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

Jeevan Vigyan (Science of Living)
e-Newsletter

Volume : 4; Number : 12
Editor
Hanuman Mal Sharma

मस्तिष्क प्रशिक्षण की प्रणाली : जीवन विज्ञान

शिक्षा प्रणाली में बौद्धिक विकास पर बहुत बल दिया जा रहा है। विकास चाहे बौद्धिक हो या चारित्रिक, सबका आधार बनता है मस्तिष्क। जिस समाज व्यवस्था के साथ आदमी जीता है, उस समाज व्यवस्था के अनुरूप मस्तिष्क को प्रशिक्षित करना अत्यन्त अनिवार्य हो जाता है, अन्यथा समाज व्यवस्था और शिक्षा के बीच कोई संवादिता स्थापित नहीं की जा सकती। समाज व्यवस्था और शिक्षा के बीच कोई सामंजस्य या सामरस्य नहीं होता है तो शिक्षा की सार्थकता भी उतनी नहीं रहती। समाज–व्यवस्था के अनुरूप शिक्षा का तंत्र होना चाहिए और शिक्षा के द्वारा समाज–व्यवस्था लाभान्वित होनी चाहिए। यह संबंध बहुत आवश्यक है। आज समाजवादी समाज–व्यवस्था और जनतंत्र चल रहा है। जो समाजवाद और जनतंत्र की अपेक्षाएं हैं, वे यदि शिक्षा के द्वारा पूरी नहीं होती हैं तो फिर दोनों के बीच कोई तालमेल नहीं बैठ सकता। शिक्षा का एक स्वतंत्र तंत्र बन जाता है और समाज व्यवस्था कहीं अलग–थलग चली जाती है। ऐसी स्थिति में समाज के लिये शिक्षा नहीं होती और शिक्षा के लिये समाज नहीं होता। यह सोचना आवश्यक है कि शिक्षा के द्वारा किस प्रकार के व्यक्तित्व का निर्माण होगा और वह समाज के लिये कितना उपयोगी बन सकेगा। **आचार्य महाप्रज्ञ।**

जीना सिखाता है जीवन विज्ञान : आचार्य महाश्रमण (जीवन विज्ञान दिवस समारोह सम्पन्न)

लाडनूँ 15 नवम्बर। 'महाप्रज्ञ' अलंकरण के उपलक्ष्य में देश भर में आयोजित होने वाला 'जीवन विज्ञान दिवस समारोह' आचार्य महाश्रमण के सान्निध्य में जैन विश्व भारती परिसर स्थित सुधर्मा सभा में उत्साह

के साथ मनाया गया। अपने आशीर्वचन में आचार्यश्री ने शिक्षा के महत्व पर प्रकाश डालते हुए कहा कि शिक्षा अज्ञान के अन्धकार को दूर ज्ञान के प्रकाश को उजागर करती है। शिक्षा के प्रति सरकार एवं जनता में विशेष जागृति आयी है। इसी कारण छोटे–छोटे गांव–ढाणी तक में विद्यालय स्थापित हैं। शिक्षा से सोचने की शक्ति एवं नवीन रचना करने की शक्ति उत्पन्न होती है। आचार्य तुलसी एवं आचार्य महाप्रज्ञ ने शिक्षा जगत् के लिये जीवन विज्ञान **क्रमशः पृ.2पैरा..2.**

बुढ़ापा वरदान कैसे बने ? – तीसरा बिन्दु

तीसरा बिन्दु है–भाषा विवेक। भाषा का अपना एक पूरा विज्ञान है। एक व्यक्ति मात्र भाषा प्रयोग के अविवेक के कारण जहां सामने वाले व्यक्ति को उत्तेजित और अशान्त बना देता है, वहीं दूसरा व्यक्ति अपने भाषा–विवेक से उत्तेजित और अशान्त व्यक्ति को शान्त बना देता है। वृद्ध व्यक्ति को विवेकानुसार आदेशात्मक भाषा से सलक्ष्य बचना चाहिए। यदि पूर्णतया बचना शक्य न भी हो तो यथासंभव अवश्य बचें। सुझावात्मक और प्रश्नात्मक भाषा का ही प्रयोग करने का प्रयास करे। उदाहरणार्थ सास यदि बहू को दिनभर–'ऐसा करो, वैसा करो, यह करो, वह करो।' की भाषा बोलती है तो बहुत संभव है कि किसी प्रसंग में बहू के मन में प्रतिक्रिया पैदा हो जाये और परिणामतः उसको उत्तेजना आ जाए। लेकिन इसके स्थान पर जब सास कहती है–बहूरानी! क्या तुम यह काम कर दोगी? क्या यह काम कर सकती हो? अभी यह काम यदि कर लो तो ठीक रहेगा। इस प्रकार कहने से तेज स्वभाव वाली बहू को भी उत्तेजित होने का अवसर नहीं मिलता। इसलिए यह बहुत उचित प्रतीत होता है कि भाषा सुझावात्मक और प्रश्नात्मक हो, आदेशात्मक भाषा का प्रयोग प्रायः न हो। **– आचार्य महाश्रमण।** क्रमशः. अगले अंक में।

