International Journal of Advanced Education and Research
ISSN: 2455-5746, Impact Factor: RJIF 5.34
www.alleducationjournal.com
Volume 1; Issue 7; July 2016; Page No. 76-78

प्रार्थना सभा का आयोजन–आध्यात्मिक व भावनात्मक विकास की ओर एक कदम

[1] नेहा गोस्वामी, [2] आरती सिंह
[1] शोध छात्रा, शिक्षा संकाय, दयालबाग एजुकेशनल इंस्टीट्यूट(डीम्ड यूनिवर्सिटी), आगरा, उत्तर प्रदेश, भारत ।
[2] सहायक प्राध्यापक, शिक्षा संकाय, दयालबाग एजुकेशनल इंस्टीट्यूट(डीम्ड यूनिवर्सिटी), आगरा, उत्तर प्रदेश, भारत ।

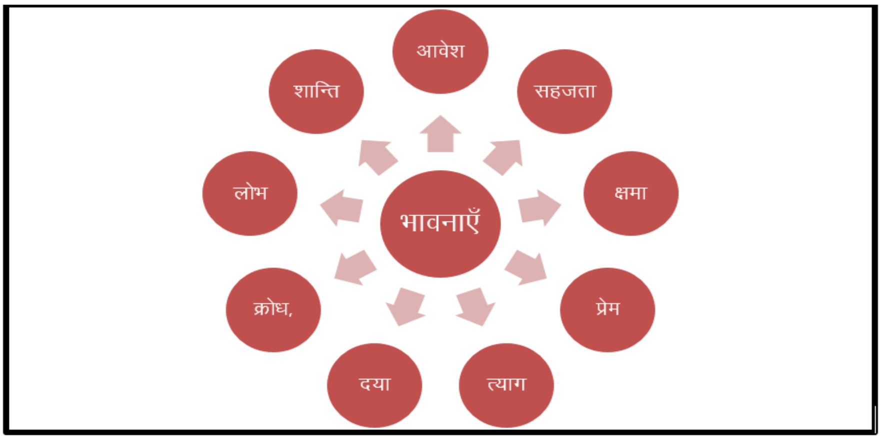
सारांश
वर्तमान समय की आवश्यकता है कि समाज में ऐसे नागरिक तैयार किए जाएँ जो अपने कार्यों के द्वारा न केवल स्वयं को समृद्ध करें अपितु समाज और राष्ट्र को भी समृद्ध करें तथा साथ ही समाज में शांति व सद्भावनापूर्ण वातावरण स्थापित करने में सहायक बनें। उनमें ऐसे गुण हों जो उन्हें समाज की सेवा के लिए प्रेरित करें। ऐसे नागरिक तैयार करने में शिक्षा सहायता करती है। शिक्षा के द्वारा छात्र में क्षमा, दया, सरलता, सहयोग, त्याग, विनम्रता, शांति, प्रेम, सत्य जैसी कोमल व उद्दात भावनाओं का विकास करके ही विश्व में शांति, सद्भावना व विश्वबन्धुत्व को स्थापित किया जा सकता है। प्रार्थना, स्तुति, कीर्तन, ध्यान एवं संगीत तथा कला के अभ्यास से इन सुप्त मानवीय भावनाओं को जाग्रत करना संभव है। प्रार्थना के महत्त्व को समझते हुए ही प्रायः सभी विद्यालयों के पाठ्यक्रम में दिनचर्या का प्रारम्भ प्रार्थना सभा से किया जाता है। अधिकांश विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में प्रार्थना सभा को औपचारिकतापूर्ण सम्पन्न कराया जाता है। विद्यालय प्रार्थना सभा में वर्षों से एक ही परम्परा का निर्वाह करते चले आ रहे हैं, अपवाद छोड़ दिए जाएँ तो अधिकांश विद्यालयों प्रार्थना सभा नीरस होती है और अपने उद्देश्य की पूर्ति में सहायक नहीं होती। मानसिक शांति, आध्यात्मिक उत्थान तथा आंतरिक प्रगति व सद्मूल्यों के विकास के लिए आवश्यक है कि विद्यालयों में प्रार्थना सभा का आयोजन परम्परागत न हो। इसके लिए पुनः पाठ्यक्रम में प्रार्थना सभा के आयोजन व उद्देश्य को ध्यान में रखकर प्रार्थना की योजना का निर्माण किए जाने की आवश्यकता को यह लेख दर्शाता है।

