अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अणुव्रत

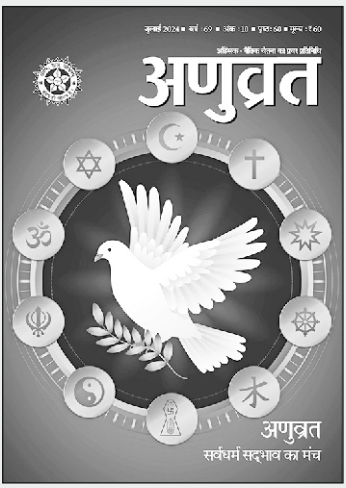
ई-संस्करण

वर्ष : 2, अंक : 3

जुलाई 2024

अणुव्रत

सर्वधर्म सद्भाव का मंच



वर्ष: 69 अंक: 10

जुलाई 2024

संपादक
संचय जैन

सह संपादक
मोहन मंगलम

चित्रांकन
मनोज त्रिवेदी

पेज सेटिंग
मनीष सोनी

ई-संस्करण
विवेक अग्रवाल

ई-मैगज़ीन संयोजक
मनोज सिंघवी

पत्रिका प्रसार संयोजक
सुरेन्द्र नाहटा

श्रमण-संस्कृति में पदयात्रा को भारी महत्व दिया गया है। आद्य शंकराचार्य ने कन्याकुमारी से हिमालय तक पद-विहार करके भारत के लोक-जीवन में ज्ञान का आलोक जगाया। आचार्य तुलसी ने अल्पकाल में ही सम्पूर्ण भारत की पदयात्रा कर अध्यात्म से प्रेरित लोक-कल्याणकारी भावनाओं का संकलन किया है और भारतीय जीवन में नैतिक शक्ति का संचार किया है।

- आचार्य विद्यानन्द

अध्यक्ष : **अविनाश नाहर**
महामंत्री : **भीखम सुराणा**
कोषाध्यक्ष : **राकेश बरड़िया**

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

अणुव्रत भवन, 210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग, नई दिल्ली - 2
दूरभाष : 011-23233345
मोबाइल : 9116634512

www.anuvibha.org
anuvrat.patrika@anuvibha.org

शैक्षिक परिदृश्य : नये प्रयोग

जुलाई का महीना भारत में सामान्यतः शिक्षा के नये सत्र की शुरुआत का महीना होता है। ग्रीष्मावकाश के बाद शिक्षार्थी नयी ऊर्जा और उत्साह के साथ पुनः पढ़ाई-लिखाई के समर में उतर जाते हैं।

भारत की सांस्कृतिक विरासत में शिक्षा व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास का ठोस आधार रही है। दुनिया में घटित औद्योगिक क्रांति ने शिक्षा के मायने ही बदल दिये। शनैः शनैः शिक्षा का दायरा एकांगी होता चला गया और बौद्धिक या तार्किक विकास ही इसका ध्येय बन गया।

हालाँकि अनेक महापुरुषों ने समय-समय पर नयी पीढ़ी के सर्वांग-संतुलित विकास पर ध्यान केंद्रित किया और समाधान प्रस्तुत किये। आचार्य श्री महाप्रज्ञ द्वारा विकसित 'जीवन विज्ञान' उपक्रम इसी कड़ी में एक बेहतरीन कार्यक्रम है जिसमें भावनात्मक और आध्यात्मिक अधिगम को वैज्ञानिक आधार पर प्रस्तुत किया गया है।

अणुविभा का मुख्यालय 'चिल्ड्रन'स पीस पैलेस' भी इसी दिशा में निश्चय ही एक मील का पत्थर है। यहाँ सृजित बाल-मनोविज्ञान पर आधारित 25 से अधिक बालोदय दीर्घाएँ खेल-खेल में गूढ़ लगने वाले जीवन मूल्यों को सहजता के साथ बच्चों में संप्रेषित कर देती हैं।

इस प्रकल्प से अपने 30 वर्षों के अंतरंग जुड़ाव के आधार पर मैं कह सकता हूँ कि हर स्कूल यदि ऐसे प्रकल्पों से जुड़ जाये तो सामाजिक परिवेश बदलते देर नहीं लगेगी और एक शांतिप्रिय अहिंसक समाज का सपना सपना नहीं रह कर यथार्थ में परिणत हो सकेगा।

- संचय जैन
sanchay_avb@yahoo.com

■ प्रेरणा पाथेय ■

व्यवस्था-सुधार या वृत्ति-सुधार

■ आचार्य महाप्रज्ञ

इच्छा और आवश्यकता की वृद्धि से विकास होता है - यह धारणा मिथ्या ही नहीं, घातक भी है। वैषम्य का जो विकास होता है, वह उसको निरंकुश छोड़ने का ही परिणाम है। सीमित इच्छाएं और सीमित आवश्यकताएं मनुष्य को मूढ़ नहीं बनातीं। असीमित इच्छाओं और असीमित आवश्यकताओं ने युग को वस्तु-बहुल बनाकर मनुष्य को रक्त का प्यासा बना डाला है और अब वह सारी सामग्री को अकेला ही निगल जाना चाहता है।

निरंकुश इच्छाएं ही शोषण करती हैं और युद्ध भी जो लड़े जाते हैं, इन्हीं की देन हैं। प्रतिहिंसा से पीड़ित मनुष्य शान्ति चाहता है पर अशान्ति का मूल, जो इच्छा का अनियन्त्रण है, उसे मिटाना नहीं चाहता - यही सबसे बड़ा आश्चर्य है। शान्ति का निर्विकल्प मार्ग है - भोग का अल्पीकरण। भोग के अल्पीकरण से परिग्रह का अल्पीकरण होगा और उससे हिंसा और असत्य का।

यह कैसा व्यामोह?

आज की दुनिया में यह मान्य हो चुका है कि अहिंसा को विकसित किये बिना विश्व-शान्ति कभी नहीं हो सकती। इसीलिए बहुत सारे व्यक्ति अहिंसक बनना भी चाहते हैं, पर वे जीवन-क्रम को बदलते नहीं, अत: वे अहिंसक बन नहीं पाते। हिंसा की कमी परिग्रह की कमी पर निर्भर है और परिग्रह की कमी भोग की कमी पर। लोग चाहते हैं - भोग-विलास जो हैं, वे तो चलते ही रहें, परिग्रह भी कम न हो और हिंसा भी छूट जाये। कैसा है यह व्यामोह! भोग-

विरति के बिना जो हिंसा-विरति चाहते हैं, वे बुराई की जड़ को सींचते हुए भी परिणामों से बचना चाहते हैं।

अहिंसा का विकास : स्वनिर्भरता

जीवन-शुद्धि के लिए अहिंसा के द्वारा जिसे जीवन बदलना है, वह न दूसरों से अनावश्यक श्रम लेता है और न किसी का शोषण करता है। निश्चय में अहिंसा आती है, तब व्यवहार में स्वनिर्भरता अपने आप आ जाती है। व्यवहार में स्व-निर्भर रहने वाला ही अहिंसा का विकास कर सकता है। स्वयं श्रम करने वाले को अधिक परिग्रह की अपेक्षा नहीं होती। अधिक परिग्रह से निरपेक्ष व्यक्ति अधिक हिंसा में नहीं फँसता। इस प्रकार स्व-श्रम निर्भरता से हिंसा को अधिक उत्तेजना नहीं मिलती।

तब फूटता है अच्छाई का अंकुर

आवश्यकताएं अधिक होती हैं और उत्पादन कम, इस कारण समस्याएं बढ़ती हैं। आवश्यकताएं बढ़ें, वैसे ही उत्पादन भी बढ़े तो समस्या पैदा न हो। यह हिंसा को बुलावा है। वस्तुएं थोड़ी हों, यह कोई अच्छाई नहीं, वे अधिक हों, यह बुराई नहीं, उन्हें कम करने की जो भावना है, वह अच्छाई है और उन्हें बढ़ाने की जो भावना है, वह बुराई है। जब वस्तुओं को कम करने की वृत्ति बनती है, तब व्यक्ति को बुरे साधन अपनाने की आवश्यकता नहीं रहती। यहीं से अच्छाई का अंकुर प्रस्फुटित होता है।

व्यापारिक स्पर्धा, राज्य-विस्तार या अधिकार-प्रसार की स्पर्धा ने आज के युग को अणुबमों की स्पर्धा का युग बना

