

शिथिलता की ओर बढ़ती युवा पीढ़ी

- डॉ. आशीष जैन आचार्य शाहगढ़ सागर

महामंत्री - प्राकृत भाषा विकास फाउण्डेशन

संयुक्त मंत्री - अ.भा.दि. जैन शास्त्रिप्रिषद्

युवा प्रत्येक राष्ट्र की रीढ़ है। युवा ऊर्जा से भरे हुए, उत्साह से भरे हुए, आनंद से भरे हुए और निर्व्यसनी होते हुए वे स्वयं का, परिवार का, समाज का और राष्ट्र का कल्याण ही करते हैं। वे ही हैं, जो नवीन क्रान्ति के जनक हैं। जिनके बल पर पूरा देश उत्साह की हुंकार भरता है। बस, इतना अवश्य है कि युवा यदि दृढ़ है, चारित्रवान् है, चर्यावान् है, समय का पाबंद है, कुछ करने के उत्साह से निरंतर भरा हुआ है, व्यसनो से दूर है तो निश्चित ही वह सर्वजनहिताय के अत्यंत उपयोगी व्यक्तित्व है। वर्तमान में, आधुनिकता की चकाचौंध में युवा दिग्भ्रमित होते जा रहे हैं, उन्हें व्यसन, भौतिकता की चकाचौंध, चरित्रहीनता, मानवीय संवेदनाओं में अरुचि, हृदयशून्यता, संवेदनहीनता आदि अनेक ऐसे मानवीय गुण हैं, जिनसे वे विमुख होते जा रहे हैं। उनकी मानसिकता स्वयं की ओर ही अग्रसर हो रही है अन्य की ओर नहीं। परमार्थ हित के लिए वे अत्यंत अरुचिकर हो गए हैं।

युवाओं को चाहिए कि अपना पूर्ण नेतृत्व और ऊर्जा का संचार स्वयं के साथ-साथ देश-समाज के लिए भी दें क्योंकि स्वयं से बड़े हैं ये सब। आज का युवा अत्यधिक चकाचौंध के चक्कर में अनैतिकता की ओर जा रहा है। वह अपने जीवन को श्रेष्ठ बनाने के लिए उपक्रम नहीं साध रहा है अपितु अपने आपको साधन-सम्पन्न बनाने के लिए उपक्रम साध रहा है। महिलाओं के प्रति सम्मान और उनकी निजता के हनन के प्रति युवाओं अत्यंत सजग होते रहे हैं, परंतु आज की पीढ़ी में ये दोनों बातें बहुत कम देखने में मिलती हैं। हालांकि, केवल दोष युवाओं का नहीं है अपितु आज की तकनीक और शिक्षा पद्धति ने, इन सब युवाओं को बालपन में ही युवा बना दिया है। जो बातें युवावस्था में एक व्यक्ति जानता था वे सब बातें अब मोबाइल के माध्यम से बालपन में ही जान रहा है। इसलिए

इन्द्रियों के विषयों के प्रति अत्यधिक उत्सुकता होना स्वाभाविक हो गयी है। माता-पिता स्वयं इन आसक्ति के जीवन से नहीं बच पा रहे हैं, ऐसे में बच्चों को बचाना अत्यंत कठिन हो गया है। परंतु स्व संज्ञान लेकर इससे बचा जा सकता है।

यदि युवाओं को समाचीन दिशा, शिक्षा और शिक्षापरक एवं जीवन मूल्य प्राप्त होते रहे, तो वे समाज और देश में सकारात्मक परिवर्तन लाने में सक्षम हैं। वैज्ञानिक खोजों, सामाजिक सुधारों, राष्ट्र की रक्षा और विकास कार्यों में युवाओं की भूमिका महत्वपूर्ण होती है। इसीलिए युवाओं को जागरूक, जिम्मेदार और संस्कारित बनाना समाज की भी प्राथमिक जिम्मेदारी है।