मूलशब्द: प्रार्थना सभा, पाठ्यक्रम, सद्चरित्र, मूल्यों का विकास, आध्यात्मिक विकास, भावनात्मक विकास

प्रस्तावना
"हमारे निर्माता ने हमारे मस्तिष्क और व्यक्तित्व में असीमित शक्तियाँ और क्षमताएँ दी हैं। ईश्वर की प्रार्थना हमें इन शक्तियों को विकसित करने में मदद करती हैं।"

डॉ० ए० पी० जे० अब्दुल कलाम

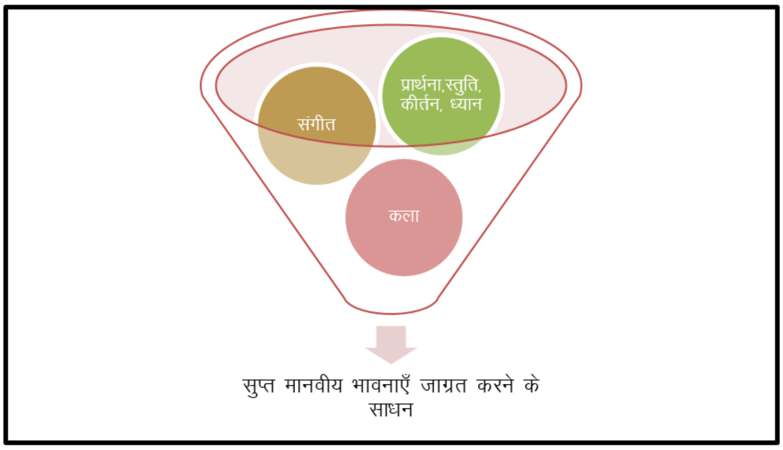
1.1.0. प्रार्थना का महत्त्व
प्रार्थना का अर्थ है– परमात्मा के पास होना। जब हम सच्चे मन से निष्ठा व समर्पण के साथ परमात्मा को स्मरण करते हैं , तो वह समय प्रार्थना का होता है। प्रार्थना में भाषा का नहीं भाव अर्थात् भावना का महत्त्व होता है। मानव का मस्तिष्क भावनाओं का समुच्चय है। हमारे दैनिक कार्य विभिन्न भावनाओं व आवेगों से नियंत्रित होते हैं। समय–समय पर हमारी भावनाएँ कभी क्रोध, लोभ, आवेश और कभी त्याग, प्रेम, शान्ति, क्षमा, सहजता के रूप में प्रकट होती हैं (चित्र संख्या–1)। भावनाओं का समुच्चय भावनात्मक प्रतिभा अर्थात इमोशनल कोफिशिएण्ट(ई० क्यू०) कहलाता है। वर्तमान समय में वही व्यक्ति सफल माना जाता है जो आई० क्यू० अर्थात् बौद्धिक क्षमता के साथ भावनात्मक रुप से भी परिपक्व होता है।



चित्र संख्या 1

विज्ञान व तकनीकी के इस युग में व्यक्ति में बौद्विक क्षमता के साथ संवेदनशीलता अत्यावश्यक है। सुप्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक राबर्ट फ्रास्ट का कथन है कि आज मनोरोग बहुत तेजी से उत्पन्न हो रहे हैं; क्योंकि मनुष्य का केवल बौद्धिक विकास हो रहा है, भावनात्मक विकास नहीं। अतः आवश्यकता ऐसी शिक्षा की है जिसके द्वारा छात्र में ज्ञानोदय एवं विवेक जाग्रत कर भावनाओं पर नियंत्रण एवं संतुलन विकसित किया जाय, जिससे छात्र समाज में कुशलतापूर्वक समंजन कर सके तथा समाज के विकास में अपना योगदान दे सके। महर्षि

