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

Jeevan Vigyan (Science of Living)
e-Newsletter

Volume : 3; Number : 6

Editor
Hanuman Mal Sharma

जीवन विज्ञान : स्वस्थ समाज संरचना का संकल्प

आज शिक्षा के द्वारा अज्ञान की मुक्ति अवश्य हो रही है। ज्ञान बढ़ रहा है, बौद्धिक विकास हो रहा है; किन्तु संवेग के अतिरेक से मुक्ति की बातें शिक्षा से जुड़ी हुई नहीं है, ऐसा प्रतीत होता है। लोगों की धारणा यही है कि यह बात धर्म के क्षेत्र की है, शिक्षा के क्षेत्र की नहीं है। यह धारणा अस्वाभाविक भी नहीं है, क्योंकि धर्म का मूल अर्थ ही है संवेगों पर नियंत्रण पाना। यह धर्म के मंच का काम होना चाहिए, शिक्षा–क्षेत्र का यह कार्य क्यों होना चाहिए? ऐसा सोचा जा सकता है, पर वर्तमान परिस्थिति में धर्म की भी समस्या है और वह यह कि धर्म का स्थान मुख्यतः सम्प्रदाय ने ले लिया है। इसलिए साम्प्रदायिक वातावरण में धर्म के द्वारा संवेग–नियंत्रण की अपेक्षा रखना निराशा की बात है।

शिक्षा का काम केवल स्मृति को बढ़ाना ही नहीं है, केवल आंकड़ों से मस्तिष्क को भरना ही नहीं है, साक्षरता ला देना ही उसका काम नहीं है, उसका काम भावों का परिष्कार करना भी है। इसी से व्यक्ति में स्वतंत्र निर्णय, स्वतंत्र चिन्तन और दायित्व बोध की क्षमता विकसित होती है। यह तभी संभव है कि शिक्षा केवल साक्षरताभिमुख न रहे। उसमें कुछ और भी जुड़े। **– आचार्य महाप्रज्ञ।**

मुम्बई में जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला

मुम्बई 16 जून। आचार्यश्री महाश्रमणजी की विदुषी शिष्या साध्वी श्री सूरजकुमारजी के पावन सान्निध्य में, तेरापंथ भवन, कांदिवली में जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया, जिसमें लगभग 200 भाई बहनों ने भाग लेकर प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त किया।

कार्यशाला के उद्घाटन अवसर पर समागत संभागियों को उद्बोधन प्रदान करते हुए साध्वीश्री साधनाश्रीजी ने कहा कि जीवन विज्ञान संतुलित जीवन एवं नैतिकता प्रदान करने वाला प्रायोगिक उपक्रम है। आचार्य तुलसी की प्रेरणा से आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा प्रदत्त यह अनूठा अवदान जीवन जीने की कला सिखाता है। इसके प्रयोग शान्तिपूर्ण जीवन की आधारशीला एवं सकारात्मक दृष्टिकोण का साधन है। कार्यक्रम का शुभारम्भ साध्वीश्री विमलप्रज्ञाजी के मंगलाचरण से हुआ। कार्यशाला में उपस्थित प्रशिक्षणार्थी एवं अतिथियों का स्वागत करते हुए जीवन विज्ञान अकादमी, मुम्बई के अध्यक्ष प्यारचन्द मेहता ने कहा कि सभी के सहयोग से जीवन विज्ञान को मुम्बई के सभी विद्यालयों में लागू करवाने की मेरी हार्दिक इच्छा है। शिक्षण मण्डल महानगरपालिका नवी मुम्बई के सदस्य अर्जुन सिंघवी ने बताया कि मनपा नवी मुम्बई के 64 विद्यालयों में प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान प्रारम्भ हो चुका है और हमारा प्रयास है कि यह मुम्बई के साथ–साथ सम्पूर्ण महाराष्ट्र राज्य में लागू हो। जीविअ,नवी मुम्बई के संचालक देवीदास सुतार, जीविअ, लाडनूँ के **क्रमश... पैरा.2**

