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

Jeevan Vigyan (Science of Living)
e-Newsletter

Volume : 5; **Number** : 07

Editor
Hanuman Mal Sharma

नैतिकता का अवतरण

मूल समस्या है, कथनी–करनी या ज्ञान और क्रिया की दूरी। यदि यह दूरी न रहे तो नैतिकता का अवतरण अपने आप हो जाता है। आचार्य तुलसी ने जब अणुव्रत आन्दोलन का प्रवर्तन किया तब कहा था – समाज में अनैतिकता है, यह मुझे गम्भीर समस्या नहीं लगती। गंभीर बात यह है कि नैतिकता के प्रति आदमी की आस्था नहीं रही। वह यही कहता है, 'नैतिकता से काम नहीं चलता।' यह सबसे बड़ा खतरा आ गया है। आस्था जब डिग जाती है तब नैतिकता नहीं रह सकती। आस्था जब टिक जाती है, तब अनैतिकता नहीं रह सकती। आस्था के दृढ़ होने पर न नैतिकता का प्रश्न उठता है और न अनैतिकता का। आदमी सहज शुद्ध हो जाता है। किन्तु जब यह कहा जाने लगता है कि नैतिकता से काम नहीं चलता, ईमानदारी से काम नहीं चलता तब नैतिकता को जीवित करने का प्रयास ही समाप्त हो जाता है। इसलिए आस्था का निर्माण होना बहुत जरूरी है। समाज के सभी लोग चाहते हैं कि अनैतिकता मिटे, क्योंकि सबको उसकी कठिनाई महसूस होती है। अनैतिक आचरण करना कोई नहीं चाहता, पर करते सब हैं। सारा समाज इस अनैतिकता के चक्रव्यूह में फंसा हुआ है। वह चक्रव्यूह में फंस तो गया पर उसका भेदन करना नहीं जानता। वह कैसे बाहर निकले, यह एक प्रश्न है। जिस समाज में नैतिकता का विकास नहीं होता, वह समाज प्रगति नहीं कर सकता। **– आचार्य महाप्रज्ञ।**

जीवन को आनन्दमय एवं उपयोगी बनाएं : सेठिया

लाडनूँ 15 जुलाई 2014। जीवन विज्ञान अकादमी, जैन विश्व भारती, लाडनूँ द्वारा स्थानीय विमल विद्या विहार सीनियर सैकण्डरी स्कूल में आयोजित जीवन विज्ञान व्यक्तित्व विकास कार्यशाला में उपस्थित विद्यार्थी एवं शिक्षकों को संबोधित करते हुए कोलकाता से आए विक्रम सेठिया ने पॉवर प्वाइंट के माध्यम से आत्मविश्वास एवं नैतिक गुणों के साथ आगे बढ़ने की प्रेरणा देते हुए कहा कि जीवन के प्रत्येक पल को आनन्दमय एवं उपयोगी बनाएं। सेठिया ने कहा कि जीवन विज्ञान के प्रयोगों के नियमित अभ्यास से मनचाहा परिणाम प्राप्त किया जा सकता है। **क्रमशः पृ.2.. पैरा..2**

परम विजयी बनो

मोह का पूर्ण रूप से नाश करने के लिए अथवा वीतरागता को प्राप्त करने के लिए व्यक्ति को अपनी आत्मा के साथ, कर्म शरीर के साथ, अपनी इन्द्रियों के साथ, अपने मन के साथ, अपने विकारों के साथ और अपने भावों के साथ युद्ध करना होगा। यह आत्मयुद्ध ही सबसे बड़ा युद्ध है। प्रश्न हुआ, एक योद्धा युद्ध में दस लाख योद्धाओं को जीत लेता है और एक साधक अपनी आत्मा को जीतता है। दोनों में बड़ा योद्धा कौन है? आगमकार ने कहा जो एक अपनी आत्मा को जीत लेता है उसकी परम विजय होती है। दूसरों को जीतना फिर भी आसान काम है किन्तु अपनी आत्मा को जीतना बहुत मुश्किल होता है।

साधक को एक समर्पित सैनिक की तरह हर समय कटिबद्ध रहना चाहिए और निरन्तर आत्मयुद्ध करते रहना चाहिए, एक दिन अवश्य विजय प्राप्त होगी। **– आचार्य महाश्रमण।**

स्वाध्याय से बनते हैं संस्कार

जी.वि. संस्कार निर्माण प्रतियोगिता–2014 का शुभारम्भ

दिल्ली 21 जुलाई 2014। केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी, जैन विश्व भारती, लाडनूँ द्वारा आयोजित जीवन विज्ञान संस्कार निर्माण प्रतियोगिताओं की श्रृंखला में वर्ष 2014 की प्रतियोगिता का शुभारम्भ अध्यात्म साधना केन्द्र स्थित वर्धमान समवसरण में पूज्यप्रवर आचार्यश्री महाश्रमणजी के पावन सान्निध्य में हुआ। जीवन विज्ञान प्रभारी बजरंग जैन एवं अकादमी के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने पूज्यप्रवर को प्रतियोगिता की प्रथम प्रति भेंट की।

