अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अणुव्रत

ई-संस्करण

वर्ष: 3, अंक: 10

फरवरी 2026

नयी दृष्टि से नयी सृष्टि

वर्ष : 3 अंक : 10

फरवरी 2026

संपादक
संचय जैन

सह संपादक
मोहन मंगलम

संयोजक समाचार
पंकज दुधोड़िया

चित्रांकन
मनोज त्रिवेदी

पेज सेटिंग
मनीष सोनी

ई-संस्करण
विवेक अग्रवाल

आचार्य तुलसी केवल जैन धर्मावलम्बियों के लिए ही नहीं बल्कि सारे ही धर्मों या विश्वास को मानने वाले लोगों के लिए एक प्रेरक शक्ति थे। वे मानवीय एकता, प्रेम, नैतिकता, अहिंसा, सदाचार और सद्गुणों के संपोषक थे। यही सभी धर्मों की नींव तथा जड़ है। इन्हीं मूल्यों के प्रचार हेतु उन्होंने अणुव्रत के द्वारा मानवता की भलाई के लिए जीवन भर कार्य किया। आचार्य तुलसी संपूर्ण भारतवर्ष को एक मजबूत नैतिक अधिष्ठान देना चाहते थे, जिससे हमारा देश कल्याणकारी व सुख-संपन्न बने।

- प्रतिभा पाटिल, पूर्व राष्ट्रपति

अध्यक्ष : **प्रतापसिंह दुगड़**
महामंत्री : **मनोज सिंघवी**
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

बदल रहा है दुनिया का सत्ता संतुलन

दुनिया अभी ऐसे उथल-पुथल के दौर से गुजर रही है जहाँ सत्ता के पुराने समीकरण बदलाव और नये समीकरण सृजन की आहट दे रहे हैं। पिछले कुछ वर्षों में रूस द्वारा यूक्रेन के मामले में और इजराइल द्वारा फलिस्तीन के मामले में सामने आयी हठधर्मिता और अमेरिका में सत्ता परिवर्तन के बाद पिछले एक साल में बदले घटनाक्रम ने दुनिया की राजनीति को एक ऐसे 'चरनिंग' बिन्दु पर ला खड़ा किया है जहाँ समूचे सत्ता संतुलन में आमूलचूल परिवर्तन के संकेत साफ दिखायी देने लगे हैं।

अमेरिकी राष्ट्रपति डोनाल्ड ट्रम्प जिस 'मागा' (मेक अमेरिका ग्रेट अगेन) के जुमले पर सवार होकर सत्ता में आये, उसकी क्रियान्विति की सनक में दुनिया में स्थापित एक 'रूल्स बेस्ड इंटरनेशनल ऑर्डर' को धता बताने को उतावले नजर आने लगे हैं। वेनेजुएला और ग्रीनलैंड को लेकर घट रहे घटनाक्रम इसी ओर संकेत करते हैं।

अणुव्रत व्यक्ति से लेकर समष्टि और सृष्टि - हर स्तर पर समस्या का समाधान प्रस्तुत करता है। अहिंसा, शांति, सर्वधर्म सद्भाव, नैतिकता, मानवीय एकता, स्वस्थ लोकतंत्र जैसे अणुव्रत के सिद्धांतों पर चलने वाला राष्ट्र ही मजबूत, स्वाभिमानी और मूल्याधारित राष्ट्र के रूप में दुनिया का मार्ग प्रशस्त कर सकता है। दुनिया के बदलते सत्ता संतुलन के बीच भारत राजनैतिक, धार्मिक, वैज्ञानिक, सांस्कृतिक, शैक्षिक दृष्टि से अधिक परिपक्व बने, स्वाभिमानी बने, यह समय की माँग है।

- संचय जैन
sanchay_avb@yahoo.com

■ प्रेरणा पाथेय ■

समाज में सहिष्णुता आवश्यक

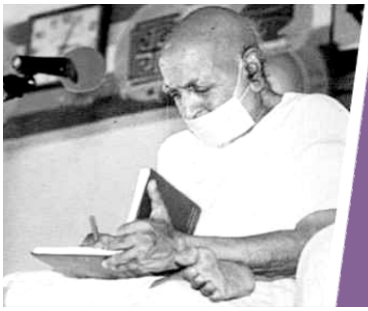
■ आचार्य तुलसी

धर्म या सत्य सीमातीत हो सकता है, पर उसकी पकड़ कभी सीमातीत नहीं होगी। मनुष्य की बुद्धि, चिन्तन, भाषा, क्रिया – सब सीमा में आबद्ध हैं। ससीम बुद्धि असीम तत्त्व को कैसे पकड़ सकेगी? ससीम चिन्तन असीमता में प्रवेश कैसे कर सकेगा? भाषा की परिधि कैसे टूट सकेगी? और क्रिया का क्षेत्र तो अत्यधिक सीमित है। इन सीमित परिधियों में बँधा हुआ सत्य सीमातीत कैसे हो सकता है? धर्म के आयतन सीमित हैं। आयतन वास्तविकता नहीं है, फिर भी मनुष्य के व्यवहार का आधार वही है। अत: हमें यह स्वीकार करने में कोई कठिनाई नहीं होनी चाहिए कि सत्य सीमातीत है किन्तु उसकी समझ सापेक्ष-सीमा में आबद्ध है।

जो तत्त्व सीमित होता है उसके लिए सीमाओं का निर्माण स्वयं हो जाता है, इसलिए असीम धर्म के आचरण की बात करने वाले लोग भी अपना भिन्न सम्प्रदाय बना लेंगे। सम्प्रदाय बनते ही असीमता का प्रश्न समाप्त हो जाएगा और फिर कुछ क्रान्तिकारी व्यक्ति सीमातीत सत्य को प्रचारित करने की बात उठाएंगे। इससे सम्प्रदाय परम्परा का अंत नहीं होगा। अत: अन्य सम्प्रदायों के प्रति सहिष्णु बनकर ही सत्य का प्रत्यक्षीकरण किया जा सकता है।

प्रश्न उठता है कि जितने धर्म-सम्प्रदाय हैं, वे सब अपनी-अपनी सीमा में काम करते हैं। उन सबका स्वतन्त्र अस्तित्व है। ऐसी स्थिति में सहिष्णुता-असहिष्णुता का प्रश्न ही क्यों उठाया जाये?

दरअसल, सम्प्रदाय का निर्माण किसी विशेष मान्यता पर होता है। मनुष्य अपनी मान्यता के परिप्रेक्ष्य में अधिक सोचता है। इसीलिए दूसरी मान्यता के प्रति उसके मन में बौखलाहट पैदा हो जाती है। वह इस बात को सहन नहीं कर



असहिष्णुता का अन्त संभव है, पर हर व्यक्ति के लिए यह कठिन बात है। वर्तमान परिस्थिति के सन्दर्भ में इसकी संभावना काफी बढ़ रही है।

पाता कि अपने विचारों से विरोधी विचार उसके सामने आएं। हर साम्प्रदायिक व्यक्ति को पूर्ण धार्मिक स्वतन्त्रता की बात मान्य है, पर अपने से भिन्न विचारों के प्रति उसकी कोई सहानुभूति नहीं है।

दूसरे सम्प्रदाय का व्यक्ति अपने सम्प्रदाय की ओर आकृष्ट होकर धर्म-परिवर्तन करता है, उसे उदारचेता, स्वतन्त्र चिन्तन के पक्षपाती, निर्भीक, साहसिक आदि उपाधियों से सम्मानित किया जाता है किन्तु अपने सम्प्रदाय का कोई व्यक्ति सकारण धर्म-परिवर्तन करता है तो भी उसे बुरा माना जाता है। इससे सम्प्रदायवाद का विष फैलता है और धर्म जैसा शुद्ध तत्त्व विकृत हो जाता है। इसलिए सम्प्रदायों के प्रति सहिष्णु बने रहने की बात हर व्यक्ति के अपने हित में है। असहिष्णु मनोवृत्ति घृणा, स्पर्धा और ईर्ष्या के मनोभावों का सृजन करती है। जिस समय जो व्यक्ति या सम्प्रदाय शक्ति सम्पन्न होता है, जिसका जन-बल प्रबल होता है, वह विरोधी बात पसन्द नहीं करता और दूसरों के स्वतन्त्र अस्तित्व में बाधा उत्पन्न कर देता है। इसलिए सहिष्णुता का विकास आवश्यक है।

सम्प्रदायवाद और असहिष्णुता दो भिन्न स्थितियां नहीं हैं। मेरे सम्प्रदाय द्वारा स्वीकृत सिद्धान्त ही यथार्थ हैं, यह चिन्तन सम्प्रदायवाद है और आगे जाकर यही असहिष्णुता में परिणत हो जाता है। असहिष्णुता का अन्त संभव है, पर हर व्यक्ति के लिए यह कठिन बात है। वर्तमान परिस्थिति के सन्दर्भ में इसकी संभावना काफी बढ़ रही है। कोई भी समाज, राज्य या जाति असहिष्णु बनकर अपना हित नहीं साध सकता। असहिष्णुता के भयंकर दुष्परिणामों ने मनुष्य