आओ हम जीना सीखें : जीना एक कला है

अपने दोषों को देखना, अपनी कमजोरियों को पहचानना बहुत बड़ी बात है। जब तक बुराई का अहसास नहीं होता, वह छूट नहीं सकती। व्यक्ति तटस्थ और निष्कपट भाव से आत्मप्रेक्षा करे कि मेरे भीतर क्या–क्या बुराइयां हैं? मुझमें अहंकार कितना है? अनावश्यक बोलने की आदत कितनी है? प्रमाद कितना करता हूँ? जब इन भूलों से परिचय हो जाए तो व्यक्ति इन्हें छोड़ने के लिये संकल्पित बनें। सब बुराइयों को एक साथ न छोड़ सके तो उसके लिए क्रमिक अभ्यास करे। इस आगम वाक्य **इयाणिं णो जमहं पुव्वमकासी पमाएण** अर्थात अब तक मैंने प्रमादवश जो किया है उसे पुनः नहीं करूंगा, यह स्मृति में रहे। यह सूत्र व्यक्ति के अंधकारपूर्ण मार्ग को रोशन करने वाला है। **–आचार्य महाश्रमण।**

पैरा.1 का शेष... संयुक्त निदेशक ओमप्रकाश सारस्वत ने भी अपने विचार व्यक्त किये। प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान की आठों गतिविधियों की संक्षिप्त सैद्धान्तिक जानकारी के साथ जीविअ, लाडनूँ के सहायक निदेशक हनुमानमल शर्मा ने प्रायोगिक प्रशिक्षण प्रदान किया। प्रेक्षा प्रशिक्षक शान्तिलाल कोठारी ने अनुप्रेक्षा का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक अभ्यास करवाया।

कार्यशाला के द्वितीय सत्र में कोलकाता से समागत विक्रम सेठिया द्वारा ''कैसे भरें रिश्तों में रस'' विषय पर पॉवर प्वाइंट के माध्यम से सांगोपाग प्रस्तुति देते हुए जीवन विज्ञान के सैद्धान्तिक पक्ष को सुरूचिपूर्ण ढंग से समझाते हुए बताया कि वर्तमान युग की विकट समस्या पारिवारिक विखण्डन है। सिकुड़ते रिश्ते एवं टूटते परिवारों के कारण व्यक्ति तनाव, कुण्ठा, अकेलेपन एवं अवसाद का शिकार बन रहा है। इन समस्याओं का समाधान है जीवन विज्ञान, जो हमें विश्वास, स्नेह एवं समर्पण की धरा पर खड़े होकर जीवन जीने की कला सिखाता है। कार्यशाला का सफल संचालन जीवन विज्ञान अकादमी के मंत्री बच्छराज पटावरी ने किया। सभी संभागियों ने इस प्रकार की कार्यशालाओं के निरन्तर आयोजन की अपेक्षा व्यक्त की। कार्यक्रम के अन्त में बाहर से आए हुए प्रशिक्षक एवं वक्ताओं का सम्मान किया गया। श्रीमती संतोष परमार, भारती आचार्य एवं समस्त कर्मचारीगण (एस.टी.एम.एफ.) का व्यवस्थाओं में सहयोग प्राप्त हुआ।

आत्मानुशासन : मुनि किशनलाल

अनुशासन व्यवस्था का आधार है। बिना अनुशासन कोई भी व्यवस्था सम्यक्तया चल नहीं सकती। अनुशासन दो प्रकार का होता है – आत्मानुशासन और परानुशासन। कुछ लोग अनुशासन को गुलामी समझते हैं, परन्तु यह दृष्टिकोण ठीक नहीं है। आत्मानुशासन तो श्रेष्ठ मानवीय गुण है। बिना इसके कोई भी व्यक्ति, परिवार, समाज या राष्ट्र विकास नहीं कर सकता। आत्मानुशासन के विकास हेतु स्वयं की आत्मशक्ति का सुदृढ़ होना अपेक्षित है। सुदृढ़ आत्मशक्ति चेतना को उन्नत बनाती है एवं उन्नत चेतनायुक्त व्यक्ति अभय होता है। आत्मानुशासन हेतु अभय की चेतना का विकास भी अत्यन्त आवश्यक है। जिसके मन में किसी प्रकार का भय नहीं है वही व्यक्ति आत्मानुशासन विकसित कर सकता है।

आत्मानुशासन के विकास हेतु अत्मानुशासन की अनुप्रेक्षा का अभ्यास निम्नानुसार करें –

