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

Jeevan Vigyan (Science of Living) e-Newsletter

Volume : 5; Number : 04

Editor

Hanuman Mal Sharma

सर्वांगीण विकास की प्रणाली : जीवन विज्ञान

आज बौद्धिक विकास के लिये अलग से चिन्तन करने की आवश्यकता नहीं है, क्योंकि आज के शैक्षणिक संस्थानों में बौद्धिक विकास के लिये बहुत कुछ किया जा रहा है और उसके सुपरिणाम भी आ रहे हैं। यह सोचा जा सकता है कि विद्यार्थी की ग्रहणशीलता को कैसे बढ़ाया जा सकता है? इसके अनेक प्रयोग जीवन विज्ञान प्रणाली के साथ जुड़े हुए हैं। जीवन विज्ञान में इस बात पर ध्यान दिया गया कि विद्यार्थी में ग्रहण करने की क्षमता बढ़ाई जाए। जैन साहित्य में शिक्षा के बारे में अनेक सूत्र आए हैं। इसे दूसरे शब्दों में अवधान विद्या कहा जाता है। अवधान में क्षिप्र ग्रहण ही नहीं होता, बहुविध –ग्रहण भी होता है, सूक्ष्म ग्रहण भी होता है।

क्षिप्रग्राही, सूक्ष्मग्राही, बहुविधग्राही–ये सारे बौद्धिक विकास के परिचायक हैं। इससे अधिक महत्वपूर्ण है चरित्र के विकास की ओर ध्यान देना। चरित्र–विकास के कुछ पहलू हैं। नैतिकता का विकास, व्यवहार शुद्धि और अनुशासन का विकास – ये सारे चरित्र विकास के तत्व हैं। चाहे सुपर लर्निंग की बात हो या जीवन विज्ञान की, केवल सैद्धान्तिक पक्ष से काम नहीं चलता, प्रयोगात्मक पक्ष आवश्यक होता है। मस्तिष्क के मूल स्रोतों को प्रशिक्षित करना प्रयोगात्मक पक्ष है। **आचार्य महाप्रज्ञ**

"जीवन विज्ञान महा–संप्रसारक" : एक अभिनव संबोधन

पीलीबंगा 10 मार्च। शान्तिदूत आचार्यश्री महाश्रमणजी ने वृहद जन सभा में अणुव्रत, जीवन विज्ञान की मूल्यवत्ता एवं उपयोगिता पर बल देते हुए फरमाया कि मुनिश्री विजयराजजी ने अणुव्रत, जीवन विज्ञान के प्रचार–प्रसार में उल्लेखनीय काम किया है। लगभग 14 हजार संस्थानों के 33 लाख छात्र, अध्यापक एवं संभागीगण लाभान्वित हुए हैं। यह श्रम का एक नया कीर्तिमान बना है। मुनिश्री के उल्लेखनीय कार्य की अनुशंषा करते हुए मैं उन्हें **"जीवन विज्ञान महासंप्रसारक"** संबोधन से सम्बोधित करता हूँ। वे इसी प्रकार संघ की प्रभावना करते रहें। **आचार्य महाश्रमण।** प्रेषक–ते.यु.प.पीलीबंगा।

जीवन विज्ञान संस्कार निर्माण प्रतियोगिता–2013 परिणाम घोषित–पुरस्कार वितरण महावीर जयन्ती को

लाडनूँ 21 मार्च। जीवन विज्ञान संस्कार निर्माण प्रतियोगिता–2013 का परिणाम आज घोषित कर परिणाम की प्रथम प्रति आचार्यश्री महाश्रमणजी को प्रेषित की गई। प्रतियोगिता के संदर्भ में जानकारी देते हुए जीवन विज्ञान अकादमी के सहायक निदेशक हनुमान शर्मा ने बताया कि वर्ष 2013 की प्रतियोगिता में कुल 680 प्रतिभागियों द्वारा हल की हुई प्रश्नोत्तरी प्राप्त हुई। प्रतियोगिता हेतु जीवन विज्ञान भाग–7 एवं जीवन विज्ञान भाग–8 पुस्तकों को आधार ग्रन्थ के रूप में रखा गया था। प्रतियोगिता में सीमा कोठारी, भाण्डुप ई. मुम्बई ने प्रथम, सुनिता विश्नोई, माणकसर–सूरतगढ़ ने द्वितीय एवं विजयश्री मरोठी, नोखा ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। इसके अतिरिक्त विष्णुकान्त शर्मा, रतनगढ़; पूजा जैन, हिसार; खुशबू कोचर, छोटी–खाटू; पवनकुमार सेठिया, श्रीडूंगरगढ़; आरती धारीवाल, काठमाण्डू–नेपाल; मंजीत कौर, श्रीगंगानगर; जयचन्दलाल जैन, चिकमंगलूर, **क्रमशः पृ.2 पै.1...**

कब करें आत्मनिरीक्षण?

