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

Jeevan Vigyan (Science of Living)
e-Newsletter

Volume : 3; Number :10
Editor
Hanuman Mal Sharma

जीवन विज्ञान : स्वस्थ समाज संरचना का संकल्प

कलह, संघर्ष, वैमनस्य आदि इसलिये होते हैं कि व्यक्ति अपने संवेगों पर नियंत्रण नहीं रख पाता। ऐसी स्थिति में पारिवारिक और सामाजिक जीवन अस्त–व्यस्त हो जाता है, सुखी नहीं रह सकता। सभा संस्थाओं में भी आपसी कलह चलते रहते हैं। एक–दूसरे के संवेगों को सहन करना लोग नहीं जानते। वे कांट–छांट करना नहीं जानते। यह सारा संघर्ष संवेगों का संघर्ष है। मानसिक शान्ति और विश्वशान्ति की बात संवेगों के नियमन पर आधारित है। अतः हमें सोचना होगा कि शिक्षा के साथ जैसे बौद्धिक विकास की बात जुड़ी हुई है वैसे ही उसके साथ संवेग–परिष्कार की बात जुड़े। ऐसा होने पर ही शिक्षा अभ्यासात्मक या प्रयोगात्मक हो सकती है, तभी उसकी सार्थकता होगी। जीवन विज्ञान का यही आधार बिन्दु है। इस बिन्दु पर शिक्षा प्रणाली का विकास होने शिक्षा का अभूतपूर्व अवदान हो सकता है। **आचार्य महाप्रज्ञ।**

भिलाई में जीवन विज्ञान शिविर सम्पन्न

भिलाई 23 अक्टुबर। जीवन विज्ञान अकादमी दुर्ग–भिलाई एवं भिलाई स्टील प्लाण्ट के संयुक्त तत्वावधान एवं केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी, लाडनूँ के निर्देशन में आयोजित 'जीवन विज्ञान प्रशिक्षण शिविर 13 से 23 अक्टुबर 2012 का समापन बीएसपी उ.मा.वि. सेक्टर–6 के बहुउद्देशीय सभागार में समारोहपूर्वक हुआ। शिविर में भिलाई इस्पात संयत्र द्वारा संचालित 30 विद्यालयों से 30 शिक्षकों एवं 60 विद्यार्थियों ने भाग लेकर जीवन विज्ञान का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त किया।

समारोह में उपस्थित शिक्षक एवं विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए मुख्य अतिथि एक्जीक्युटिव डायरेक्टर (वर्क्स) श्री वाय.के.देगन ने कहा कि ''जीवन निर्माण'' के इस अनूठे उपक्रम जीवन विज्ञान से बालक के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास की दिशा में कारगर उपाय किये जा सकते हैं। उन्होंने संभागी विद्यार्थियों द्वारा प्रस्तुत प्रदर्शन की भूरि–भूरि प्रशंसा व्यक्त करते हुए जीवन विज्ञान अकादमी के प्रति कृतज्ञता व्यक्त की। संभागी विद्यार्थियों ने ताड़ासन, कोणासन, महाप्राण ध्वनि, कायोत्सर्ग, दीर्घश्वास प्रेक्षा, ज्ञान केन्द्र प्रेक्षा एवं सकल्प शक्ति के प्रयोगों का प्रदर्शन किया। संभागी शिक्षकों एवं विद्यार्थियों ने यहां सीखे प्रयोगों के महत्व को प्रदर्शित करते हुए अपने शिविर अनुभव व्यक्त किये और इस प्रकार के **क्रमश..पृ.2,पैरा 1.**

आओ हम जीना सीखें : जैसी दृष्टि वैसी सृष्टि

हम विचार करें कि आदमी की दृष्टि कहां टिकी है– गुणों पर या बुराइयों पर? सद्गुण ग्राह्य है और दुर्गुण त्याज्य। क्रोध करना, अपशब्द का प्रयोग करना, असत्य बोलना, धोखा देना, चोरी करना, असंयम करना– ये दुर्गुण हैं। विनम्र रहना, किसी को कष्ट न देना, असत्य न बोलना, उत्तेजित न होना, सरल होना– ये सद्गुण हैं। सद्गुण संजोकर व्यक्ति महान बन सकता है और दुर्गुण संजोकर व्यक्ति अधम बन सकता है। अपेक्षा है महान बनने के बीजों पर दृष्टि रखते हुए उन्हें पल्लवित, पुष्पित और फलित करने की दिशा में गति हो और पतन की ओर ले जाने वाले बीजों को नष्ट करने का प्रयत्न हो। जीवन की सफलता का यह बीज मंत्र है। **आचार्य महाश्रमण।**