अरविंद का शिक्षा के विचार में कथन है कि सच्ची शिक्षा वही है, जो मानव की अंतर्निहित समस्त शक्तियों को इस प्रकार विकसित करती है कि वह उनसे पूरी तरह लाभान्वित होता है। इस तरह शिक्षा के दो प्रमुख कार्य हैं– प्रथम मनुष्य को उसके अपने विकास क्रम (आध्यात्मिकता) का स्पष्ट ज्ञान कराना तथा द्वितीय, उसमें सत् तक पहुँचने की शक्ति का विकास करना। प्रसिद्ध शिक्षाशास्त्री व दार्शनिक डॉ० राधाकृष्णन् ने भी शिक्षा को इस प्रकार स्पष्ट किया है कि शिक्षा वह है, जो मनुष्य को ज्ञान प्रदान करने के साथ–साथ उसके हृदय व आत्मा का विकास करती है और उसे स्वंय के विकास के साथ–साथ समाज एवं राष्ट्र के विकास तथा विश्व–कल्याण की ओर अग्रसर करती है। भावनात्मक विकास के लिए कोलंबिया विश्वविद्यालय के वाल्टर माइकल प्रार्थना को कारगर उपाय मानते हैं। उनके अनुसार जब हम अपने अस्तित्व की गहराइयों में एकाग्र होकर उस परम दयालु परमात्मा से प्रार्थना करते हैं तो हमारा सम्बन्ध ब्रह्माण्डव्यापी भावनाओं से हो जाता है। भावनाओं की पवित्र लहरें हमारे व्यक्तित्व में प्रवेश करने लगती हैं और हमारा व्यक्तित्व किसी दिव्य व्यक्तित्व में रूपांतरित होने लगता है। इस रूपातंरण में हम न केवल योग्य बनते हैं, बल्कि समाज एवं विश्व के लिय उपादेय भी होते हैं। स्पष्ट है मानव में क्षमा, दया, सरलता, सहयोग, त्याग, विनम्रता, शांति, प्रेम, सत्य जैसी कोमल व उद्दात भावनाओं का विकास करके ही विश्व में शांति, सद्भावना व विश्वबन्धुत्व को स्थापित किया जा सकता है।



चित्र संख्या 2

अतएव हमें भावनात्मक विकास के लिए प्रयास करने चाहिए। प्रार्थना, स्तुति, कीर्तन, ध्यान एवं संगीत तथा कला के अभ्यास से इन सुप्त मानवीय भावनाओं को जाग्रत करना संभव है। (चित्र संख्या–2)

प्रसिद्ध आध्यात्मिक गुरू ओशो के अनुसार प्रार्थना के क्षण में व्यक्ति परमात्मा के साथ एक हो जाता है। इसी लिए प्रायः सभी धर्मों में मानव के आध्यात्मिक व भावनात्मक विकास के लिए प्रार्थनाएं मन्त्रों, भजन, आयतों के रूप में प्राप्त होती हैं। इन प्रार्थनाओं का उद्देश्य बालक में ईश्वर के प्रति आस्था, सद्मूल्यों का विकास एवं जीवनदाता को धन्यवाद ज्ञापित करना है।

"सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः। सर्वे भद्राणि पश्यन्तु, मा कश्चिद् दुःखभाग् भवेत्।।" अर्थात् सभी जन सुखी होवें, सभी दुःख व्याधि से मुक्त रहें। सभी मंगलता को देखें, किसी को भी दुःख न हो।

–(आदिगुरू शंकराचार्य)

"Prayer, being the primary method of communication between God and man, plays an important part in practically every religion, whether Christian or otherwise."