की चेतना को झकझोर डाला है। आज सहिष्णुता का मूल्य आँका जा रहा है और अतीत की अपेक्षा उसका क्षेत्र भी व्यापक बना है।

असहिष्णुता की यह मनोवृत्ति धार्मिकों में अधिक होती है। राजनीति या समाजनीति में यह क्रम नहीं है, ऐसी बात नहीं। किन्तु वहाँ असहिष्णु होना आश्चर्य नहीं है। धर्म के प्रतिनिधि सहिष्णुता को आदर्श मानकर चलते हैं, इसलिए उनकी असहिष्णुता असह्य हो जाती है। असहिष्णुता की निष्पत्ति होती है तोड़-फोड़, मार-काट और विरोधी विचारों वाले व्यक्तियों को समाप्त करने का प्रयास। क्या धर्म मनुष्य को यह सब सिखा सकता है? धर्म मनुष्य को सहिष्णुता का पाठ पढ़ाता है। सहिष्णुता का विकास होने से ही सम्प्रदायवाद का अन्त हो सकेगा।

सहिष्णु समाज स्वतन्त्रता-प्रिय और उदारता-प्रधान होगा और उसमें दूसरों को खपाने की योग्यता होगी। जो समाज दूसरों को खपा सकता है, वह समर्थ और व्यापक बन सकता है। संस्कृति, जाति, भाषा, प्रान्त आदि की भिन्नता होने पर भी परस्पर सौहार्द से रहने वाला समाज कभी विघटित नहीं होता। विभिन्न वर्गों में विभाजित शक्ति भी सौहार्द के सहारे अखण्ड मानव-समाज के हितों में अपना अमूल्य योग दे सकती है। अखण्डता की अनुभूति उस समाज की व्यापकता की प्रतीक है।

असहिष्णुता से पृथक्करण की मनोवृत्ति को बल मिलता है। हिन्दुस्तान में इस वृत्ति ने जातीय संघर्ष के लिए पृष्ठभूमि तैयार कर दी, जाति के नाम पर लड़ाइयां लड़ी गयीं और एक अविभाजित मानव जाति विघटित हो गयी। असहिष्णुता की निष्पत्ति कभी अच्छी हो नहीं सकती। इससे व्यक्ति के मिथ्या अभिनिवेश का पोषण हो सकता है, अन्त नहीं। मिथ्या अभिनिवेश सामाजिक, पारिवारिक और वैयक्तिक शान्ति के लिए खतरा है। इसलिए अणुव्रत ने सहिष्णुता का व्रत प्रस्तुत किया। धर्म-सम्प्रदायों में इस व्रत का व्यापक प्रयोग हो, यह वर्तमान की सबसे बड़ी अपेक्षा है।

शहरीकरण और जलवायु परिवर्तन

विभा कानन, कोयम्बटूर

इक्कीसवीं शताब्दी मानव इतिहास की सबसे तीव्र परिवर्तनकारी शताब्दी बन चुकी है। तकनीक, जनसंख्या वृद्धि और संसाधनों के अत्यधिक दोहन के बीच एक नया संकट तेजी से उभर रहा है – शहरीकरण और जलवायु परिवर्तन के बीच गहराता संबंध। विश्व की जनसंख्या का एक बड़ा हिस्सा आज शहरी क्षेत्रों में निवास कर रहा है। अगले कुछ दशकों में यह प्रतिशत और भी बढ़ेगा, लेकिन क्या हमारे शहर जलवायु परिवर्तन की चुनौती से निपटने को तैयार हैं? शहरीकरण का तात्पर्य है – ग्रामीण क्षेत्रों से लोगों का शहरों की ओर पलायन, जिससे शहरों का आकार, जनसंख्या और संसाधनों की माँग तेजी से बढ़ती है। भारत जैसे विकासशील देश में यह प्रक्रिया तेजी से बढ़ रही है।

स्मार्ट सिटी, मेट्रो, हाईवे, एक्सप्रेस वे और आवासीय योजनाओं ने भौगोलिक विस्तार तो दिया है, लेकिन इसके साथ हरित क्षेत्र की कटौती, जल निकासी संकट, कचरा प्रबंधन की विफलता और बढ़ता तापमान सरीखी कई समस्याएं भी आयी हैं। शहर जलवायु परिवर्तन के दोहरे प्रभाव का केंद्र बनते जा रहे हैं –

शहरी हीट आइलैंड प्रभाव – शहरों में कंक्रीट, डामर, लोहे और काँच से बने मकान और सड़कें सूर्य की गर्मी को अवशोषित करती हैं और रात में धीरे-धीरे उसे छोड़ती हैं। इसके परिणामस्वरूप शहरों का तापमान आसपास के ग्रामीण क्षेत्रों से कहीं अधिक हो जाता है। यह प्रभाव न केवल मानव स्वास्थ्य को प्रभावित करता है, बल्कि ऊर्जा की माँग को भी बढ़ाता है।

ग्रीन कवर में कमी – शहरी विकास के नाम पर पेड़-पौधों की अंधाधुंध कटाई की जा रही है। पार्क, झीलें और खुले मैदान धीरे-धीरे कंक्रीट के जंगल में बदल रहे हैं। इससे स्थानीय जलवायु प्रणाली बहुत प्रभावित हो रही है और वर्षा चक्र में असंतुलन बढ़ता ही जा रहा है।

वाहनों और उद्योगों से बढ़ता प्रदूषण – शहरों में वाहनों और औद्योगिक इकाइयों की अधिकता से वायु प्रदूषण खतरनाक स्तर पर पहुँच चुका है। यह न केवल स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है, बल्कि ग्रीनहाउस गैसों के उत्सर्जन का प्रमुख स्रोत भी है।

जल संकट और बाढ़ – शहरीकरण के चलते प्राकृतिक जल स्रोत (झीलें, तालाब, नाले) समाप्तप्राय हो गये हैं या फिर कचरे से भर गये हैं। एक तरफ पेयजल की किल्लत है, तो दूसरी तरफ जरा-सी बारिश में शहरों में जलभराव और बाढ़ जैसे हालात बन जाते हैं।

संयुक्त राष्ट्र के अनुसार, वर्ष 2050 तक विश्व की लगभग 70 प्रतिशत जनसंख्या शहरों में निवास करेगी। यह आंकड़ा स्पष्ट करता है कि यदि शहरी ढाँचे को जलवायु अनुकूल नहीं बनाया गया तो आने वाले समय में शहरी जीवन संकट में पड़ सकता है। अत: हमें 'स्मार्ट सिटी' के साथ-साथ 'ग्रीन सिटी' और 'सस्टेनेबल सिटी' की अवधारणा को अपनाना होगा। जलवायु-अनुकूल शहरी योजना के तहत इन बिंदुओं पर ध्यान देना आवश्यक है –

- भवनों की छतों पर बागवानी, हरित दीवारें और पौधरोपण।
- खुली जगहों में पार्क, हरित गलियों और सार्वजनिक उद्यानों की योजना।
- वर्षा जल संचयन को अनिवार्य करना।
- पुराने जल स्रोतों को पुनर्जीवन प्रदान करना।
- अपशिष्ट जल का पुन: उपयोग ।

- शहरी क्षेत्रों में सौर पैनल अनिवार्य करना।
- सरकारी भवनों को नवीकरणीय ऊर्जा से जोड़ना।
- सार्वजनिक परिवहन को बढ़ावा देना। मेट्रो, इलेक्ट्रिक बसों, साइकिल ट्रैक जैसी सुविधाओं से निजी वाहनों पर निर्भरता घटाना।
- वाहनों के उत्सर्जन को नियंत्रित करना।
- स्मार्ट भवनों को डिजाइन करना। ऊर्जा दक्ष भवन निर्माण – जैसे वेंटिलेशन, प्रकाश व्यवस्था और तापमान नियंत्रण की उन्नत तकनीकें। प्राकृतिक रोशनी और हवा का अधिकतम उपयोग।
- नागरिक सहभागिता के तहत स्थानीय स्तर पर लोगों को पर्यावरणीय निर्णय में भागीदार बनाना।
- स्वच्छता, पौधरोपण और ऊर्जा बचत अभियानों में आमजन की भागीदारी बढ़ाना।

भारत में कई नगर निगम और राज्य सरकारें 'क्लाइमेट स्मार्ट सिटी' कार्यक्रम के अंतर्गत शहरों को जलवायु परिवर्तन के अनुकूल बनाने की दिशा में कार्य कर रही हैं। इंदौर, पुणे, सूरत जैसे शहरों में वर्षा जल संचयन, ग्रीन बिल्डिंग्स और साइकिल ट्रैक जैसी पहल काफी सराहनीय हैं।

जलवायु परिवर्तन कोई भविष्य की कल्पना नहीं, बल्कि आज की सच्चाई है – और शहरीकरण इसका मुख्य कारक और शिकार दोनों है। हमें एक ऐसे शहरी भारत की कल्पना करनी होगी, जो विकास की दौड़ में प्राकृतिक संतुलन को न भूले।