दिया है। स्पर्धा का अन्त सीमा में होता है, विस्तार में नहीं। अतृप्ति का अन्त त्याग में होता है, आसेवन में नहीं। यदि उत्पादन-वृद्धि के द्वारा समस्याओं को सुलझाने की दिशा खुली रही तो अनुमान नहीं किया जा सकता कि मानव का अन्त होने से पहले स्पर्धा का कभी अन्त भी हो सकेगा।

संयम का सूत्र

सुख न लूटना और दुःख न देना - यह संयम का सूत्र है और शाश्वत सत्य है। सुख देना और दुःख दूर करना - यह उपयोगिता का सूत्र है और सामयिक सत्य है। अर्थ-प्राचुर्य से समाज का विकास नहीं होता - ऐसा नहीं माना जाता। विकास की दशा भले ही दूसरी हो, प्राचुर्य को आवश्यकता से आगे नहीं ले जाना चाहिए। उपयोगिता से आगे प्राचुर्य जाता है, तो वह उन्माद लाता है। व्रत-विकास की दिशा में अर्थ-संग्रह की कल्पना नहीं आती।

ममत्व हटे

व्रत का अर्थ है - अर्थ पर से अपना स्वामित्व हटा लेना। स्वामित्व हटने की पहली शर्त है - ममत्व हटे। पदार्थ-संग्रह में अपना अनिष्ट न दीखे, तब तक ममत्व-बुद्धि नहीं मिटती। संग्रह में अनिष्ट की भावना अध्यात्म-दृष्टि से मिलती है। उसका आदर्श है - कोई कुछ भी संग्रह न करे। अपने से बाहर की वस्तु को अपनी न माने और उसे अपने अधिकार में न ले। यह कठोर साधना है। इसके लिए जीवन की वृत्तियों का महान बलिदान चाहिए। ऐसा न कर सके, उसके लिए फिर मध्यम मार्ग है। उसकी दृष्टि है - जीवन-निर्वाह की। आवश्यकता से अधिक संग्रह न किया जाये। जितना संग्रह उतना बन्धन - यह व्रत-ग्रहण की पूर्व-भूमिका है। संग्रह द्वारा इष्ट-पूर्ति की कल्पना होती है, तब वह साध्य जैसा बन जाता है।

आत्मविश्वास की कमी है, उससे संग्रह को प्रोत्साहन मिल रहा है। लखपति-करोड़पति भी धन कमाने की दौड़ में जुटे रहते हैं। बुढ़ापे में क्या होगा, बाल-बच्चों का क्या होगा -

ऐसी आशंकाएं उन्हें सताती रहती हैं। आत्मविश्वास उत्पन्न करने के लिए अर्थव्यवस्था की स्थिरता अपेक्षित होती है। प्रत्येक व्यक्ति को कार्य मिल जाये और वह योग्यता के अनुरूप मिले, ऐसी स्थिति में जीवन की निश्चिन्तता आती है। भावी जीवन और भावी पीढ़ियों की चिन्ता कम होती है, संग्रह-वृत्ति शिथिल बन जाती है।

धन और व्रत

विलासी जीवन में धन चमकता है। सादगीपूर्ण जीवन में व्रत चमकते हैं। धन और व्रत, दोनों एक साथ नहीं चमक सकते। न्याय साधनों द्वारा जीवन-निर्वाह उपयोगी धन मिल जाता है किन्तु आडम्बर और विलास योग्य धन नहीं मिलता। विलास के लिए धन का अतिरेक और उसके लिए अन्यायपूर्ण तरीकों का अवलम्बन - ऐसा होता है, व्रत टूट जाते हैं। इसलिए अणुव्रती को जीवन-व्यवस्था का चालू क्रम बदलना पड़ता है। ऐसा किये बिना वह व्रत और विलास दोनों के साथ भी न्याय नहीं कर सकता। अणुव्रत विचार का लक्ष्य है - व्यक्ति-व्यक्ति में सहज-धर्म का विवेक जगाना, प्रत्येक व्यक्ति अपनी आन्तरिक प्रेरणा द्वारा बुराइयों से बचे, बचने का उपाय करे, व्रती बने, वैसी भावना पैदा करना।

गृहस्थ जीवन में हो नैतिकता, सद्भावना एवं नशामुक्ति..
अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण का प्रवचन
सुनने के लिए वीडियो पर क्लिक करें...

अणुविभा

संयमः खलु जीवनम्
संयम ही जीवन है।

नई पीढ़ी में रचनात्मकता और सकारात्मकता
को प्रोत्साहित करने का राष्ट्रव्यापी अभियान

ANUVRAT
CREATIVITY
CONTEST 2024

अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट - 2024

मुख्य विषय
व्यक्तित्व निर्माण से
राष्ट्र निर्माण

प्रतियोगिताएं

चित्रकला	गायन (एकल)	भाषण
निबंध	गायन (समूह)	कविता

राष्ट्रीय विजेताओं को
आकर्षक पुरस्कार

स्तर-1 : कक्षा 3-8 ■ स्तर-2 : कक्षा 9-12

सहभागिता
15+ राज्य 200+ शहर/कस्बे 1+ लाख बच्चे

अधिक जानकारी
के लिए सम्पर्क करें
https://anuvibha.org/acc acc@anuvibha.org
+91-91166-34514 +91-91166-34517

आयोजक
अणुव्रत
विश्व भारती
सोसायटी

मानव मन के सूक्ष्म चितेरे प्रसिद्ध लेखक तथा 1982 के 'अणुव्रत पुरस्कार' से सम्मानित जैनेन्द्र कुमार द्वारा अणुव्रत आंदोलन के बारे व्यक्त उद्‌गार।

बाती से बाती जले

जैनेन्द्र कुमार

स्वभाव से ही मनुष्य के मन में नाना विकल्प उठते हैं। वह इधर भी चलना चाहता है, उधर भी चलना चाहता है। वह पाता है कि उसमें इच्छाएं अनेक हैं और वे परस्पर विरोधी तक हैं। ऐसी अवस्था में उसे एक ही सहारा है कि वह संकल्प प्राप्त करे। व्रत उस संकल्प का नाम है, जिसके हम कर्ता नहीं रह सकते। व्रत संकल्प से बढ़कर है, व्रत टूटता नहीं। वह विवेक की आवाज है, जिसको व्रत का शब्द देकर हमने अटल कर दिया है। ऐसा व्रत हमारे पास है तो साफ है कि संकट के समय हम बेसहारा नहीं रह जाएंगे।

अणुव्रत यानी व्रत का आरम्भ। यह कोई ऐसा आदर्श नहीं है, जिसे अव्यवहारी कहकर टाल दिया जाये। सारा व्यवहार इसके साथ टिक सकता है, बल्कि देखेंगे कि व्यवहार उससे पुष्ट बनता है। जीवन बन्द नहीं होता, प्रत्युत व्यवस्थित होता है। अन्तर विवेक वह अंकुश नहीं है, जो हमारी जीवन-चेतना को क्षत-विक्षत करता हो, वह तो उल्टे चैतन्य को स्वस्थ करता है। वह कभी प्राण वेग को कुण्ठित करने वाला नहीं बनता है, बल्कि वह उसे ऊर्जस्व करता है।

जीवन की वह पद्धति जहाँ नाना प्रकार के नियमों और निषेधों से उसे बांधा जाता है, विकास को कुण्ठित करने वाली है और परिपूर्णता की ओर ले जाने वाली नहीं है। यह चेतावनी असंगत नहीं है और इसीलिए शुरू हमें व्रत के आरम्भ से करना है अर्थात् किसी अहंमन्यता में से व्रत के

विचार को नहीं आना चाहिए। ऐसी हठवादिता तो जकड़ भी सकती है, लेकिन यदि मुक्त विवेक का निर्णय हो तो वह किसी प्रकार जीवन की हानि नहीं करेगा, प्रत्युत उत्कर्ष ही साधेगा।

व्रत स्वेच्छा में से प्राप्त होता है, यानी उससे दो ओर से बचाव होता है। अपराध भाव से और दमन की आवश्यकता से। दमन द्वारा अपराध न होने की रीति-नीति अपराध वृत्ति को कभी काट नहीं पाएगी। सूक्ष्मता से देखें तो दमन से अपराध की जड़ें गहराई में और खिंचती ही गयी हैं। और उसकी बेल फैलती ही गयी है। व्रत का विचार उन जड़ों को काटने का ही उपाय है।

अणुव्रत का आन्दोलन के रूप में आचार्य तुलसीजी के नेतृत्व में प्रचार हो रहा है। यह एक नैतिक आन्दोलन है। जैसे बाती से बाती जलती है, नैतिक आन्दोलन में वैसे ही व्यक्ति से व्यक्ति में सुलग पैदा होनी चाहिए।