जीवन विज्ञान व्यक्तित्व विकास कार्यशालाओं का आयोजन

लाडनूँ। जीवन विज्ञान अकादमी, केन्द्रीय कार्यालय, जैन विश्व भारती, लाडनूँ के निर्देशन में दिनांक 4 से 11 अक्टूबर, 2012 तक चुरू, पीलीबंगा, सूरतगढ़, श्रीगंगानगर आदि स्थानों पर जीवन विज्ञान व्यक्तित्व विकास कार्यशालाओं का आयोजन किया गया। कार्यशालाओं के मुख्य वक्ता विक्रम सेठिया, कोलकाता ने कहा कि जीवन को अंध–विश्वास से नहीं आत्म–विश्वास से जीना चाहिए। जीवन विज्ञान जीने का सही मार्ग व जीवन का दर्शन है। यह व्यक्तित्व निर्माण की आधारशीला है। इससे नकारात्मक व निराशा के भावों को दूर कर सकारात्मक व उत्साहपूर्ण जीवन जीने की प्रेरणा प्राप्त होती है। उन्होंने कहा कि यदि जीवन में आत्मविश्वास व नैतिकता आ जाये तो हम कठिन से कठिन कार्य को भी सरलता से कर सकते हैं। उन्होंने समस्याओं से डरने की अपेक्षा उन्हें सुलझाने पर जोर देने को प्राथमिकता बताते हुए स्मरण–शक्ति, आत्मविश्वास, अध्ययन में रूचि, लक्ष्य निर्धारण एवं प्राप्ति तथा कार्यक्षमता के विकास के कई प्रयोग करवाये। जीवन विज्ञान अकादमी के संयुक्त निदेशक ओमप्रकाश सारस्वत ने व्यक्ति, समाज व राष्ट्र के लिये जीवन विज्ञान को उपयोगी बताते हुए व्यसनमुक्त जीवन जीने की प्रेरणा दी एवं जीवन विज्ञान को जन–जन तक पहुंचाने का आह्वान किया। कार्यशालाओं का विवरण निम्नानुसार है –

क्र.सं.	दिनांक	स्थान	उपस्थिति			
			विद्यार्थी	शिक्षक	अन्य	योग
1	5	श्री जैन श्वे.ते.उ.मा.वि. चुरू	500	30	––	530
2	6	बालिका महाविद्यालय, चुरू	600	50	––	650
3	8	राज. महाविद्यालय, सूरतगढ़	300	40	10	350
4	9	आत्मवल्लभ जैन कन्या महाविद्यालय श्रीगंगानगर	250	15	15	280
5	10	गंगा मैरिज पैलेस, पीलीबंगा पीलीबंगा के विभिन्न विद्यालय	1100	100	50	1250
6	10	गंगा मैरिज पैलेस, पीलीबंगा पारिवारिक सौहार्द कार्यशाला	––	––	400	400
7	11	जैन केशर बालिका मा.वि. चुरू	250	15	––	265
		योग	**3000**	**250**	**475**	**3725**

आवश्यक है–आत्म–शोधन : मुनि किशनलाल

आत्म–नियंत्रण (संयम) के लिए आत्म–शोधन आवश्यक है। नियंत्रण कुछ समय के लिये होता है किन्तु आदत की लाचारी से पुनः व्यक्ति पुनः उसी जगह आ जाता है। आदत का विचित्र स्वभाव है। कहा जाता है कि अनेक कोशिशों के बाद व्यक्ति का स्वभाव मुश्किल से बदलता है परन्तु आदत के अनुरूप वातावरण मिलते ही वह फिसल जाता है।