'भविष्य के शहर' केवल तकनीकी रूप से स्मार्ट नहीं, बल्कि पर्यावरणीय रूप से जिम्मेदार भी होने चाहिए। तभी हम आने वाली पीढ़ियों को एक सुरक्षित, जीने योग्य वातावरण और सुखद भविष्य दे पाएंगे।

फूल महके सदा

■ डॉ. राजीव गुप्ता, फर्रुखाबाद ■

जिंदगी को चलो गुनगुना लें अभी,
प्यार कर लें अभी गीत गा लें अभी।

हसरतें क्यूँ अधूरी रहें आपकी,
पास आओ उन्हें भी निभा लें अभी।

आज मन में रहे ना जरा भी चुभन,
बात बिगड़ी है उसको बना लें अभी।

ये अँधेरा मिटे रोशनी से कहो,
द्वार पे एक दीपक जला लें अभी।

फूल महके सदा खुशबू आती रहे,
इस चमन को चलो हम सजा लें अभी।

फिर रहे ना समय प्रिय मनुहार का,
कोई रूठा है उसको मना लें अभी।

मत कहो कोई मेरा नहीं है यहाँ,
चाँद को भी कहो तो बुला लें अभी।

इस तरह रूठ के यूँ नहीं जाइए,
पास आओ तो दिल में छिपा लें अभी।

मोड़ आया कहानी में फिर से नया,
तुम कहो तो इसे भी सुना लें अभी।

अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

हमसे जुड़ने के लिए नीचे दिये गये चिह्न पर क्लिक करें

हिये तराजू तौलि के...

रश्मि किरण, राँची

वाणी मनुष्य का ऐसा आभूषण है, जो न केवल उसे सुंदर बनाता है, बल्कि समाज में उसकी पहचान और सम्मान का निर्धारण भी करता है। शब्दों का चयन, वाणी का स्वर, चेहरे का भाव और वक्तव्य की शैली ये सब मिलकर व्यक्ति के संपूर्ण व्यक्तित्व को दर्शाते हैं।

शब्दों की शक्ति को नकारा नहीं जा सकता। शब्द केवल ध्वनि नहीं होते, वे भावनाओं के संवाहक होते हैं। एक ही बात यदि अलग-अलग लहजे में कही जाये, तो उसका प्रभाव भी उतना ही भिन्न हो सकता है। कई बार एक शब्द भी गहरे घाव दे सकता है, तो वही शब्द प्रेम की वर्षा भी कर सकता है।

कबीर की वाणी से व्यवहार की मर्यादा का ज्ञान होता है। संत कबीर दास का यह दोहा सीधे-सीधे हमारे व्यवहार के महत्व को रेखांकित करता है -

ऐसी वाणी बोलिए, मन का आपा खोय।
औरन को शीतल करे, आपहु शीतल होय।।

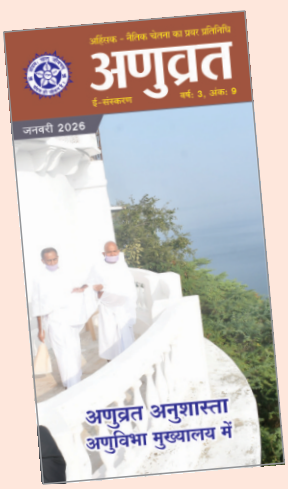
यह कहना बहुत आसान है कि 'मैं तो साफ बात करता हूँ', लेकिन साफ बात का मतलब यह नहीं कि हम किसी की भावनाओं को ठेस पहुँचाएं। सत्य कहना आवश्यक है, परंतु वह सत्य अगर प्रेम से, शालीनता से और संवेदनशीलता से कहा जाये, तभी उसका प्रभाव सकारात्मक होता है।

व्यवहार को अच्छा बनाने के लिए आत्म-अवलोकन जरूरी है ''मेरे शब्द किसी को आहत तो नहीं कर रहे? मेरी चुप्पी कहीं अन्याय का साथ तो नहीं दे रही?'' व्यवहार के स्तर पर आत्मनिर्णय करना आवश्यक है। हर परिस्थिति में, हर संबंध में हमें अपने व्यवहार का निर्धारण करना होता है। यह

निर्धारण मन, अंतरात्मा, पढ़े हुए ज्ञान और संस्कारों के सामंजस्य से होना चाहिए। व्यवहार की असली कसौटी हमारा हृदय है। जब शब्द हमारे हृदय के तराजू में तौलकर निकलते हैं, तब वे न केवल प्रभावशाली होते हैं, बल्कि समाज में सौहार्द भी फैलाते हैं। हमारे शब्दों से किसी को हिम्मत मिले, किसी के आँसू थम जाएं, किसी को रास्ता दिखे इससे बड़ा जीवन में क्या हो सकता है?

आज जब समाज में असहिष्णुता बढ़ रही है, रिश्ते कमजोर हो रहे हैं, संवाद कटुता की ओर जा रहे हैं, ऐसे समय में अच्छे व्यवहार की, विचारशील वाणी की और सम्मानजनक विरोध की आवश्यकता और भी बढ़ जाती है। व्यवहार केवल समाज के लिए नहीं, आत्मिक उन्नति के लिए भी अनिवार्य है। शब्द और आचरण दोनों में संतुलन हो, तो जीवन एक सुंदर रचना बन सकता है –

बोली एक अनमोल है, जो कोई बोलै जानि।
हिये तराजू तौलि के, तब मुख बाहर आनि।।



अणुव्रत विश्व भारती

की एक अभिनव पहल

अणुव्रत पत्रिका

ई-संस्करण

नि:शुल्क पत्रिका प्राप्त करने के लिए दिये गये 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।

गिफ्ट

दिनेश प्रताप सिंह 'चित्रेश', जासापारा (सुल्तानपुर)

कुछ चीजें हमें राह चलते मिल जाती हैं, एकदम गॉड गिफ्टेड! जैसे मेरी यह कहानी...। मामला कुछ यूं है...एक दिन मैं बीमा निगम के दफ्तर की सीढ़ियों से नीचे आ रहा था। तभी मेरी निगाह उस 'प्रोविजन एण्ड गिफ्ट स्टोर' के काउंटर के पीछे बैठे व्यक्ति पर पड़ गयी। मुझे लग रहा था, मैं उसे अच्छी तरह जानता हूँ किन्तु कन्सेप्ट नहीं क्लियर हो रहा था तभी उसकी निगाह मेरे ऊपर पड़ गयी। वह खुलकर मुस्कुराया... और उसके ऊपरी दाँतों की पंक्ति के दाहिनी तरफ के तीसरे टूटे दाँत ने स्मृति की धुंध को एकबारगी साफ कर दिया... वह अजित था, मेरे सहपाठी सुमित का छोटा भाई! मैं मुस्कुराता हुआ काउंटर के सामने पहुँच गया।

''प्रणाम भैया, बैठें तो सही...'' उसने काउंटर का एक किनारा उठाकर मुझे अन्दर आने का इशारा किया। मैं स्टूल पर बैठ गया। उसने पैर छूकर दोबारा अभिवादन किया और बातचीत की शुरुआत कर ही रहा था, तभी एक फॉर्च्यूनर रुकी। पीछे से निकलकर सफेद ड्रेस और लाल पगड़ी वाले अर्दली ने कार के बीच और आगे का गेट खटा-खट खोल दिया। बीच वाले चैम्बर से दो लोग निकले, करीब पैंतीस साल का रोबीला हैंडसम पुरुष और

तीस-बत्तीस साल की खूबसूरत औरत... साथ में चार-पाँच साल का एक सुदर्शन बालक भी था, जो काफी सुस्त और अपने आप में खोया हुआ-सा लग रहा था। वे स्टोर की तरफ बढ़ने लगे, तभी ड्राइवर की बगल वाली सीट से बाहर आया 27-28 साल का गोरा-चिट्टा लम्बा छरहरा युवक भी उनके पीछे लग गया। संभवत: वह ट्रेनी ऑफिसर रहा होगा।

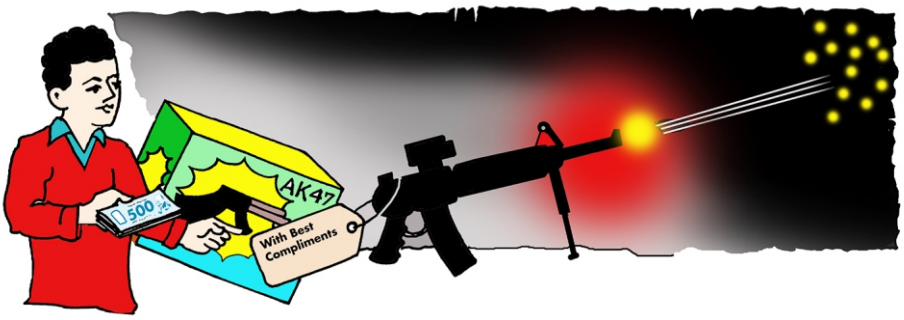
काउंटर के सामने आते ही बड़े साहब ने बच्चे के लिए खिलौने दिखाने को कहा। अजित ने रंग-बिरंगे पन्नों वाला एक ब्रोशर उनके सामने कर दिया, ''सर, इसमें से सिलेक्ट करें। वैसे एक आइटम यह है - टॉकिंग पैरट! इसे जरूर लें। इसके सामने बच्चे जो बोलते हैं, यह उसे दोहरा देता है...।''

''ठीक है, इसे पैक कर दो।'' ब्रोशर के पन्ने पलटते हुए वह बोले, ''अभी यह पाँच साल का होने वाला है, इसके लिए कुछ क्रिएटिव खिलौने होने चाहिए, जैसे यह मैकेनिक्स...!''