जीवन विज्ञान का अवदान शिक्षा के लिए वरदान है। जीवन विज्ञान के माध्यम से संस्कार देने के लिये जहां एक ओर अच्छे प्रशिक्षित प्रशिक्षक एवं शिक्षक होने चाहिए वहीं स्वाध्याय के माध्यम से भी संस्कार–बीजों का वपन किया जा सकता है। जीवन विज्ञान संस्कार निर्माण प्रतियोगिता इस कार्य में अपनी महत्ती **क्रमशः पृ..2..पैरा..1**

मनुष्य जाति एक है : मुनि किशनलाल

मनुष्य जाति एक है। मानव, मानव है; न कोई ऊँचा, और न कोई नीचा। 'ऊँचा' और 'नीचा' मन की धारणा है। 'काला' और 'गौरा' भी मान्यताएं हैं। भगवान् महावीर ने कहा– **एगा मणुस्स जाई।** धर्म–कर्म को मानने वाले आस्तिक एवं इनको नहीं मानने वाल नास्तिक के रक्त का रंग तो लाल ही होता है। सभी नौ–माह माता के गर्भ में रह कर पैदा होते हैं। फिर क्यों धर्म, पंथ, जाति, परम्परा, देश, भेष के नाम पर आदमी को बांटा जाता है। बांटना बुद्धिमत्ता का काम नहीं है। धरती को बांटा, अम्बर को बांटा, नदी और पहाड़ को बांटा, समुद्र को भी बांट लिया। सबकुछ बांट लिया; अब इन्सान को तो मत बांटो। आचार्य तुलसी ने कहा – इंसान पहले इंसान। फिर हिन्दु या मुसलमान।।

इंसान को इंसान रहने दो, शैतान मत बनाओ। सभी इसी मिट्टी से पैदा हुए हैं। अन्ततः मिट्टी में ही मिल जाना है। क्यों ईर्ष्या, द्वेष और घृणा के कारण भेदभाव पैदा कर रहे हो? क्यों एक–दूसरे को मार रहे हो? दोनों की लाशों को एक ही मिट्टी में दफनाया अथवा जलाया जाएगा। अन्ततः मिट्टी, मिट्टी में मिल जाएगी।

जन्म की स्थिति का पता नहीं, मृत्यु की अवस्था का पता नहीं, जन्म और मृत्यु के बीच का समय जीवन है। जीवन को अच्छी तरह से जीना सीख लो। यही श्रेयस् है। इसी नाम जीवन विज्ञान है।

क्रमशः पृ.1.. पैरा..2 भूमिका अदा कर रही है। प्रश्नोत्तरी में दिये गये प्रश्नों के हल खोजने के लिये प्रतिभागी को तत्संबंधी साहित्य का अध्ययन करना पड़ता है जिससे सहज ही स्वाध्याय का क्रम पूरा होता है और अच्छे विचार व्यक्ति के मस्तिष्क में रोपित होने में सहायता प्राप्त होती है। स्वाध्याय से संस्कारों का पुष्टिकरण भी होता है। संस्कार की बातें पहले दिमाग में पहुंचती है फिर दिल एवं चेतना में आती है, पश्चात् यह जीवन में आती हैं।

प्रतियोगिता के संदर्भ में जानकारी देते हुए सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने कहा कि वर्ष 2014 के लिये आयोजित प्रतियोगिता हेतु जीवन विज्ञान भाग 9–10 को आधार पुस्तक के रूप में रख कर लगभग 200 प्रश्नों की एक प्रश्नोत्तरी तैयार की गई है। प्रतिभागी को आधार पुस्तक में से उत्तर खोजकर प्रश्नोत्तरी पूर्ण करनी है। भरी हुई प्रश्नोत्तरी 31 दिसम्बर, 2014 तक केन्द्रीय कार्यालय, जीवन विज्ञान अकादमी, लाडनूँ में जमा करवाई जा सकेगी। श्री शर्मा ने बताया कि प्रश्नोत्तरी की जांच पश्चात् वरीयतानुसार प्रथम तेरह प्रतिभागियों को आमंत्रित कर पूज्यप्रवर के सान्निध्य में सम्मानित किया जायेगा। जिसमें प्रथम पुरस्कार 11000/–, द्वितीय पुरस्कार 7000/–, तृतीय पुरस्कार 5000/– एवं 2100/– रुपये मूल्य के 10 सांत्वना पुरस्कार रखे गये हैं। प्रतियोगिता का पंजीयन शुल्क रुपये 100/– जमा करवाने पर प्रतिभागी को प्रश्नोत्तरी एवं आधार पुस्तक उपलब्ध करवाई जायेगी। ध्यातव्य है कि यह प्रतियोगिता वर्ष 2008 से निरन्तर आयोजित हो रही है और वर्ष 2009 से प्रतियोगिता का आर्थिक सौजन्य वरिष्ठ प्रेक्षा प्रशिक्षिका श्रद्धा की प्रतिमूर्ति स्व.शान्ताबाई सिंघवी की स्मृति में माणकराज शान्ताबाई सिंघवी चेरीटेबल ट्रस्ट, वंदवासी, चैन्नई द्वारा प्राप्त हो रहा है।