मनुष्य का चरित्र मूल अधिष्ठान है, उस पर ही समाज-निर्माण या समाज-क्रान्ति खड़ी होगी और उस आन्दोलन की सार्थकता यही नहीं है कि चोर बाजारी न हो, रिश्वत न हो, बल्कि नैतिक आन्दोलन को यहाँ तक जाना है कि भीतर का यानी ईश्वरीय कानून व्यक्ति में और समाज में इतना जागृत और ज्वलन्त रहे कि ऊपर डण्डे और जेल के जोर से मनवाया जाने वाला कानून पूरी तरह से अनावश्यक हो जाये।

जब युद्ध मात्र विश्व-मानस के लिए असहनीय हो जाये और अस्त्र-शस्त्र में विज्ञान का और धन का उपयोग कोरी मूर्खता दीखने लगे, शासक जब स्वयं आत्म-शास्ता हो और प्रशासित अनुभव करने की आवश्यकता में कोई न रह जाये।

अणुव्रत आन्दोलन को सर्वथा स्व-शासित अर्थात् आत्म-शासित समाज-व्यवस्था को उदय में लाने के लक्ष्य को सदा अपने समक्ष उपस्थित करके चलना है।

वैज्ञानिक प्रगति का मानव जीवन पर प्रभाव

गिरीश पंकज, रायपुर

प्रगति मानव जीवन का स्थायी भाव है। अगर मनुष्य के जीवन में प्रगति की आकांक्षा न होती, तो वह आज भी कंदराओं में जीवन व्यतीत कर रहा होता। लेकिन ऐसा हुआ नहीं। मनुष्य और पशु में यही अंतर है। मनुष्य चेतनासंपन्न जीव है, इसीलिए उसने अपनी पाषाणकालीन आदिम अवस्था से मुक्ति पायी और नित नवीन अनुसंधानों के द्वारा अपने आपको प्रगति पथ पर अग्रसर करता रहा। हमारे आसपास जितने भी उपकरण विद्यमान हैं, वे सब वैज्ञानिक प्रगति के ही तो सुपरिणाम हैं। इसके कारण आज हम गर्व से अपने आपको हाईटेक कहते हैं।

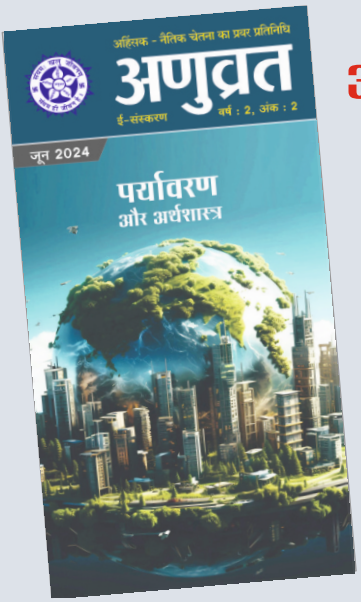
सच तो यह है कि मनुष्य चैन से बैठकर जीने वाला जीव नहीं है। अपनी जिज्ञासु प्रवृत्ति के कारण वह निरंतर अनुसंधान करता है, खोज करता है, खोज में रत रहता है। ऐसा नहीं है कि हर व्यक्ति खोज अथवा वैज्ञानिक अनुसंधान में लगा रहता हो, सामान्य व्यक्ति का अनुसंधान अलग किस्म का रहता है। वह अपनी सुख-सुविधाओं की खोज में रत रहता है। नाकारा व्यक्ति बैठे-बैठे खाने का, भोग-विलास का जुगाड़ कैसे हो, इसकी तलाश में रहता है। उसी में वह सुख खोजता है, लेकिन कुछ लोग आत्मकेंद्रित नहीं होते। वे स्वार्थी नहीं, परमार्थी और पुरुषार्थी होते हैं। वे समूची मानवता का खयाल करके लोक कल्याण हेतु अनुसंधान करते हैं। उसी का सुपरिणाम है कि आज हम विद्युत की उपलब्धि को देख रहे हैं, जो हमारे जीवन का अब एकदम अनिवार्य हिस्सा है। दूरसंचार की दुनिया में अनुसंधान करते-करते हम इंटरनेट और मोबाइल तक जा पहुँचे। मानव

जीवन को बचाने के लिए अनेक रोगों से मुक्ति के उपाय हमारे वैज्ञानिकों ने खोजे। प्रगति का आलम यह है कि धरती से ऊपर उठकर हमने अंतरिक्ष तक की दूरी नाप ली। कहने का आशय यह है कि वैज्ञानिक प्रगति हमारा सहज स्वभाव है। बेशक हर व्यक्ति वैज्ञानिक नहीं होता, लेकिन मुट्ठी भर लोग इस दिशा में निरन्तर सक्रिय रहते हैं। उन्हीं के श्रम से किये गये अनुसंधानों का आनंद हम सब ले रहे हैं।

तमाम तरह की वैज्ञानिक प्रगति का सकारात्मक तथा नकारात्मक प्रभाव भी हमारे जीवन पर पड़ता है। प्रगति का आलम यह है कि हमने परमाणु बम भी बनाये लेकिन यह परमाणु बम मानव प्रगति में सहायक होने के बजाय दूसरे देश को भयग्रस्त करने के काम में अधिक आ रहा है।

वैज्ञानिक प्रगति ने मनुष्य को आलसी भी बनाया है। अब बहुत सारा सिस्टम रिमोट से संचालित हो रहा है। टीवी का रिमोट तो फिर भी समझ में आता है कि तमाम तरह के चैनल हम रिमोट के सहारे बदलते रहते हैं लेकिन अब तो बिजली भी रिमोट से चालू-बंद होने लगी है, दरवाजे तक रिमोट से कंट्रोल होते हैं। इसलिए लोग एक स्थान पर बैठे-बैठे रिमोट के जरिए काम करने के आदी होते जा रहे हैं। इस कारण मोटापे जैसी समस्या भी अनेक परिवारों में देखी जा रही है। मोबाइल के चलते हिंसक वारदातें भी हुई हैं। माता-पिता ने बच्चों को मोबाइल नहीं दिया, तो उन्होंने अपनी माँ या पिता की हत्या कर दी या आत्महत्या ही कर ली।

वैज्ञानिक प्रगति का भरपूर लाभ समूची दुनिया ले रही है। जो लोग इसका सही इस्तेमाल कर रहे हैं, वे प्रगति कर रहे हैं। लेकिन जो मोबाइल को विशुद्ध मनोरंजन का साधन समझ कर अपना समय बर्बाद कर रहे हैं, अपने आप से ही अन्याय कर रहे हैं। जीवन के हर क्षेत्र में वैज्ञानिक प्रगति के नये पड़ाव हमें दिखायी देते हैं। यह प्रगति हमें निरंतर नवीन करती जा रही है। यही कारण है कि मनुष्य समाज भौतिक दृष्टि से काफी समृद्ध होता चला जा रहा है, लेकिन जैसे-जैसे भौतिकता घनीभूत हो रही है, नैतिकता का क्षरण हो रहा है। यह कटु सत्य है। भौतिकता के साथ-साथ अगर नैतिकता भी समानांतर रूप से चलती रहे, तो यह पूरी दुनिया सुखी हो सकती है। जब तक वैज्ञानिक प्रगति के साथ नैतिक मूल्यों का समावेश नहीं होगा, तब तक आविष्कारों का दुरुपयोग रोका नहीं जा सकता।