व्यक्तित्व विकास के लिये आत्मनिरीक्षण अत्यन्त आवश्यक है। किसी एक दिन या विशेष पर्व पर ही नहीं किन्तु प्रतिदिन के लिये करणीय है। कहा है –

उत्थायोत्थाय बोद्धव्यं, किमद्य सुकृतं कृतम्।
आयुषः खण्डमादाय, रविरस्तमयं गतः ।।

व्यक्ति सुबह उठने से लेकर रात्रि शयनकाल तक का आत्मप्रतिलेखन करे– आज मैंने कोई पवित्र कार्य किया या नहीं? यह जीवन क्षणिक है। आयुष्य प्रतिदिन घट रहा है। सूर्य प्रतिदिन आयुष्य का एक खण्ड लेकर अस्त होता है। ऐसी स्थिति में जीवन का सुखद सहयात्री यदि कोई है तो वह सुकृत का उपार्जन ही है। जो व्यक्ति अपने जीवन में सुकृत का अर्जन करता है वही वास्तव में अपने जीवन को सफल बना सकता है।

जिस व्यक्ति की चेतना आत्मदर्शन की ओर अग्रसर हो जाती है, उसके परदोषदर्शन के संस्कार स्वतः छूट जाते हैं। वह विधायक भावों में रमण करने लगता है और अपने जीवन को सही दिशा की ओर मोड़ता हुआ औरों के लिये भी आदर्श बन जाता है। अपेक्षा है आत्मदर्शन की वृत्ति जागृत हो। **आचार्य महाश्रमण।**

संघ की सेवा हमारा दायित्व : मुनि किशनलाल (मंगल भावना समारोह सम्पन्न)

लाडनूं 10 मार्च। आचार्यश्री महाश्रमण के आज्ञानुवर्ती प्रेक्षा प्राध्यापक मुनि किशनलाल को जैन विश्व भारती स्थित सेवाकेन्द्र पर अपनी सेवा का क्रम पूर्ण कर विहार करने से पूर्व स्थानीय ऋषभद्वार में तेरापंथ समाज द्वारा विदाई स्वरूप दिनांक 9 मार्च को मंगलभावना कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर उपस्थित श्रावक–श्राविकाओं को सम्बोधित करते हुए मुनिश्री ने कहा कि – तेरापंथ धर्मसंघ में वृद्ध साधु–साध्वी की सेवा का जो क्रम संचालित है, वह अपने आपमें अनूठा एवं अद्वितीय है। प्रत्येक श्रमण को अपने जीवन में वृद्ध श्रमणों सेवा करने एवं स्वयं सेवा प्राप्त करने का अवसर प्राप्त होता है। संघ की सेवा हमारा परम दायित्व है। उन्होंने श्रावक–श्राविकाओं को साधु–**क्रमशः पृ.2 पै.2.**

संघर्ष नहीं संयम ही जीवन है : मुनि किशनलाल

'जीने के लिए संघर्ष आवश्यक है।' यह विचार पश्चिम के दार्शनिकों का रहा है। क्योंकि उन्होंने जीवन का प्रारम्भ संघर्ष से होते देखा है। जब जीव गर्भ में प्रवेश करता है। असंख्य शुक्राणु गर्भ की ओर तीव्र गति से दौड़ते हैं। इस दौड़ में अधिकतम अणु पहुंच ही नहीं पाते, बीच में ही नष्ट हो जाते हैं। मुश्किल से एक–दो गर्भाशय तक पहुंच पाते हैं। बच्चा पैदा होता है, उसे जीने के लिए संघर्ष करना पड़ता है। गर्भ में मां के साथ ही भोजन एवं श्वास की क्रिया सहज होती थी, किन्तु बाहर आते ही फेफड़ा खोलने के लिए चिल्लाना होता है। बालक बड़ा होता है तब उसे चलने के लिए, पढ़ने के लिए संघर्ष करना होता है जीवनभर वह संघर्ष से गुजरता है।

