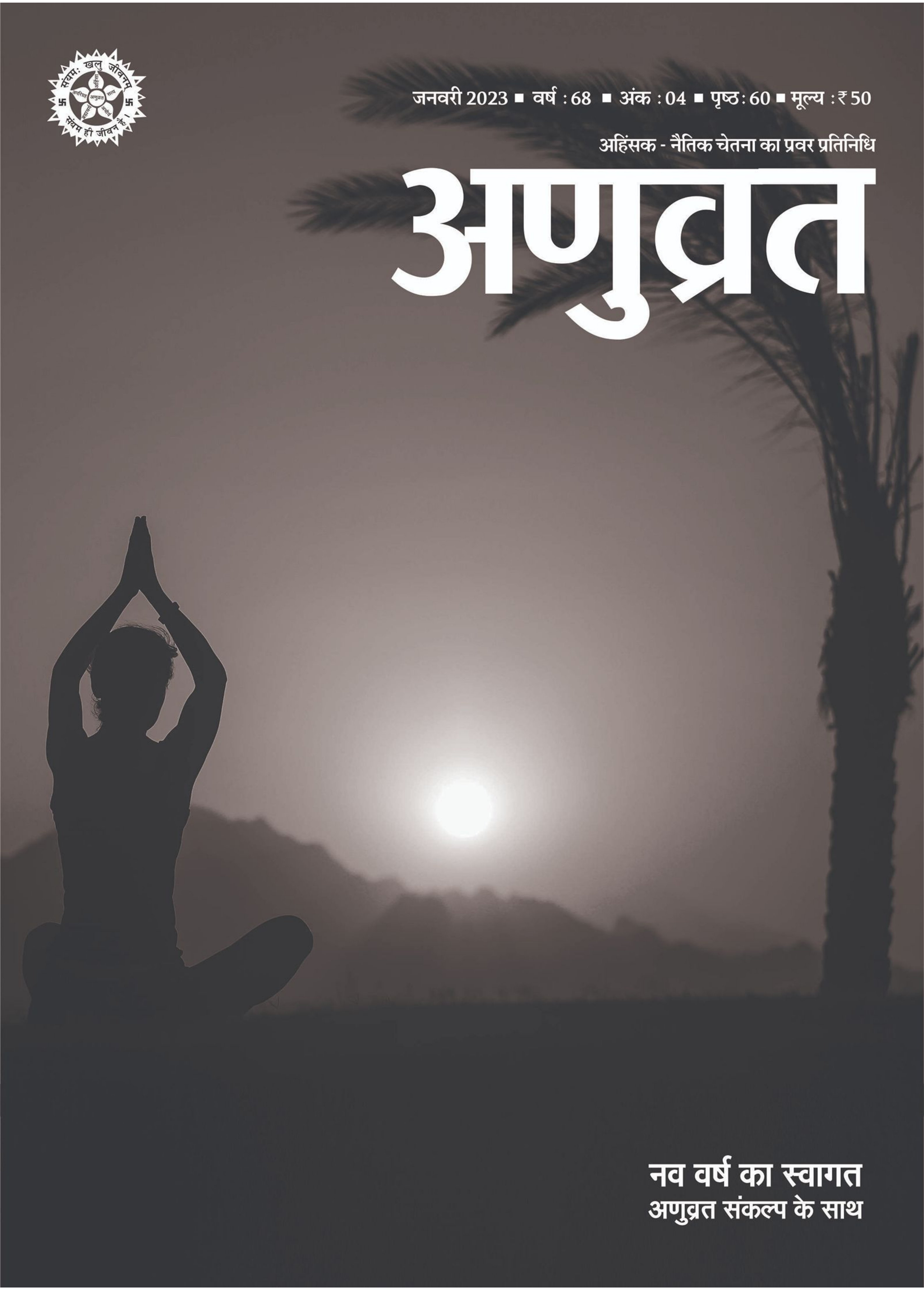
जनवरी 2023 ■ वर्ष : 68 ■ अंक : 04 ■ पृष्ठ : 60 ■ मूल्य : ₹ 50

अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अणुव्रत



नव वर्ष का स्वागत
अणुव्रत संकल्प के साथ

अणुव्रत आंदोलन

अणुव्रत आंदोलन प्रवर्तन का 75वां वर्ष

वैविध्यपूर्ण कार्यक्रमों की वर्ष पर्यन्त आयोजना

अणुव्रत अमृत महोत्सव

शुभारम्भ

पावन सान्निध्य

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण

फाल्गुन शुक्ल 2, विक्रम संवत् 2079

21 फरवरी, 2023

अणुविभा

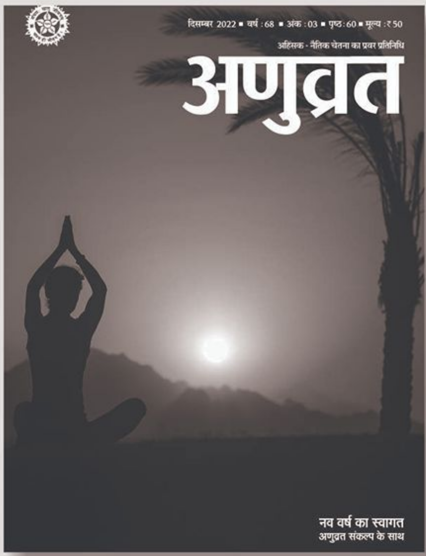
अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

■ ■ ■

आचार्य श्री तुलसी एवं महात्मा गांधी के विचारों में अद्भुत सामंजस्य है। मानव-मानव एक है। इंसान-इंसान के बीच दीवार खड़ी करना अपराध है। धर्म का मूल सिद्धान्त है - स्याद्वाद। हम सुखपूर्वक जीएं तथा दूसरों को सुखपूर्वक जीनें दें। आचार्य श्री तुलसी जो कुछ कह रहे हैं, उस पर हमें गम्भीरतापूर्वक विचार करना चाहिए। आचार्य श्री के बताये हुए मार्ग पर चलने का प्रयास करना चाहिए। आध्यात्मिक, सांस्कृतिक एवं सामाजिक दृष्टिकोण से अणुव्रत आंदोलन अत्यन्त महत्वपूर्ण है, ऐसा मैं मानता हूँ। विश्व का कल्याण, व्यक्ति के उन्नत चरित्र में निहित है। अणुव्रत आंदोलन का महान उद्देश्य व्यक्ति-उत्थान ही है।

- डॉ. शंकरदयाल शर्मा

■ ■ ■



वर्ष 68 ● अंक 04 ● कुल पृष्ठ 60 ● जनवरी, 2023

सम्पादक
संचय जैन

सह–सम्पादक
मोहन मंगलम

■ ■ ■

टाइपसेटिंग व लेआउट
मनीष सोनी

क्रिएटिव्स
आशुतोष रॉय

चित्रांकन
मनोज त्रिवेदी

अविनाश नाहर, अध्यक्ष
भीखम सुराणा, महामंत्री
राकेश बरड़िया, कोषाध्यक्ष

प्रकाशन मंत्री
देवेन्द्र डागलिया

संयोजक, पत्रिका प्रसार
सुरेन्द्र नाहटा

:: सदस्यता शुल्क विवरण ::

एक अंक	–	₹ 50
एकवर्षीय	–	₹ 600
त्रैवर्षीय	–	₹ 1500
पंचवर्षीय	–	₹ 2500
दसवर्षीय	–	₹ 5000
योगक्षेमी (15 yrs.)	–	₹ 11000

:: बैंक विवरण ::

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
केनरा बैंक
A/c No. **0158101120312**
IFSC : CNRB0000158

:: ऑनलाइन भुगतान के लिए ::

https://rzp.io/l/avbp पर लॉगिन करें
या इस क्यूआर कोड को स्कैन करें

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
अणुव्रत भवन, 210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली–110002

अणुविभा

anuvrat.patrika@anuvibha.org
www.anuvibha.org
दूरभाष : 011–23233345, मोबाइल : 9116634512

अनुक्रमणिका

प्रेरणा पाथेय

- जीवन को संवारने वाले तत्त्व — 06
  आचार्य तुलसी
- व्यक्तित्व का नव-निर्माण — 08
  आचार्य महाप्रज्ञ
- उत्तम सुगंध : सदाचार — 11
  आचार्य महाश्रमण

आलेख

- अहिंसा का अनुलोम-विलोम — 13
  कल्पना मनोरमा
- न्याय की डगर — 17
  डॉ. बसंतीलाल बाबेल
- विचारों को भी करते रहें अपग्रेड — 19
  शिखरचंद जैन
- बच्चों को नसीहतें न दें... — 23
  मनोहर चमोली 'मनु'
- वर्तमान शिक्षा और... — 26
  डॉ. रेखा जैन
- भ्रष्टाचार : क्या है समाधान — 28
  सुधीर सक्सेना 'सुधि'
- विश्वास - पथरीले रास्तों... — 30
  कीर्ति श्रीवास्तव
- Vision for Human... — 36
  N. B. Mirza