''जी सर...!'' कहकर अजित ने 'मैकेनिक्स' तो निकाला ही, 'ब्लॉक गेम' का डिब्बा निकालकर इससे जुड़े खेलों से बच्चों की रचनात्मकता और कल्पना की उड़ान पर प्रकाश डालने लगा।

यह गेम भी ओके हो गया। तभी ब्रोशर में छपी कार्बाइन और एके-47 पर बच्चे की निगाह पड़ गयी। उसने उत्साहित होकर कहा, ''पापा, ये दोनों भी...!''

बच्चे की चैतन्यता पर महिला मुस्कुरायी, दूसरा नौजवान भी उसे सराहना भरी निगाह से देखने लगा। किन्तु साहब जो पहले से ही गम्भीर थे, उनके चेहरे पर एकबारगी उलझन के भाव आ गये। वे पत्नी और साथी युवक पर निगाह डालते हुए कुछ कड़वाहट के साथ बोले-''क्या यह खेलने की चीज है? खिलौना उसे कहते हैं जो बच्चे को अपनी कल्पनाशक्ति से कुछ नया रचने के लिए प्रेरित करे।



उसके अन्दर सकारात्मक मनोवृत्ति के निर्माण में सहायक हो। ये तो खतरनाक हथियार हैं, विध्वंस के सामान...ये कैसे खिलौने...?''

बच्चे की माँ ने उलाहना-सा देते हुए कहा, ''मुझे अक्सर सुनने को मिलता है कि दीपू बहुत सुस्त है। अपने आप में खोया रहता है। अभी उसने कितनी ललक के साथ अपनी पसन्द बतायी लेकिन नुक्स निकल गया।''

बालक आशा भरी निगाह से माँ और अंकल को देख रहा था। मुझे साहब की बात में दम दिख रहा था किन्तु मैडम का कहना भी तर्कपूर्ण था। साहब के चेहरे पर झुँझलाहट थी। उन्होंने कुछ सख्त लहजे में अपना निर्णय सुनाया, ''बात पढ़ाई की नहीं है, खिलौने मानस का निर्माण करते हैं। बंदूक देकर हम बच्चे की मासूमियत का खून करते हैं। गन से खेलने वाले बच्चे का मानस हिंसक बनेगा। उसकी भाषा धौंसपूर्ण होगी और व्यवहार आक्रामक...! खेलने के लिए कार्बाइन देकर हम अपनी संतान को मवाली बनने का प्रशिक्षण देते हैं। माइ कान्शस डजन्ट अलाउ टु डू दैट...!''

उनके अंग्रेजी बोलने का मतलब था - बस, अब कोई गुंजाइश नहीं! पत्नी और युवक उनका मुँह देखते रह गये। बच्चा निराश होकर और भी आत्मलीन हो गया था। साहब पूरे सिलसिले से बेखबर, सामान की लिस्ट अजित को देते हुए बोले, ''इसे निकालकर रखें, आधे घंटे में लौटता हूँ।''

अजित एक-एक सामान निकालकर काउंटर पर रखता जा रहा था, साथ ही ढेरों पुरानी बातें भी बता रहा था। मैं सुन जरूर रहा था लेकिन ध्यान साहब की सोच पर टिका

था...एक अधिकारी आदमी, ढेर सारी जिम्मेदारियाँ और व्यस्तताएं... फिर भी खिलौने जैसी चीज को लेकर इतना गहरा और सटीक चिन्तन...? कैसे-कैसे और कितने समझदार लोग हैं दुनिया में अभी! जबकि कहा जा रहा है, दुनिया बिना सोचे-समझे सरपट भागने की आदी हो चुकी है...। यह अर्द्धसत्य भले हो, पूरा सच नहीं हो सकता...।

मैं दुकान से निकलने की सोच रहा था, तभी अजित ने चाय मँगवा ली। हम इत्मीनान से चाय सिप करने लगे। फॉर्च्यूनर फिर आ खड़ी हुई। इस बार साहब, मैडम और बच्चा नहीं थे। अर्दली ने बीच वाला गेट खोला तो युवक बाहर आया। उसने बिल का ऑनलाइन पेमेंट कर दिया और पॉलीबैग अर्दली के हवाले करते हुए कहा, ''पहले यह सर के यहाँ पहुँचा दो। मैं अपना कुछ काम निपटा के लाल डिग्गी चौराहे पर मिलता हूँ। वहीं मेरा इन्तजार करना...।''

गाड़ी आगे बढ़ गयी। युवक काउंटर पर आया, एक ड्रोन सेट पैक कराया और उस पर 'जन्मदिन की ढेर सारी मंगलकामनाएं' का चमकदार टैग लगवा के नीचे नाम के स्थान पर 'अनुपम सिंह पीसीएस' लगाने को कहा।

''अब कार्बाइन और एके-47 भी पैक कर दो।'' उसे पैक करते हुए अजित ने कहा,''आखिरकार सर बच्चे को उसकी पसन्द का खिलौना देने को राजी हो ही गये।''

''नहीं, सर अपनी धुन के पक्के हैं। किसी की नहीं सुनते...।'' कहते हुए उसने इस वाली पैकिंग में एक अलग किस्म का शुभकामना टैग लगवाया और नाम का स्थान खाली छोड़वा दिया। फिर बिंदास अंदाज में पेमेंट करते हुए बताया,''इन फैक्ट, यह दीपू के लिए भाभी जी की तरफ से बेनामी गिफ्ट है।'' युवक थैला लिये आगे बढ़कर लोगों की भीड़ में गुम हो गया...। यही है वह गॉड गिफ्टेड कहानी...जिसे पाकर मैं कतई खुश नहीं हूँ क्योंकि इसमें एक बड़े समझदार आदमी की बेहतरीन सोच का कत्ल उसके ही परिजनों ने कर दिया है।

एहसास

अनिल कुमार जैन, सवाई माधोपुर

प्रकाश का बेटा रघु शादी के बाद विदेश से एक बार भी नहीं आया, पूरे पाँच वर्ष हो गये। प्रकाश ने फोन किया, ''बेटे, तुम्हें देखे पूरे पाँच साल हो गये, कब आओगे?''

बेटे ने बड़ा ही रूखा जवाब दिया- ''मैं वहाँ आकर क्या करूँगा, यहाँ मेरा परिवार है, बच्चे हैं। बाऊजी, मैं अभी नहीं आ सकूँगा, जब समय होगा, तो आऊँगा।''

सुनकर प्रकाश की रूलाई फूट पड़ी-''बेटे, क्या तुम्हें हमारी याद नहीं आती, तुझे देखने को बहुत जी कर रहा है।''

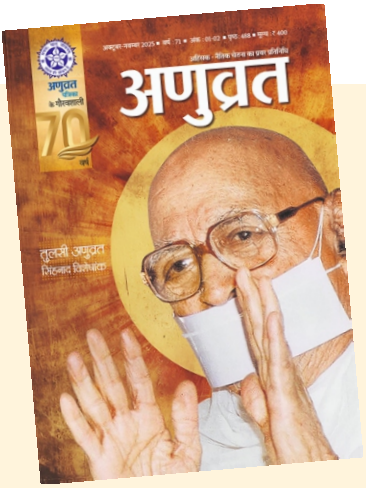
''बाऊजी, आप भी क्या व्यर्थ की बातें करते हो। फोन पर बात कर ही लेते हैं। ...और आपको कोई परेशानी हो तो बताओ। वैसे हर महीने मैं पैसे भिजवाता ही हूँ। ज्यादा पैसों की जरूरत हो तो, ऐसा कहो।''

प्रकाश स्तब्ध रह गया। वह आँखें बंद कर कुर्सी पर बैठ गया। कुछ देर बाद वह उठा और बैग में कपड़े रखने लगा तो पत्नी ने पूछा, ''क्या बात है? कहाँ की तैयारी है?''

''प्रायश्चित्त करना है।''

''कैसा प्रायश्चित्त, मैं समझी नहीं?''