अणुव्रत विश्व भारती

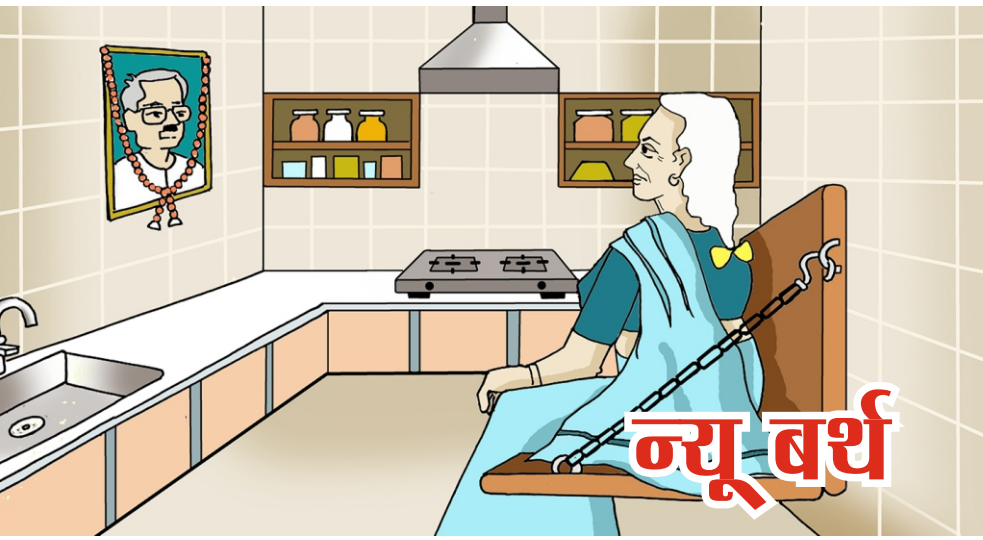
की एक अभिनव पहल

अणुव्रत पत्रिका

ई-संस्करण

नि:शुल्क पत्रिका प्राप्त करने के लिए दिए गए व्हाट्सएप के चिह्न का स्पर्श कर अपना संदेश हमें भेज सकते हैं।

पत्रिका नियमित भेजने के लिए आपका मोबाइल नंबर हमारी सूची में स्वचलित रूप से पंजीकृत हो जाएगा।



न्यू बर्थ

ताराचंद मकसाने, नवी मुंबई

पति की मौत के बाद वंदना अपने गाँव में अकेली रह रही थी। उसे फैमिली पेंशन की बड़ी रकम मिल रही थी जिससे उसे किसी के सामने हाथ फैलाने की नौबत नहीं आती थी। बेटा अमित अपनी पत्नी और बच्चों के साथ मुंबई में रहता था। वंदना साल भर पहले ही शारदा संगीत विद्यालय से रिटायर हुई थी। अब वह घर पर गरीब बच्चों को मुफ्त में संगीत सिखाती थी। सब कुछ ठीक चल रहा था। एक दिन अमित अपने पूरे परिवार के साथ अचानक गाँव आया तो वंदना को आश्चर्य हुआ।

''बेटा, सब ठीक तो है न! अचानक कैसे आ गये?'' वंदना ने पूछा।

''सब ठीक है माँ, हम आपको लेने आये हैं। हम चाहते हैं कि आप हमारे साथ ही रहें।''

''बेटा, मुझे यहाँ कोई तकलीफ नहीं है, पूरा गाँव मेरा परिवार है। संगीत सीखने के लिए आने वाले बच्चे मेरा छोटा-मोटा काम कर देते हैं।'' वंदना ने कहा।

''दादी, आप इतना अच्छा गाती हैं और दूसरों को संगीत सिखाती हैं, मुझे भी सिखाओ न।'' कहते हुए आस्था ने

दादी को अपनी बांहों में बाँधने का असफल प्रयास किया।

वंदना उसे चूमते हुए बोली - ''क्यों नहीं बेटा, तुम्हें भी संगीत सिखाऊँगी...। लेकिन बेटा, अभी मेरे बच्चों की संगीत की कक्षाएं चल रही हैं जो अगले महीने समाप्त हो जाएंगी। उसके बाद ही मैं आ पाऊँगी।''

दो महीने का समय मानो पंख लगाकर उड़ गया। वंदना मुंबई पहुँच गयी। अमित, मिताली, आस्था और तन्मय ने उसका जोरदार स्वागत किया। आस्था अब दादी से संगीत की तालीम लेने लगी। वंदना के आ जाने से मिताली ने नौकरी करनी शुरू कर दी।

मुंबई में अमित के वन बेडरूम किचन के छोटे-से फ्लैट में वंदना के लिए खुशियों के दिन कुछ दिनों तक ही कायम रहे। बाद में तो वंदना कभी बाल्कनी में घंटों बैठी रहती तो कभी किचन के किसी कोने में सिमट जाती थी, मगर उसके सामने और कोई विकल्प भी नहीं था।

वक्त जैसे-तैसे कट रहा था। वंदना ने एडजस्ट करना सीख लिया था। एक दिन रविवार को अमित ने हिचकिचाते हुए वंदना से कहा - ''मम्मी, आपसे एक बात कहनी है, आप बुरा तो नहीं मानेंगी?''

''भला मैं क्यों बुरा मानूँगी।'' वंदना तुरंत बोली।

''मम्मी, हमारा फ्लैट बहुत छोटा है, जिसमें हम सब को बहुत दिक्कत होती है। आप तैयार हों तो सबकी परेशानी दूर हो सकती है।'' अमित ने भूमिका बनाते हुए कहा।

''कैसे? मैं कुछ समझी नहीं!''

''मम्मी, हम दो बेड रूम किचन का बड़ा फ्लैट खरीद लें तो आपको एक बेड रूम अलग से मिल जाएगा। आप अपने कमरे में पूजा-पाठ और संगीत की आराधना कर सकेंगी।''

''ले लो बड़ा फ्लैट, सबको सुविधा होगी।''

''मम्मी, इसके लिए हमें गाँव का मकान बेचना होगा...।''

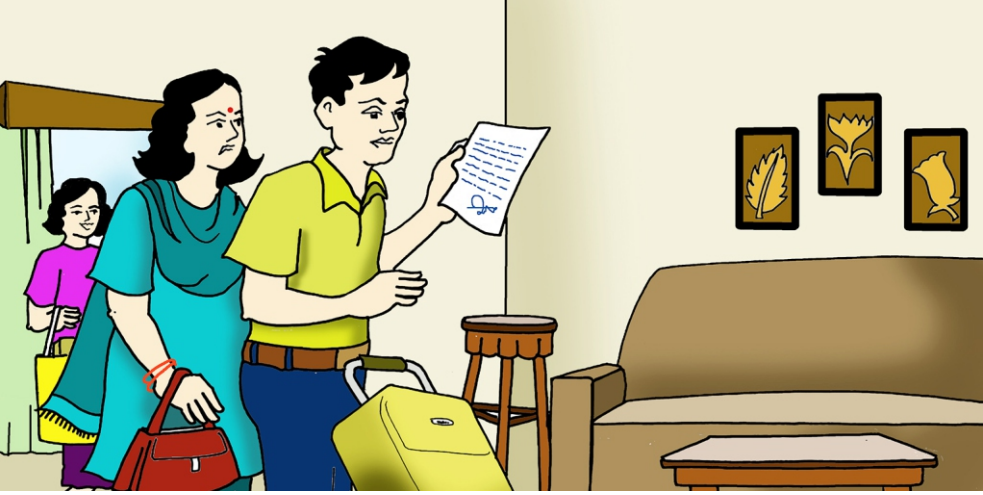
यह सुनकर वंदना अवाक् रह गयी। ''बेटा, गाँव का मकान हम कैसे बेच सकते हैं। यह तो तुम्हारे पापा की निशानी है, जहाँ तुम्हारा बचपन बीता है।'' वंदना ने किंचित् उदास होते हुए कहा।

''मम्मी, मुंबई में अगर हमें बड़ा फ्लैट लेना है तो गाँव वाला मकान बेचना ही पड़ेगा। वैसे भी अब आप हमारे साथ रहेंगी तो गाँव का मकान बंद ही पड़ा रहेगा।'' अमित ने वंदना को समझाते हुए कहा।

अमित की दलीलों ने वंदना को निरुत्तर कर दिया। उसके समक्ष अब सिवाय 'हाँ' कहने के और कोई चारा नहीं रह गया था। बेचान के कागजात पर हस्ताक्षर करते वक्त वंदना की आँखों में छुपा हुआ नीर आँसुओं की शक्ल में उसके गालों को भिगो रहा था, पर अमित और मिताली बहुत खुश थे। उन्होंने बड़ा फ्लैट ढूंढ़ना शुरू कर दिया। काफी दिनों तक भागदौड़ के बाद एक फ्लैट पसंद आ गया। कुछ ही दिनों बाद पजेशन भी मिल गया। वंदना को एक अलग बेडरूम मिल गया था, पर शिफ्टिंग के पहले दिन से ही आस्था की भौंहें तन गयी थीं। एक रविवार को जब वंदना अपने बेडरूम में पूजा-पाठ कर रही थी, तब आस्था की तेज आवाज से उसका ध्यान विचलित हो गया।

आस्था गुस्से से तमतमाते हुए कह रही थी - ''दादी को अब इस उम्र में प्राइवेसी क्यों चाहिए? वे बाहर हॉल में या किचन में भी तो सो सकती हैं। इस वर्ष कॉलेज का मेरा फाइनल ईयर है। मुझे कई बार रात में देर तक पढ़ना पड़ता है। मुझे अलग रूम चाहिए।''

तभी वंदना अपने कमरे से बाहर आयी और बोली - ''अमित, आस्था के लिए पढ़ाई ज्यादा जरूरी है। मेरा क्या है, मैं कहीं पर भी सो जाऊँगी...।'' और इस दिन के बाद वंदना इस फ्लैट में मुसाफिर बन गयी थी। वह कभी बाहर हॉल में सोफा पर तो कभी वॉल यूनिट, तिपाई, कुर्सियों की भीड़ में अपने लिए थोड़ी-सी जगह बनाकर सो जाती थी।



एक दिन वंदना ने देखा कि किचन में एक तरफ की दीवार पर लकड़ी की बड़ी तख्ती लगायी जा रही थी। वंदना ने पूछा – ''क्या काम चल रहा है अमित बेटा?''