- Franklin D. Richerd

1.1.1. विद्यालयों में प्रार्थना का स्थान

प्रार्थना के महत्त्व को समझते हुए ही प्रायः सभी विद्यालयों के पाठ्यक्रम में दिनचर्या का प्रारम्भ प्रार्थना सभा से किया जाता है। प्रार्थना सभा में मन्त्रों, गीता के श्लोक, बाइबिल की पंक्तियां, कुरान की आयतों और सभी धर्मों की प्रार्थनाओं आदि को गाया जाता है। प्राथमिक विद्यालय से लेकर उच्च महाविद्यालयों के पाठ्यक्रम में प्रार्थना सभा का आयोजन अनिवार्य अंग है। भारत एक धर्म निरपेक्ष देश है। हमारे संविधान के अनुच्छेद 29(2) स्पष्ट लिखा है कि राज्य द्वारा सहायता प्राप्त संस्था में प्रवेश से किसी भी नागरिक को धर्म, जाति, प्रजाति, भाषा या इनके आधार पर वंचित नहीं किया जाएगा। इस प्रकार संविधान में किसी धर्म विशेष को संरक्षण प्रदान नहीं किया गया है। सभी धर्मों को समान महत्त्व देकर धर्म निरपेक्षता को अंगीकृत किया गया है। इसीलिए सभी विद्यालयों में प्रार्थना का चयन प्रधानाध्यापक के द्वारा स्वविवेक पर किया जाता है। संविधान के ही अनुच्छेद 30(1) में लिखा है कि धर्म या भाषा पर आधारित सभी अल्पसंख्यक वर्गों को रूचि की शिक्षण संस्थाओं की स्थापना तथा प्रशासन करने का अधिकार होगा। संविधान के इस अनुच्छेद के द्वारा सभी धर्मों को अपने संस्कार, परम्पराएं, मान्यताएं छात्रों में विकसित करने की स्वतंत्रता मिलती है।

यदि स्थूल दृष्टि से देखें तो प्रत्येक धर्म, सम्प्रदाय विशेष की संस्था के द्वारा संचालित विद्यालय में प्रार्थना सभा ऐसा साधन है जिसके द्वारा वे बालकों को अपने धर्म, परम्पराओं व मान्यताओं के अनुकूल विकसित कर सकें। सनातन धर्म से प्रेरित वैदिक विद्यालयों में जहाँ वेद मन्त्रों एवं गीता के श्लोकों, विभिन्न देवी–देवताओं की स्तुतियाँ यथा हनुमान चालीसा, सरस्वती वन्दना को प्रार्थना सभा में नियमित रूप से गाया जाता है तो मदरसों में कुरान की आयतें एवं इस्लाम धर्म की शिक्षाएँ प्रार्थना में सम्मिलित की गई हैं, वहीं ईसाई धर्म की संस्था से संचालित विद्यालयों में बाइबिल की पक्तियाँ गाई जाती हैं। परम्परानुसार अपनी–अपनी मान्यता को महत्त्व देते हुए प्रार्थना सभा का आयोजन विद्यालयों में किया जाता है।

1.1.2. वर्तमान में प्रार्थना सभा की स्थिति

विद्यालय के पाठ्यक्रम में प्रार्थना सभा का आयोजन एक अभिन्न अंग है क्योंकि इसके द्वारा बालक में सद्चरित्र, मूल्यों का विकास, आध्यात्मिक विकास संभव है किन्तु यदि कुछ अपवादों को छोड़ दें, तो अधिकांश विद्यालयों एवं महाविद्यालयों में प्रार्थना सभा को औपचारिकतापूर्णसम्पन्न कराया जाता है। विद्यालय प्रार्थना सभा में वर्षों से एक ही परम्परा का निर्वाह करते चले आ रहे हैं। दिवस के आधार पर प्रार्थनाएं निश्चित हैं यथा– मंगलवार को हनुमान चालीसा, शनिवार, शुक्रवार, सभी दिन की प्रार्थनाएं अलग–अलग निश्चित होती हैं और नियमानुसार बालक को रटाई जाती हैं और यथसमय एवं यथादिवस सुनाई व गाई जाती हैं तथा किसी–किसी विद्यालय में तो एक ही प्रार्थना बालक द्वारा पहली कक्षा से लेकर दसवीं, बारहवीं कक्षा तक उच्चारित की जाती है क्योंकि विद्यालय की प्रार्थना सभा के निर्धारित कार्यक्रम में वर्षों से कोई नवाचार नहीं लाया जाता है और छात्र प्रारम्भ से लेकर बारहवीं कक्षा तक उसी विद्यालय का छात्र बनकर पढ़ता है, ऐसे में प्रार्थना के प्रति उसमें किसी प्रकार की रूचि नहीं होती।