कहानी

- मन का मौसम — 40
  डॉ. मोनिका शर्मा

कविता

- स्वागत है नव वर्ष — 15
  जय चक्रवर्ती
- ज्ञान-विज्ञान की यात्रा — 21
  डॉ. दिलीप धींग
- प्यार बाँटें, प्यार पाएँ — 25
  राजेश श्रीवास्तव

लघु कथा

- रावण वध — 21
- फिक्र — 56

- संपादकीय — 05
- संवेदन — 31
- अतीत के झरोखे से — 32
- कदमों के निशां — 39
- परिचर्चा — 43
- अणुव्रत अमृत महोत्सव — 46
- सम्मति — 48
- चुनावशुद्धि अभियान — 49
- अणुव्रत समाचार — 50
- अणुव्रत संरक्षक — 52
- क्यू 10 प्रतियोगिता — 53
- नहीं रहे डॉ. बी.एन. पाण्डेय — 54
- अणुव्रत की बात — 57

- अणुव्रत सिद्धांत, स्वास्थ्य, जीवन–मूल्य एवं अभिप्रेरणा विषयक सामग्री का उपयोग किया जा सकेगा।
- anuvrat.patrika@anuvibha.org पर ही सामग्री प्रेषित करें।
- ईमेल द्वारा संप्रेषित कम्पोज की गयी प्रकाशन सामग्री की Open Word File को प्राथमिकता दी जायेगी।
- फोटो की गुणवत्ता कम होने पर उसे प्रकाशित करने में असमर्थता रहेगी। व्हाट्सएप पर फोटो न भेजें।
- अनिमंत्रित सामग्री को लौटाने हेतु बाध्यता नहीं रहेगी।
- प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों का निजी चिंतन है। प्रकाशक एवं सम्पादक इसके लिए जवाबदेह नहीं हैं।
- इस प्रकाशन से सम्बन्धित किसी भी विवाद का न्याय क्षेत्र दिल्ली रहेगा।

■ सम्पादकीय ■

संविधान की सुरक्षा और अणुव्रत का दर्शन

मैं इस बंद कमरे से
निहार रहा हूँ
कितने खुश हो तुम
उन्मुक्तता की
अंगुली थामे
कभी इस ठौर
कभी उस ठौर
बंधन मुक्ति का
बोध लिये
जीवन जीत का
संगान किये
बढ़े चले जा रहे हो तुम।

पर, तुम्हारे इर्द-गिर्द
ये कौन हैं मित्र?
तुम्हारी हर हलचल को
नियंत्रित कर रही
ये अनजान-सी शक्लें
आखिर कौन हैं?

मेरी मानो मित्र
कुछ दिनों के लिए ही सही
लौट आओ इस बंद कमरे में।
छिटक आओ उन डोरों को
जो कठपुतली बनाने पर
तुली हैं तुम्हें!

क्या कहा... कैद?
कैद है तो क्या
अपनी कैद है
देखो कितना स्वतन्त्र हूँ मैं!
वो अनजान चेहरे
यहां नहीं रुक पाएंगे
एक क्षण भी,
नहीं चल पाएगा
उनका सम्मोहन!

लौट आओ!
फिर हम तलाशेंगे
नया उन्मुक्त गगन!

यह एक संयोग था या नियति! जब स्वतन्त्र भारत के लिए अपना एक संविधान बनाने की प्रक्रिया चल रही थी, उसी दौरान आचार्य तुलसी के मन में भारत के स्वतन्त्र नागरिकों के लिए एक आचार संहिता का विचार आकार ले रहा था। संविधान सभा द्वारा 26 नवंबर 1949 को भारतीय संविधान का प्रारूप स्वीकृत हुआ। इसी वर्ष 1 मार्च को आचार्य तुलसी ने राजस्थान के सुदूर कस्बे सरदारशहर में अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन किया। भारतीय संविधान देश की शासन पद्धति को निर्धारित एवं मार्गदर्शित करने वाला एक विशद दस्तावेज है। भारत का संविधान नागरिकों के अधिकारों और कर्त्तव्यों को भी परिभाषित करता है। इधर, अणुव्रत की आचार संहिता को देखें तो यह एक आदर्श नागरिक निर्माण की व्यावहारिक प्रयोगशाला है।

संविधान की प्रस्तावना को इसका हृदय माना जाता है। संविधान के भाग 3 व 4 में नीति निर्देशक तत्त्व एवं मूल कर्त्तव्य व्याख्यायित किये गये हैं। अनुशासन, शांति, बंधुत्व, सर्वधर्म सद्भाव, पर्यावरण संरक्षण, वैज्ञानिक दृष्टिकोण, अहिंसा, मानवीय एकता, स्वतन्त्रता, लोकतान्त्रिक मूल्य जैसे जीवन मूल्यों की अपेक्षा भारतीय संविधान अपने नागरिकों से और शासन से करता है। संविधान की इस अपेक्षा की पूर्ति में अणुव्रत की संयम आधारित जीवनशैली महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है। भारतीय संविधान में निर्दिष्ट मूल्यों को आत्मसात कर उन्हें जीवन में अंगीकार करने का व्यावहारिक मार्ग है अणुव्रत। यही कारण था कि आजादी के बाद देश के शीर्ष नेता अणुव्रत दर्शन के समर्थन में खड़े थे।

अणुव्रत आंदोलन की पृष्ठभूमि तब तैयार हो गयी थी जब 15 अगस्त 1947 को देश को मिली आजादी के क्षणों में आचार्य तुलसी ने असली आजादी अपनाओ का आह्वान किया था। यह देश की आत्मा को जगाने वाला आह्वान था। आजादी के जश्न में सराबोर भारत के नागरिकों को अपने कर्त्तव्यों से परिचित कराने का आह्वान था। बाहरी आजादी के साथ-साथ व्यक्ति को अपनी भीतरी आजादी हासिल करने का आह्वान था, जिसके बिना आजादी के अर्थहीन हो जाने का खतरा था।

भारत की आजादी को 75 वर्ष हो चुके हैं। देश अपनी आजादी का अमृत महोत्सव मना रहा है। वहीं अणुव्रत आंदोलन अपने 75वें वर्ष में अणुव्रत अमृत महोत्सव के माध्यम से आजादी के असली अर्थ को पुनर्स्थापित करने का प्रयास कर रहा है। आज जहाँ संविधान की सुरक्षा पर चिंता के स्वर मुखर हो रहे हैं, वहीं अणुव्रत की गूँज भारतीय संविधान की गरिमा को अक्षुण्ण रखने का उद्घोष कर रही है। संविधान की सुरक्षा की सबसे बड़ी जिम्मेदारी देश के सत्ताधीशों और न्याय प्रदाताओं पर है, लेकिन उससे भी बड़ी जिम्मेदारी देश के नागरिकों पर है। क्योंकि संविधान यह कहता है कि वह अपनी ताकत नागरिकों से प्राप्त करता है। इस प्रकार संविधान अपनी सुरक्षा की अंतिम जिम्मेदारी नागरिकों को सौंप देता है, लेकिन नागरिक अपनी ताकत संविधान के मूल्यों के प्रति अपनी वचनबद्धता से ही प्राप्त कर सकता है। यदि देश का नागरिक इन मूल्यों के प्रति ईमानदार नहीं है तो कैसे कर सकेगा संविधान की रक्षा?