वर्तमान परिप्रेक्ष्य में युवाओं की स्थिति - वर्तमान में युवाओं की स्थिति अत्यंत भारमक है। उसका कारण भी निहित है। डिजिटल व्यसन (जैसे मोबाइल, गेमिंग आदि) ने युवाओं उन्नति का मार्ग कम और अवनति का मार्ग अधिक दिखाया है। युवा चाहता है कि वे कुशल बनें, श्रेष्ठ रोजगार प्राप्त करें, श्रेष्ठ जीवन जिए और दूसरे हित में भी सहायक हो। परंतु परिस्थितियां अत्यंत भिन्न हैं। संघर्षमयी जीवन के साथ सभी श्रेष्ठ भावनाएं युवा से प्रौढ़ होते होते बह जाती है, जिस कारण से आज का युवा शिथिलता की ओर बढ़ रहा है।

शारीरिक, मानसिक और नैतिक शिथिलता - शरीर और मन को प्रभावित कर रहा है आज का खान-पान। जो कि अत्यंत दूषित हो गया है। यह दूषित भोजन ही युवाओं की पहली पसंद बन गया है। शारीरिक, मानसिक और नैतिक शिथिलता के मायने हैं व्यक्ति के जीवन के तीनों प्रमुख पक्षों – शरीर, मन और चरित्र – में कमजोरी या शिथिलता आना। यह शिथिलता युवाओं में विशेष रूप से देखने को मिलती है और उनके व्यक्तित्व तथा भविष्य को प्रभावित कर रही है।

1. शारीरिक शिथिलता - शारीरिक शिथिलता के मायने हैं कि व्यक्ति का शरीर के प्रति अनुत्साहित होना। शरीर को अत्यधिक सुख और आराम देने वालों में यहा देखा जाता है। इसके कारण हैं - व्यायाम-योग का अभाव, अत्यधिक मोबाइल/टीवी का उपयोग, अनियमित दिनचर्या आदि। परिणामस्वरूप – मोटापा, थकान, रोग प्रतिरोधक क्षमता में कमी आ रही है।

2. मानसिक शिथिलता - मन में उत्साह की कमी होना, आलस्य बनाए रखना, निर्णय नहीं लेना, आज काम कल पर टालना आदि मानसिक शिथिलता है। मनःस्थिति दृढ़ और एकाग्र बनाये रखने के लिए युवा ध्यान और प्राणायाम करें तो निश्चित ही उनकी शिथिलता दूर होगी। जब व्यक्ति के सोचने-समझने, निर्णय लेने और एकाग्र रहने की क्षमता कमजोर पड़ जाती है तब उसकी युवावस्था भी वृद्धावस्था जैसे दिखने लगती है। इसके अनेक कारण हैं - अत्यधिक तनाव, सोशल मीडिया व्यसन, खानपान की अनियमिताएं, व्यसनो में प्रवृत्ति आदि। इसके परिणाम भी अत्यंत दुःखदायी हैं जैसे - चिड़चिड़ापन, अवसाद, आत्मविश्वास में कमी, उत्साहहीनता, निराशा आदि।

3. नैतिक शिथिलता - नैतिक जीवन की अपेक्षा हर व्यक्ति करता है लेकिन नैतिक होना नहीं चाहते हैं। जहाँ आदर्श, जीवन मूल्य और कर्तव्यों की बात होती है वहाँ हमारी दृढ़ता कमजोर पड़ जाती है और हम अपना नैतिक पतन कर लेते हैं। नैतिक पतन होने के अनेक कारण हैं जैसे- चरित्र शिक्षा की कमी, शीघ्र सफलता की चाह, अनुचित संगति और मांग आदि। जिसके परिणामस्वरूप भ्रष्टाचार, झूठ, धोखा, असंवेदनशीलता आदि दुर्गुण उत्पन्न होते हैं और मानव अपना हास कर लेता है।

ये तीनों शिथिलताएँ युवा पीढ़ी को आत्मविकास और राष्ट्र निर्माण से दूर ले जाती हैं। इन्हें दूर करने के लिए संतुलित जीवनशैली, मानसिक सशक्तिकरण और नैतिक शिक्षा आवश्यक है।

युवाओं में बढ़ता आलस्य, विलासिता और अनुशासनहीनता - यह आज की पीढ़ी की एक गंभीर समस्या बनती जा रही है, जो उनके व्यक्तिगत जीवन के साथ-साथ समाज और राष्ट्र के भविष्य पर भी प्रतिकूल प्रभाव डाल रही है।

