स्वस्थ समाज संरचना का संकल्प – जीवन विज्ञान : आचार्य महाप्रज्ञ, जीवन विज्ञान प्रणेता

Jeevan Vigyan (Science of Living)
e-Newsletter

Volume : 2; Number : 01

Editorial Group

Dr. Anshuman Sharma, Hanuman Mal Sharma

जीवन विज्ञान : आचार्य महाप्रज्ञ

एक युवती दर्पण के सामने खड़ी हुई। उसका मुंह मुंहासों से भरा हुआ था। वह उसे बहुत भद्दा लग रहा था। उसने दर्पण में देखा। मुंह क्रोध से लाल हो गया। उसने शीशे को साफ किया, फिर भी मुंहासों में कोई फर्क नहीं पड़ा। मुंह को साफ किया, शीशे में देखा, पर मुंह कुरूप ही नजर आया। वह सुन्दर नहीं बना। आवेश बढ़ा और उसने शीशे के टुकड़े–टुकड़े कर डाले। पर मुंह साफ नहीं हुआ, मुंहासे नहीं मिटे।

शिक्षा बिम्ब है और समाज उसका प्रतिबिम्ब। शिक्षा का तंत्र यदि मुंहासों से भरा है तो समाज वैसा ही बनेगा, समाज को स्वच्छ नहीं बनाया जा सकता।

जीवन विज्ञान से शिक्षा का क्षेत्र तेजस्वी बनेगा और नये व्यक्तियों का निर्माण होगा। आचार्य महाप्रज्ञ।

जीवन विज्ञान पुरस्कार समर्पण समारोह 20 फरवरी को

जैन विश्व भारती द्वारा प्रदत्त एवं नाहटा चेरीटेबल ट्रस्ट, कोलकाता द्वारा प्रायोजित जीवन विज्ञान पुरस्कार प्रतिवर्ष जीवन विज्ञान के प्रचार–प्रसार की दृष्टि से उल्लेखनीय कार्य करने वाले व्यक्ति या संस्था को दिया जाता है। वर्ष 2010 के लिये यह पुरस्कार कर्नाटक जीवन विज्ञान अकादमी, बैंगलोर को आगामी 20 फरवरी 2011 को आचार्यश्री महाश्रमणजी के सान्निध्य में जैन विश्व भारती, लाडनूं में प्रदान किया जायेगा।

मोमासर में जीवन विज्ञान प्रशिक्षण शिविर का आयोजन

आचार्यश्री महाश्रमणजी के विद्वान शिष्य प्रेक्षा प्राध्यापक मुनिश्री किशनलालजी के सान्निध्य एवं निर्देशन में जीवन विज्ञान अकादमी, जैन विश्व भारती, लाडनूं द्वारा दिनांक 20 से 24 दिसम्बर, 2010 को अमृत भवन, मोमासर में एक पंच दिवसीय जीवन विज्ञान प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया। इस शिविर में मध्यप्रदेश, गुजरात, बिहार और राजस्थान से कुल 20 प्रतिभागी उपस्थित हुए।

सभी प्रतिभागियों को जीवन विज्ञान के सैद्धान्तिक और प्रायोगिक प्रशिक्षण के अन्तर्गत कायोत्सर्ग, यौगिक क्रियाएं, आसन, प्राणायाम, अनुप्रेक्षा, प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान के साथ–साथ जीवन विज्ञान की 12 इकाइयों का सांगोपांग प्रशिक्षण दिया गया।

प्रशिक्षण अवधि में मोमासर के विद्यार्थियों हेतु आयोजित प्रशिक्षण कार्यशाला में प्रशिक्षाणर्थियों ने इन प्रयोगों का प्रायोगिक अभ्यास कर अपने क्षेत्र में इनके प्रचार–प्रसार का संकल्प लिया।

प्रशिक्षण कार्य में जीवन विज्ञान प्रभारी मुनिश्री किशनलालजी, मुनिश्री नीरजकुमारजी, मुनिश्री हिमांशुकुमारजी, मुनिश्री हेमन्त कुमारजी, डॉ. अंशुमान शर्मा एवं गिरिजाशंकर दुबे का महत्वपूर्ण सहयोग प्राप्त हुआ।