अणुव्रत का दर्शन नागरिक को उसकी अपनी ताकत देता है। उसे भीतर से मजबूत करता है और एक मजबूत नागरिक ही मजबूत देश की धुरी होता है। आइए, हमारे देश को मजबूत बनाने के लिए, देश के लोकतंत्र को शक्तिशाली बनाने के लिए और देश के संविधान की सुरक्षा के लिए अणुव्रत की संयम आधारित जीवनशैली को अपने जीवन में उतारें और जन-जन को ऐसा करने के लिए प्रेरित करें। अणुव्रत का अमृत महोत्सव हमें यह स्वर्णिम अवसर प्रदान करता है।

सं. जै.
sanchay_avb@yahoo.com

■ आचार्य तुलसी ■

जीवन को संवारने वाले तत्त्व

अध्यात्म सदा था, है और रहेगा। उसकी सत्ता को कभी चुनौती नहीं दी जा सकती। अध्यात्म का सीधा-सा अर्थ है- आत्मा में रहना। जो व्यक्ति आत्मा में रहता है, अपने आप में रहता है, वह आध्यात्मिक है। आध्यात्मिक व्यक्ति को अपने अस्तित्व का बोध होता है। उस अस्तित्व को वह सबमें देखता है। इसलिए उसका कोई भी आचरण ऐसा नहीं होता, जो किसी के अस्तित्व को अस्वीकार या प्रतिहत करे।

मनुष्य के जीवन को संवारने वाले दो तत्त्व हैं – अध्यात्म और नैतिकता। अध्यात्म शाश्वत मूल्य है। नैतिकता देश-काल-सापेक्ष सच्चाई है। अध्यात्म का सम्बन्ध अन्तर्जगत के साथ है। नैतिकता बाह्य जगत का व्यवहार है। अध्यात्म की सत्ता त्रैकालिक है। नैतिकता का सम्बन्ध वर्तमान के साथ है। अध्यात्म की परिभाषा निश्चित है। नैतिकता की परिभाषा परिवर्तनशील है। अध्यात्म का कोई सन्दर्भ नहीं होता। वह नितान्त निरपेक्ष तत्त्व है। जैन दर्शन की भाषा में वह निश्चय है। नैतिकता विभिन्न सन्दर्भों और कालखण्डों में आबद्ध रहती है। जैन दर्शन की भाषा में वह व्यवहार है। अध्यात्म की परिभाषा का निर्धारण किसी वैचारिक धरातल या सामाजिक एवं सांस्कृतिक परिवेश के आधार पर नहीं होता। नैतिकता को परिभाषित करते समय ये सब सामने रहते हैं। अध्यात्म कभी नैतिकता शून्य नहीं होता, किन्तु नैतिकता अध्यात्म की परिधि से बाहर भी जाती है।

अध्यात्म सदा था, है और रहेगा। उसकी सत्ता को कभी चुनौती नहीं दी जा सकती। अध्यात्म का सीधा-सा अर्थ है–आत्मा में रहना। जो व्यक्ति आत्मा में रहता है, अपने आप में रहता है, वह आध्यात्मिक है। आध्यात्मिक व्यक्ति को अपने अस्तित्व का बोध होता है। उस अस्तित्व को वह सबमें देखता है। इसलिए उसका कोई भी आचरण ऐसा नहीं होता, जो किसी के अस्तित्व को अस्वीकार या प्रतिहत करे। अध्यात्म सबके लिए आदर्श हो सकता है, पर इस क्षेत्र में आगे बढ़ना सबके लिए संभव नहीं है। इसलिए दूसरे पथ की खोज की गयी। उसकी पहचान नैतिकता के रूप में होती है।

नैतिकता और अनैतिकता–ये दोनों शब्द सापेक्ष हैं। लोगों की जुबान पर बार-बार एक बात आती है कि नैतिक मूल्यों का पतन हो रहा है। अनैतिकता बढ़ रही है। इस कथन के साथ आज जितनी तीव्रता है, हजारों वर्ष पहले भी यह बात इतनी ही तीव्रता के साथ कही जाती थी। मुझे ऐसा अनुभव होता है कि ऐसी बातें मनुष्य के मनोबल को कमजोर बनाती हैं। कोई व्यक्ति नैतिकता का परचम हाथ में लेकर चल भी पड़े तो ऐसी प्रतिकूल हवा में वह उसे कब तक थामकर रख पाएगा? समाज में नैतिक मूल्यों को प्रतिष्ठित करना है तो मनुष्य को अपनी सोच बदलनी होगी और बदलना होगा हवा के रुख को देखकर अपनी प्रतिक्रिया व्यक्त करने का मनोभाव।

अनैतिकता क्या है? किसी एक वाक्य में इसको परिभाषित करना संभव नहीं है। समाज या राज्य सम्मत मूल्यों के अतिक्रमण को अनैतिकता कहा जाता है, पर कभी-कभी सामाजिक

चरित्र मनुष्यता का सबसे बड़ा मानदण्ड है। चरित्र के साथ क्षीण होती शरीर और मन की शक्ति व्यक्ति को पूरी तरह से अक्षम बना देती है। उसका आत्मविश्वास टूट जाता है। वह सोचता है कि अनैतिकता के बिना जीना संभव ही नहीं है। यह चिन्तन सन्देह की ऐसी बदली है, जो यथार्थ के सूरज को ढंक लेती है। इससे व्यक्ति के मन में जो अंधेरा उतरता है, उसे दूर धकेलना बहुत कठिन हो जाता है।

मान्यताएं भी अनैतिकता की पृष्ठपोषक बन जाती हैं। सत्ता के सिंहासन पर बैठे लोग भी अपनी सत्ता को सुरक्षित रखने के लिए ऐसे काम कर लेते हैं, जो किसी भी दृष्टि से नैतिक नहीं हो सकते। ऐसी स्थिति में नैतिक मूल्यों की अवधारणाओं को लेकर ऊहापोह हो सकता है। समाज-व्यवस्था, कानून और धर्म मनुष्य के जीवन में नैतिकता का प्रभाव न छोड़ सके तो फिर जन-चेतना का जागरण आवश्यक है। जहां जन जागृत हो जाता है, जहां लोकचेतना जाग जाती है, वहां कठिन या असंभव दिखायी देने वाला काम भी सरल और संभव बन जाता है। इस विश्वास के आधार पर ही नैतिकता के प्रति जन-आस्था को केन्द्रित किया जा सकता है।

आस्था के दो आयाम

मनुष्य की आस्था को दो आयामों में देखा जा सकता है। एक आयाम है-सुविधाभोगी मनोवृत्ति। इस मनोवृत्ति वाले व्यक्ति श्रम से दूर भागते हैं। जीवन स्तर ऊँचा पसन्द करते हैं। जीवन स्तर से उनका अभिप्राय कोठी, कार, टी. वी., फ्रिज, कूलर, ए. सी. आदि साधनों की उपलब्धि से है। इस उपलब्धि के लिए वे गलत रास्ते पर चल सकते हैं, गलत उपाय काम में ले सकते हैं, शरारतपूर्ण ओछी हरकतें कर सकते हैं, पर अपने आपको अच्छा प्रमाणित करने में कोई कोर-कसर बाकी नहीं छोड़ते, क्योंकि उनकी आस्था मनुष्य जीवन का सुख भोगने में है।

मनुष्य की आस्था का दूसरा आयाम है – चरित्र की पराकाष्ठा। इस आस्था को जीने वाला मानता है कि आन्तरिक पतन से बाहरी पतन के दरवाजे खुल जाते हैं। जो व्यक्ति धन-वैभव या सुविधा को चरित्र से अधिक मूल्य देता है, वह अपने मन में ईमानदारी की ललक नहीं जगा सकता। इस ललक के बिना जीवन सरल और साफ-सुथरा नहीं हो सकता। जीवन की विसंगतियों से बचने, मानवीय मूल्यों को जीने और संपन्नता में छिपी हिंसक स्पर्द्धा से दूर हटने के लिए अपने आपको बदलने का संकल्प करना होगा। जो अभी नहीं बदल सकता, वह कभी नहीं बदल सकता–इस आस्था की प्रेरणा से ही मनुष्य चरित्र के शिखर पर आरूढ़ हो सकता है।

कुछ लोग महावीर को अपना आदर्श मानते हैं। कुछ लोगों का विश्वास बुद्ध में है। कुछ लोग गांधी के अनुयायी हैं। कुछ लोगों की आस्था इसी कोटि के किसी महापुरुष में हो सकती है। प्रश्न यह है कि क्या सही अर्थ में ऐसे महापुरुष व्यक्ति के आदर्श हैं? शाब्दिक रूप में किसी को आदर्श मानना एक बात है। महत्व की बात है आदर्श में अपने आपको ढालना।

आदर्श का गुणगान ही पर्याप्त नहीं है। आदर्श को सांचा मान अपनी वृत्तियों को ठोक-पीट कर उसके अनुरूप बनाने वाला ही एक दिन आदर्श बन सकता है। इसके लिए जीवन की जटिलताओं और कष्टों से परिचित होना जरूरी है। कम-से-कम व्यक्ति को यह ज्ञात हो कि जीवन कैसे जीया जाता है? इस सच्चाई का सामना करने से डरे हुए लोग कभी महावीर, बुद्ध या गांधी नहीं बन सकते।