प्रयोग

1. सुखासन में स्थिरता से बैठकर ज्ञान मुद्रा लगाएं। नौ बार महाप्राण ध्वनि का प्रयोग करें। कायोत्सर्ग कर शरीर को शिथिल करें।
2. अनुभव करें चारों ओर पीले रंग के परमाणु फैले हुए हैं। शान्ति केन्द्र पर पीले रंग का ध्यान करें। अनुभव करें पीले रंग के परमाणु श्वास के साथ भीतर प्रवेश कर रहे हैं।
3. अनुप्रेक्षा करें – ''आत्म–नियंत्रण की क्षमता बढ़ रही है। चंचलता कम हो रही है।'' इस शब्दावली का नौ बार उच्चारण एवं नौ बार मानसिक जाप करें।
4. महाप्राण ध्वनि के साथ प्रयोग सम्पन्न करें।

शान्ति और सुख मनुष्य की चिर आकांक्षा : मुनि धनंजय

प्रत्येक मनुष्य सुख और शान्ति चाहता है। शान्ति और सुख मनुष्य की चिर आकांक्षा है। ये विचार 'शासन गौरव' मुनिश्री धनंजय कुमार ने तुलसी अध्यात्म नीड़म द्वारा आयोजित प्रेक्षाध्यान शिविर दिनांक 10 से 17 जून, 2012 के समापन समारोह में शिविरार्थियों को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किये। मुनिश्री ने प्रेक्षाध्यान को जीवनशैली का अंग बनाने की प्रेरणा देते हुए कहा कि प्रेक्षाध्यान का नियमित प्रयोग करने वाला शान्ति और सुखमय जीवन का मंत्र उपलब्ध कर सकता है। शिविर में देश के अनेक प्रान्तों से समागत साधकों ने उत्साह के साथ भाग लिया। प्रशिक्षण कार्य में समणी हिमप्रज्ञा, विनयप्रज्ञा, शुक्लप्रज्ञा, पुनीतप्रज्ञा, साधक मदनलाल फूलफगर व महावीर प्रजापत का सहयोग प्राप्त हुआ। शिविरार्थियों ने इस अवसर पर अपने अनुभव व्यक्त करते हुए इस प्रकार के शिविरों को जीवन के लिये उपयोगी माना। शिविर व्यवस्थाओं के संपादन में रोहित दूगड़ की सक्रिय भूमिका रही।

तुलसी स्मारक में भजन संध्या का आयोजन

लाडनूँ 7 जून। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री तुलसी के 16वें महाप्रयाण दिवस के अवसर पर जैन विश्व भारती स्थित तुलसी स्मारक में भजन संध्या का आयोजन जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय कुलपति समणी चारित्रप्रज्ञा एवं विमल विद्या विहार की निदेशक समणी मधुरप्रज्ञा आदि समणीवृंद के सान्निध्य में किया गया। नगर के ख्यातिप्राप्त गायक मनोज दाधीच के साथ–साथ समणीवृंद, ते.म.मण्डल एवं समण संस्कृति संकाय की बहनों ने तुलसी स्तुति में सुन्दर सामूहिक तथा लक्ष्मीपत बैंगानी, श्रीमती राजू चोरड़िया, श्रीमती कविता कोचर **क्रमश : ..पैरा 2**

क्रमशः पैरा..1 शान्तिलाल कठोतिया द्वारा एकल गायन के माध्यम से सुन्दर प्रस्तुतियां दी गई। जैन विश्व भारती निदेशक राजेन्द्र खटेड़ ने अतिथियों का स्वागत कर भजन संध्या की पृष्ठभूमि पर प्रकाश डाला तथा गीत के माध्यम से अपने श्रद्धा सुमन अर्पित किये। शासनसेवी कन्हैयालाल छाजेड़, प्रो.जे.पी.एन.मिश्रा, उम्मेद बैद तथा मुमुक्षु डॉ. शान्ता जैन ने आचार्य तुलसी के बारे में अपने रोचक संस्मरण प्रस्तुत किये। सुजानगढ़ के अतिरिक्त जिला न्यायाधीश राजेन्द्रसिंह चौधरी ने सत्संग की महिमा का उल्लेख किया। उन्होंने इस विशेष आयोजन में सहभागिता को स्वयं का सौभाग्य बताते हुए आचार्य तुलसी के प्रति अपनी श्रद्धाजंलि अर्पित की। उनके साथ न्यायिक अधिकारी रामपाल चौधरी एवं राजेश दहिया भी उपस्थित थे। जै.वि.भा. विश्वविद्यालय कुलपति समणी चारित्रप्रज्ञा ने आचार्य तुलसी के जीवन की अनेक विशिष्टताओं का उल्लेख करते हुए अपनी श्रद्धा समर्पित की। कार्यक्रम का सफल संयोजन समणी (डॉ.) कुसुमप्रज्ञा ने किया।