''बेटे ने मेरी आँखें खोल दीं। पिछले कई वर्षों से पिताजी को सम्भालने गाँव नहीं गया, उनकी आत्मा कितनी दु:ख रही होगी। कितनी बार माँ-बाबूजी ने मुझे आने को कहलवाया, पर मैं कभी गाँव नहीं गया। बस उनकी जरूरत के सामान भिजवाता रहा और अपने-आपको श्रवण कुमार समझता रहा। वास्तव में यह सही है, जो बोओगे, वो ही काटोगे। मैं नये सिरे से बीज बोऊँगा, माँ-पिताजी की सेवा करूँगा। हो सकता है, ईश्वर मुझे माफ कर दे।'' वह अपना बैग लेकर बस स्टैण्ड की ओर रवाना हो गया।



अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी के पावन जन्म की 111 वर्षीय परिसम्पन्नता तथा उनकी मुनि दीक्षा के 100 वर्ष पूर्ण होने के साथ ही अणुव्रत पत्रिका के प्रकाशन के 71वें वर्ष में प्रवेश पर प्रकाशित 'तुलसी अणुव्रत सिंहनाद विशेषांक' (अक्टूबर-नवम्बर 2025) के संदर्भ में हमें निरंतर संवाद और सम्मतियाँ प्राप्त हो रही हैं। 'पाठक परख' के अंतर्गत आप प्रबुद्ध पाठकों के मूल्यवान विचारों से परिचित हो सकेंगे।

अब तक का सर्वोत्तम विशेषांक

'तुलसी अणुव्रत सिंहनाद विशेषांक' - अणुव्रत पत्रिका का अब तक का सर्वोत्तम विशेषांक प्राप्त करके तथा मुख्य-मुख्य आलेख व संस्मरण पढ़कर आत्मिक प्रसन्नता मिली। आचार्य तुलसी से जुड़े इस विशेषांक में अणुव्रत से सम्बन्धित प्राय:-प्राय: सभी सामग्री आपने संकलित कर दी है। संचयजी, आपने पूर्ण श्रम से इन्हें संकलित करने के साथ ही चयन कर अलग-अलग खण्डों में इनको विभाजित व पूरे विवेक से सम्पादित किया है। मैंने पिछले सभी विशेषांकों में से कुछ को ही चुनकर-सम्भाल कर अभी तक रखा है। यह विशेषांक भी उस कड़ी में सदैव सुरक्षित रखा जाने वाला ग्रंथ है। आपके सम्पादन व श्रम के लिए दिल से धन्यवाद।

- **विजयराज सुराणा**, गाजियाबाद

अणुव्रत दर्शन की सांगोपांग प्रस्तुति

'अणुव्रत' पत्रिका के 70 वर्ष पूरे होने के उपलक्ष में प्रकाशित 'तुलसी अणुव्रत सिंहनाद विशेषांक' में आचार्य तुलसी और अणुव्रत दर्शन को जानने-समझने की भरपूर सामग्री है। ऐसी सामग्री जुटाना किसी भी पत्रिका के संपादक के लिए आसान नहीं होता, किन्तु यहाँ यह दुर्लभ काम हो गया है।

आवश्यक नहीं कि इस अंक को शुरू से पढ़ा जाये। इसमें इतना वैविध्य है कि इसे कहीं से भी पढ़ना शुरू किया जा सकता है और सहज-सरल आस्थावान जीवन की राह पर कदम बढ़ाया जा सकता है। यह कहना भी अतिशयोक्ति नहीं होगी कि इस विशेषांक को पढ़ते हुए लगता है पाठक मानो अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य तुलसी के सान्निध्य में ही बैठा है और गुरु की सीख की मधुर बौछारों में भीग रहा है।

– **राजेन्द्र बोड़ा**, जयपुर

अणुव्रत का सिंहनाद सदियों तक गूँजेगा

'तुलसी अणुव्रत सिंहनाद विशेषांक' अपने आप में एक अनूठा, अद्भुत और अतुलनीय अंक है। संग्रहणीय अंक है। इससे लोगों के जीवन को नयी दिशा मिलेगी। इस विशेषांक को पढ़ते हुए मेरे मन में प्रकट काव्यमय भाव प्रस्तुत हैं -

छोटे-से एक अणु की जग में धूम मची सर्वत्र।
अणुबम को है खुली चुनौती, यह तुलसी का अस्त्र।।
तुलसी एक महान संत हैं, सारा जग पूजेगा।
यह अणुव्रत का सिंहनाद है, सदियों तक गूँजेगा।।

इतने सुंदर अंक के लिए भाई संचय जैन को, भाई मोहन मंगलम को और समस्त अणुव्रत परिवार को मैं हृदय से अपनी शुभकामनाएं समर्पित करना चाहता हूँ।

– **इकराम राजस्थानी**, जयपुर

क्या हों हमारी प्राथमिकताएं?

परिचर्चा के इस विषय पर पाठकों से प्राप्त चिंतन बिंदु -

आत्म-परिवर्तन से राष्ट्र-निर्माण

आने वाले 25 वर्षों के लिए मेरी प्राथमिकताएं उपदेशों पर नहीं, बल्कि मेरे आचरण के छोटे-छोटे अणुओं पर टिकी होंगी - संयम ही जीवन है के संकल्प के साथ मैं मानसिक स्वास्थ्य और अनुशासन को प्राथमिकता दूँगी। बच्चों को सदाचार और संवेदनशीलता सिखाने के साथ ही बुजुर्गों के अनुभव को सम्मान और युवाओं के नवाचार को उचित स्थान देकर मैं एक सुदृढ़ पारिवारिक इकाई का निर्माण करूँगी। बतौर देशवासी मैं पर्यावरण संरक्षण, प्लास्टिक निषेध और जल संचयन को व्यक्तिगत आंदोलन बनाऊँगी। मेरे ये छोटे कदम राष्ट्र के महान लक्ष्यों की प्राप्ति में सहायक सिद्ध होंगे।

- **कुसुम बैद**, हावड़ा

जीओ और जीने दो की भावना हो सर्वोपरि

देश के रूप में सबसे पहले जाति और धर्म के नाम पर सांप्रदायिक भेदभाव को भूलकर एकता के बंधन प्रगाढ़ करें। परिवार को एकता के सूत्र में बाँधना, संयुक्त परिवार को प्राथमिकता और प्राचीन संस्कृति और सभ्यता को जीवित रखना हमारी प्राथमिकता होनी चाहिए। धन अर्जित करना ही हमारे जीवन का उद्देश्य नहीं हो। सबका सुख देखना, दान की परंपरा को बढ़ाना हमारी प्राथमिकता होनी

चाहिए। पर्यावरण, पशु-पक्षी जो हमारी प्रकृति की श्रृंखला है, उसे हमें सहेज कर रखना है। जीओ और जीने दो की भावना सर्वोपरि हो। – **सुधा दुबे**, भोपाल

'सर्वप्रथम देश, फिर हम'

कोरी आदर्शवादी बातें कहने से सार्थक बदलाव ला पाना असंभव है। इसके लिए अपने स्तर पर जमीन से जुड़े कार्य करने होंगे। मैं वर्षों से जरूरतमंदों, दूध वालों और महरियों के बच्चों को मुफ्त में पढ़ाती हूँ। उन्हें शिक्षा, स्वास्थ, देशप्रेम, बड़ों का आदर करना सिखाती हूँ। हमारे थोड़े-से श्रम और धन से किसी का जीवन सुधर जाये, इससे बड़ा सुख और कौन-सा होगा। 'सर्वप्रथम देश, फिर हम' की सोच अगर सभी में पनपे तो देश की सारी समस्याएं खुद ब खुद हल हो जाएंगी। – **पूर्णिमा मित्रा**, बीकानेर

स्वयं को सक्षम बनाने का संकल्प

परिवर्तन की यात्रा का आरंभ स्वयं से होकर ही परिवार और राष्ट्र तक पहुँचा जा सकता है। मैंने अब अपने जीवन की प्राथमिकता स्वयं तय करके जीने का एक नया प्रयास शुरू किया है। शारीरिक स्वास्थ्य के लिए नियमित योग, ध्यान, संतुलित आहार, पर्याप्त नींद लेने का प्रयास करना। अपने मन में उठने वाले अनकहे विचारों को समझना और उन्हें कम करने का प्रयास करना। निरंतर सीखने का प्रयास करना। रचनात्मक कार्यों में रुचि रखना। बोलना कम और सुनना ज्यादा, संपर्क में आने वाले प्रत्येक व्यक्ति के गुणों पर ध्यान देना। पहले स्वयं को सक्षम बनाना स्वार्थ नहीं बल्कि दूसरों के लिए भी उपयोगी है। – **प्रीति जैन**, हिसार

सेहत का ध्यान, प्रकृति का सान्निध्य

इस अंधाधुंध भागती दुनिया में आने वाले 25 वर्षों के लिए मेरी पहली प्राथमिकता थोड़े ठहराव की है जहाँ हम खुद को, समाज को, प्रकृति को ठिठक कर देख सकें। एक

व्यक्ति के रूप में मेरी प्राथमिकता होगी स्वयं के प्रति थोड़ी ईमानदारी, बेहतर स्वास्थ्य के लिए व्यायाम-ध्यान के साथ ही प्रकृति का सान्निध्य।
एक परिवार के स्तर पर संयम और संवाद को स्थान दूँगा। अपना समय मोबाइल की अपेक्षा परिवार को दूँगा। देश के स्तर पर मेरी प्राथमिकता होगी - बड़े-बड़े नारे नहीं, छोटे-छोटे कदम। जैसे मैं शिक्षक हूँ तो आस-पड़ोस जहाँ भी रहूं, शिक्षा के अलख का दीप हमेशा जलाता रहूं। पर्यावरण संरक्षण पर एक पैनी नजर, महज नारों में नहीं, बल्कि व्यवहार में हो। - **नवलेश कुमार**, वारिसलीगंज

आगामी परिचर्चा का विषय

पृथ्वी हमें उपहार में मिली है या उधार?