पूर्व के दार्शनिकों ने जीवन को जीने के लिए संयम आवश्यक माना। उन्होंनं प्रत्येक समस्या का समाधान संयम में खोजा। सूत्र बना **संयम ही जीवन है।** संघर्ष मजबूरी है, संयम समाधान है।

परिवार में समस्या आती है उसका समाधान सहिष्णुता में है। जहां दो होंगे वहां संघर्ष होगा, अकले व्यक्ति के लिए न समस्या और न ही संघर्ष परन्तु व्यक्ति अकेला नहीं रह सकता। पुरुष और महिला दोनों ही परिवार विकास के अंग हैं। परिवार की समुचित व्यवस्था के लिये उन्हें प्रशिक्षित करना होगा। समन्वय, सहनशीलता, करुणा, मैत्री आदि भावना का प्रशिक्षण परिवार में दिया जाये तो सहज संस्कार विकसित हो सकते हैं। कोई भी परिवार समन्वय के बिना नहीं चल सकता। सहनशीलता सभी को रखनी होती है। एक–दूसरे को सहन करने से परिवार की गाड़ी चलती है। एक–दूसरे को जोड़ने का तत्त्व है–करुणा। करुणा के कारण ही मां सबकी सेवा करती है। मैत्री का भाव परस्पर सद्भाव और स्नेह पैदा करता है। संयम सबको रखना होता है, तभी समस्याओं का समाधान प्राप्त होता है।

क्रमशः पृ.1..पै.1...मोनिका छाजेड़, लूणकरणसर; कुसुम दूधेड़िया, विशाखापट्टनम एवं सुमनलता, संगरूर पंजाब ने सांत्वना पुरस्कार प्राप्त किया। इन 13 प्रतिभागियों को महावीर जयन्ती दिनांक 13 अप्रेल, 2014 को आचार्यश्री महाश्रमणजी के आज्ञानुवर्ती मुनिश्री मोहनलालजी शार्दूल के सान्निध्य में लाडनूँ में प्रमाण–पत्र, प्रतीक चिन्ह एवं पुरस्कार राशि के चेक प्रदान कर सम्मानित किया जायेगा। ध्यातव्य है कि इस प्रतियोगिता के आयोजन हेतु वर्ष 2009 से निरन्तर माणकराज शान्ताबाई सिंघवी चेरीटेबल ट्रस्ट, वंदवासी, चैन्नई द्वारा आर्थिक सहयोग प्राप्त हो रहा है। विस्तृत परिणाम www.jvbharati.org एवं www.terapanthinfo.com पर देखा जा सकता है।

चौथी व्यक्तित्व विकास कार्यशाला आयोजित

कोबा 21 मार्च। प्रेक्षाध्यान अकादमी एवं होटल प्रबंधन संस्थान, गाधीनगर के संयक्त तत्वावधान में चौथी प्रेक्षाध्यान, जीवन विज्ञान व्यक्तित्व विकास कार्यशाला का आयोजन हुआ। उपस्थित प्रतिभागियों को संबोधित करते हुए प्रशिक्षिका डॉ.श्रीमती शान्ता शर्मा ने हमारे भीतर अनेक क्षमताएं विद्यमान हैं परन्तु पहचान के अभाव में हम उनका समुचित उपयोग नहीं कर पाते हैं। हम प्रियता–अप्रियता एवं राग–द्वेष के झंझावातों में उलझ कर अपने व्यक्तित्व का विकास नहीं कर पाते। जीवन विज्ञान के प्रयोगों द्वारा शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक एवं भावात्मक विकास करते हुए व्यक्तित्व के सभी पहलूओं का **क्रमशः पैरा..2..**