''आपके सोने के लिए एक फोल्डिंग बेड बनवाया है ताकि आप जब चाहें तब इसे खोलकर सो सकती हैं। इससे आपको डिस्टर्ब नहीं होगा।''

''ट्रेनों में जैसे लोअर, मिडिल और अपर बर्थ होते हैं न, वैसा ही यह बर्थ है न बेटा...! हम इसे 'मिडिल बर्थ' कह सकते हैं।'' वंदना ने मुस्कुराते हुए कहा। अमित को वंदना के शब्दों में छिपा हुआ व्यंग्य समझ में आ गया, मगर वह कुछ बोला नहीं।

वंदना को किचन में बने फोल्डिंग बेड पर सोने में बहुत दिक्कत होती थी। उसके भीतर एक तूफान उठ गया था, मगर उसने तूफान को अपने भीतर ही दबाये रखा। कई दिनों तक वैचारिक मंथन के बाद उसने अंततः एक ठोस निर्णय ले लिया कि वह इस घर में नहीं रहेगी। उसे हर हाल में अपने गाँव लौटना है।

एक दिन वंदना ने अपने मन की बात अपनी घनिष्ठ सहेली सुनीता को बता दी जो शारदा संगीत विद्यालय में अध्यापिका थी। वंदना के आगमन की खबर सारे गाँव में भी जंगल में आग की तरह फैल गयी। वंदना जिन बच्चों को संगीत सिखाती थी, वे बच्चे और उनके अभिभावक भी खुश हो गये।

दो ही दिन के बाद सुनीता का फोन आया – ''बहुत अच्छी खबर है। सेठ रूपचंद जिन्होंने तुम्हारा मकान खरीदा था, वे अपनी माँ की स्मृति में तुम्हारे मकान को संगीत विद्यालय के रूप में परिवर्तित करना चाहते हैं और आर्थिक रूप से कमजोर बच्चों को मुफ्त में संगीत की शिक्षा देने की भी उनकी योजना है। वे तुम्हें इस विद्यालय की प्रभारी बनाना चाहते हैं। तुम्हारे रहने की व्यवस्था फिलहाल तुम्हारे अपने मकान में ही हो जाएगी, बाकी सब हम संभाल लेंगे।''

वंदना ने गाँव जाने की सारी तैयारी कर ली। अब वह मौके की तलाश में थी। एक दिन अमित अपनी पत्नी और बच्चों के साथ चार दिनों के लिए लोणावला घूमने गया। इधर वंदना ने अपना सारा सामान समेटा और अगले ही दिन एक प्राइवेट कार से गाँव के लिए रवाना हो गयी। अमित जब लोणावला से लौटा तो दरवाजे पर ताला लटक रहा था। दूसरी चाबी से दरवाजा खोला तो सोफा के पास तिपाई पर एक चिट्ठी रखी थी। उसमें लिखा था –

प्रिय अमित,

मुझे घर में न पाकर तुम्हें जरूर ताज्जुब हुआ होगा, पर तुम कोई चिंता न करना। मैं अपने गाँव जा रही हूँ। इस बात की चिंता मत करना कि मैं गाँव में कहाँ रहूँगी, कैसे रहूँगी, किसके मकान में रहूँगी, मेरी सारी व्यवस्था हो गयी है। अमित बेटा, किचन में मेरे लिए लगाया हुआ 'मिडिल बर्थ' जिसे तुम 'फोल्डिंग बेड' कहते हो, उसका आनंद मैंने ले लिया है और मेरा जी भर गया है। इसे अब फोल्ड करके रख देना, भविष्य में तुम्हें भी इसकी जरूरत पड़ सकती है! मुझे अब 'न्यू बर्थ' मिल गया है... जहाँ मैं फिर से अपनी जिंदगी सुकून से जीऊँगी और खुली हवा में सांस ले सकूँगी।''

तुम्हारी माँ,

वंदना

चंदन का हार

डॉ. मंजु गुप्ता, नवी मुंबई

रोहन ने अपने प्यारे दादा की पुण्यतिथि पर माँ के साथ उनकी तस्वीर पर पुष्पांजलि अर्पित की। पुष्पाजंलि अर्पित करते हुए वह अतीत में विचरने लगा। उसे याद आ रहा था कि उसने आठ साल की उम्र में दादाजी को मुखाग्नि दी थी। उस दिन उसके पिता शराब के नशे में धुत थे। उन्हें यह भी मालूम नहीं था कि उनके पिता इस दुनिया से चले गये हैं।

उसे दादाजी की हर वह बात याद आ रही थी जो वे उसके पिता को नशे की लत छोड़ने के लिए कहते थे। उसके नुकसान गिनाते लेकिन पिता ने उनकी बात नहीं मानी।

''अरे बेटा, किन खयालों में खो गये?'' माँ उसकी ओर देख रही थी।

''कुछ नहीं, ऐसे ही। दादाजी, पिताजी की याद आ गयी।'' उसकी आँखें छलछला आयीं।

''सब ईश्वर इच्छा है। हम कुछ नहीं कर सकते।'' माँ ने उसके सिर पर हाथ फेरा।

''सुन। तू इतना बड़ा डॉक्टर बन गया है। इलाज करना तेरा कर्त्तव्य है, लेकिन इससे जुड़ा एक दायित्व यह भी है कि तू लोगों को नशे के नुकसान बता। नशे के कारण अपने पिता की हुई अकाल मृत्यु का उदाहरण तेरे पास है।''

''हाँ माँ, यही मेरा संकल्प है।'' उसके चेहरे पर दृढ़ संकल्प का भाव तैर रहा था।

''अरे, हमारी बातों में दादाजी को यह चंदन का हार चढ़ाना तो रह ही गया।'' माँ ने उसके हाथों में चंदन का हार दिया। हार की खुशबू कमरे को महकाने लगी थी। माँ को लग रहा था कि उसके बेटे का संकल्प लोगों के जीवन को महकाने लगा है।

अणुव्रत अनुपम यंत्र

■ **विष्णुकांत झा**, वैशाली (बिहार) ■

जनता का, जनता के द्वारा, जन-जन के हित तंत्र।
लोकतंत्र की परिभाषा है, अति पुनीत यह मंत्र।

कैसे हो फलीभूत यह, लोकतंत्र स्वतंत्र।
आचार्य तुलसी ने दिया, अणुव्रत अनुपम यंत्र।

क्रोध, लोभ अरु ईर्ष्या, जीवन के ये शूल।
अणुव्रत के अनुष्ठान से, फेंको उखाड़ समूल।

अणुव्रती लेता नहीं, जाति-धर्म का नाम,
चरित्र के आधार पर, करता है मतदान।

हो अवैध मतदान नहीं, रखता इसका ध्यान।
मिथ्याक्षेप से दूर रहे, करे नहीं अपमान।

अभ्यर्थी का चाहिए, होना हृदय उदार।
सेवा-भाव से युक्त हो, सभी अर्थ व्यापार।

छलबल, धनबल, बाहुबल, रोब दाब अनाचार।
मत प्राप्ति के लिए करे नहीं, इन तत्त्वों का उपचार।