जीवन विज्ञान प्रवक्ता प्रशिक्षण शिविर प्रारम्भ

लाडनूँ 23 दिसम्बर। जीवन विज्ञान अकादमी द्वारा आयोजित जीवन विज्ञान प्रवक्ता प्रशिक्षण शिविर 23 से 27 सितम्बर, 2013 का शुभारम्भ प्रेक्षा प्राध्यापक मुनिश्री किशनलालजी के सान्निध्य में हुआ। उपस्थित शिविरार्थियों को संबोधित करते हुए मुनिश्री ने कहा कि जीवन विज्ञान शिक्षा के क्षेत्र में आए हुए असन्तुलन को दूर करने के लिये आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा प्रदान महान अवदान है। शिक्षा के क्षेत्र में बौद्धिक विकास पर अत्यधिक ध्यान दिया जाता है, परन्तु मानसिक एवं भावनात्मक विकास पर ध्यान नही है। उन्होंने बताया कि जीवन विज्ञान का प्रारम्भ 1978 से हुआ।

समण सिद्धप्रज्ञ ने कहा कि जीवन में विज्ञान एवं विज्ञान में जीवन नहीं दिखाई दे रहा है, इसलिये जीवन विज्ञान दोनों का समन्वित रूप है। जीवन विज्ञान का उद्देश्य स्वस्थ समाज की संरचना है। इसके लिये जीवन को समझने की आवश्यकता है। जीवन के सात घटकों– शरीर, श्वास, प्राण, मन, भाव (आभामण्डल), कर्म एवं चित्त–चेतना की चर्चा करते हुए आपने कहा कि प्रत्येक घटक को जीवन विज्ञान के प्रयोगों से प्रशिक्षित किया जा सकता है। उन्होंने कहा कि कितना जीवन मिला है, यह अपने हाथ की बात नहीं है, परन्तु जीवन को कैसे जीया जाये यह अपने वश में है।

कार्यक्रम का शुभारम्भ मुनिश्री नीरजकुमार द्वारा प्रस्तुत जीवन विज्ञान गीत से हुआ। कार्यक्रम का संचालन जीवन विज्ञान अकादमी के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने किया। संयुक्त निदेशक ओमप्रकाश सारस्वत भी इस अवसर पर उपस्थित थे।

यह कैसी विडम्बना है ! मुनि किशनलाल

आसक्ति भटकाती है। किसी व्यक्ति, वस्तु और स्थान के प्रति मनुष्य का अत्यधिक लगाव मूर्च्छा, आसक्ति कहलाता है। प्रगाढ़ आसक्ति में डूबा मानव इनके बिना नहीं रह सकता है। जैसे– एक लकड़हारा, जंगल से लकड़िया काटकर गुजारा करता था। लकड़ियों को बेचकर कुछ पैसा बचाकर चांदी के सिक्के खरीदता था। उसके लिए उसने एक नौली अपने कमर से बांध रखी थी। 99 चांदी के सिक्के उसके पास जमा हो गये। वह 100 सिक्कों के लिए आतुर हो गया। उसने खाना–पिना छोड़ दिया। 'एक सिक्का और जमा हो जाए।' इसी चिन्तन में वह प्रगाढ़ मूर्च्छा में चला गया। 'बस एक सिक्का और..।' इस रटन में अर्ध–विक्षिप्त हो गया। आकाश में बादल छाये हुए थे। वर्षा होने लगी। रात्रि को दूर जंगल में चला गया। एक सिक्का, एक सिक्का चिल्लाता हुआ भूमि पर धड़ाम से गिरा और चिर निद्रा में चला गया। जंगल में लकड़ियाँ लेने दूसरा लकड़हारा आया। उसने उसकी नौली को खोला। गणना की तो कुल निन्यानवें सिक्के थे। एक सिक्का और मिला दूं तो पूरे सौ हो जाएंगें। नौली को कमर पर बांध कर दूसरा लकड़हारा भी खुशी में झूम उठा। उसने लकड़ियों का गट्ठर उठाया। बाजार में बेचा। कुछ दमड़ियां ही मिली। प्रतिदिन उसमें कुछ बचाकर सिक्का खरीदने की तैयारी करने लगा। जो कमाता वह परिवार के खाने–पीने में ही खर्च हो जाता। मुश्किल से एक दमड़ी बचती। प्रतिदिन एक सिक्के के चक्कर में वह भी विक्षिप्त हो गया। एक सिक्का, एक सिक्का करते–करते वह भी भूमि पर गिरा और सदा–सदा के लिए चल बसा। नौली का एक सिक्का आज तक खाली है। सौ के चक्कर में लोग भरने की कोशिश करते हैं। आज तक नहीं भरी गई वह नौली। भरेगी भी नहीं, नौली नहीं वह मनुष्य की खौपड़ी है। मनुष्य की आसक्ति है, सदैव मनुष्य को दौड़ाती रहती है। आज तक कोई अपने साथ सिक्का और नौली नहीं ले गया। न ही आगे भी कोई ले जाएगा। फिर भी उसे 100 करने की कोशिश में लगे हैं। यह कैसी विडम्बना है!