अंग्रेजी में आदत को HABIT कहते हैं। यदि किसी व्यक्ति का सिर (Head) काट दिया जाये तो उसकी आदत सदा–सदा के लिये मिट सकती है, लेकिन जरा देखिये HABIT का हेड अर्थात~ H काट दिया जाये तो पीछे ABIT रह गया। ABIT का तात्पर्य है आदत का टुकड़ा तो रह गया। फिर ABIT का A को काट दिया तो BIT रह गया; अर्थात अभी भी छोटा टुकड़ा बचा है। फिर B को काट दिया तो भी IT बच गया। फिर हिम्मत करके I को काटा, I को काटना बहुत कठिन है। I अर्थात् ''मैं''। यह ''मैं'' ही सब रोगों की जड़ है। किसी तरह हिम्मत कर I को भी काट दिया, फिर भी पिछे T चाय की आदत तो ही रह गई। चाय की आदत को छोड़ना भी मुश्किल हो जाता है अन्य आदतों का तो कहना ही क्या?

बाह्य नियंत्रण कुछ समय टिकता है। बाद में वही स्थिति बन जाती है। नियंत्रण कुछ काल के लिये होता है। नियंत्रण के स्थान पर आत्म–शोधन हो जाये तो चित्त निर्मल हो जाता है, भावधारा शुद्ध हो जाती है। मन, विचार, इन्द्रियां अपने गोलकों पर स्थिर रहती है।

आत्म–शोधन के लिये कायोत्सर्ग प्रथम प्रयोग है। कायोत्सर्ग के संकल्प **तस्स उत्तरीकरणेणं, पायच्छित्त करणेणं, विसोहिकरणेणं, विसल्ली करणेणं, पावाणं कम्माणं निग्घायणट्ठाय ठामि काउसग्गं** का अर्थ है – पूर्व में किये गये दोषों को दूर करने, उनकी विशुद्धि करने, प्रायश्चित करने, शोधन करने, निःशल्य करने के लिये, पापकर्म को दूर करने के लिये कायोत्सर्ग कर रहा हूं। कायोत्सर्ग केवल तनावमुक्ति का ही नहीं अपितु आत्मशोधन का भी महत्वपूर्ण प्रयोग है। साधना प्रथम चरण और मोक्ष अन्तिम चरण इसका ही परिणाम है।

भावी पीढ़ी हो तैयार। जागे सबमें सद् संस्कार।।
- आचार्य महाप्रज्ञ

क्रमश..पृ.1,पैरा 1 शिविरों की निरन्तरता बनाये रखने का अनुरोध किया। उपस्थित विद्यार्थियों, शिक्षकों एवं अभिभावकों को प्रेरणा प्रदान करते हुए जीवन विज्ञान अकादमी दुर्ग–भिलाई के संरक्षक दानमल पोरवाल ने कहा कि भिलाई इस्पात संयंत्र द्वारा निर्मित स्टील का लोहा सारा संसार मानता है, उसी प्रकार जीवन विज्ञान के अध्ययन, अध्यापन एवं प्रयोगों द्वारा ऐसी नई पीढ़ी का निर्माण संभव है जो न केवल शारीरिक एवं बौद्धिक दृष्टि से सक्षम होगी बल्कि मानसिक एवं भावात्मक स्वस्थ होने के कारण अच्छे नागरिक के रूप में पूरे विश्व में अपनी अलग पहचान बनायेगी।

केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी, लाडनूँ के सहायक निदेशक हनुमानमल शर्मा ने मुख्य अतिथि श्री देगन एवं संयंत्र शिक्षा विभाग के प्रति आभार व्यक्त करते हुए प्रशिक्षणार्थी शिक्षकों एवं विद्यार्थियों को इस शिविर में सीखे प्रयोगों को अपने जीवन में उतारने के साथ–साथ इनके अधिक से अधिक प्रचार–प्रसार का आह्वान किया। शिविर प्रशिक्षण कार्य में श्री शर्मा के साथ उज्जैन के प्रशिक्षक मुकेश मेहता एवं रश्मि भट्ट का महत्वपूर्ण सहयोग प्राप्त हुआ। शिविर व्यवस्थाओं में अकादमी अध्यक्ष दिलीप बरमेचा, जै.श्वे.ते.सभा अध्यक्ष किशोरीलाल कोठारी, विजय जैन, निर्मल श्रीश्रीमाल, सुभाष चौपड़ा, सुरेश बरड़िया, विद्यालय प्राचार्या सी.कुर्रे, मनमेन्द्र मुखर्जी, चन्द्रशेखर साहू, इन्द्र तथा अनेक गणमान्य महानुभावों का सहयोग प्राप्त हुआ।

