત્યારે ગુજરાતમાં ૨૨ તપોવન કેન્દ્ર આ કાર્ય કરી રહ્યાં છે**

## તપોવન રથ દ્વારા સગર્ભા મહિલાઓને પ્રશિક્ષણ

તપોવન રથ એ તપોવન વિસ્તરણનો જ એક ભાગ છે. જે જોલેરો ગાડી સ્વરૂપે જુદાં-જુદાં ગામોમાં નક્કી કરેલા સમયે જાય છે. જે સગર્ભા જાહેનો આ કેન્દ્ર પર નથી આવી શકતી તેવી જાહેનો માટે તપોવન રથ શરૂ કરવામાં આવ્યો છે. આ રથમાં સગર્ભા મહિલા માટે પ્રશિક્ષણની તમામ વ્યવસ્થા હોય છે. જે ગામડાની આંગણવાડી કે પી. એચ.સી સેન્ટર અને અન્ય અનુકૂળ જગ્યાએ અઠવાડિયામાં એકવાર ચલાવવામાં આવે છે. જેના આધારે પાકીના દિવસોમાં આ મહિલાઓ પોતાના ઘરે જ શિખવેલી પ્રવૃત્તિનું અધ્યયન કરે છે. હાલમાં ગાંધીનગર જિલ્લાના સુઘડ, ઉનાવા, શિહોલી, ડભોડા અને પેથાપુર એમ પાંચ સેન્ટરો ચાલે છે. આવનારા ભવિષ્યમાં તપોવન રથ દરેક જગ્યાએ શરૂ કરવાની સંભાવના છે. જ્યારે અત્યારે સમગ્ર ગુજરાતમાં ખાલીસ તપોવન કેન્દ્ર કાર્યરત છે. ગાંધીનગર, રૂપાલ, બોરસદ તાલુકામાં દાવોલ, આણંદ તાલુકામાં સારસા, થામણા, આણંદ, તારાપુર, દાહોદ, ભાવનગર, નડિયાદ, અમદાવાદમાં મણિનગર, ધોરાજી, સુરત, ઉપલેટા, જામનગર, ધોળ, અંકલેશ્વર, પાલનપુર, વીસનગર અને અનેક પેટા કેન્દ્રો છે.

પ્રાર્થના કરું છું ત્યારે બધો જ ડર નીકળી જાય છે. અંદરથી શાંતિ અનુભવાય છે જ્યારે ઘણી એવી વાતો જે જાણતા નથી હોતા તે જાણવા મળે છે. ગર્ભસંવાદ દ્વારા બાળક સાથે વાત કરવાની અનોખી તક મળે છે. ટૂંકમાં તપોવનમાં આવીને પ્રેગ્નન્સી તે બીમારી નથી, પરંતુ જીવનનો શ્રેષ્ઠ સમય છે તે સમજાય છે.'

દિશા કડિયા કહે છે, 'જ્યારે પણ હું ગર્ભસંવાદ કરું ત્યારે મારું બાળક કિક મારે, પહેલાં પણ આવું થતું, પરંતુ ત્યારે મને ખબર નહોતી પડતી. હવે જ્યારે હું કશું બોલું કે ફીલ કરું તો મારું બાળક પણ મારી સાથે સહમત હોય તેમ કિક મારી પોતાની લાગણી દર્શાવતું હોય તેવું લાગે છે. તપોવનમાં આવ્યાં પછી જ મને આ લાગણીનો અનુભવ થયો. હવે હું અને મારા પતિ રોજ રાત્રે અમારા બાળક સાથે ગર્ભસંવાદ કરીએ છીએ. આ ક્ષણ અમારા જીવનની સૌથી સારી ક્ષણ હોય છે.'