अधिक जानकारी हेतु – जीवन विज्ञान अकादमी, केन्द्रीय कार्यालय, जैन विश्व भारती, लाडनूँ– 341306, जिला – नागौर (राजस्थान) फोन नं. 01581–226974, 9414919371, 9460671426 से सम्पर्क किया जा सकता है।

नागपुर में जीवन विज्ञान के विविध कार्यक्रम

नागपुर 19 जुलाई। लकड़गंज स्थित विनायकराव देशमुख हाई स्कूल, नागपुर में जी. वि.अकादमी,नागपुर द्वारा जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन हुआ जिसमें विद्यालय के लगभग एक हजार छात्रों ने प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त किया।

अकादमी अध्यक्ष आनन्दमल सेठिया ने बताया कि शिक्षकों एवं छात्रों को प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान के प्रायोगिक प्रशिक्षण के साथ–साथ सैद्धान्तिक जानकारी एवं लाभों से परिचत करवाया गया।

इस अवसर पर कृतज्ञता ज्ञापित करते हुए विद्यालय प्राचार्या श्रीमती देवश्री मुंजे ने इन प्रयोगों को विद्यालय में निरन्तर जारी रखने का आश्वासन दिया और समय–समय पर इस प्रकार की कार्यशालाओं के आयोजित करने का निवेदन किया। प्रशिक्षण कार्य में अकादमी के मंत्री जतन मालू का सक्रिय सहयोग प्राप्त हुआ। सभी शिक्षकों ने भी इन प्रयोगों को छात्रों के लिये लाभदायक माना।

इसी क्रम में अकादमी द्वारा सेनगन दिगम्बर जैन मंदिर, लाडपुरा, ईतवारी में महिलाओं के लिये आठ दिवसीय प्रेक्षाध्यान, जीवन विज्ञान कार्यशाला का आयोजन हुआ, जिसमें 40 संभागियों ने लाभ प्राप्त किया। समापन के अवसर पर संबोधित करते हुए प्रेक्षा प्रशिक्षक श्री सेठिया कहा कि आज की भागदौड़ भरी जीवनशैली में शारीरिक, मानसिक एवं भावनात्मक तनावों से मुक्ति पाने के लिये प्रेक्षाध्यान सर्वोत्तम साधन है। प्रेक्षाध्यान के सभी प्रयोग हमें मानसिक शान्ति प्रदान करते हैं एवं सत्य का बोध कराते हैं। ध्यान की गहराई में जाने के बाद हमें अलौकिक आनन्द की अनुभूति होने लगती है। प्रशिक्षण के क्रम में यौगिक क्रियाएं, आसन, प्राणायाम, ध्यान के चार चरण, चैतन्य केन्द्र प्रेक्षा, मंत्रध्यान एवं अनुप्रेक्षा का अभ्यास करवाया गया। प्रशिक्षण संगीता पुगलिया का सहयोग प्राप्त हुआ, जिन्होंने मोटापा–मुक्ति के विशेष प्रयोग करवाए। सभी ने मनोयोग पूर्वक प्रयोग सीखे।

क्रमशः पृ.1.. पैरा..1 इस अवसर पर जीवन विज्ञान अकादमी के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने महाप्राण ध्वनि, दीर्घश्वास प्रेक्षा एवं ज्ञान केन्द्र प्रेक्षा की सैद्धान्तिक जानकारी के साथ प्रायोगिक अभ्यास करवाया। अकादमी के संयुक्त निदेशक ओमप्रकाश सारस्वत ने श्री सेठिया का परिचय प्रस्तुत करते हुए विद्यार्थियों के उज्ज्वल भविष्य की कामना की। कार्यक्रम की अध्यक्षता विद्यालय शिक्षक रामअवतार शर्मा ने की। प्राचार्या श्रीमती वनिता धर ने स्वागत भाषण प्रस्तुत किया। कार्यक्रम में लगभग 250 विद्यार्थी उपस्थित थे।

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।