

ஒவ்வொரு நபர்களும் தங்கள் குடும்பத்தாருடன் நேரம் செலவிட வேண்டிய முக்கியத்துவம்

ஒவ்வொரு நபர்களும் தங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் கண்டிப்பாக தினமும் 1 மணி நேரம் மற்றும் வாரத்திற்கு 7 முதல் 10மணி நேரம் என்று ஒதுக்கி குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் இருக்க வேண்டும்.

குடும்ப உறுப்பினர்களுடன் இருக்கும் அந்த தருணத்தில் வீட்டில் உள்ள டி.வி., கம்ப்யூட்டர், மொபைல்போன், நண்பர்கள், உறவினர்கள், வேலை போன்ற எந்த ஒரு விஷயங்களும் இல்லாமல் குடும்ப உறுப்பினர்களைப் பற்றியும் குடும்பத்தினுடைய வளர்ச்சியைப் பற்றியும் பகிர்ந்து கொள்ள வேண்டும். இவற்றை சரியாக பின்பற்றி வந்தால் குடும்ப உறுப்பினர்களுடைய பாசமும், குடும்ப நலனும் நன்கு மேன்மையடையும்.

ஒவ்வொரு நபரும் தங்கள் குடும்ப உறுப்பினர்களையும், குழந்தைகளையும் வருடத்திற்கு மூன்று முறைகளாவது கண்டிப்பாக சுற்றுலாவிற்கு அழைத்துச் செல்ல வேண்டும். அதேபோல சுற்றுலா செல்வது கலை என்றேதான் நான் கூறுவேன்.

சுற்றுலா என்பது பொழுதுபோக்கு மட்டுமில்லை. சுற்றுலா என்பது அறிவை வளர்க்கும் கருவியாகவே இருக்கும் என்பதை நாம் நன்கு புரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

நமது முன்னோர்களின் வாழ்க்கை முறைகள் அவர்களுடைய கலாச்சாரங்கள், அவர்களுடைய பண்புகள், அவர்களுடைய வரலாறுகள் போன்றவைகளை நாம் சுற்றுலா மூலம் கற்றுக் கொள்ளலாம். நாம் செல்லும் சுற்றுலா என்பது தரமானதாக இருக்க வேண்டும்.

இயற்கையோடு இணைந்திடுவோம் !
ஆரோக்கியமான வாழ்க்கையை உருவாக்கிடுவோம்!!

SIDDHAS HEALTHY LIFE ADVISORY CENTRE