चुम्बकीय आकर्षण था आचार्य तुलसी में : मुनि किशनलाल

बालोतरा 7 जून। 'आचार्य तुलसी चले गये। हम उनकी 16वीं पुण्य तिथि मना रहे हैं, परन्तु वास्तव में महापुरुष न कभी मरते हैं और न कहीं जाते हैं, उनकी चेतना सूक्ष्म रूप में निरन्तर हमारे साथ रहती है।' ये विचार शासनश्री मुनि किशनलाल ने न्यू तेरापंथ भवन, बालोतरा में आचार्यश्री तुलसी के 16वें महाप्रयाण दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित श्रद्धांजलि कार्यक्रम में व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि आचार्य तुलसी में गजब का चुम्बकीय आकर्षण था। अपने संस्मरणों को सुनाते हुए मुनिश्री ने बताया कि मुझे सांसारिक बंधन में बाधने की तैयारी हो चुकी थी किन्तु गुरुदेव के एक अमृत वचन ने मेरे जीवन की दिशा ही बदल दी और गुरु–शिष्य के शाश्वत संयोग से मुझे संयम प्राप्ति का अवसर प्राप्त हुआ। आचार्य श्री तुलसी ने सम्प्रदायमुक्त धर्म – अणुव्रत का प्रवर्तन किया। समण श्रेणी के रूप में नये तीर्थ की स्थापना की तथा प्रेक्षाध्यान, जीवन विज्ञान एवं अहिंसा प्रशिक्षण के नये आयाम दिये।

इस अवसर पर मुनि हिमांशुकुमार, नीरजकुमार, साध्वी गुलाबकंवर, कमलप्रभा, उज्ज्वलरेखा, संवेगप्रभा, संकल्पप्रभा, योगप्रभा, मंजुलाश्री एवं समणी ज्योतिप्रज्ञा भी उपस्थित थे। कार्यक्रम का प्रारम्भ नमस्कार महामंत्र एवं साध्वीश्री योगप्रभा द्वारा उच्चारित तुलसी अष्टकम् से हुआ। अपनी श्रद्धांजलि समर्पित करते हुए साध्वी अमृतप्रभा ने कहा कि आचार्यश्री तुलसी अपनी चिन्तनीय उदारता, व्यवहारिक मानवीयता और सफलता में विनम्रता के गुणों के कारण जन–जन के पूजनीय बने। साध्वी उज्ज्वलरेखा ने उन्हें प्रकाश, ऊर्जा और गतिशीलता का समवाय बताया। वहीं साध्वी अमृतप्रभा ने कहा कि आचार्य तुलसी ने बिलखती मानवता को जीने की कला सिखाई। वे एक सच्चे शताब्दी पुरुष थे। उन्होंने आचार्य तुलसी के प्रथम पावस प्रवास, जयपुर के संस्मरणों को प्रस्तुति दी। जहां मुनि नीरजकुमार द्वारा सुमधुर स्वरों में प्रस्तुत गीत –''कहता है कौन यहां तुलसी नहीं है'' ने श्रोताओं को मंत्रमुग्ध किया वहीं साध्वी सरस्वती द्वारा रचित गीतिका को स्वर देते हुए साध्वी संवेगप्रभा ने भी समां बांध दिया।

जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा के अध्यक्ष शान्तिलाल डागा तथा तेरापंथ युवक परिषद के अध्यक्ष ललित जीरावला ने भी अपने श्रद्धासुमन अर्पित किये। केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा सहित समाज के अनेक गणमान्य महानुभावों ने इस अवसर पर अपनी मौन श्रद्धांजलि अर्पित करते हुए गुरुदेव तुलसी को याद किया। कार्यक्रम का सफल संयोजन मुनि हिमांशुकुमार ने किया।