प्रायः विद्यालयों में प्रार्थना सभा के आयोजन का एक पूर्व निर्धारित कार्यक्रम होता है जो कई–कई वर्षों तक परम्परागत ढंग से यथावत् निर्वाह किया जाता है। फलस्वरूप अधिकांश छात्र घण्टी सुनते ही निर्धारित समय व स्थान पर प्रार्थना के लिए पहुँचते हैं, वहाँ प्रार्थना को उच्चारित करते हैं (हृदयागंम नहीं), भले ही अधिकांश उसका अर्थ भी ग्रहण करने में सक्षम नहीं होते। प्रार्थनाएं उनको बचपन से ही रटा दी जाती हैं। गीता के श्लोक, वेद तथा उपनिषदों के मन्त्र, बाइबिल की पंक्तियाँ, धर्मग्रन्थों की प्रार्थनाएं, कुरान की आयतें, विभिन्न देवी–देवताओं की स्तुतियों आदि को यथासंभव बालक रटते हैं और उच्चारित करते हैं, कभी–कभी तो यह उच्चारण अशुद्ध भी होता है और साथ में यंत्रवत् भी, इतना यंत्रवत् कि यदि बीच में कहीं पर भूल गए या रुक गए तो पुनः प्रारंभ से याद करके गाना पड़ता है। यहाँ प्रार्थना के मूल उद्देश्य की प्राप्ति अर्थात् बालक के आध्यात्मिक एवं मूल्यों के विकास के उद्देश्य की पूर्ति संभव नहीं हो पाती क्योंकि पूर्ण कार्यक्रम औपचारिकतापूर्ण एवं यांत्रिक हो जाता है। इन पवित्र प्रार्थनाओं को हृदयागंम करने के लिए उनका अर्थग्रहण करना, उन पर चिन्तन तथा मनन करना आवश्यक है अन्यथा प्रार्थना को केवल उच्चारित करने का प्रयास निरर्थक ही प्रतीत होता है।

प्रार्थना एवं मंत्रों का अर्थग्रहण करने में बालक के लिए एक समस्या भाषा भी होती है क्योंकि श्लोक व मंत्र संस्कृत भाषा में होते हैं, बाइबिल में लैटिन भाषा और कुरान में अरबी भाषा के शब्द बहुलता से होते हैं जो कि आज की पीढ़ी के विचार–विनमय की भाषा नहीं है। ऐसे में जब शांति पाठ या भोजन मंत्र आदि को उच्चारित किया जाता है तो उसमें विद्यमान भाव और मूल्यों को ग्रहण करने में छात्र अक्षम होते हैं और प्रार्थना के उद्देश्य की प्राप्ति से वंचित रह जाते हैं।

इस प्रकार प्रार्थना भी व्यावहारिकता के अभाव में औपचारिक और सैद्धान्तिक हो जाती है, जीवनोपयोगी नहीं। आज की शिक्षा को व्यावहारिक बनाने के यथासंभव प्रयास किए जा रहे हैं, आशा की जाती है कि शिक्षा ऐसी हो जो बालक में सत्य, प्रेम और अहिंसा जैसे मानवीय मूल्य जाग्रत कर सके। क्या बिना प्रार्थना को जीवन्त बनाए यह संभव है? शायद नहीं।

1.1.3. प्रार्थना को उद्देश्यपूर्ण बनाने के लिए सुझाव

महर्षि अरविंद के अनुसार –"जिनके मन स्वस्थ नहीं होते, उनक मस्तिष्क में चेतना व शरीर में स्फूर्ति नहीं आ पाती।" प्रार्थना से मन और शरीर स्वस्थ होता है। मानसिक शांति, आध्यात्मिक उत्थान तथा आंतरिक प्रगति व सद्मूल्यों के विकास के लिए आवश्यक है कि विद्यालयों में प्रार्थना सभा का आयोजन परम्परागत न हो। इसके लिए पुनः पाठ्यक्रम तथा आयोजन की योजना का निर्माण किया जाए। इन्हें व्यवहारिक बनाया जाए। छात्रों को प्रार्थनाएं रटाई न जाएं अपितु उन्हें उनके प्रति संवेदनशील बनाया जाए। वे प्रार्थनाओं में छिपी ऊर्जा व शक्ति का अनुभव कर सकें, उनसे लाभान्वित हो सकें, उनमें वर्णित भावनाओं यथा शांति, सहयोग, दया, क्षमा को स्वंय में विकसित कर सकें और समाज के कल्याण व विकास में अपना योगदान दे सकें। प्रार्थनाओं को चिन्तन व मनन के द्वारा हृदयागंम करके अपना आध्यात्मिक विकास करें।