चरित्र मनुष्यता का सबसे बड़ा मानदण्ड है। चरित्रबल क्षीण होने से व्यक्ति कितना दरिद्र हो जाता है, इसका अनुभव वही कर सकता है। चरित्र के साथ क्षीण होती शरीर और मन की शक्ति व्यक्ति को पूरी तरह से अक्षम बना देती है। उसका आत्मविश्वास टूट जाता है। वह सोचता है कि अनैतिकता के बिना जीना संभव ही नहीं है। यह चिन्तन सन्देह की ऐसी बदली है, जो यथार्थ के सूरज को ढंक लेती है। इससे व्यक्ति के मन में जो अंधेरा उतरता है, उसे दूर धकेलना बहुत कठिन हो जाता है।

आस्था के पहले आयाम में जीने वाले लोगों से किसी प्रकार की आशा व्यर्थ है। किन्तु जो लोग दूसरे आयाम में जीते हैं, उनका दायित्व है कि वे मानवीय मूल्यों, सभ्यता और संस्कृति को सुरक्षित रखने का संकल्प अपने बलबूते पर करें। ऐसे लोग कभी परिस्थितियों की अनुकूलता के लिए प्रतीक्षा नहीं करते। समाज या राष्ट्र के सुन्दर भविष्य का निर्माण आस्था के दूसरे आयाम पर ही निर्भर है। ■■■

■ आचार्य महाप्रज्ञ ■

व्यक्तित्व का नव-निर्माण

हम इस सच्चाई को समझें- जब तक अतीत हमारा पीछा करता रहेगा, तब तक हम जो चाहते हैं, वह जीवन में घटित नहीं कर पाएंगे। अतीत का भूत हमारा पीछा कर रहा है, हम इससे पीछा छुड़ाएं। जब ऐसा होगा तभी हम स्वतंत्र रूप में अपना स्वतंत्र जीवन संचालित कर पाएंगे। वह हमारा पीछा करता रहे, हम उससे न बच पाएं तो हम स्वतंत्र व्यक्तित्व को नहीं पनपा सकेंगे। परतंत्रता का सामना हमें पग-पग पर करना पड़ेगा।

हमारा व्यक्तित्व छह खंडों में विभाजित है। ये खंड कर्मशास्त्रीय अवधारणा के आधार पर होते हैं। ये हैं :

- भौगोलिक व्यक्तित्व
- आनुवंशिक व्यक्तित्व
- सामाजिक व्यक्तित्व
- शारीरिक व्यक्तित्व
- मानसिक व्यक्तित्व
- परामानसिक व्यक्तित्व

भौगोलिक व्यक्तित्व : एक व्यक्ति भारत में जन्म लेता है, दूसरा व्यक्ति यूरोप में जन्म लेता है। एक व्यक्ति उत्तर में जन्म लेता है, दूसरा व्यक्ति दक्षिण में जन्म लेता है। दोनों में अपनी-अपनी विशेषता होती है। यह विशेषता भौगोलिक है। हम व्यक्ति के वर्ण, रहन-सहन आदि को देखकर जान लेते हैं कि यह अमुक देश का है, अमुक प्रान्त का है। उसकी क्षेत्रीय विशिष्टता उसके भौगोलिक व्यक्तित्व को उजागर करती है।

आनुवंशिक व्यक्तित्व : आनुवंशिकता का भी व्यक्तित्व में बहुत बड़ा अवदान होता है। आनुवंशिकता का भी एक पूरा व्यक्तित्व बन जाता है। संतान माता-पिता का मिश्रण है। माता-पिता के गुण-दोष संतान में संक्रांत होते हैं। माता-पिता के अवयव, अवयवों के गुण-दोष संतान में संक्रमित होते हैं।

सामाजिक व्यक्तित्व : समाज से व्यक्ति का व्यक्तित्व बनता है। वह समाज से परे रहने पर नहीं बनता। एक आदमी दूसरे से बातचीत करता है, अपनी बात दूसरों को समझाता है और दूसरों की बात स्वयं समझता है। वह विकास समाज के आधार पर ही होता है। यदि समाज न हो तो यह विकास नहीं हो सकता। एक मनुष्य दूसरे मनुष्य के साथ व्यवहार करता है, लेन-देन करता है, यह सारा सामाजिक व्यक्तित्व है। समाज के नियम हैं, व्यवस्थाएं हैं और अवधारणाएं हैं। वेशभूषा, व्यवहार और आचार-विचार – ये सारे हमारे सामाजिक व्यक्तित्व के कारण हैं। यदि व्यक्ति अकेला होता, यदि उसका सामाजिक व्यक्तित्व नहीं होता तो शायद वह अपने तक ही सीमित रहता, बहुत विकास नहीं कर पाता।

शारीरिक व्यक्तित्व : शरीर के आधार पर हमारा एक व्यक्तित्व निर्मित होता है। शरीर की अवधारणाओं के आधार पर, शरीर की दीप्ति के अनुसार एक व्यक्तित्व निर्मित होता है। हमारे बहुत सारे कार्य शारीरिक अवधारणाओं के आधार पर होते हैं। शरीर की माँग के आधार पर, शरीर की तृप्ति और अतृप्ति के आधार पर अनेक वर्जनाएं और कार्य की अनेक विधाएं चल सकती हैं।

मानसिक व्यक्तित्व : सभी प्रकार के व्यक्तित्वों के दायित्व का वहन करना, प्रतिक्रियाओं को झेलना, क्रियाओं का उत्सर्जन करना – यह सब मानसिक व्यक्तित्व करता है। यह व्यक्तित्व मन

वर्तमान में रहना बहुत ही जरूरी है, किन्तु वर्तमान में रहना तभी सम्भव है जब अतीत पीछा करना छोड़ दे। अतीत को क्षीण करने का एकमात्र उपाय है-द्रष्टाभाव का विकास। जिस व्यक्ति ने अपने द्रष्टाभाव को विकसित कर लिया, उसने अतीत से अपना पिंड छुड़ा लिया। जिसने द्रष्टाभाव का विकास नहीं किया, अतीत उसे भूत की भाँति सताता रहता है।

के आधार पर खड़ा है। हमने इतनी मान्यताएं खड़ी कर रखी हैं कि पूरा मानसिक व्यक्तित्व हमारे ऊपर छाया हुआ है।

ये पाँचों व्यक्तित्व स्पष्ट हैं। सरलता से इन्हें समझाया जा सकता है। ये ऐसी उजली, सफेद बातें हैं कि इनको देखने के लिए दीया जलाने की आवश्यकता नहीं होती। जो स्वयं में स्पष्ट है, उसके लिए प्रकाश आवश्यक नहीं है।

परामानसिक व्यक्तित्व : हमारे व्यक्तित्व का छठा खंड है – परामानसिक व्यक्तित्व। यह छिपा हुआ है, प्रकट नहीं है। किन्तु यह ऐसा व्यक्तित्व है जिसके हाथों में अन्य पाँचों व्यक्तित्वों की नकेल है। वह चाहे तो भौगोलिक, आनुवंशिक, सामाजिक, शारीरिक और मानसिक–सभी प्रभावों को नष्ट कर सकता है। बनाना और बिगाड़ना, सृष्टि और संहार, प्रलय और निर्माण-सब कुछ इसके हाथ में है। वर्तमान वैज्ञानिकों और मानसशास्त्रियों ने कहा – चेतन मन के स्तर पर या भौतिक स्तर पर जो घटित हो रहा है, वह अचेतन मन का प्रतिबिम्ब है। यह भौतिक जगत में बहुत बड़ी घटना है, जो समूचे सिद्धांत को बदल देती है।

मन के दो स्तर हैं–चेतन मन का स्तर और अवचेतन मन का स्तर। अवचेतन मन का स्तर अत्यंत शक्तिशाली है। जितनी घटनाएं घटित होती हैं, हमारे जितने आचरण हैं, उन सबका स्रोत है–अवचेतन मन। कर्मशास्त्र ने हजारों वर्षों पूर्व इस विषय का प्रतिपादन किया था कि व्यक्ति जो कुछ करता है उसके पीछे कर्म की प्रेरणा होती है। हमारे सभी आचरणों का मूल स्रोत है कर्म। सारा का सारा व्यक्तित्व उनके आधार पर चलता है। कर्मशास्त्र की भाषा में जिसे हम कर्मों का विपाक कहते हैं, उसे ही मनोविज्ञान की भाषा में दमित इच्छाओं का उभार कहते हैं।

हमारे समूचे व्यक्तित्व के पीछे, व्यक्तित्व में घटित होने वाली घटनाओं के पीछे रहस्यमयी सत्ता छिपी हुई है, वह है सूक्ष्म शरीर या कर्म शरीर की सत्ता या सूक्ष्म शरीरीय चेतना की सत्ता। इसे हम परामानसिक सत्ता कहते हैं। इस तक पहुँचे बिना किसी भी कार्य या घटना की व्याख्या नहीं की जा सकती।

