

गुणात्मकता को उजागर करने वाली जीवन शैली हो

– आचार्य महाप्रज्ञ

बीदासर, 9 मार्च।

आचार्य प्रवर के सान्निध्य में कोलकाता से जैन कार्यवाहिनी के सदस्य आध्यात्मिक प्रशिक्षण प्राप्त करने के लिए उपस्थित हुए। 8 मार्च से 10 मार्च तक चलने वाले इस तीन दिवसीय शिविर में प्रशिक्षणार्थियों को संबोधित करते हुए पूज्यवर ने फरमाया कि जैन कार्यवाहिनी के सदस्य मेरे सामने बैठे हैं, एक क्रम चल रहा है। हर जैन श्रावक को और विशेषतः कार्यवाहिनी आदि विशेषणों से जुड़े हुए हैं उन्हें जीवन शैली पर विशेष ध्यान देना चाहिए। आज पूरे विश्व में जीवन शैली का संकट हो रहा है। चर्चाएं भी बहुत हो रही हैं। बड़ी-बड़ी कॉन्फ्रेंसें लाईफ स्टाईल पर हो रही हैं कि जीवन शैली कैसी हो? वह जीवन शैली जिससे व्यक्ति की गुणात्मक विशेषता भी सामने आए वह जीवन शैली जिससे जीवन शुद्ध रहे, पवित्र रहे और वह जीवन शैली जिससे अपने स्वास्थ्य को भी अच्छा रखा जा सकता है।

पूज्य प्रवर ने फरमाया कि शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक स्वास्थ्य और भावात्मक स्वास्थ्य ये तीनों प्रकार के स्वास्थ्य मनुष्य के लिए बहुत आवश्यक है। मनुष्य की जीवन शैली ऐसी होनी चाहिए कि जिससे उसका स्वास्थ्य अच्छा रहे।

पूज्य प्रवर ने आचार्य तुलसी द्वारा दिये गये जीवन शैली पर नौ सूत्रों की चर्चा करते हुए कहा कि आचार्य तुलसी ने योगक्षेम वर्ष में जैन श्रावक के लिए जैन जीवन शैली के नौ सूत्रों का विधान किया है। उस पर ध्यान दें तो वह बहुत महत्वपूर्ण है। किंतु उसको संक्षेप में दो—तीन सूत्रों पर ज्यादा ध्यान प्राथमिकता से दें, उनमें पहली बात कि जीवन शैली आवेशमुक्त हो। आवेश शायद सबसे बड़ी बीमारी और सबसे बड़ी समस्या है। क्रोध, अहंकार, भय आदि के आवेश आदि स्वास्थ्य को बिगाड़ते हैं और सुख और शांति को लील जाते हैं। आवेशमुक्त जीवन शैली ये जीवन शैली का एक सुख-शांति देने वाला पहला सूत्र है इसकी साधना जरूरी है। शांति से बहुत अच्छा काम किया जा सकता है। अनावेश रहकर बहुत अच्छा काम किया जा सकता है। ये जितने अपराध होते हैं आवेश के क्षणों में होते हैं। यह साधना जरूरी है कि हम अनावेश की स्थिति में कैसे रह सकें। सबके साथ एक शांतिपूर्ण व्यवहार यह अनावेश में होता है और उसका व्यक्तित्व भी अच्छा बनता है और स्वयं शांति के साथ जीता है। जीवनशैली का पहला सूत्र अनावेश। दूसरा आग्रहमुक्त जीवन। पकड़ बहुत होती है हर बात की, आग्रह नहीं, अनेकांत की दृष्टि का प्रयोग करें। सापेक्षदृष्टि का प्रयोग करें तो मनुष्य का जीवन अच्छा हो सकता है।

इस अवसर पर युवाचार्य प्रवर ने अपने विचार व्यक्त किये। जैन वाहिनी के सदस्यों ने गीत के माध्यम से अपनी भावनाएं व्यक्त की। कार्यक्रम का संचालन मुनिश्री मोहजीत कुमार ने किया।

– अशोक सियोल