बालोद (छ.ग.) में जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला

बालोद 18 अक्टुबर। पोरवाल चेरीटेबल ट्रस्ट एवं जीवन विज्ञान अकादमी दुर्ग–भिलाई के सहयोग से दिनांक 18 अक्टुबर, 2012 को बालोद (छत्तीसगढ़) के श्री महावीर इंग्लिश मीडियम स्कूल में जीवन विज्ञान का परिचयात्मक शिविर आयोजित किया गया, जिसमें विद्यालय की कक्षा 7 से 12 तक के 250 विद्यार्थियों एवं 15 शिक्षकों ने भाग लिया।

सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास में जीवन विज्ञान की भूमिका का प्रतिपादन करते हुए केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी के सहायक निदेशक हनुमानमल शर्मा ने प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान की सैद्धान्तिक जानकारी एवं प्रायोगिक अभ्यास करवाया। प्रशिक्षण कार्य में पोरवाल चेरीटेबल ट्रस्ट के मनमेन्द्र मुखर्जी का सहयोग प्राप्त हुआ। इससे पूर्व विद्यालय प्राचार्य विमल भंसाली ने श्री शर्मा का स्वागत करते हुए बताया कि बालोद जिले की शासकीय प्राथमिक शाला, भोथली एवं तरौद के विद्यार्थियों को इन प्रयोगों को करते हुए देख कर मैंने जानकारी प्राप्त की तथा वहां के पूर्व प्रशिक्षित शिक्षक लोमशकुमार साहू एवं डी.कौशिक की प्रेरणा से यह कार्यशाला आयोजित की। उन्होंने बालोद जिले की निजी शिक्षण संस्थाओं हेतु पंचदिवसीय शिविर आयोजित करने का प्रस्ताव रखा।

प्रशिक्षण कार्यशाला से लौटते हुए श्री शर्मा ने शासकीय उच्चत्तर माध्यमिक विद्यालय, कलंगपुर, जिला बालोद में चल रही जीवन विज्ञान गतिविधियों के औचक निरीक्षण में पाया कि दुर्ग जिले हेतु गठित जीवन विज्ञान केरियर क्लब के सदस्य एवं विद्यालय प्राचार्य टीकमसिंह कोल्हे द्वारा सुन्दर एवं प्रशंसनीय ढंग से जीवन विज्ञान की जानकारी विद्यार्थियों तक पहुंचाई जा रही है।

रा.मु.वि.शिक्षा संस्थान की सम्पर्क कक्षाओं का आयोजन

भारत सरकार के उपक्रम राष्ट्रीय मुक्त विद्यालयी शिक्षा संस्थान, (NIOS), नोयडा द्वारा संचालित छः माह के ''जीवन विज्ञान पत्राचार पाठ्यक्रम'' के विद्यार्थियों हेतु सम्पर्क कक्षाओं का आयोजन जीवन विज्ञान अकादमी, लाडनूँ द्वारा 29 अक्टूबर से 5 नवम्बर, 2012 को किया गया। इन सम्पर्क कक्षाओं में लाडनूँ, सरदारशहर एवं चुरू के 14 विद्यार्थियों ने भाग लेकर सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त किया। प्रशिक्षण कार्य में शासनगौरव मुनिश्री धनंजयकुमार, समणी (डॉ.) मल्लीप्रज्ञा, महेन्द्र कुमावत एवं रामेश्वर शर्मा का महत्वपूर्ण सहयोग प्राप्त हुआ। प्रशिक्षण पश्चात दिनांक 5 नवम्बर को प्रशिक्षणार्थियों की प्रायोगिक परीक्षा आयोजित की गई, जिसमें डॉ. संजीव गुप्ता का सराहनीय सहयोग प्राप्त हुआ।