शिविर के समापन समारोह (24 दिसम्बर, 2010) के मुख्य अतिथि जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा, मोमासर के अध्यक्ष श्री पदमचन्द पटावरी एवं पूर्व अध्यक्ष श्री कन्हैयालाल पटावरी ने अपने उद्बोधन में शिविरार्थियों को संबोधित करते हुए शिविर में सीखे हुए ज्ञान को अपने जीवन में उतारने की प्रेरणा दी। इस अवसर पर अमेरिका के साधक श्री मनीष भाई चौपड़ा ने भी अपने विचार व्यक्त करते हुए जीवन विज्ञान के प्रयोगों की क्रियान्विति पर जोर दिया। प्रतिभागियों ने भी अपने–अपने सुनाए। सभी को प्रमाण–पत्र प्रदान भी प्रदान किये गये।

शिक्षा में हो जीवन विज्ञान का समावेश : आचार्य महाश्रमण (सरदारशहर में जीवन विज्ञान दिवस)

सरदारशहर 19 नवम्बर, 10। जीवन विज्ञान आचार्यश्री महाप्रज्ञ द्वारा शिक्षा जगत को प्रदत्त महत्वपूर्ण अवदान है। उक्त विचार आचार्यश्री महाश्रमणजी ने तेरापंथ भवन में आयोजित जीवन विज्ञान दिवस समारोह को संबोधित करते हुए व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि यह दिवस आचार्यश्री महाप्रज्ञ के 'महाप्रज्ञ अलंकरण' के दिन सम्पूर्ण देश में मनाया जाता है। वर्तमान शिक्षा में जीवन विज्ञान के समावेश पर बल देते हुए उन्होंने कहा कि सर्वप्रथम शिक्षकों को इसे आत्मसात करना चाहिए। जब शिक्षकों में इसका विकास होगा तो बच्चे भी जीवन विज्ञान से लाभान्वित हो सकेंगे। जीवन विज्ञान मूल्यों की शिक्षा है। इससे नशामुक्ति, ईमानदारी, सदाचार आदि सम्यक् गुणों की शिक्षा मिलती है। उन्होंने बताया कि आलस्य व्यक्ति का महान शत्रु है और बालकों के ज्ञान अर्जन करने में बाधक तत्त्व है। जीवन विज्ञान सम्यक् कार्यों में शक्ति नियोजित करने के भाव भरता है। जीवन विज्ञान प्रभारी, प्रेक्षा प्राध्यापक मुनिश्री किशनलाल ने कहा कि जिस तरह से अभिभावक व्यवहार करेंगे वैसे ही बच्चों में संस्कारों का निर्माण होगा। समण सिद्धप्रज्ञ, गांधी विद्या मंदिर के अध्यक्ष कनकमल दूगड़, चातुर्मास व्यवस्था समिति के महामंत्री रतन दूगड़, सम्पतमल सुराणा ने भी विचार व्यक्त किये। मुनिश्री महावीर कुमार ने मंगलाचरण किया। कार्यक्रम का सफल संचालन मुनिश्री मोहजीतकुमार ने किया। जतनलाल बरड़िया ने साहित्य भेंट कर अतिथियों का सम्मान किया।

इस अवसर पर स्कूली बच्चों ने जीवन विज्ञान जागरूकता रैली निकाली। कस्बे के विभिन्न स्कूलों से रवाना हुई रैली मुख्य मार्गों से होती हुई आचार्यश्री महाश्रमणजी के सान्निध्य में तेरापंथ भवन पहुंची, जहां पर आचार्य प्रवर ने बच्चों को प्रामाणिकता की प्रेरणा दी। मुनिश्री किशनलालजी व समण सिद्धप्रज्ञजी ने प्रायोगिक प्रशिक्षण दिया। इस अवसर पर आयोजित प्रतियोगिता में कृष्णा पब्लिक स्कूल प्रथम, बाल मंदिर उमावि द्वितीय एवं शाकंभरी उमावि तृतीय स्थान पर रही। डॉ. संजय दीक्षित व सुशील निर्वाण ने निर्णायक के दायित्व का निर्वहन किया। कार्यक्रम के सफल आयोजन में संपतराम सुराणा एवं जीवन विज्ञान अकादमी संस्था सरदारशहर के कार्यकर्ताओं सहित अनेक गणमान्य लोगों ने सहयोग प्रदान किया।