☐ बाहरी पर्यावरण संकट, हमारे आंतरिक नैतिक संकट का प्रतिबिंब तो नहीं है?
☐ कहाँ खो गयी 'जरूरत' और 'लालच' के बीच की लक्ष्मण रेखा?
☐ अणुव्रत के मूलमंत्र 'संयम' में छुपा है पृथ्वी संकट का स्थायी समाधान?
आइए, विश्व पृथ्वी दिवस के अवसर पर इन्हीं सब बिंदुओं पर करते हैं चर्चा!
अणुव्रत पत्रिका के अप्रैल 2026 अंक में प्रकाशित होने वाली परिचर्चा के लिए इन्हीं चिंतन बिंदुओं पर अपने सारगर्भित व अनुभवजन्य विचार हमें अधिकतम 200 शब्दों में 10 मार्च 2026 तक निम्न व्हाट्सएप नंबर के माध्यम से लिख भेजिए।

9116634512

कृपया ध्यान दें - आपके विचार अपने अनुभव व संकल्प से जुड़े हों। अनुभवजन्य उद्गार अधिक प्रभावी होते हैं। अणुव्रत का दर्शन भी स्वयं से शुरुआत करने का पक्षधर है।

अणुव्रत सिखाता है आत्मानुशासन

अणुव्रत अनुशास्ता ने किया 'अपने से अपना अनुशासन' का आह्वान

मकराना। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने यहाँ सामुदायिक भवन में पावन पाथेय प्रदान करते हुए कहा कि आदमी को आत्मानुशासन करने का प्रयास करना चाहिए। जीवन में आत्मानुशासन हो तो काफी हद तक दु:खों से छुटकारा हो सकता है। अणुव्रत में भी कहा गया है कि अपने से अपना अनुशासन करने का प्रयास करना चाहिए। इसके लिए आदमी को अपनी वाणी का संयम करने का प्रयास करना चाहिए। आचार्यश्री ने कहा कि यहाँ के सभी लोगों में धार्मिक भावना, सद्भावना, नैतिकता व नशामुक्ति का प्रभाव बना रहे। आचार्यश्री ने लोगों को थोड़ी देर के लिए प्रेक्षाध्यान का प्रयोग भी कराया। साध्वीप्रमुखाश्री विश्रुतविभा ने भी उपस्थित जनता को उद्बोधित किया। स्थानीय विधायक जाकिर हुसैन गेसावत ने भी अपनी भावाभिव्यक्ति दी।

योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा

राष्ट्रीय संयोजक विनोद कोठारी की रिपोर्ट

व्यक्ति, समाज व राष्ट्र के नैतिक व चारित्रिक उत्थान के लिए गत 77 वर्षों से सतत प्रत्यनशील अणुव्रत आंदोलन अपने अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी की प्रेरणा व ऊर्जा से ओत-प्रोत अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में देशभर की लगभग 240 से अधिक अणुव्रत समितियों व मंचों की कर्मठता से निरंतर गतिशील है।

राष्ट्रीय अध्यक्ष प्रतापसिंह दुगड़ के नेतृत्व व महामंत्री मनोज सिंघवी के निर्देशन में योगक्षेम संगठन यात्रा का प्रथम चरण 14 दिसम्बर 2025 से 15 जनवरी 2026 के दरम्यान सफलतापूर्वक संपन्न हुआ। यात्रा दल में शामिल अणुविभा के केन्द्रीय पदाधिकारियों ने समितियों के आय-व्यय रजिस्टर, मीटिंग रजिस्टर आदि का निरीक्षण किया और आवश्यक सुझाव दिये।

हरियाणा

यात्रा दल : अणुविभा अध्यक्ष प्रतापसिंह दुगड़, उपाध्यक्ष डॉ. कुसुम लुनिया, सहमंत्री सुरेंद्र नाहटा व कार्यकारिणी सदस्य बाबूलाल दुगड़।

फरीदाबाद : 27 दिसम्बर को योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा के अंतर्गत अणुविभा के केंद्रीय पदाधिकारियों का फरीदाबाद आगमन हुआ। अतिथियों का स्वागत अणुव्रत समिति फरीदाबाद के अध्यक्ष राजेश जैन ने किया।

फरीदाबाद

अध्यक्ष प्रतापसिंह दुगड़ ने अणुविभा द्वारा संचालित विभिन्न प्रकल्पों की जानकारी प्रदान करते हुए कहा कि इस दिशा में फरीदाबाद समिति को खूब बढ़-चढ़ कर काम करना है। संगठन यात्रा के क्षेत्रीय प्रभारी व सहमंत्री सुरेन्द्र नाहटा ने सदस्यता संख्या वृद्धि की प्रेरणा दी।

राजस्थान (बीकानेर संभाग)

यात्रा दल : अणुविभा उपाध्यक्ष डॉ. कुसुम लुनिया, पर्यावरण प्रकल्प संयोजिका डॉ. नीलम जैन, अणुव्रत पत्रिका सदस्यता प्रसार संयोजक विनोद बच्छावत व बीकानेर संभाग राज्य प्रभारी अशोक चौरड़िया।

श्रीगंगानगर : योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा के अंतर्गत श्रीगंगानगर के श्री आत्मवल्लभ जैन कन्या महाविद्यालय में हुई कार्यशाला में आयोजित कार्यक्रम में अणुव्रत समिति के अध्यक्ष राजकुमार जैन, मंत्री राहुल जैन, कोषाध्यक्ष जोगेन्द्र जैन ने केन्द्रीय दल का स्वागत किया।

पीलीबंगा : योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा जब पीलीबंगा पहुँची तो अणुव्रत समिति के अध्यक्ष सुभाष चंद्र जैन ने शब्दों से व अणुव्रत पटके से अतिथियों का स्वागत किया।

सरदारशहर : सरदारशहर के तेरापंथ भवन में आयोजित कार्यक्रम में मुनिश्री सुमति कुमार ने संगठन की सक्रियता की सराहना करते हुए भविष्य में भी निरंतर कार्य करते रहने की प्रेरणा प्रदान की। अणुव्रत समिति अध्यक्ष सुमन भंसाली ने स्वागत वक्तव्य प्रस्तुत किया।

श्रीगंगानगर

श्रीडूंगरगढ़ : राष्ट्रीय पदाधिकारियों की टीम रविवार को श्रीडूंगरगढ़ पहुँची। इस अवसर पर मालू भवन स्थित सेवा केंद्र में व्यवस्थापिका साध्वीश्री संगीताश्री एवं साध्वीश्री डॉ. परमप्रभा के सान्निध्य में अणुव्रत समिति द्वारा कार्यक्रम आयोजित किया गया। इससे पहले सत्यनारायण स्वामी ने स्वागत उद्‌बोधन दिया।

चाड़वास : 5 जनवरी को योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा चाड़वास पहुँची। साध्वीश्री सुदर्शना ने अणुव्रत को सर्वसमाज के लिए बहु उपयोगी बताया। अणुव्रत समिति अध्यक्ष जगदीश प्रसाद जाट ने स्वागत वक्तव्य दिया।

छापर : भिक्षु साधना केंद्र में हुए कार्यक्रम में मुनिश्री पृथ्वीराज ने अणुव्रत आंदोलन को समाज में सकारात्मक परिवर्तन का प्रभावी माध्यम बताया। मुनिश्री देवेंद्रकुमार ने कहा कि ये संगठन यात्राएं बहुत उपयोगी हैं। कार्यक्रम में अणुव्रत समिति के अध्यक्ष विनोद नाहटा, उपाध्यक्ष जगदीश शर्मा सहित अनेक कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

सुजानगढ़ : तेरापंथ सभा भवन में अणुव्रत समिति सुजानगढ़ की ओर से योगक्षेम संगठन यात्रा के विभिन्न आयामों पर केंद्रित संगोष्ठी का आयोजन किया गया।

बीदासर : संगठन यात्रा में शामिल अणुविभा पदाधिकारियों सहित बीदासर समिति सदस्य मुनिश्री जंबूकुमार, मुनिश्री जयकुमार एवं साध्वीश्री मंजूयशा से मंगल पाठ श्रवण कर संगोष्ठी में शामिल हुए। अणुव्रत समिति अध्यक्ष दानमल बांठिया ने स्वागत वक्तव्य दिया।

