

शिक्षक शिकवणार विपश्यना



म. टा. प्रतिनिधी

■ वर्षातून एकदा
ध्यावे लागणार
साधना वर्ग
■ 'मूल्यशिक्षणा'च्या
भवितव्याबाबत
मात्र संभ्रम

वर्गात सर्वत्र शांतता पसरली आहे... वर्गशिक्षक विद्यार्थ्यांना श्वासावर लक्ष केंद्रीत करण्यास सांगत आहेत. पराकोटीच्या स्पर्धेच्या जगात विद्यार्थ्यांचे मानसिक संतुलन राखण्यासाठी आणि मनाच्या एकाग्रतेद्वारे त्यांच्या आचारविचारांमध्ये सकारात्मक बदल घडवण्यासाठी विपश्यना वर्ग सुरु करण्याचा जीआर

नुकताच शालेय शिक्षण विभागाने काढला आहे. जनगणना, निवडणुकीची कामे, विविध प्रशिक्षणे, शिबिरे यांत आधीच भरडून निघणाऱ्या शिक्षकांना आता विपश्यनेची तंत्रे स्वतः शिकून विद्यार्थ्यांना शिकवावी लागणार आहेत.

लहानपणापासूनच विद्यार्थ्यांच्या मागे लागलेली परीक्षांची काळजी, ताणतणाव आणि सातत्याने बदलणाऱ्या समाजजीवनाचा विद्यार्थ्यांवर होणारा विपरित परिणाम यांच्याशी 'लढण्या'साठी विद्यार्थ्यांना शाळांमध्ये विपश्यना साधना पद्धती शिकवली जावी, असे शिक्षण विभागाला वाटत आहे. शाळेतील किमान एका शिक्षकाला विपश्यनेच्या दहा दिवसांच्या शिबिरास उपस्थित राहून ही साधना शाळेतील उर्वरित शिक्षक-विद्यार्थ्यांनाही शिकवावी लागणार आहे. याआधी २००७ साली प्रायोगिक तत्त्वावर मुंबईतील पालिका शाळांमध्ये विपश्यनेचा प्रयोग करण्यात आला होता. त्याचे सकारात्मक परिणाम दिसून आल्याने हा निर्णय संपूर्ण राज्यातील शाळांसाठी लागू करण्यात आला आहे. ही साधना शिकवण्यासाठी वर्षातून एकदा शाळेच्याच आवारात वर्ग भरवण्यात यावेत, तसेच साधना पूर्ण झाल्यावर दररोज शाळा सुरु होताना दहा मिनिटे विद्यार्थ्यांकडून साधनेचा सराव करून घ्यावा लागणार आहे.

परंतु, सध्या विद्यार्थ्यांच्या वेळापत्रकाचा भाग असलेल्या 'मूल्यशिक्षणा'च्या तासातच विपश्यना समाविष्ट असेल की त्याला पर्याय म्हणून असेल, याबाबत मात्र या नव्या जीआरमध्ये काहीच स्पष्टीकरण देण्यात आलेले नाही. विद्यार्थ्यांमध्ये विविध मूल्ये बिंबवून त्यांचा व्यक्तिमत्व विकास साधू इच्छिणारा मूल्यशिक्षणाचा तास राहणार की जाणार, याबाबतही भाष्य करण्यात आलेले नाही. मात्र, या बाबतीत संभ्रम असला तरीही शाळांच्या मुख्याध्यापकांना शाळेतील शिक्षकांची नावे इगतपुरीच्या शिबिराला कळवण्यास सुरुवात करावी लागणार आहेत हे नक्की!

विपश्यना म्हणजे काय ?

■ विपश्यना म्हणजे आपला दृष्टीकोन बदलणे. गौतम बुद्धांनी २५०० वर्षांपूर्वी ही साधना पद्धती शोधून काढली. १० दिवस विविध साधनांच्या माध्यमातून संपूर्ण मौन बाळगत स्वतःच्या मनावर ताबा ठेवण्याचे प्रशिक्षण या शिबिरांमध्ये मिळते. हे शिबिर नाशिक जिल्ह्यातील इगतपुरी येथे धम्मगिरी येथील 'विपश्यना रिसर्च इन्स्टिट्यूट' येथे घेतले जाते.