मधुर ध्वनि (भाषा)

भावों के प्रभावी सम्प्रेषण के लिये भाषा एक सशक्त माध्यम के साथ–साथ ज्ञान के संचय एवं प्रसार का उत्तम साधन है। इसी माध्यम से हम परस्पर एक–दूसरे की भावनाओं को भली प्रकार समझ पाते हैं।

भाषा की मृदुता, मधुरता और शालीनता से श्रेष्ठ व्यक्तित्व और स्वस्थ समाज का निर्माण होता है। बालक को प्रारंभ से ही मृदु, मधुर और शालीन भाषा का शिक्षण देना आवश्यक है।

इस सच्चाई को भूलना नहीं चाहिए कि बालक अनुकरणप्रिय होता है, वह सुनता है उसके अनुसार अनुकरण कम करता है वह जो देखता है उसके अनुसार आचरण ज्यादा करता है। इसलिए सदैव बालक के सामने श्रेष्ठ आचरण को प्रस्तुत करना चाहिए।

प्रयोग अनुप्रेक्षा (स्वतः सूचना) जागृत मस्तिष्क से अर्धजागृत को सूचना के लिए

1. आंखें बन्द कर 9 बार महाप्राण ध्वनि करें – तीन मिनट।

2. कायोत्सर्ग – तीन मिनट

3. शरीर को स्थिर, शिथिल और तनाव मुक्त करें। धीरे–धीरे मंद श्वास लें। मंद श्वास छोड़ें।

4. अनुभव करें कि चारों ओर दूर–दूर तक हरियाली ही हरियाली फैली हुई है। हरे रंग के परमाणु श्वास के साथ भीतर जा रहे हैं। वे मस्तिष्क को ग्रहणशील बना रहे हैं।

5. मैं मृदु मधुर शालीन भाषा का प्रयोग करूंगा। मैं मधुर भाषा का प्रयोग करूंगा। 9 बार उच्चारित मृदुता से करें। मन ही मन फिर उसे मानसिक चक्षुओं से ललाट पर लिखें।

6. महाप्राण ध्वनि से प्रयोग संपन्न करें।

जीवन विज्ञान चिन्तन गोष्ठी 20 फरवरी को

देश के विभिन्न क्षेत्रों में कार्यरत जीवन विज्ञान अकादमियों एवं जीवन विज्ञान के कार्यकर्ताओं को एक संगठनात्मक रूप प्रदान कर जीवन विज्ञान के व्यापक प्रचार–प्रसार की दृष्टि से जीवन विज्ञान अकादमी, जैन विश्व भारती, लाडनूँ द्वारा "जीवन विज्ञान चिन्तन–गोष्ठी" का आयोजन आगामी **20 फरवरी 2011** को **अपराह्न 2:30 बजे परमश्रद्धेय आचार्यश्री महाश्रमणजी** के पावन सान्निध्य एवं प्रेक्षा प्राध्यापक मुनिश्री किशनलालजी के निर्देशन में जैन विश्व भारती परिसर लाडनूँ में किया जा रहा है।।

जीवन विज्ञान अकादमी संस्थान सरदारशहर द्वारा जरूरतमंद विद्यार्थियों को स्वेटर वितरण

सरदारशहर। जीवन विज्ञान अकादमी संस्था, सरदारशहर द्वारा दिनांक 18 दिसम्बर 2010 को राजकीय प्राथमिक विद्यालय नं. 4, सरदारशहर में जरूरतमंद विद्यार्थियों को स्वेटर, स्टेशनरी एवं टॉफी, बिस्कुट आदि वितरित कर सहयोग दिया गया।