कर्म का संबंध परामानसिक है। एक व्यक्ति उसी भूखंड में रहता है जहां दूसरे लोग रहते हैं। कुछ लोगों पर भौगोलिकता का असर नहीं होता और कुछ लोगों पर भौगोलिकता का प्रभाव होता है। इसकी व्याख्या कैसे की जाये? यदि हम केवल भौगोलिकता के आधार पर उसकी व्याख्या करें तो पूरी व्याख्या नहीं हो सकती। परामानसिक व्यक्तित्व उसमें परिवर्तन ला देता है। आनुवंशिकता की बात भी ऐसी ही है। यह भी सर्वथा लागू होने वाला सार्वभौम सिद्धांत नहीं है। शारीरिक, सामाजिक और मानसिक व्यक्तित्वों में अनेक अपवाद मिलते हैं। उन सब अपवादों को घटित करने वाला परामानसिक व्यक्तित्व है। परामानसिक व्यक्तित्व व्यक्ति को चलते-चलते बदल देता है।

चेतन मन की इच्छा होती है– साधना करूं, ध्यान करूं। किंतु परामानसिक व्यक्तित्व ऐसी प्रक्रिया चालू करता है कि ध्यान कहीं रह जाता है, सर्वथा छूट जाता है और व्यक्ति ध्यान की प्रतिकूल अवस्थाओं में चला जाता है। मन की इच्छा के विपरीत ही सब कुछ घटित होने लग जाता है। कोई व्यक्ति सच्चरित्र है, सामाजिक प्रतिबद्धताओं, नियमों और अवधारणाओं को मानकर चलने वाला है, किन्तु ऐसा कोई अकल्पित कार्य कर बैठता है कि लोग आश्चर्यचकित रह जाते हैं। वे सोचते हैं–ऐसे आदमी ने यह जघन्य अपराध कैसे कर डाला? कितना समझदार, बुद्धिमान और विवेकी था, फिर भी यह कार्य कर बैठा। वहां लोगों की समझ काम नहीं करती। कोई तर्क या हेतु स्पष्ट नहीं दीखता, किन्तु उसके भीतर भी एक सूक्ष्म हेतु है, जो उस कार्य को घटित करता है। वह सूक्ष्म हेतु अन्दर काम करता है।

हम इस सच्चाई को समझें–जब तक अतीत हमारा पीछा करता रहेगा, तब तक हम जो चाहते हैं, वह जीवन में घटित नहीं कर पाएंगे। अतीत का भूत हमारा पीछा कर रहा है, हम इससे पीछा छुड़ाएं। जब ऐसा होगा तभी हम स्वतंत्र रूप में अपना स्वतंत्र जीवन संचालित कर पाएंगे। वह हमारा पीछा करता रहे, हम उससे न बच पाएं तो हम स्वतंत्र व्यक्तित्व को नहीं पनपा सकेंगे। परतंत्रता का सामना हमें पग-पग पर करना पड़ेगा।

सामायिक करने वाला व्यक्ति इस बात से बहुत सावधान और जागरूक रहता है। यह बहुत बड़ी जागरुकता है। जब तक अतीत का शोधन नहीं होता तब तक हमारा संकल्प चलता नहीं है। व्यक्ति दिन में 10-20 बार सोच लेता है कि यह काम अच्छा नहीं है, मुझे नहीं करना चाहिए। किन्तु समय आते ही वही काम हो जाता है। इसी प्रकार क्रोध न करने की सोचता है किन्तु घटना आते ही गुस्सा तैयार है। व्यक्ति अनेक मनोरथ निर्मित करता है किन्तु जब अवसर आता है तब सारी बातें व्यर्थ हो जाती हैं, विलीन हो जाती हैं। ऐसा क्यों होता है? इसलिए होता है कि हम केवल वर्तमान को सुधारना चाहते हैं, किन्तु अतीत की निर्जरा करना नहीं चाहते। अतीत की निर्जरा किये बिना केवल वर्तमान को सुधारने की बात व्यर्थ हो जाती है।

वर्तमान में रहना बहुत ही जरूरी है, किन्तु वर्तमान में रहना तभी सम्भव है जब अतीत पीछा करना छोड़ दे। अतीत को क्षीण करने का एकमात्र उपाय है–द्रष्टाभाव का विकास। जिस व्यक्ति ने अपने द्रष्टाभाव को विकसित कर लिया, उसने अतीत से अपना पिंड छुड़ा लिया। जिसने द्रष्टाभाव का विकास नहीं किया, अतीत उसे भूत की भाँति सताता रहता है। जब वह ध्यान करने बैठता है तब हजारों प्रकार की वासनाएं उभर आती हैं। व्यक्ति निराश हो जाता है। सोचता है – ध्यान मन की शांति के लिए करता हूँ किन्तु ध्यान करने के लिए बैठते ही मन अशांत हो जाता है। ध्यान मेरे वश की बात नहीं है। वह निराश व्यक्ति ध्यान को छोड़ देता है। जब तक द्रष्टाभाव का विकास नहीं होता तब तक स्थिति में परिवर्तन नहीं हो सकता।

प्रेक्षाध्यान के अभ्यास से द्रष्टाभाव विकसित होता है, सुस्थिर होता है। हमारी चेतना की ऐसी अवस्था निर्मित हो जाती है कि जो कुछ घटित होता है, वह देखा जाता है, प्रतिक्रिया नहीं होती। द्रष्टाभाव का विकास होते ही प्रतिक्रियाएं पीछे रह जाती हैं। अतीत को रेचन करने के लिए दो आलंबन अपेक्षित हैं–कायोत्सर्ग और प्रेक्षा। जब साधक को यह लगे कि अतीत सता रहा है, मन को झकझोर रहा है, वासनाएं उभर रही हैं, आकांक्षाएं बढ़ रही हैं, लोभ बढ़ रहा है, तृष्णा बढ़ रही है, तब वह कायोत्सर्ग करे। जो भी विचार आये, उसे देखता रहे। विचारों को रोके नहीं। उन्हें आने का मुक्त अवकाश दे। द्रष्टाभाव से देखता जाये। जो आता है, वह अपने आप चला जाएगा।

जब साधक द्रष्टाभाव में रहता है तब अतीत कुछ बिगाड़ नहीं सकता। कर्मों का, संस्कारों का उभार होता है, उनका उदय होता है, साधक द्रष्टाभाव से सब कुछ देखता जाता है। वे विपाक में आते हैं और मिट जाते हैं। उनका आना-जाना चालू रहता है और साधक का देखना चालू रहता है। यही प्रेक्षाध्यान की पद्धति है।

आचार्य हेमचंद्र ने 'योगशास्त्र' के प्रथम ग्यारह प्रकरणों में परंपरागत ध्यान की पद्धति का प्रतिपादन किया और बारहवें प्रकरण में अपने अनुभूत तथ्यों का उल्लेख किया। उन्होंने बताया कि जो विचार आते हैं, उन्हें रोको मत। विचारों को रोकने से वे भीतर दब जाते हैं। उनके ये विचार आज की मनोविज्ञान की भाषा में इस प्रकार कहे जाते हैं– "इच्छाओं का दमन मत करो। इच्छाओं का दमन करोगे तो गहरे में चली जाएंगी और फिर भयंकर रूप धारण कर सताएंगी।" उपशमन की प्रक्रिया, दबाने की प्रक्रिया, भीतर रहने देने की प्रक्रिया बहुत खतरनाक होती है। विचार चाहे अच्छा हो या बुरा, उसे दबाएं नहीं, खुलकर आने दें। विचारों को तटस्थ भाव से देखते चले जाएं। विचार अपने आप विसर्जित हो जाएंगे।

मनोविज्ञान कहता है-"इच्छाओं का दमन मत करो। इच्छाओं का दमन करोगे तो गहरे में चली जाएंगी और फिर भयंकर रूप धारण कर सताएंगी।" उपशमन की प्रक्रिया, दबाने की प्रक्रिया, भीतर रहने देने की प्रक्रिया बहुत खतरनाक होती है। विचार चाहे अच्छा हो या बुरा, उसे दबाएं नहीं, खुलकर आने दें। विचारों को तटस्थ भाव से देखते चले जाएं। विचार अपने आप विसर्जित हो जाएंगे।

प्राणायाम में तीन बातें की जाती हैं–रेचक, पूरक और कुंभक। हमारे व्यक्तित्व में दो बातें प्राप्त होती हैं–रेचक और पूरक, छोड़ना और लेना। किंतु वास्तव में देखा जाये तो लेने की बात गौण हो जाती है, क्योंकि हम मानते हैं कि आत्मा पूर्ण है। आत्मा को कुछ भी लेना नहीं है। उपादेय कुछ भी नहीं है। वहां केवल रेचन की बात प्रधान है। हमारे संकल्प, हमारी कामनाएं और भावनाएं, हमारे मनोरथ इसीलिए अधूरे रह जाते हैं कि हम रेचन करना नहीं जानते।