सार शब्दों में कहें तो प्रार्थना सभा ऐसी हो जिसके द्वारा छात्रों में मानवीय मूल्यों का विकास किया जा सके तथा विश्व–बन्धुत्व की भावना जाग्रत हो सके। इस उद्देश्य की पूर्ति के लिए यह किया जा सकता है कि विद्यालय में प्रतिदिन किसी एक प्रार्थना या श्लोक को लेकर छात्रों के साथ उसकी चर्चा की जाए, उसकी पंक्तियों पर विचार–विमर्श किया जाए। केवल रटकर सुनने व गायन करने से प्रार्थना सभा के मूल उद्देश्य की प्राप्ति नहीं होगी। जब छात्र प्रार्थना का अर्थ जानेंगे, भाव समझेंगे, उस पर चिन्तन–मनन करेंगे तभी हृदय से उन्हें प्रार्थना में निहित भावनाओं व मूल्यों की अनुभूति हो सकेगी। प्रार्थना सभा में प्रत्येक धर्म से सम्बन्धित ग्रन्थों व महापुरूषों के सद्विचारों को सम्मिलित करके उनमें निहित संदेश को छात्रों को समझाने व उन्हें उसे जीवन में उतारने के लिए प्रेरित किया जाना चाहिए।

अतः प्रार्थना सभा के आयोजन को परिवर्तित कर व्यावहारिक बनाना बालक के चारित्रिक विकास व आध्यात्मिक विकास के लिए शिक्षा की आवश्यकता है। वास्तविक प्रार्थना व मंत्रजप से मानसिक ओजस्विता, बौद्धिक प्रखरता एवं शारीरिक क्षमता प्राप्त होती है। इसके लिए शिक्षाविदों को पाठ्यक्रम में प्रार्थना सभा को जीवन्त व सफल बनाने की ओर ठोस कदम उठाने चाहिए। विद्यालयों में प्रार्थना सभा के आयोजन के लिए पाठ्यक्रम में स्पष्ट रूपरेखा तैयार की जाए जिसमें बालकों के भावनात्मक विकास के लिए अच्छे विचारों व मूल्यों का समावेश किया जाए। मन में जिस प्रकार के विचार उठते हैं, हमारा व्यक्तित्व उसी तरह का होता है। विचारों की हमारे व्यक्तित्व निर्माण में महती भूमिका होती है। विचारों को शुद्ध और सात्विक बनाने में प्रार्थना सहायक होती है। प्रार्थना मनुष्य को आंतरिक बल प्रदान करती है, परंतु अक्सर हमारी प्रार्थना तब अपना पूरा प्रभाव नहीं डाल पाती, जब उसमें भाव व पूर्ण निष्ठा का अभाव होता है। प्रार्थना में मन–मस्तिष्क की एकाग्रता के साथ–साथ समर्पण का भी विशेष महत्त्व है। अतः सभा में ऐसा वातावरण बालकों को दिया जाना चाहिए कि वे शान्त होकर स्थिर व समर्पित मन से प्रार्थना में सम्मिलित होकर उसमें निहित मूल्यों व आदर्शों को ग्रहण कर सकें और दया, त्याग, प्रेम, अहिंसा, सत्य, क्षमा, विनम्रता, सहयोग, सहानुभूति, सहिष्णुता, बन्धुत्व, करूणा, विनम्रता आदि गुणों को आत्मसात् कर चरित्रवान् बनें व समाज और राष्ट्र के विकास के साथ–साथ विश्व–बन्धुत्व की भावना का प्रसार करें।

सन्दर्भ–ग्रन्थ

1. "The Importance of prayer" Franklin D. Richerds ,retrived from https:// www.lds.org>1972/04
2. अखण्ड ज्योति : मथुरा (अप्रैल 2013) अंक 4 पृ० सं० 28–29।
3. अखण्ड ज्योतिः मथुरा (मई 2013) अंक 5 पृष्ठ 23–24।
4. भावांजलि" आनन्द केन्द्र विवेकानन्द नीडम् : ग्वालियर पृष्ठ 30–31।
5. 'जीवन–मंत्र' (2016) दैनिक जागरण, मई 25, पृष्ठ–2।