दक्षिण गुजरात

यात्रा दल : अणुविभा उपाध्यक्ष विनोद कोठारी, महामंत्री मनोज सिंघवी, संगठन मंत्री (पश्चिमांचल) पायल चौरड़िया, गुजरात राज्य प्रभारी संजय बोथरा, अणुव्रत संकल्प शृंखला संयोजक विमल लोढा, अणुव्रत वाहिनी संयोजक कमलेश गादिया, अणुव्रत क्षेत्रोत्थान संयोजक अनिल समदड़िया व अणुव्रत डिजिटल डिटॉक्स संयोजक रोशन सुराणा।

चलथान : दक्षिण गुजरात में संगठन यात्रा का आगाज 10 जनवरी को अणुव्रत समिति चलथान से किया गया। अणुविभा महामंत्री मनोज सिंघवी ने योगक्षेम वर्ष के अंतर्गत कार्यक्रमों की जानकारी दी। इससे पहले समिति अध्यक्ष कांता नौलखा ने स्वागत वक्तव्य दिया।

व्यारा : चलथान से यह दल 10 जनवरी को ही व्यारा पहुँचा। अणुविभा उपाध्यक्ष विनोद कोठारी व महामंत्री मनोज सिंघवी ने समस्याओं का समाधान करते हुए समिति को वापस सुचारु रूप से संचालित करने का आह्वान किया।

सचिन : 10 जनवरी को संगठन यात्रा सचिन पहुँची तो अणुव्रत समिति अध्यक्ष भीखम मनोट ने स्वागत वक्तव्य दिया। अणुविभा पदाधिकारियों ने योगक्षेम वर्ष के अंतर्गत होने वाले कार्यक्रमों की जानकारी दी।

बारडोली : 10 जनवरी को यात्रा बारडोली पहुँची। समिति अध्यक्ष अमृता कावड़िया ने स्वागत वक्तव्य दिया। केंद्रीय पदाधिकारियों ने बारडोली श्मशान में अणुव्रत आचार संहिता के पट्ट का अनावरण एवं अणुव्रत वाटिका का निरीक्षण भी किया।

सूरत : 10 जनवरी को योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा का अगला पड़ाव था सूरत। ग्रेटर सूरत समिति अध्यक्ष रतनलाल भलावत ने स्वागत वक्तव्य दिया। राजेश सुराणा ने कहा कि सूरत समिति को राष्ट्रीय स्तर पर कोई बड़ा कार्यक्रम दिया जाये।

बारडोली

वापी : संगठन यात्रा 11 जनवरी को वापी पहुँची। अणुव्रत समिति की मंत्री सीमा चोपड़ा ने समिति द्वारा किये गये कार्यक्रमों की जानकारी दी।

उमरगांव : उमरगांव में अणुव्रत मंच संचालित है। अणुव्रत मंच के संयोजक मुकेश सेठ ने सभी का स्वागत करते हुए विचार रखे।

उत्तर गुजरात व कच्छ

यात्रा दल : अणुविभा उपाध्यक्ष डॉ. विमल कावड़िया, अणुव्रत बालोदय संयोजिका डॉ. सीमा कावड़िया, उत्तर गुजरात राज्य प्रभारी सुरेश बागरेचा व कच्छ-सौराष्ट्र राज्य प्रभारी महेश मेहता।

गांधीधाम : गांधीधाम की संगठन यात्रा के दौरान स्थानीय अणुव्रत समिति पदाधिकारियों के साथ गौतम हाउस के जितेन्द्र सिंघवी परिवार से शिष्टाचार भेंट कर अणुव्रत वाटिका निर्माण हेतु प्रेरित किया गया।

खेड़ब्रह्मा : 9 जनवरी को राष्ट्रीय उपाध्यक्ष डॉ. विमल कावड़िया की अध्यक्षता में अणुव्रत समिति खेड़ब्रह्मा द्वारा योगक्षेम संगठन यात्रा का आयोजन किया गया। खेड़ब्रह्मा समिति के अध्यक्ष अभिनंदन छाजेड़ एवं मंत्री निलेश कोठारी ने समिति गतिविधियों की जानकारी दी।

अहमदाबाद : संगठन यात्रा ईडर, विजापुर, मानसा होती हुई अहमदाबाद पहुँची। अणुव्रत समिति अहमदाबाद की अध्यक्ष डिम्पल श्रीमाल ने स्वागत वक्तव्य दिया।

खेड़ब्रह्मा

भुज : 10 जनवरी को योगक्षेम अणुव्रत संगठन यात्रा भुज पहुँची। अणुव्रत समिति भुज के अध्यक्ष महेश मेहता ने स्वागत वक्तव्य दिया।

राजस्थान (उदयपुर-भीलवाड़ा संभाग)

यात्रा दल : अणुविभा सहमंत्री जगजीवन चौरड़िया, राज्य प्रभारी (उदयपुर-भीलवाड़ा संभाग) अभिषेक कोठारी और बालोदय संयोजिका डॉ. सीमा कावड़िया।

लावा सरदारगढ़ : उदयपुर-भीलवाड़ा संभाग की योगक्षेम संगठन यात्रा के लावा सरदारगढ़ पहुँचने पर अणुव्रत समिति के संरक्षक डॉ. बसंतीलाल बाबेल ने सभी का स्वागत किया। समिति के निवर्तमान अध्यक्ष सत्यदेव शर्मा एवं पूर्व अध्यक्ष गणपतलाल चौधरी ने अपनी बात रखी।

देवगढ़ : 6 जनवरी को देवगढ़ के तेरापंथ भवन में आयोजित कार्यक्रम में अणुव्रत समिति के पूर्व अध्यक्ष प्रकाश डागा ने सभी का स्वागत किया। बैठक के दौरान सर्वसम्मति से रेखा छाजेड़ को अणुव्रत समिति देवगढ़ का अध्यक्षीय दायित्व दिया गया।

भीम : 6 जनवरी को संगठन यात्रा के तहत अणुव्रत मंच भीम के सदस्यों के साथ हुई बैठक में मंच संयोजक महावीर मुणोत ने गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

शाहपुरा : 30 दिसम्बर को शाहपुरा में हुए कार्यक्रम में स्वागत वक्तव्य समिति अध्यक्ष रामस्वरूप काबरा ने दिया। मंत्री गोपाल पंचोली ने आगामी कार्यक्रमों के बारे में अवगति प्रदान की।

शाहपुरा

अणुविभा ने मनाया 44वाँ स्थापना दिवस

राजसमंद। बच्चों के संस्कार निर्माण व व्यक्तित्व विकास के प्रति समर्पित अणुविभा का 44वाँ स्थापना दिवस समारोह 30 दिसम्बर को आयोजित किया गया। मुख्य अतिथि अणुविभा के पूर्व अध्यक्ष एवं 'अणुव्रत' व 'बच्चों का देश' के सम्पादक संचय जैन ने अणुविभा के उद्देश्यों और उनकी पूर्ति की दिशा में अब तक हुए प्रयासों की चर्चा की। अध्यक्षता करते हुए अणुविभा उपाध्यक्ष डॉ. विमल कावड़िया ने बताया कि अणुव्रत बालोदय प्रकल्प से अब तक लाखों बच्चे लाभान्वित हो चुके हैं। विशिष्ट अतिथि सर्वोदय कार्यकर्ता जीतमल कच्छारा, अणुविभा के सहमंत्री जगजीवन चौरड़िया और आजाद फाउंडेशन जयपुर के गुलशन कश्यप ने भी विचार व्यक्त किये। कार्यक्रम में अमेरिका से पधारे रिचर्ड कोलटन, एमी कोलटन एवं जैक कोलटन अणुविभा मुख्यालय को देखकर बहुत प्रभावित हुए।

स्कूली बच्चे पहुँचे अणुविभा मुख्यालय

राजसमंद। अणुव्रत समिति बीदासर की प्रेरणा से ज्ञान ज्योति उच्च माध्यमिक शिक्षण संस्थान दड़ीबा बीदासर (चूरू) के विद्यार्थी तीन दिवसीय बालोदय एज्यूटूर के तहत अणुविभा मुख्यालय पहुँचे। बच्चों के साथ आये अध्यापकों ने कहा कि अणुविभा मुख्यालय की आवास एवं भोजन की जितनी प्रशंसा की जाये, उतनी कम है। राजकीय भीमराव अम्बेडकर उच्च प्राथमिक विद्यालय के 150 से अधिक बच्चे 17 जनवरी को अणुविभा मुख्यालय पहुँचे तथा एक दिवसीय अणुव्रत बालोदय शिविर में भाग लिया।

साहित्य में मूल्यपरक लेखन की आवश्यकता पर जोर

अणुव्रत लेखक मंच की वर्ष 2026 की प्रथम ऑनलाइन संगोष्ठी का आयोजन 3 जनवरी को किया गया। संगोष्ठी का केंद्रीय विषय 'आरम्भ हो प्रचंड' रखा गया। अणुव्रत लेखक मंच के संयोजक जिनेन्द्र कुमार कोठारी ने स्पष्ट किया कि 'प्रचंड आरम्भ' का आशय आक्रामकता नहीं, बल्कि चेतना की तीव्रता, सकारात्मक संकल्प और नैतिक दृढ़ता से है। अणुव्रत दर्शन के आलोक में यह विषय आत्मसंयम, मूल्यनिष्ठा और सामाजिक उत्तरदायित्व से जुड़ा हुआ है।