सामायिक के साथ रेचन की बात आवश्यक अंग के रूप में जुड़ी हुई है। प्रत्येक साधक रेचन करना सीखे। अच्छे विचार आने पर खुश न हो और बुरे विचार आने पर निराश न हो। जो होता है उसे होने दे। जब नये लोग ध्यान का अभ्यास करते हैं तब बुरे विचार आते ही घबरा जाते हैं। वे कहते हैं–आज बहुत बुरा हुआ। मैं कहता हूँ–बहुत अच्छा हुआ कि उतनी गंदगी बाहर निकल गयी। ध्यान का अर्थ है–गहराई में जाना। जब व्यक्ति गहराई में उतरता है तब एक के बाद एक परत उघड़ती है और दबे हुए सारे संस्कार उदित होने लगते हैं। यह ध्यानकाल के प्रारंभ में होता ही है। साधक इससे घबराये नहीं।

साधक के द्वारा जब उन संस्कारों को कुरेदा जाता है, उखाड़ा जाता है, तब वे आक्रमण करते हैं। जो साधक इनसे घबराकर ध्यान छोड़ देता है, वह पथच्युत हो जाता है। यदि वह उस स्थिति को संभाल लेता है तो आगे बढ़ जाता है। यह एक ऐसा बिन्दु है जहां से व्यक्ति नीचे गड्ढे में भी गिर सकता है और छलांग मारकर शिखर तक भी पहुँच सकता है।

उत्तम सुगन्ध सदाचार

शील में जो सुगन्ध होती है, वह सुगन्ध अपने आपमें अनुत्तर होती है। फूलों की सुगन्ध से भी वह ज्यादा मूल्यवान या अमूल्य होती है। आदमी स्वयं का स्वयं समीक्षण करे, अपना विश्लेषण करे कि दस वर्ष पहले मैं कहां था और आज मैं कहां हूँ। ज्यों-ज्यों मेरी अवस्था बढ़ रही है, त्यों-त्यों मेरी शील की सुगन्ध, मेरे सदाचार की सुगन्ध भी बढ़नी चाहिए और वह ज्यादा आकर्षक होनी चाहिए।

बौद्ध धर्म के महान ग्रन्थ धम्मपद में कहा गया है-

चन्दनं तगरं वापि उप्पलं अथ वस्सिकी।
एतेसं गन्धजातानं सीलगन्धो अनुत्तरो ।।

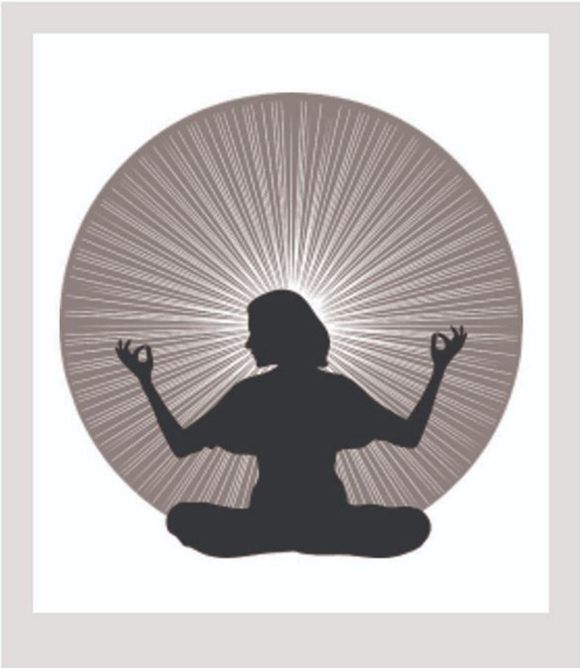
चन्दन या तगर, कमल या जूही, इन सभी की सुगन्धों से शील (सदाचार) की सुगन्ध उत्तम है। दुनिया में फूल होते हैं। फूलों में सुगन्ध होती है। किन्तु धम्मपदकार ने कहा कि जिस आदमी में शील होता है, उसके शील की सुगन्ध भी बहुत अधिक होती है। शील एक सदाचारमय जीवन है। सदाचार और सद्विचार की अपने ढंग की सुगन्ध होती है। आदमी को फूलों से यह प्रेरणा लेनी चाहिए कि फूलों में जैसे सुगन्ध है, मेरे जीवन में भी वैसी सुगन्ध हो।

एक संत के जीवन में सुगन्ध होती है। उसकी वाणी में भी सुगन्ध होती है। वह सुगन्ध जब फैलती है तो कितने-कितने लोगों को लाभ मिलता है, कितने-कितने लोगों को शांति मिलती है। संत के लिए कहा गया कि वह पंखे के समान होता है। जैसे पंखा स्वयं परिश्रम करता है, घूम-घूमकर आस-पास और नीचे बैठने वाले लोगों का ताप हरण करता है। वैसे ही संत भी जो स्वयं साधना करने वाला है, वह भी घूम-घूम कर लोगों का ताप-संताप दूर करने का प्रयास करता है। संत के शील में एक सुगन्ध होती है और शील का बड़ा प्रभाव माना गया है। इससे जहां एक ओर आत्मा की निर्मलता बढ़ती है, कई बार बाह्य प्रतिकूलताएं भी दूर हो जाती हैं।

साधना की दृष्टि से विचार करें तो सदाचार एक साधना है। उसके साथ तन्मयता की साधना भी चले। अपने आप में तन्मयता, नवकार मंत्र आदि के जप में तन्मयता, महावीर का नाम लें तो उसमें भी तन्मयता, राम का नाम लें तो उसमें भी तन्मयता रहे। वीतराग कोई भी है, वह उपास्य है, वंदनीय है और वीतरागता के परम साधक भी वंदनीय होते हैं। जो वीतराग आत्मा है, उसकी उपासना में तल्लीनता आती है, वह बड़ी साधना है। स्वयं अपनी आत्मा का दर्शन करें, उतनी क्षमता न हो तो ऐसे आदर्श पुरुष को सामने रखें जिसने आत्मा का दर्शन किया हो।

कहा जाता है कि वाल्मीकि ने रामायण के सौ करोड़ श्लोक बनाये थे। एक अच्छा आकर्षक ग्रन्थ बन गया। देवों ने कहा कि बड़ा सुन्दर ग्रन्थ है। यह हमको मिलना चाहिए। मनुष्यों को भी पता चला तो वे आये और बोले, "वाल्मीकि तो स्वयं मनुष्य हैं। इस ग्रन्थ पर तो मनुष्यों का अधिकार होना चाहिए।" दानवों को सूचना मिली तो वे भी आये और बोले - "यह ग्रन्थ तो हम लेंगे। या तो शांति से दे दो, वरना हम झगड़ा करके भी लेना जानते हैं।"

वाल्मीकि के सामने बड़ी समस्या हो गयी। उन्होंने शिवजी को याद किया और कहा - "महाराज ! यह ग्रन्थ मैं आपको अर्पित करता हूँ। आप जिसको देना चाहें, उसको दे दें।" अब तीनों देव, मानव और दानव शिवजी के पास आये और कहा - "महाराज !



यह ग्रन्थ हमको मिलना चाहिए।" शिवजी ने सोचा कि मेरे लिए तो तीनों ही समान हैं। मैं तीनों को बराबर बाँट दूं। पांती भी बड़े सुन्दर तरीके से हो सकती है। निष्पक्ष भाव से पांती हो जाये तो विवाद को उठने का मौका प्रायः नहीं मिलता। जहां अन्याय हो, किसी को कम देने का प्रयास हो या ठगने का प्रयास हो तो वहां फिर समस्या उलझ भी सकती है। पांती में औचित्य और न्याय होना चाहिए ताकि किसी को बोलने का मौका न मिले।

शिवजी ने कहा - "मैं तो बराबर पांती करूँगा। कुल सौ करोड़ श्लोक हैं। तुम तीनों में से प्रत्येक को तैंतीस-तैंतीस करोड़ श्लोक दे दूँगा।" निन्यानबे करोड़ तो दे दिये, किन्तु पीछे एक करोड़ और बच गये। तीनों बोले - "शिवजी महाराज! आप इनका क्या करोगे? ये भी हममें बाँट दो।" शिवजी ने तैंतीस-तैंतीस लाख फिर बाँट दिये। फिर एक लाख बचे। उनको भी तैंतीस-तैंतीस हजार बाँट दिये। फिर एक हजार बचे तो तीन सौ-तीन सौ फिर बाँट दिये। फिर सौ श्लोक बचे। सौ श्लोकों में से तैंतीस-तैंतीस श्लोक फिर बाँट दिये। अब एक श्लोक बचा। शिवजी ने कहा - "यह मेरे पास रहने दो।" तीनों ने कहा- "नहीं, यह भी आपको बाँटना पड़ेगा।"