मुम्बई में जीवन विज्ञान दिवस समारोह

मुम्बई 25 नवम्बर। श्री तुलसी महाप्रज्ञ फाउण्डेशन द्वारा संचालित जीवन विज्ञान अकादमी, मुम्बई द्वारा शासनश्री साध्वीश्री सूरजकुमारीजी के सान्निध्य एवं अध्यक्ष प्यारचन्द मेहता के निर्देशन में महाप्रज्ञ अलंकरण दिवस समारोह उत्साहपूर्वक मनाया गया। तेरापंथ भवन, कांदिवली ईस्ट में प्रथम चरण में लगभग 2 कि.मी. रैली निकाली गई, जिसमें लगभग 500 विद्यार्थी, शिक्षक, अभिभावक, जीवन विज्ञान अकादमी एवं तुलसी महाप्रज्ञ फाउण्डेशन के कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। कार्यक्रम के दूसरे चरण के अन्तर्गत श्री ठाकुर विद्या मंदिर, श्री गाला पायोनियर हाई स्कूल एवं सी.यू.शाह सार्वजनिक हाई स्कूल के कक्षा 6 से 9 तक के विद्यार्थियों एवं शिक्षकों हेतु सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास कार्यशाला का आयोजन हुआ। कार्यशाला में आगन्तुक विद्यार्थियों एवं शिक्षकों का स्वागत अकादमी अध्यक्ष प्यारचंद मेहता ने किया। साध्वीश्री साधनाश्री ने व्यक्तित्व निर्माण में जीवन विज्ञान के प्रयोंगो की भूमिका पर प्रकाश डाला। इसी प्रकार साध्वीश्री विमलप्रभा ने रोचक कथा के माध्यम से बताया कि जिसकी संकल्प शक्ति मजबूत होती है उसके लिये कुछ भी असंभव नहीं है। प्रशिक्षिका श्रीमती भारती आचार्य एवं वरिष्ठ प्रशिक्षक पारसमल दूगड़ ने तनावमुक्त जीवनशैली के प्रयोग करवाए। संयोजक एन.सी. जैन, रचना हिरण, देवेन्द्र कावड़िया, राजेन्द्र मूथा एवं आशा बाफना ने भी अपने विचार व्यक्त किये।

क्रमशः पृ.1 पै.1 शुरू किया। उन्होंने कहा कि कलात्मक जीवन जीना मनुष्य जीवन की सार्थकता है। जैन दर्शन में बहत्तर कलाओं का उल्लेख है। सभी कलाओं में निपुण होने के पश्चात भी यदि जीने की कला नहीं प्राप्त हुई तो पण्डित भी अपण्डित ही रह जाता है। जीवन विज्ञान जीने की कला सिखाता है। कैसे बैठना, कैसे उठना, कैसे चलना, कैसे सोना, कैसे खाना आदि छोटी–छोटी बातों का ध्यान रख कर भी हम अच्छा जीवन जी सकते हैं। जीवन विज्ञान दिवस की शोभा विद्यार्थियों एवं शिक्षकों से होती है। आज बड़ी संख्या में विद्यार्थी एवं शिक्षक उपस्थित हैं। यह उत्साहजनक वातावरण का द्योतक है। आचार्यश्री ने विद्यार्थियों को ईमानदारी, नैतिकता, मैत्रीभाव, सहिष्णुता आदि गुणों के साथ–साथ नशामुक्त जीवन जीने की प्रेरणा देते हुए कहा कि ''नशे का जहर हमारे मुखकमल को स्पर्श नहीं करे'' इस बात का ध्यान जीवनभर रखना है। सभी विद्यार्थियों को आजीवन नशामुक्त रहने का संकल्प दिलवाते हुए आचार्यश्री ने महाप्रज्ञ के जीवन से प्रेरणा लेने की आवश्यकता बताई।