1. आलस्य (लापरवाही और निष्क्रियता) -

- आधुनिक युवाओं में देर से उठना, काम को टालना और शारीरिक श्रम से बचना सामान्य हो गया है।

- तकनीक की अधिकता और आरामदायक जीवनशैली ने उन्हें श्रम से दूर कर दिया है।
- यह आलस्य उनके लक्ष्य, समय प्रबंधन और उत्पादकता को नकारात्मक रूप से प्रभावित करता है।

2. विलासिता (भोगवाद और भौतिक आकर्षण) -

- ब्रांडेड कपड़े, महंगे मोबाइल, पार्टी संस्कृति और त्वरित सुख की चाह ने युवाओं को भौतिकवादी बना दिया है।
- वे दिखावे की दुनिया में उलझकर साधनों को ही जीवन का उद्देश्य मान बैठते हैं।
- *- इससे सादगी, संतोष और आत्मविकास जैसे गुण लुप्त होते जा रहे हैं।

3. अनुशासनहीनता (कर्तव्य विमुखता और असंयम) -

- शिक्षण संस्थानों और घरों में अनुशासन की कमी बढ़ती जा रही है।
- सोशल मीडिया, नशा, देर रात जागरण और कुसंगति से युवा दिशा भ्रमित हो रहे हैं।
- इसके कारण उनमें समाज, परिवार और शिक्षा के प्रति ज़िम्मेदारी का अभाव दिखाई देता है।

इन तीनों प्रवृत्तियों से युवाओं को बाहर लाने के लिए उन्हें आत्मानुशासन, संयम और प्रेरणा से युक्त वातावरण देना आवश्यक है। तभी युवा अपनी ऊर्जा का उपयोग रचनात्मक कार्यों में कर पाएंगे।

3. शिथिलता के कारण - युवाओं में शिथिलता के अनेक कारण हैं, जिन कारणों से आज की युवा पीढ़ी शिथिल हो गयी है। यहाँ कुछ कारणों को लिख रहे हैं -

तकनीकी लत: मोबाइल, इंटरनेट, सोशल मीडिया- टेक्नॉलॉजी आज का प्रत्येक व्यक्ति के प्राण बनी गयी है। ऐसे में, युवाओं का तो ऐसा अभिन्न अंग है, जिसके बिना उसका जीवन अधूरा है।

वर्तमान समय में तकनीक युवाओं की जिंदगी का अनिवार्य हिस्सा बन गई है। मोबाइल, इंटरनेट और सोशल मीडिया ने जहां एक ओर ज्ञान, सूचना और संचार के नए रास्ते खोले हैं, वहीं दूसरी ओर इसकी अत्यधिक लत ने युवाओं को मानसिक, शारीरिक और सामाजिक रूप से प्रभावित करना शुरू कर दिया है। युवाओं अधिकांश समय मोबाइल स्क्रीन पर बिताने लगे हैं – फेसबुक, इंस्टाग्राम, रील्स, गेम्स और चैटिंग में। इससे उनकी पढ़ाई, नींद, स्वास्थ्य और सामाजिक संबंधों पर विपरीत असर पड़ रहा है। एकाग्रता की कमी, भावनात्मक असंतुलन, अवसाद और अकेलापन जैसे लक्षण आम हो गए हैं। इसके साथ ही ऑनलाइन धोखाधड़ी, साइबरबुलिंग और डिजिटल हिंसा जैसे खतरे भी बढ़ गए हैं। यह लत अगर समय रहते नियंत्रित न की गई तो यह एक डिजिटल बीमारी का रूप ले सकती है।

प्रतिस्पर्धा की दौड़ में हताशा - धैर्य और स्वयं को दृढ़ करने के स्थान पर युवाओं में प्रतिस्पर्धा का दौड़ आ गई है। जब यह प्रतिस्पर्धा स्वस्थ होती है तब तक तो सकारात्मक ऊर्जा का संचार करती है जैसे ही यह प्रतिस्पर्धा नकारात्मक होती जाती है, जलन, ईर्ष्या के कारण हताशा में बदल जाती है। हम अपनी योग्यताओं और क्षमताओं पर ध्यान न देकर दूसरे की योग्यताओं और क्षमताओं से अपनी तुलना करने लगते हैं, बस उससे हताशा ही हाथ लग रही है।