संस्कृत भाषा में अनुष्टुप् छन्द का जो श्लोक होता है, उसमें बत्तीस अक्षर होते हैं। शिवजी ने दस-दस अक्षर तीनों में बाँट दिये। अब उनके पास दो अक्षर बचे। उनका बँटवारा कैसे हो? तब शिवजी बोले - "ये दो अक्षर मैं मेरे पास रखूँगा।" तीनों बोले - "ठीक है, आप रखो। किन्तु हमें बता तो दो कि वे दो अक्षर कौन-से हैं?" शिवजी बोले - "वे दो अक्षर हैं - राम। ये दो अक्षर मेरे पास रहेंगे।" तीनों एक साथ बोले - "महाराज! मूल चीज जो आपने अपने पास रख ली। हमको तो लंका-दहन, सीता-हरण आदि कुछ बातें दे दीं।"

राम शब्द के बारे में जैन रामायण में एक दोहा आता है -

रा उच्चरता मुख थकी, पाप पलाइ जाय।
मति फिर आवै तेह थी, ममो किंवाड़ी थाय।।

रा उच्चारण करते समय हमारा मुख खुलता है ताकि मुख रूपी द्वार से भीतर का जो पाप है, वह बाहर निकल जाये। म उच्चारण करते समय मुख पुनः बंद हो जाता है ताकि जो पाप निकला है वह वापस अन्दर आ न जाये। इस प्रकार कवि द्वारा होठ रूपी द्वार के खुलने और बन्द हो जाने का यह मर्म बताया गया। राम का जाप तो अच्छा है ही, साथ में यह भी ध्यान रखना चाहिए कि पाप बाहर निकल जाएं। अंदर से पापों का शोधन हो जाये। वृत्तियां अच्छी बननी चाहिए और राग-द्वेष कम होने चाहिए। इस लक्ष्य के साथ अगर जप किया जाता है तो वह जप विशेष कल्याणकारी हो सकता है। जप चाहे राम का करें, चाहे महावीर का करें, चाहे परमात्मा का करें, चाहे नवकार मंत्र का करें। मूल बात यह है कि वह वीतराग से संबंधित होना चाहिए।

धम्मपदकार ने कहा कि शील में जो सुगन्ध होती है, वह सुगन्ध अपने आपमें अनुत्तर होती है। फूलों की सुगन्ध से भी वह ज्यादा मूल्यवान या अमूल्य होती है। आदमी स्वयं का स्वयं समीक्षण करे, अपना विश्लेषण करे कि दस वर्ष पहले मैं कहां था और आज मैं कहां हूँ। मेरे जीवन में विकास होना चाहिए, परिष्कार आना चाहिए। दस वर्ष पहले जो मेरी साधना थी, दस वर्षों के बाद वह साधना बढ़ी या नहीं। ज्यों-ज्यों मेरी अवस्था बढ़ रही है, त्यों-त्यों मेरी शील की सुगन्ध, मेरे सदाचार की सुगन्ध भी बढ़नी चाहिए और वह ज्यादा आकर्षक होनी चाहिए।

बहुत महत्वपूर्ण बात है लक्ष्य का निर्धारण करना। आदमी लक्ष्य का निर्धारण करे और फिर लक्ष्य की दिशा में पुरुषार्थ भी करे तो वह आगे बढ़ सकता है। यद्यपि कभी गति मंद भी हो सकती है, पर गति बनी रहे, आदमी अगतिमान न बने। चींटी की गति मंद मानी जाती है और गरुड़ तेज गति वाला होता है, परन्तु वह चलता नहीं है, अगतिमान है तो वह कहीं नहीं जा पाएगा और चींटी भले कुछ मंद गति वाली है फिर भी चलती रहती है तो कोसों की दूरी पार कर सकती है। मूल बात है कि आदमी गतिमान बना रहे। वह आलस्य में न जाये। लक्ष्य स्पष्ट है और गतिमान चरण हैं तो आदमी कहीं भी पहुँच सकता है।

फूलों की सुगन्ध तो हमारे आस-पास हो या न हो, इतनी खास बात नहीं है, पर शील की सुगन्ध हमारे पास रहे, संयम की सुगन्ध हमारे पास रहे और सादगी की सुगन्ध हमारे पास रहे। कई लोग सेन्ट आदि लगाते हैं। ये सब बाह्य चीजें हैं। भीतर की सुगन्ध प्रस्फुटित हो जाये तो आदमी का कल्याण हो सकता है और वह अपने परम लक्ष्य को भी प्राप्त कर सकता है। ■■■

■ कल्पना मनोरमा ■

अहिंसा का अनुलोम-विलोम

हिंसा का अर्थ किसी को मारना तो है ही, कुविचार मात्र भी हिंसा है। उतावलापन हिंसा है। मिथ्या भाषण हिंसा है। किसी के प्रति द्वेष रखना हिंसा है। किसी का बुरा चाहना हिंसा है। अहिंसा को अपनाये बिना सत्य की खोज करना असंभव है, बच्चा इस बात को गहराई से जाने। ऐसा करने से वह बचा लेगा स्वयं को पुरुषवादी अहं की आग से।

बच्चा जब जन्म लेता है तब वह न सामाजिक होता है, न असामाजिक। वह तटस्थ भूमिका में जीवन बसर करता है। फिर उसे संस्कारित करने के लिए सीखने-सिखाने का दौर चलता है। सांसारिक गणित समझने के लिए सिर्फ अक्षरों का ही नहीं, वह अंकों का ज्ञान भी ग्रहण करता है। फिर उसे 'पहाड़ा' सिखाया जाता है। सबक की तरह नहीं, बल्कि गीत की तरह, जिसका बार-बार दोहराव उसके होठों से होते हुए उसकी आत्मा में रच-बस जाता है और जीवन की राह में कदम-कदम पर वह पहाड़ा उसका साथी बन जाता है।

इसी तरह एक माँ भी अपने नवजात पुत्र और उसके हवाले से सम्पूर्ण शिशु-पुरुष प्रजाति को गणित के पहाड़े की तरह 'स्त्री-पहाड़ा' सिखाना चाहती है, जिससे वह स्त्री का महत्व समझे और उसकी सहभागितापूर्ण गरिमा का मान कर सके। वह सोचती है कि ऐसा क्या किया जाये कि स्त्री की आबरू लुटने से बच जाये? स्त्री जात निम्नता की दीवार पर लिखी इबारत न होकर हर बच्चे के होठों का इबादती पहाड़ा बन जाये - 'स्त्री पहाड़ा'। उसी 'स्त्री-पहाड़े' से शिशु-पुरुष सीखे अच्छाई को लिखना और बुराई को जड़ से मिटाना। बच्चा सहेजे अपने मुँह लगे पहाड़े की तरह स्त्री की गरिमा को और उसे ये पता भी न चले कि ऐसा करके उसने संवार लिया है अपनी ही आत्मा के भूगोल को।

बच्चा अपने अबोध बचपन से ही सत्य और अहिंसा के उस सूत्र को जाने जिसको यरवदा जेल से लिखे गये 'मंगल प्रभात' के आलेख में गांधीजी ने बताया है कि रस्सी पर चलने वाला नट जैसे अपनी नजर सीधी रखकर सावधानी से लक्ष्य प्राप्ति को आँखों में लिये चलता है, सत्य-अहिंसा की डोर पर चलने वाले की स्थिति भी वैसी ही होनी चाहिए। बल्कि इन दो तत्त्वों से बनी डोर तो और भी सूक्ष्म होती है। जरा-सी असावधानी हुई नहीं कि गये मानवता के पायदान से फिसलते हुए हजारों मील गहरी खाई में।

हिंसा का अर्थ किसी को मारना तो है ही, कुविचार मात्र भी हिंसा है। उतावलापन हिंसा है। मिथ्या भाषण हिंसा है। किसी के प्रति द्वेष रखना हिंसा है। किसी का बुरा चाहना हिंसा है। अहिंसा को अपनाये बिना सत्य की खोज करना असंभव है, बच्चा इस बात को गहराई से जाने। शर्त बस एक ही है कि बच्चा सीखे हुए को भूलना भी सीखे। ऐसा करने से वह बचा लेगा स्वयं को पुरुषवादी अहं की आग से। वह समुद्र की दरियादिली को देखकर ले आये अपनी भावनाओं में विशालता कि समुद्र सिर्फ सीपी को नहीं, मोती को भी सहेजकर उसे जीवन जीने का पूरा अवसर देता है। इसी सरोवरी संसार में रहते हुए बच्चा सीखे समुद्र का दर्शनशास्त्र।