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

द्वारा

अपने गौरवशाली प्रकाशन राष्ट्रीय बाल मासिक

बच्चों का देश

की रजत जयंती के अवसर पर आयोजित

बाल साहित्य समागम

बाल-साहित्य सृजन विमर्श

स्कूली बच्चों के साथ संवाद

बालोदय दीर्घा अवलोकन

काव्य गोष्ठी

सम्मान व स्मृति-चिन्ह

16-18 अगस्त, 2024

आयोजन स्थल

चिल्ड्रन'स पीस पैलेस, राजसमंद

राजस्थान

सरकार का दायित्व और नागरिकों का कर्त्तव्य

मई 2024 अंक में प्रस्तुत परिचर्चा के इस विषय पर पाठकों से प्राप्त चिंतन बिंदु –

लोकतंत्र और हमारा दायित्व

लोकतंत्र में नागरिकों का दायित्व है – सक्रियता, जागरुकता दिखाना। नागरिकों को लोकतंत्र की सुरक्षा में सहायता करने के लिए सरकार के साथ मिल-जुल कर काम करना चाहिए। लोकतंत्र के मूल तत्त्वों में सरकार को व नागरिकों को संविधान द्वारा प्रदत्त अधिकारों व कर्त्तव्यों के दृष्टिगत स्वीकृत नियमों और निर्देशों के अनुसार चलना आवश्यक होता है। भारतीय लोकतंत्र ने कुछ क्षेत्रों में महत्वपूर्ण प्रगति की है। हालाँकि कुछ क्षेत्रों में अब भी काम करने की आवश्यकता है। जैसे भ्रष्टाचार उन्मूलन, शिक्षा और स्वास्थ्य सेवाएं, समाज में आर्थिक असमानता कम करने के प्रयास आदि। इसलिए हमें अपने सामाजिक और राजनीतिक दायित्वों का पालन करते हुए समाज व राष्ट्र की समृद्धि और सशक्तीकरण के लिए प्रतिबद्ध रहना चाहिए।

– **तेजकरण सुराणा**, दिल्ली

सरकार को वादे याद दिलाएं

9 जून को केन्द्र सरकार ने अपना दायित्व सम्भाल लिया है। चुनावी वादों की बात करें तो सत्तारूढ़ गठबंधन ने कहा

है कि वह जरूरतमंद नागरिकों को आगामी पाँच वर्षों तक मुफ्त राशन, मुफ्त पानी और मुफ्त गैस कनेक्शन देगी। पी.एम.सूर्य घर योजना लाएगी। यानी जीरो बिजली बिल की व्यवस्था करेगी। तीन करोड़ और पक्के मकान बनाये जाएंगे। युवाओं के लिए रोजगार के लाखों अवसर मिलेंगे। तीन करोड़ महिलाओं को लखपति बनाया जाएगा। यदि ऐसा हुआ तो यह अच्छी बात होगी। वादों के प्रति यदि सत्तारूढ़ दल बेपरवाह हो जाते हैं तो जनता को याद दिलाना चाहिए। – **मनोहर चमोली 'मनु'**, पौड़ी गढ़वाल

जवाबदेही है आवश्यक

आम नागरिक जब तक अपने कर्त्तव्यों के प्रति जागरूक नहीं होगा, तब तक सरकारों की मनमानी चलती रहेगी। जनप्रतिनिधि तभी जवाबदेह बन सकते हैं जब जनता अपने अधिकार के प्रति ही नहीं, अपने दायित्व के प्रति भी सावचेत हो। लोभ-लालच एवं जाति-धर्म से ऊपर उठकर देशहित को ध्यान में रखकर सरकार को चुने। निर्वाचित प्रतिनिधि से सामूहिक लाभ पूरा होने की उम्मीद की जानी चाहिए न कि व्यक्तिगत हित। आज व्यक्तिगत लाभ के लिए ही मारामारी चल रही है। यदि हमें सरकारों की मनमानी रोकनी है तो हमें अपने कर्त्तव्यों के प्रति जागरूक होना होगा। नागरिक अपनी जवाबदेही के प्रति जागरूक होकर ही जवाबदेह सरकार बना सकते हैं और इस जवाबदेही की शुरुआत स्वयं से ही करनी होगी।

– **रामस्वरूप रावतसरे**, शाहपुरा (जयपुर)

कान्ति और क्रान्ति की मशाल बनें

आजादी के बाद इतना लम्बा अरसा बीतने के बावजूद सरकारें शिक्षा, रक्षा व चिकित्सा की ओर केन्द्रित होने के बजाय वोट की राजनीति में ही उलझी रहती हैं और मतदाता अपनी स्वार्थपूर्ति में। ऐसे में आवश्यकता है कि सरकार लुभावने वादे नहीं करे, अपितु जन कल्याणकारी

प्रवृत्तियों की ओर उन्मुख हो। शिक्षा को एक क्रान्तिकारी मोड़ देने की अपेक्षा है। सरकार की पहली प्राथमिकता हो - हर नागरिक को अच्छी स्वास्थ्य सुविधाएं मिलें, वह किसी उद्यम या सेवा से जुड़े, प्रामाणिक बने, सुखी बने तथा व्यसन मुक्त जीवन जीये। नागरिकों में पारस्परिक सद्भाव की भावना हो। कांति और क्रांति की मशाल बनेगा नागरिक तो नक्सलवाद, आतंकवाद, साम्प्रदायिक विवाद, तोड़फोड़ की प्रवृत्ति, भयवाद से मुक्ति मिल सकती है।

- **धर्मचन्द जैन 'अनजाना'**, थामला

आगामी परिचर्चा का विषय

कैसे पूरी हो शांति की चाह?

2 अक्टूबर 'विश्व अहिंसा दिवस' से ठीक 11 दिन पहले 21 सितम्बर को मनाये जाने वाले 'विश्व शांति दिवस' का विशेष महत्व है। संयुक्त राष्ट्र संघ की अगुआई में ये दोनों विशिष्ट दिवस अंतरराष्ट्रीय स्तर पर मनाये जाते हैं।

दुनिया यह स्वीकार कर चुकी है कि बिना अहिंसा के शांति संभव नहीं है। प्रश्न है, व्यक्ति कैसे अपने चिंतन और व्यवहार में अहिंसा को अपनाये? एक जवाबदेह नागरिक के नाते क्या है हमारी जिम्मेदारी?

'अणुव्रत' पत्रिका के सितम्बर 2024 अंक में प्रकाशित होने वाली परिचर्चा हेतु इन्हीं मुद्दों पर अपने विचार हमें अधिकतम 200 शब्दों में 10 अगस्त 2024 तक निम्न व्हाट्सएप नम्बर के माध्यम से भेजें।

9116634512

अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

हमसे जुड़ने के लिए नीचे दिये गये चिह्न पर क्लिक करें

अणुव्रत समाचार

अनुशास्ता अभिवंदना समारोह

आचार्य श्री महाश्रमण के दीक्षा कल्याण महोत्सव के उपलक्ष में हुए कार्यक्रम

संयोजिका डॉ. कुसुम लुनिया की रिपोर्ट

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में अणुव्रत समितियों व अणुव्रत मंचों द्वारा अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के दीक्षा कल्याण महोत्सव के उपलक्ष में 22 मई को 'अनुशास्ता अभिवंदना समारोह' आयोजित किया गया। इस अवसर पर आयोजित वैचारिक संगोष्ठियों में वक्ताओं ने अणुव्रत अनुशास्ता के विरल व्यक्तित्व व विलक्षण कर्तृत्व पर प्रकाश डाला।

इन कार्यक्रमों में प्रायः सभी ने संयम हेतु एक संकल्प अवश्य ही स्वीकारा। अनेक कार्यकर्ताओं ने द्रव्य संयम, एकासन, उपवास किया। अन्य धर्म-सम्प्रदायों के धर्मगुरुओं के सान्निध्य में स्थानक, जैन मन्दिर, गुरुद्वारे व

अन्यान्य कार्यस्थलों पर भी आयोजन हुए। इन आयोजनों से अणुव्रत आंदोलन को बल मिला तथा नये कार्यकर्ताओं का अणुव्रत से भी जुड़ाव हुआ।

कार्यक्रम को अणुव्रत आन्दोलन के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार का आध्यात्मिक पथदर्शन तथा अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर और महामंत्री भीखम सुराणा का नेतृत्व मिला। अणुव्रत संसदीय मंच के संयोजक अर्जुनराम मेघवाल समेत अणुविभा के पदाधिकारियों एवं कार्यसमिति के सदस्यों ने अनुशास्ता अभिवंदना समारोह में अपनी सक्रिय सहभागिता दर्ज की।

अणुव्रत समिति जयपुर द्वारा निर्माण नगर स्थित ज्ञान विहार में आयोजित समारोह में मुख्य वक्ता राजस्थान सरकार में उद्योग एवं वाणिज्य विभाग के अतिरिक्त आयुक्त युवक रत्न राजेंद्र सेठिया ने आचार्य श्री महाश्रमण के अवदानों की हमारे जीवन में प्रासंगिकता के बारे में बताया।