पारिवारिक व सामाजिक मार्गदर्शन की कमी - आज की एकल पारिवारिक व्यवस्था और सामाजिक जीवन में दूरियां युवाओं का मार्गदर्शन नहीं कर पा रही है। न ही परिवार के सदस्यों के पास समय है और न ही मानवीय जीवन शैली के लिए समय है। आज सभी भौतिकता की अंधी दौड़ में दौड़ रहे हैं, जिस कारण उनका जीवन अत्यधिक दुःखदायी हो गया है। परिवार ही पहला विद्यालय होता है जहाँ बच्चों के संस्कार, आचरण और सोच की नींव रखी जाती है। यदि माता-पिता बच्चों के साथ संवाद करें, उन्हें समय दें, उनका मार्गदर्शन करें और अनुशासन के साथ प्रेमपूर्ण वातावरण दें, तो वे सही निर्णय लेना सीखते हैं।

सामाजिक स्तर पर विद्यालय, शिक्षक, धर्मगुरु, वरिष्ठ नागरिक और सामाजिक संगठन युवाओं को आदर्श बनाकर दिशा दे सकते हैं। नैतिक शिक्षा, सामूहिक गतिविधियाँ, सेवा कार्य, प्रेरक व्यक्तित्वों से परिचय और सकारात्मक वातावरण युवाओं के मानसिक विकास और चरित्र निर्माण में सहायक होते हैं। जब परिवार और समाज मिलकर युवाओं के साथ खड़े होते हैं, तभी वे आत्मविश्वासी, जिम्मेदार और जागरूक नागरिक बनते हैं।

शिथिलता के दुष्परिणाम - जब युवा पीढ़ी शारीरिक, मानसिक और नैतिक रूप से शिथिल होने लगते हैं तब इसके दूरगामी दुष्परिणाम पूरे समाज और राष्ट्र पर पड़ते हैं। सबसे पहले यह उनके व्यक्तिगत जीवन को प्रभावित करता है — लक्ष्यहीनता, आलस्य, आत्मविश्वास में कमी और स्वास्थ्य समस्याएँ सामान्य हो जाती हैं। वे निर्णय लेने में हिचकते हैं, असफलता से जल्दी टूट जाते हैं और संघर्ष से बचने लगते हैं।

सामाजिक स्तर पर शिथिल युवा पीढ़ी राष्ट्र निर्माण की प्रक्रिया में बाधा बन जाती है। उनमें नेतृत्व, सेवा और योगदान की भावना क्षीण हो जाती है। इससे समाज में बेरोजगारी, अपराध, नशे की प्रवृत्ति और अनुशासनहीनता बढ़ने लगती है। अंततः एक निष्क्रिय और दिशाहीन युवा समाज, देश के भविष्य को कमजोर बना देता है। इसलिए युवाओं को सक्रिय, सशक्त और जागरूक बनाना अत्यंत आवश्यक है।

युवाओं को अपने कर्तव्यों का बोध होना आवश्यक है। यदि युवा कर्तव्यों को जानेंगे और समझेंगे तो निश्चित ही वे अपनी दृढ़ता परिलक्षित कर सकेंगे। तनाव से बाहर आ सकेंगे और समाज एवं राष्ट्र के लिए कुछ नया कर सकेंगे। युवाओं का केन्द्र बिन्दु मात्र रोजगारोन्मुखी शिक्षा न होकर चरित्रनिर्माण और संस्कारों की शिक्षा भी हो। जहां योग्यता होती है वहां रोजगार स्वयं ही आता है लेकिन जहां योग्यता के साथ चरित्र भी होता है तो रोजगार के साथ-साथ श्रेष्ठ जीवन भी आता है। अतः आज की भटकती युवा पीढ़ी अपनी चारित्रिक दृढ़ता के साथ अपना कार्य करें।