प्रेक्षा प्राध्यापक मुनिश्री किशनलालजी ने अपने उद्‌बोधन में महाप्रज्ञ को महान संत की उपमा देते हुए जीवन विज्ञान दिवस के महत्व पर प्रकाश डाला। जीवन विज्ञान को जीने का राजमार्ग बताते हुए महाप्राण ध्वनि, संकल्पशक्ति आदि जीवन विज्ञान के विभिन्न प्रयोग भी करवाए।

इस अवसर पर केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी द्वारा लाडनूँ नगर के विद्यालयों हेतु जीवन विज्ञान जागरूकता रैली एवं निबन्ध लेखन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया, जिसमें आदर्श विद्या मंदिर, राज उ.प्रा.वि.नं. 1, राज. जौहरी सीनियर सैकण्डरी, लाडमनोहर बाल निकेतन, मारवाड़ विद्यापीठ, मौलाना आजाद शिक्षण संस्थान, मदनलाल भंवरीदेवी आर्य मेमो.शिक्षण संस्थान, सुभाष बोस शिक्षण संस्थान, दयानन्द सरस्वती शिक्षण संस्थान, विमल विद्या विहार सी.सै. स्कूल, पी.सी. भूतौड़िया राज. बालिका उ.प्रा. विद्यालय एवं श्रीमती केशरदेवी सेठी राज. बालिका माध्यमिक विद्यालय के विद्यार्थियों ने भाग लिया। निबन्ध लेखन प्रतियोगिता में सुश्री शबीना, मारवाड़ विद्यापीठ, सुश्री प्रियंका माली, दयानन्द सरस्वती शिक्षण संस्थान, सुश्री प्रतिभा भूतौड़िया, लाडमनोहर बाल निकेतन एवं अहमद हसन, मौलाना आजाद शिक्षण संस्थान ने क्रमशः प्रथम, द्वितीय, तृतीय एवं सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किये। इसी प्रकार रैली प्रतियोगिता में विमल विद्या विहार ने प्रथम, लाडमनोहर बाल निकेतन ने द्वितीय, मदनलाल भंवरीदेवी मेमोरियल शिक्षण संस्थान ने तृतीय एवं आदर्श विद्या मंदिर ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया। समणी डॉ. संगीतप्रज्ञा, डॉ. सत्यनारायण शर्मा, समाजसेवी ललित वर्मा एवं चाँद कपूर सेठी ने निष्पक्ष निर्णायक का दायित्व वहन किया।

सभी विजेताओं को जैन विश्व भारती के कुलपति बच्छराज नाहटा, अध्यक्ष ताराचन्द रामपुरिया, संयुक्त मंत्री जीवनमल मालू, एवं निदेशक राजेन्द्र खटेड़ द्वारा नगद राशि एवं प्रतीक चिन्ह प्रदान कर सम्मानित किया। कार्यक्रम का संचालन मुनि कुमार श्रमण एवं जीवन विज्ञान अकादमी के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने किया। व्यवस्थाओं में ओमप्रकाश सारस्वत, विजयश्री भोजक, दिनेश सोनी, मूलचन्द गुर्जर, सहित जैन विश्व भारती के सभी कर्मचारियों का सक्रिय सहयोग प्राप्त हुआ। कार्यक्रम का निर्देशन जीवन विज्ञान प्रभारी बजरंग जैन ने किया।

पाठकों से विनम्र अनुरोध – समस्त सुधी पाठकों एवं संस्थाओं से विनम्र अनुरोध है कि वे अपने मूल्यवान सुझाव समय–समय पर हमें भेजकर लाभान्वित करें एवं अपने क्षेत्रों में आयोजित जीवन विज्ञान शिविरों एवं गतिविधियों की समुचित रिपोर्ट और फोटो जीवन विज्ञान : ई–न्यूजलेटर के आगामी अंकों में प्रकाशनार्थ भेजें। संपादक।