मुनिश्री तत्त्वरुचि 'तरुण' ने जीवन में संयम को अपनाने की प्रेरणा दी। मुनिश्री संभव कुमार ने मुक्तकों के माध्यम से

आचार्यश्री के प्रति अपनी भावनाओं की प्रस्तुति दी। इससे पहले समिति अध्यक्ष विमल गोलछा ने अतिथियों का स्वागत किया।

अणुव्रत समिति गाजियाबाद द्वारा जैन स्थानक रामपुरी में आयोजित कार्यक्रम में मुनिश्री रोहित कुमार ने कहा कि गुरुओं की ऐसी अभिवंदना सभी को करनी चाहिए, इससे सम्यक्त्व पुष्ट होता है।

अणुव्रत समिति विजयवाड़ा ने अजित नाथ वाटिका में अभिनंदन चंद्र सागर एवं साध्वीश्री मयूरयशा के सान्निध्य में अभिवंदना समारोह मनाया। **मुंबई, पाली, धुबड़ी, चूरू, काठमांडू, कोटकपूरा, करवड आदि अणुव्रत समितियों** ने नये प्रयोगों से अभिवंदना के स्वरों को अनुगूँजित किया।

विश्व पर्यावरण दिवस पर देशभर में पौधरोपण समेत अनेक आयोजन

संयोजिका डॉ. नीलम जैन की रिपोर्ट

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में देशभर की अणुव्रत समितियों ने विश्व पर्यावरण दिवस पर 5 जून को पौधरोपण समेत अनेक कार्यक्रम आयोजित किये। **अणुव्रत समिति राजसमंद** द्वारा 100 फीट रोड स्थित चिंतन भवन में पर्यावरण संगोष्ठी आयोजित की गयी। **गंगाशहर अणुव्रत समिति** द्वारा वृक्षारोपण संकल्प कार्यक्रम का आयोजन शांति निकेतन के पावन प्रांगण में हुआ। **विजयवाड़ा अणुव्रत समिति** द्वारा म्युनिसिपल पार्क, योग साधना केन्द्रों व अन्य इलाकों में पौधों का वितरण किया गया।

चिकमंगलूर अणुव्रत समिति के तत्त्वावधान में अंबर वैली स्कूल के बच्चों ने पर्यावरण संरक्षण के संदेश के साथ 5 किलोमीटर लंबी रैली निकाली तथा स्केटिंग और साइकिलिंग कर स्वच्छ पर्यावरण का संदेश दिया। **अहमदाबाद अणुव्रत समिति** ने 'सेव अर्थ' और अन्य संस्थाओं के सहयोग से 250 से अधिक पौधे लगाये। **मुम्बई अणुव्रत समिति** की ओर से बोरिवली, भिवंडी तथा घाटकोपर में फूलों और फलों के पौधे लगाये गये। **उदयपुर अणुव्रत समिति** की ओर से तेरापंथ महिला मंडल एवं

सद्भाव सेवा संस्थान के सहयोग से आयोजित पोस्टर मेकिंग प्रतियोगिता में विजेताओं को प्रथम, द्वितीय, तृतीय पुरस्कार दिये गये।

सिलिगुड़ी अणुव्रत समिति की ओर से गुरुकुल स्कूल में बच्चों के लिए पौधे उगाने की वर्कशॉप के साथ ही उन्हें बीज वितरित किये गये। **दलखोला अणुव्रत समिति** की ओर से आयोजित कार्यक्रम में बच्चों ने अखबार से ईको फ्रेंडली कैरीबैग्स बनाये तथा कविताएं सुनायीं।

खारुपेटिया अणुव्रत समिति की ओर से तेरापंथ भवन में आयोजित कार्यक्रम में एक गमला बनाया गया जिसमें पत्तियों पर अणुव्रत आचार संहिता के 11 नियम प्रभावी ढंग से लिखे थे। इस अवसर पर पौधरोपण भी किया गया।

इस्लामपुर, फारबिसगंज, दिनहाटा, नोएडा, फरीदाबाद, मंडी गोविंदगढ़, डाबड़ी और दिवेर अणुव्रत समिति तथा शिवपुरी व बज्जू अणुव्रत मंच की ओर से आयोजित कार्यक्रम में पौधरोपण किया गया।

ईको फ्रेंडली कैरी बैग वितरण की पहल

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी की ओर से विश्व पर्यावरण दिवस पर ईको फ्रेंडली कैरी बैग्स वितरण करने की पहल की गयी। ये बैग बायोडिग्रेडिबल यानी पर्यावरण के अनुकूल हैं। ईको फ्रेंडली थैलियों को आसानी से पुनर्नवीनीकरण किया जा सकता है या खाद बनायी जा सकती है। **जयपुर, खारूपेटिया, दिनहाटा, नोएडा, फारबिसगंज, कटक, नाथद्वारा, इस्लामपुर, मालेगांव, तेजपुर, बेंगलुरु, अहमदाबाद, बारडोली, वापी, इंदौर, अम्बिकापुर, बालोतरा, जसोल, छापर तथा चूरू अणुव्रत समिति** व उनसे जुड़े कार्यकर्ताओं ने ईको फ्रेंडली कैरी बैग वितरण में अपनी भागीदारी निभायी।

जीवन विज्ञान शिक्षक-प्रशिक्षण कार्यशाला

संयोजक रमेश पटावरी की रिपोर्ट

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग द्वारा तमिलनाडु के **सिरकाली** स्थित शुभम विद्या मंदिर परिसर में 27 से 29 मई तक जीवन विज्ञान शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला आयोजित की गयी। उद्घाटन सत्र में जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय प्रशिक्षण प्रभारी एवं मुख्य प्रशिक्षक राकेश खटेड़ ने कहा कि जीवन विज्ञान विद्यार्थियों के सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास का मार्ग प्रशस्त करता है। प्रायोगिक प्रशिक्षण में चेन्नई से समागत प्रशिक्षक हरीश भण्डारी का महत्वपूर्ण सहयोग प्राप्त हुआ।

समापन समारोह में जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय संयोजक रमेश पटावरी ने कहा कि आप शिक्षकों ने विगत तीन दिनों में जो ज्ञान अर्जित किया है, उसे स्वयं के जीवन में उतारते हुए विद्यार्थियों तक पहुँचाना है। विद्यालय संचालक ज्ञानचंद आंचलिया ने बताया कि विद्यालय में जीवन विज्ञान को पाठ्यक्रम में सम्मिलित कर अध्ययन-अध्यापन का अंग बनाया जाएगा।

अणुव्रत समिति रायपुर द्वारा सदर बाजार स्थित तेरापंथ अमोलक भवन में 6 से 8 जून तक जीवन विज्ञान शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया। इस कार्यशाला का आयोजन जतनदेवी डागा हायर सैकण्डरी स्कूल, रायपुर के प्रबन्धक मनीष डागा के विशेष अनुरोध

पर हुआ जिसमें शिक्षकों ने जीवन विज्ञान का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त किया। विगत शैक्षणिक सत्र से विद्यालय में जीवन विज्ञान का अध्ययन-अध्यापन करवाया जा रहा है। उद्घाटन सत्र में जीवन विज्ञान विभाग की उच्च शिक्षा प्रबंधन प्रभारी एवं कार्यशाला की मुख्य प्रशिक्षिका डॉ. हंसा संचेती ने विचार रखे। इससे पहले अणुव्रत समिति के अध्यक्ष कनक छाजेड़ ने प्रशिक्षकों एवं प्रशिक्षणार्थियों का स्वागत किया। सहयोगी प्रशिक्षक के रूप में सुरेन्द्र ओसवाल, ललिता धारीवाल, मीना गांधी एवं कमल बैंगाणी (राष्ट्रीय सह-संयोजक जीवन विज्ञान) का महत्वपूर्ण सहयोग प्राप्त हुआ।

दोनों ही स्थानों पर प्रशिक्षण के दौरान पावर प्वाइंट प्रजेंटेशन के माध्यम से जीवन विज्ञान की सैद्धान्तिक जानकारी देने के साथ-साथ कायोत्सर्ग, दीर्घश्वास प्रेक्षा, चैतन्य केन्द्र प्रेक्षा, अनुप्रेक्षा, आसन, प्राणायाम आदि का प्रायोगिक अभ्यास करवाया गया।

अणुविभा का महत्वपूर्ण मासिक प्रकाशन

बच्चों का देश

राष्ट्रीय बाल मासिक

नयी पीढ़ी के जीवन को मानवीय मूल्यों से समृद्ध बनाने के लिए निरंतर प्रयासरत

नवीनतम अंक पढ़ने के लिए
पुस्तक के चिह्न पर क्लिक करें..