संगोष्ठी में 8 राज्यों के साहित्यकारों द्वारा प्रस्तुत कविताओं, गजलों, लघु आलेखों एवं गीतों में यह स्वर प्रमुख रहा कि लेखक केवल घटनाओं का वर्णनकर्ता नहीं, बल्कि समाज का पथप्रदर्शक है।

इससे पहले अणुव्रत लेखक मंच की ओर से वर्ष 2025 की अंतिम ऑनलाइन मासिक संगोष्ठी का आयोजन 27 दिसम्बर को किया गया। 'वर्ष 2025 : सिंहावलोकन' विषयक संगोष्ठी में अणुविभा अध्यक्ष प्रतापसिंह दुगड़ ने कहा कि वर्ष 2025 चुनौतियों के साथ-साथ आत्ममंथन का वर्ष रहा, जहाँ व्यक्ति और समाज दोनों को नैतिक दिशा की आवश्यकता और अधिक महसूस हुई। उपभोगवाद, हिंसा और असहिष्णुता के बीच अणुव्रत मूल्यों की प्रासंगिकता और बढ़ी है। आत्मसंयम, अहिंसा, सत्य और नैतिकता आज भी समाधान के सूत्र हैं।

संगोष्ठी में प्रतिभागियों ने साहित्य में मूल्यपरक लेखन की आवश्यकता पर बल दिया। कार्यक्रम को प्रभारी उपाध्यक्ष डॉ. कुसुम लुनिया और अणुव्रत लेखक मंच के राष्ट्रीय संयोजक जिनेन्द्र कुमार कोठारी ने भी संबोधित किया।

अणुव्रत का लक्ष्य है आदर्श समाज की रचना

फरीदाबाद। अणुविभा अध्यक्ष प्रताप सिंह दुगड़ ने कहा कि अणुव्रत आंदोलन का लक्ष्य आदर्श समाज की रचना है। वे सेक्टर 12 फरीदाबाद में आयोजित सरस आजीविका मेला व स्वदेशी उत्सव को मुख्य अतिथि के रूप में संबोधित कर रहे थे।

अणुव्रत समिति फरीदाबाद के आमंत्रण पर आयोजित इस कार्यक्रम में अणुविभा उपाध्यक्ष डॉ. कुसुम लुनिया, सहमंत्री सुरेंद्र नाहटा व कार्यकारिणी सदस्य बाबूलाल दुगड़ ने विशेष अतिथि के रूप में शिरकत की। ट्रैफिक ताऊ के नाम से प्रसिद्ध सब इंस्पेक्टर विरेन्द्र सिंह तथा सुरेंद्र सिंह कम्युनिटी पुलिसिंग ने मेला में आये हुए लोगों को नशा से मुक्त रहने एवं ट्रैफिक नियमों का उल्लंघन न करने की शपथ दिलायी। इससे पहले अतिथियों का अभिनंदन समिति अध्यक्ष राजेश जैन ने किया।

जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला

बगड़ीनगर। अणुविभा के तत्त्वावधान में त्रि-दिवसीय जीवन विज्ञान विद्यार्थी-शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला का शुभारंभ 26 दिसम्बर को श्री श्रमण वर्धमान राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में हुआ। मुख्य अतिथि एवं पोरवाल चैरिटेबल ट्रस्ट, भिलाई के मुख्य न्यासी दानमल पोरवाल ने कहा कि भौतिक उन्नति के साथ में यदि सद्गुरु एवं सद्गुणों का संयोग मिलता है तभी जीवन सार्थक बनता है। समाजसेवी कुलदीप निर्मल रांका और कार्यशाला के मुख्य प्रशिक्षक हनुमानमल शर्मा ने भी विचार रखे। उद्घाटन सत्र में अणुव्रत मंच की ओर से सेवानिवृत्त प्रधानाचार्य बद्रीनारायण शर्मा ने सभी का स्वागत किया। विद्यालय के प्राचार्य भगाराम सिरवी ने अपने अध्यक्षीय उद्बोधन में सभी को जीवन में सद्गुणों को अपनाने की प्रेरणा दी।

अणुव्रत काव्य संध्या का आयोजन

दिल्ली। अणुव्रत समिति दिल्ली एवं भारतीय लोक प्रशासन संस्थान (आईआईपीए) की दिल्ली क्षेत्रीय शाखा के संयुक्त तत्त्वावधान में 13 जनवरी को अणुव्रत काव्य संध्या का आयोजन आईआईपीए स्टेडियम में किया गया। कवि ओम निश्चल, राम अवतार बैरवा, अब्दुल रहमान मंसूर, मनीष आजाद, नीता त्रिपाठी, सीमा वत्स, दर्शनी प्रिया, हरीश अरोड़ा, डॉ. प्रभाकर अवस्थी, डॉ. अनीता सिंह व रजनीकांत शुक्ल आदि ने काव्यपाठ से वातावरण को अणुव्रतमय बना दिया। अणुव्रत आचार संहिता मोमेंटो, साहित्य और शॉल प्रदान कर सभी अतिथियों तथा कवियों का सम्मान किया गया। आभार ज्ञापन अणुव्रत समिति दिल्ली के परामर्शक व आईआईपीए दिल्ली क्षेत्रीय शाखा के कोषाध्यक्ष डॉ. अनिलदत्त मिश्रा ने किया।

हिन्दी व अँग्रेजी की प्रसिद्ध द्विभाषी बाल पत्रिका
60 पृष्ठ रंगीन चित्रों के साथ..

अणुविभा का
मासिक प्रकाशन

बच्चों का देश
राष्ट्रीय बाल मासिक

श्रेष्ठ बाल साहित्य रचनाकारों द्वारा सृजित कहानियाँ, कविताएँ, नाटक, पहेलियाँ व ढेरों जानकारियाँ।
नियमित पत्रिका मँगवाने के लिए देखें पृष्ठ 36

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

आचार्य श्री तुलसी

अणुव्रत आचार संहिता

1

मैं किसी भी निरपराध प्राणी का संकल्पपूर्वक वध नहीं करूँगा।
•मैं आत्म-हत्या नहीं करूँगा।
•मैं भ्रूण-हत्या नहीं करूँगा।

2

मैं आक्रमण नहीं करूँगा।
•आक्रामक नीति का समर्थन नहीं करूँगा। •विश्व-शांति तथा नि:शस्त्रीकरण के लिए प्रयास करूँगा।

3

मैं हिंसात्मक एवं तोड़-फोड़ मूलक प्रवृत्तियों में भाग नहीं लूँगा।

4

मैं मानवीय एकता में विश्वास करूँगा। •जाति, रंग आदि के आधार पर किसी को ऊँच-नीच नहीं मानूँगा।
•अस्पृश्य नहीं मानूँगा।

5

मैं धार्मिक सहिष्णुता रखूँगा।
•साम्प्रदायिक उत्तेजना नहीं फैलाऊँगा।

6

मैं व्यवसाय और व्यवहार में प्रामाणिक रहूँगा।
•अपने लाभ के लिए दूसरों को हानि नहीं पहुँचाऊँगा। •छलपूर्ण व्यवहार नहीं करूँगा।

7

मैं ब्रह्मचर्य की साधना और संग्रह की सीमा का निर्धारण करूँगा।

8

मैं चुनाव के संदर्भ में अनैतिक आचरण नहीं करूँगा।

9

मैं सामाजिक रूढ़ियों को प्रश्रय नहीं दूँगा।

10

मैं व्यसन-मुक्त जीवन जीऊँगा। •मादक तथा नशीले पदार्थों - शराब, गांजा, चरस, हेरोइन, भांग, तम्बाकू आदि का सेवन नहीं करूँगा।

11

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 सामने दिये गये चित्र पर क्लिक करें..

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

के गौरवशाली प्रकाशन

'अणुव्रत' पत्रिका

'बच्चों का देश' पत्रिका

विशेष छूट योजना

प्रकाशन के **70** वर्ष

प्रकाशन के **25** वर्ष

सदस्यता अभिवृद्धि के आकर्षक अभियान से जुड़िए

अवधि	अणुव्रत	बच्चों का देश
1 वर्ष	₹ 800	₹ 500
3 वर्ष	₹ 2200	₹ 1350
5 वर्ष	₹ 3500	₹ 2100
15 वर्ष (योगक्षेमी)	₹ 21000	₹ 15000

भुगतान के लिए QR कोड को स्कैन करें

ANUVRAT VISHVA BHARATI SOCIETY
IDBI BANK Rajsamand Branch
A/c No.: 104104000046914
IFSC Code : IBKL0000104

इस मुहिम में अणुव्रत समिति और अणुव्रत मंच के साथ-साथ रुचिशील कार्यकर्त्ता व्यक्तिगत स्तर पर भी जुड़ सकते हैं।

विशेष सदस्यता अभियान की जानकारी के लिए सम्पर्क करें

- संयोजक : विनोद बच्छावत +91 88263 28328
- कार्यालय : +91 91166 34512, 94143 43100