રૂપાલનાં નીતાબહેન રાવલ તપોવન વિશે પોતાનો અભિપ્રાય વાગોળતાં કહે છે, 'ખરેખર, મા બનવું એ સૌથી મોટી ખુશીની

વાત છે. જો માતા ઉમદા વિચારો કે પૌષ્ટિક આહાર લે તો તેનું બાળક પણ ઉમદા સંસ્કારવાળું બને છે. આ મારો અનુભવ છે. મારી પહેલી બેબી દસ વર્ષની છે પણ તે ખૂબ જ ચંચળ અને જિદ્દી છે. જ્યારે બાબો દોઢ વર્ષનો છે, પરંતુ એકદમ શાંત અને હસમુખો છે. દીકરી નાની-નાની વાતો પર જીદ કરે છે. બાબો તેનાથી બિલકુલ અલગ છે. હું મારાં સંતાનોમાં ક્યારેય ભેદ નથી રાખતી, પરંતુ તપોવનમાં ગયા પછી જ મારા દીકરામાં આવા સારા ગુણ આવ્યા છે. દીકરી સમયે હું તપોવનમાં નહોતી જતી, પણ દીકરા સમયે જતી હતી. ત્યાં મને કાઉન્સેલર બહેને સારા પુસ્તકો અને મંત્રજાપ કરવાનું કહ્યું. પ્રેગ્નન્સી દરમિયાન સારા પુસ્તકો વાંચતી, કેસેટો સાંભળતી, ધ્યાન, પ્રાણાયામ કરતી, નિયમિત ગાયત્રીમંત્ર અને હનુમાન ચાલીસાનું પઠન કરતી, જેના કારણે મારો દીકરો ખૂબ જ શાંત સ્વભાવનો છે. હવે તેને પણ હનુમાન ચાલીસા સાંભળતા-સાંભળતા જ ઊંઘવાની ટેવ પડી ગઈ છે. તપોવનમાં જવાથી જ મને એક તેજસ્વી અને સુંદર

તપોવનમાં આવવાનું શરૂ કર્યું છે ત્યારથી અલગ જ ફીલિંગ આવે છે. બધા સાથે મળીને જે રીતે વાતચીત અને પ્રવૃત્તિ કરીએ, પ્રાર્થના કરીએ છીએ જેથી દિવસભર ઊર્જા રહે છે



મેઘાવી પટેલ,  
તપોવન કેન્દ્રનાં તાલીમાર્થી

બાળક મળ્યું છે. માટે હું તો જે પણ સગર્ભા મહિલાઓ હોય તેમને તપોવનમાં જવાની સલાહ આપું છું.'

તપોવન સંશોધન કેન્દ્રનાં કાઉન્સેલર વિમળા સોલંકી કહે છે, 'જે પણ સગર્ભા મહિલા અહીં આવે છે તે એક જુદી જ અનુભૂતિ પ્રાપ્ત કરે છે. અહીં આવ્યા પછી તેમને કેવી રીતે આવનારા બાળકને સારા સંસ્કાર આપી શકાય અને ગર્ભમાં જ એક ઉત્તમ બાળકનું ઘડતર થાય તે માહિતી મળે છે. નિયમિત ત્રણ કલાકનો સમય સગર્ભા મહિલા અહીં પસાર કરે છે. આ સમય માત્ર ને માત્ર તેમનો અને તેમના આવનારા બાળકનો હોય છે. દરેક મહિલા સારા અને સ્વસ્થ બાળકને જન્મ આપે તેવો ધ્યેય તપોવનનો છે.'

ગર્ભસ્થ બાળકના શારીરિક વિકાસની સાથે-સાથે તેના ચૈતસિક વિકાસની પ્રક્રિયા પણ સતત થવી જોઈએ. જેના માટે સગર્ભા મહિલાઓને પ્રશિક્ષણ આપવું જરૂરી છે. સ્વસ્થ, સુંદર, તેજસ્વી બાળક માટે માત્ર ખોરાકની જ કાળજી રાખવી પૂરતી નથી. સગર્ભા મહિલાઓએ પોતાનાં વિચાર, વ્યવહાર, લાગણીઓ, ભાવનાઓ, સંવેદનાઓ, વાંચન અને અધ્યાત્મ-ગતિ પણ આવશ્યક છે. તપોવન કેન્દ્રો એ ઉત્તમ બાળકના નિર્માણની પાઠશાળા છે. અહીં પોતાની ઈચ્છા પ્રમાણે બાળક પ્રાપ્ત કરવાનો માર્ગ છે. ■

મહિલા સગર્ભા થાય ત્યારથી જ ઘરની વડીલ મહિલાઓ અને સગાસંબંધી અનેક સલાહો આપે છે ત્યારે પ્રથમ વખત માતૃત્વનો આનંદ લેવો બાજુ પર રહે અને મહિલા હતાશામાં ઘેરાઈ જાય છે