अणुव्रत अमृत विशेषांक

पाठक परख

अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्षों की सफल सम्पूर्ति पर वर्ष पर्यन्त मनाये गये 'अणुव्रत अमृत महोत्सव' के क्रम में वैविध्यपूर्ण प्रकल्पों की एक वृहद् शृंखला आयोजित हुई। इस शृंखला की अंतिम कड़ी के रूप में प्रस्तुत हुआ - 'अणुव्रत अमृत विशेषांक'।

अणुव्रत अमृत विशेषांक के संदर्भ में हमें निरंतर संवाद और सम्मतियाँ प्राप्त हो रही हैं। आप सब के स्नेह व समर्थन के हम हृदय से आभारी हैं।

संग्रहणीय एवं अमूल्य कृति

विगत 75 वर्षों की व्यक्ति निर्माण की अणुव्रत यात्रा का दस्तावेज है 'अणुव्रत' मासिक का 'अणुव्रत अमृत विशेषांक'। 500 पृष्ठों, आर्ट पेपर एवं आकर्षक बहुरंगी मुद्रण कला में लिपटा यह विशेषांक अणुव्रत के अतीत, अणुव्रत के दर्शन और अणुव्रत की भावी संभावनाओं को टटोलता है तो भाई संचय जैन एवं मोहन मंगलम के संपादकीय कौशल का दिग्दर्शन भी कराता है। विशेषांक में अणुव्रत के अतीत, वर्तमान और भविष्य के एक साथ दर्शन होते हैं। 'अणुव्रत' पत्रिका की लगभग सत्तर वर्षों की यात्रा में प्रकाशित विशेषांकों की ऐतिहासिक शृंखला में एक नाम और जुड़ा है 'अणुव्रत अमृत विशेषांक 2024'। पाठक इस विशेषांक को पढ़ने का श्रम करेंगे तो संपादकद्वय के श्रम की बूँदें सार्थकता को प्राप्त होंगी।

– **डॉ. महेन्द्र कर्णावट**, राजसमंद

पठनीय और संग्रहणीय

'अणुव्रत' नयी दिल्ली से निकलने वाली एक वैचारिक पत्रिका है। अणुव्रत के महान चिंतन को समाज में प्रचारित-प्रसारित करने के उद्देश्य से प्रकाशित की जा रही इस पत्रिका का 'अणुव्रत अमृत विशेषांक' अणुव्रत आंदोलन की 75 वर्षों की यात्रा पर केंद्रित है। 'अणुव्रत अमृत विशेषांक' में अणुव्रत की भावनाओं को स्वर देने वाले अनेक आलेख और गीत प्रकाशित हुए हैं। इसकी अद्भुत नयनाभिराम सज्जा, आकर्षक कलेवर और समग्र सामग्री बेहद पठनीय अथ च संग्रहणीय भी है। सौभाग्य से मेरा भी एक लेख है इस विशेषांक में। – **गिरीश पंकज**, रायपुर

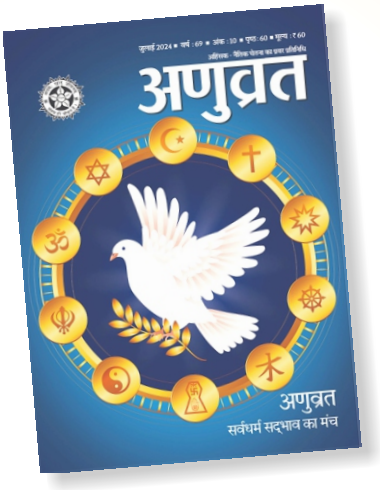
प्रखर सूर्य के समान

'अणुव्रत' पत्रिका में जीवन के प्रत्येक क्षेत्र को अनुप्राणित करने वाले आलेख सहज ही मिल जाते हैं। पर्यावरण, पारिस्थितिकी आदि की चिंता करके एक स्वस्थ मानव समाज के निर्माण में यह पत्रिका अपनी अनूठी भूमिका निभा रही है। 19वीं सदी के मध्य में हिंदी समालोचकों ने कहा था कि सभी पुरोधा मिलकर जितना जन जागरण नहीं कर पाये हैं, उतना अकेले प्रेमचंद की लेखनी ने किया। आज मैं सगर्व कह सकता हूँ कि 'अणुव्रत' पत्रिका ने लोगों के आहार, विहार और व्यवहार में जितना परिष्कार किया है, उतना अन्य पत्रिकाओं ने नहीं। हमारे कई शिक्षक साथी हैं जो 'अणुव्रत' पत्रिका से बहुत प्रभावित हुए हैं। इसे पढ़ने के बाद उनकी जीवनशैली में बड़ा परिवर्तन आया है। पत्रिका के 'अणुव्रत अमृत विशेषांक' का कलेवर, संयोजन, आलेखों का चयन, चित्रों का प्रस्तुतीकरण इतना सराहनीय है कि यह विशेषांक साहित्यिक धरोहर बन गया है। आधुनिक जीवनशैली जिस पर पाश्चात्य सभ्यता का रंग घना हो गया है, उस कुहासे को मिटाने के लिए यह विशेषांक प्रखर सूर्य के समान है। – **सुशील तिवारी**, बहराइच

अणुव्रत आचार संहिता

- मैं किसी भी निरपराध प्राणी का संकल्पपूर्वक वध नहीं करूँगा। आत्म-हत्या नहीं करूँगा। भ्रूण-हत्या नहीं करूँगा।
- मैं आक्रमण नहीं करूँगा। आक्रामक नीति का समर्थन नहीं करूँगा। विश्व-शांति तथा निःशस्त्रीकरण के लिए प्रयत्न करूँगा।
- मैं हिंसात्मक एवं तोड़फोड़-मूलक प्रवृत्तियों में भाग नहीं लूँगा।
- मैं मानवीय एकता में विश्वास करूँगा। जाति, रंग आदि के आधार पर किसी को ऊँच-नीच नहीं मानूँगा। अस्पृश्य नहीं मानूँगा।
- मैं धार्मिक सहिष्णुता रखूँगा। साम्प्रदायिक उत्तेजना नहीं फैलाऊँगा।
- मैं व्यवसाय और व्यवहार में प्रामाणिक रहूँगा। अपने लाभ के लिए दूसरों को हानि नहीं पहुँचाऊँगा। छलनापूर्ण व्यवहार नहीं करूँगा।
- मैं ब्रह्मचर्य की साधना और संग्रह की सीमा का निर्धारण करूँगा।
- मैं चुनाव के संबंध में अनैतिक आचरण नहीं करूँगा।
- मैं सामाजिक कुरूढ़ियों को प्रश्रय नहीं दूँगा।
- मैं व्यसनमुक्त जीवन जीऊँगा। मादक तथा नशीले पदार्थों - शराब, गांजा, चरस, हेरोइन, भांग, तंबाकू आदि का सेवन नहीं करूँगा।
- मैं पर्यावरण की समस्या के प्रति जागरूक रहूँगा। हरे-भरे वृक्ष नहीं काटूँगा। पानी, बिजली आदि का अपव्यय नहीं करूँगा।

उपरोक्त संकल्पों में से सभी या अपने भावानुसार संकल्प लेने के लिए क्लिक करें..



अणुव्रत अनुशास्ताओं के पावन प्रेरणा पाथेय, प्रसिद्ध साहित्यकारों की रचनाओं तथा प्रखर चिंतकों के आलेखों के साथ मासिक 'अणुव्रत' पत्रिका गत 69 वर्षों से अनवरत प्रकाशित हो रही है। 'अणुव्रत' पत्रिका का मुद्रित अंक मंगवाने के लिए आज ही सदस्य बनें।

सदस्यता शुल्क विवरण

वार्षिक	–	₹ 750
त्रैवर्षीय	–	₹ 1800
पंचवर्षीय	–	₹ 3000
दसवर्षीय	–	₹ 6000
योगक्षेमी	–	₹ 15000

बैंक विवरण :
अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
कैनरा बैंक
A/C No. 0158101120312
IFSC : CNRB0000158

सदस्यता हेतु ऑनलाइन भुगतान के लिए इस QR कोड को स्कैन करें।

अणुव्रत आंदोलन की प्रतिनिधि संस्था अणुव्रत विश्व भारती के दो प्रकाशन 'अणुव्रत' व 'बच्चों का देश' के बारे में जानकारी के लिए वीडियो पर क्लिक करें :