इस अवसर पर संपतराम सुराणा एवं नरेश सोनी ने विद्यार्थियों को नशामुक्त जीवन जीने की प्रेरणा देते हुए महाप्राण ध्वनि, आसन, कायोत्सर्ग, दीर्घश्वास प्रेक्षा, ज्ञानकेन्द्र प्रेक्षा, संकल्पशक्ति आदि के प्रयोग करवाए। विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए अकादमी के कार्याध्यक्ष उदयचंद दूगड़ ने कहा कि जीवन विज्ञान से नैतिक उत्थान का मार्ग प्रशस्त होता है। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि वरिष्ठ संवाददाता हनुमानमल वर्मा, डॉ. ए.एम. बेहलीम, हंसराज सोनी, अर्जुन बागड़ी, मालचंद चौधरी आदि अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे। प्रधानाध्यापक गजानन्द सोनगरा ने आभार व्यक्त किया। संचालन अध्यापक सम्पतराम जांगीड़ ने किया।

जीवन विज्ञान जीने की कला है : मुनिश्री जिनेशकुमार (बैंगलोर में जीवन विज्ञान दिवस)

बैंगलूर। कर्नाटक जीवन विज्ञान अकादमी, बैंगलोर तथा तेरापंथ युवक परिषद, गांधीनगर–विजयनगर के संयुक्त तत्वावधान तथा मुनिश्री जिनेशकुमारजी के पावन सान्निध्य में 19 नवम्बर, 2010 को जीवन विज्ञान दिवस समारोह पूर्वक मनाया गया। इस अवसर पर मुनिश्री ने कहा कि शिक्षा का उद्देश्य है सर्वांगीण व्यक्तित्व का विकास। मुनिश्री ने कहा कि आज की शिक्षा पद्धति शारीरिक और बौद्धिक विकास पर तो ध्यान देती है परन्तु इसमें मानसिक व भावात्मक विकास पहलुओं का अभाव है जिसके कारण समाज में बुराइयां और असंतुलन बढ़ रहा है। इस असंतुलन को मिटाने का प्रयास है जीवन विज्ञान। जीवन विज्ञान का पाठ्यक्रम हमें जीवन जीने की कला सिखाता है, जिसमें केवल उपदेश और सिद्धान्त ही नहीं बल्कि एक प्रयोग पद्धति है, जिसका उद्देश्य है भाव और व्यवहार में परिवर्तन लाना। जीवन विज्ञान से सकारात्मक सोच, एकाग्रता, इच्छाशक्ति, मनोबल, स्मरणशक्ति का विकास होता है। मुनिश्री परमानंदजी ने कहा कि जीवन को उन्नत बनाने के लिये जीवन विज्ञान श्रेष्ठ उपक्रम है, इससे बच्चों के भीतर सुसंस्कारों का निर्माण होता है।

इस अवसर पर तेरापंथ सभा विजयनगर के अध्यक्ष शान्तिलाल मांडोत, तेयुप गांधीनगर के उपाध्यक्ष राजेन्द्र बैद, तेयुप राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य बंशीलाल पितलिया, तेयुप विजयनगर के अध्यक्ष राकेश दुधोड़िया, सुरेश मुथा, अमीचन्द खटेड़ आदि ने अपने विचार प्रकट किये। जीवन विज्ञान अकादमी के अध्यक्ष मूलचन्द नाहर, देवराज नाहर आदि लोग उपस्थित थे।

कर्नाटक जीवन विज्ञान अकादमी एवं जैन श्वे.ते. सभा मण्डया के सहयोग से के.एच.एस. आदर्श हाई स्कूल, मावरथ पेठ, सी.बी. भण्डारी हाई स्कूल, उदय हाई स्कूल, किल्लारी रोड,, बी.बी.यू.एल. जैन विद्यालय, के. आर. रोड, आदि विद्यालयों में जीवन विज्ञान से संबंधित विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन कर विजेता छात्र–छात्राओं को पुरस्कृत किया गया। इसी प्रकार विश्वमानव विद्या संस्थान, कागेरतली, मंडिया में विशाल रैली का आयोजन किया गया जिसमें लगभग 700 विद्यार्थियों ने भाग लिया। कर्नाटक में जीवन विज्ञान दिवस की धूम को दर्शाती कुछ झलकियां प्रस्तुत है –