साइंस ऑफ मुद्रा एण्ड कलर थैरेपी का लोकार्पण

श्रीगंगानगर, 21 मार्च। प्रेक्षाध्यान योग साधना केन्द्र, कांदिवली (प) के संचालक एवं जीवन विज्ञान अकादमी, मुम्बई के मंत्री पारसमल दूगड़ द्वारा लिखित एवं श्रीमती विमला दूगड़ द्वारा संपादित बहुउपयोगी एवं लोकप्रिय पुस्तक ''द साइंस ऑफ मुद्रा एण्ड कलर थैरेपी'' के अंग्रेजी संस्करण का लोकार्पण करते हुए आचार्यश्री महाश्रमणजी फरमाया कि पारसजी अच्छा काम कर रहे हैं, इस पुस्तक से समाज को आध्यात्मिक एवं धार्मिक लाभ मिलता रहे। इस अवसर पर अपने विचार व्यक्त करते हुए श्री दूगड़ ने बताया कि गुरु कृपा से अत्यन्त लोकप्रिय यह पुस्तक हिन्दी के अतिरिक्त तमिल, गुजराती एवं मराठी भाषा में भी प्रकाशित हो चुकी है। आज इसका अंग्रेजी संस्करण गुरुदेव के चरणों में अर्पित करते हुए प्रसन्नता का अनुभव हो रहा है। मुद्राएं एवं रंग चिकित्सा पद्धति प्राचीन योग चिकित्सा का अतिसूक्ष्म अंग है। इसमें हाथों की अंगुलियों से विशेष मुद्राएं बनाकर स्वास्थ्य लाभ प्राप्त किया जा सकता है। इस अवसर पर मुम्बई से समागत सुभाष चपलोत, गणपत मारू, विमला डागलिया, सुशीला वडाला, कमलादेवी, चंदादेवी, उर्मिला वडाला आदि अनेक महानुभावों ने श्री दूगड़ को बधाई दी।

क्रमशः पैरा.1 संतुलित विकास संभव है। प्रशिक्षक शंभूदयाल टाक ने प्रायोगिक अभ्यास करवाते हुए सहिष्णुता, धैर्य, लगन, ईमानदारी एवं परिश्रम के महत्व पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम का संचालन अशोक कुमार जैन ने किया। अकादमी प्रधान श्रीमती मालती बोरड़िया ने प्रेक्षाध्यान अकादमी के प्रति आभार प्रकट करते हुए पुनः पधारने का आह्वान किया।

अन्तर्दृष्टि से झांक कर निर्णय लेना सीखो, अधिक सफलता मिलने की संभावना है। – आचार्य महाश्रमण।

क्रमशः पृ.1 पै.2..साध्वियों के माता–पिता की उपमा देते हुए कहा कि प्रत्येक सद्गृहस्थ को अपने माता–पिता, गुरु एवं साधु–साध्वियों की आध्यात्मिक सेवा अवश्य करनी चाहिए। सेवा परम धर्म है। उन्होंने कहा कि सेवा करने का अवसर सौभाग्यशाली को ही प्राप्त होता है। सेवा करने से सद्गति की प्राप्ति होती है।

वयोवृद्ध संत मुनिश्री मोहनलाल 'शार्दुल' ने 'सर्वे भवन्तु सुखिन्...' की व्याख्या करते हुए बताया कि मंगल भावना भारतीय संस्कृति की पहचान है। मंगलभावना से भावों की विशुद्धि होती है। उन्होंने स्वाध्याय को जीवन का क्रम बनाने की प्रेरणा देते हुए सेवा के महत्व पर प्रकाश डाला।

मुनिश्री जम्बुकुमार, हिमांशुकुमार, सौम्यकुमार नगरपालिका अध्यक्ष बच्छराज नाहटा, तेरापंथ सभा अध्यक्ष भंवरलाल खटेड़, जैन विश्व भारती अध्यक्ष ताराचन्द रामपुरिया एवं तेरापंथ महिला मंडल पूर्व अध्यक्षा सुनिता बैद ने भी अपने विचार व्यक्त करते हुए मुनिश्री के सुखद विहार एवं दीर्घ स्वस्थ जीवन की कामना की।

कार्यक्रम का शुभारम्भ तेरापंथ महिला मंडल द्वारा प्रस्तुत मंगलाचरण गीत 'शासन की शान बढ़ाई...' के साथ हुआ। मुख्य अतिथि स्थानीय विधायक ठाकुर मनोहरसिंह ने अपरिहार्य कारणों से कार्यक्रम में उपस्थिति की असमर्थता प्रकट करते हुए लिखित संदेश भेजा जिसका वाचन एवं कार्यक्रम का सफल संयोजन तथा आभार ज्ञापन तेरापंथ सभा के उपमंत्री शान्तिलाल बैद ने किया।