वह बच्चा बिना झिझके ये भी बताये कि दुनिया उत्तरों में नहीं, सवालों में रहती है। जिनके उत्तर उसी स्त्री-पहाड़े में छिपे हैं, जिसको सीखने के लिए वे करते हैं इनकार जबकि वह स्त्री ही है जो सुरक्षा कवच की तरह पुरुष के इर्द-गिर्द रहती है। कभी ममता का बोध बनकर, कभी सखा तो कभी सहचर बनकर।

जब उस बच्चे को पानी की पहचान करनी पड़े तो वह पानी को नहीं, अपितु मछली की नब्ज छूकर महसूस करे पानी की तरलता को। वह याद रखे पानी पर तैरते पल-पल बनते-बिगड़ते बुलबुलों को और समझे कि बुलबुलों की कीमत उतनी ही होती है, जितनी पानी की। शरबत के गिलास में उठने वाले बुलबुले तीखे नहीं होते और मिर्ची के भीतर बसे पानी में मिठास नहीं होती।

वह बच्चा सीखे जन्म देने वाली स्त्री, साथ खेलने वाली स्त्री, सहपाठी स्त्री, सहयात्री स्त्री के प्रति समर्पण का भाव। वह सोचे अपने उत्पन्न होने की घनीभूत पीड़ा को स्त्री की नजर से। वह करे उसको वैसा ही प्रेम जैसे पानी से करती है मछली। बच्चा जाने पानी की निष्कपटता के साथ उसकी विनम्रता के अंदरूनी भाग को जिसे घोलकर बनायी गयी तस्वीर ही सुंदर दिखती है। जिस तरह पानी की कठोरता रंग में घोली नहीं जा सकती, उसी प्रकार पुरुष के परुष व्यवहार की वजह से स्त्री के मन में आयी विद्रूपता के कारण बिगड़ जाती हैं जीवन की बढ़िया से बढ़िया अल्पनाएं। इसलिए बच्चा पानी की तरलता के साथ-साथ उसकी कठोरता के सामर्थ्य का गणित भी सीखे।

वह सीखे कि पानी यदि प्यास बुझाना जानता है तो बड़े-बड़े पत्थरों को बालू बनाकर किनारे पर धकेलने की ताकत भी रखता है। वह सीखे पानी सिर्फ नदियों और नाले में ही नहीं बहता; पानी आँखों से भी बहता है और आँखों से बहने वाला पानी बाढ़ भले नहीं लाता, लेकिन पौरुषी संसार का नाश तो कर ही देता है। बिना पानी की आँखों में नहीं समाते हैं अहिंसा के अनुलोम-विलोम! बच्चा सोते-जागते न भूले इस बुनियादी कथन को। बाहर के अकाल से छुटकारा मिल भी सकता है लेकिन आँखों का पानी मर जाने पर मनुष्य भी मर जाता है। इसी बात को सत्यापित करने के लिए रहीम ने कहा है,

'रहिमन पानी राखिए, पानी बिन सब सून।
पानी गये न ऊबरे मानुष, मोती, चून।।'

शिशु-पुरुष अपने जड़ शरीर की ही नहीं, अपितु संवेदनात्मक दिमाग की भी ताकत अर्जित करे। वह नित्य चीख-चीखकर जुटाये भीड़ और सुनाये उसको अपना सीखा हुआ 'स्त्री-पहाड़ा' जब तक कि हवा में भर न जाये समूची नैतिकता की गंध। सूरज के सुनहरेपन में हो न जाये सत्य की रटन शामिल। चंद्रमा बन न जाये शील का रखवाला तब तक वो सुनाता रहे उस भीड़ को अपनी समर्पण गाथा। ऐसा करने से स्त्री के प्रति जन्मेगा विश्वास धरती, आकाश और दिशाओं के होने में, जिसकी धमक उतरेगी फिर घर-घर की मुंडेरों पर। उसके बाद बच्चा करे कोशिश इश्तिहार की तरह स्त्री-पहाड़े का एक-एक हर्फ रास्ते की उन सलवटों पर लिखने की जो डूबी रहती हैं सन्नाटे में। बच्चे द्वारा निर्मित बेखौफ रास्तों से जब निकले स्त्री, तो वह लौट सके सही-सलामत अपने घर, बचा सके अपना अस्तित्व। सो सके सुरक्षित पुरुषों की दुनिया में। उसी जागे हुए बच्चे के पीछे दौड़ती रहे मशालचियों की तरह दुनिया के अन्य सजग बच्चों की भीड़, जब तक कि उग न आएं उन रास्तों पर प्रेम के सच्चे बेल-बूटे।

इतना करते हुए भी उसको थकना मना है। जिसे सीखकर उस बच्चे ने सीखा है स्वयं की आत्मा को बचाये रखना, अब फेरी लगा-लगाकर गली-गली बेचे स्त्री-पहाड़े की प्रतियां। समाज के उस आखिरी घर तक जहां लोग जन्मे तो हैं स्त्री-पहाड़े से लेकिन उसे सीखना नहीं जानते। सम्मान नहीं करना चाहते और न ही उसे अपनाना चाहते हैं। वह बच्चा जुटाये जमाने भर की ताकत और 'बैल' बने आदमियों की नाकों में डालकर मूँज की नाथ और उनकी आँखों में आँखें डालकर बताये कि स्त्री भोग की वस्तु नहीं, जीवन का वो पहाड़ा है जिसे याद किये बिना दुनिया का कोई भी सवाल हल नहीं हो सकता।

वह बच्चा बिना झिझके ये भी बताये कि दुनिया उत्तरों में नहीं, सवालों में रहती है। जिनके उत्तर उसी स्त्री-पहाड़े में छिपे हैं, जिसको सीखने के लिए वे करते हैं इनकार जबकि वह स्त्री ही है जो सुरक्षा कवच की तरह पुरुष के इर्द-गिर्द रहती है। कभी ममता का बोध बनकर, कभी सखा तो कभी सहचर बनकर। वह बच्चा दृढ़ता से बताये कि इस बेजुबान दुनिया में स्त्री ही भाषा का एक

पृथ्वी पर उपस्थित सभी प्राणियों में मनुष्य श्रेष्ठ है और सभी मनुष्यों में नारी श्रेष्ठ है। स्त्री और पुरुष जन्म से ही स्वतंत्र हैं, इसलिए दोनों को सभी अधिकार समान रूप से भोगने का अवसर प्राप्त होना चाहिए।

मधुरिम समीकरण है। बच्चा उठाये हाथ और लिख दे संसार की सबसे ऊँची आसमानी स्लेट पर स्त्री को, जिसे पढ़ने के लिए किसी को किसी की मदद न लेनी पड़े। किसी पंडित के इशारे का कोई मोहताज न रहे और जो व्यक्ति भूल चुके हैं जमीन और आसमान के गणित को, वे भी सीख सकें स्त्री-भाषा का समीकरण।

ऐसा करते हुए दुनिया को स्त्री-पहाड़ा सिखाकर बच्चा जब लौटे तो नर्मदा पखारे पाँव, सतपुड़ा के जंगलों से सिमट आये फूलों की मौलिक सुगंध और लिपट जाये बच्चे के जिस्म से भीगे अंगोछे की तरह, जिसने सीखा है तन-मन-धन से अपने सारे पुरुषवादी अहं को किनारे रखकर 'स्त्री-पहाड़ा'। उस विनम्र बच्चे के साथ जब चले कोई कमजोर से कमजोर स्त्री तब संकोच, भय और लज्जा रहे उससे कोसों दूर और वह सामाजिक प्रांगण में निर्भीक हो सके। जब-जब ऐसा हो तब-तब झर पड़ें गुलमोहर के वे फूल जो टहनी से चिपके होते हैं मजबूती से और साथ में छलक पड़ें सूखी आँखों से आंसू जो बन जाएं सितारे और जगमगा उठे स्त्री की अंधेरी दुनिया सम्मान के उजास से।

'स्त्री-पहाड़ा' सीखा हुआ बच्चा समझाये दुनिया के पुरुषों को प्रख्यात मनोवैज्ञानिक रायबर्न के शब्दों में, "स्त्रियों ने ही प्रथम सभ्यता की नींव डाली है। जंगलों में मारे-मारे भटकते हुए पुरुषों को सुखदायी जीवन प्रदान कर उनका घर बसाया है।" इस बात को ज्योतिबा फुले के अनुसार भी समझा जा सकता है, "पृथ्वी पर उपस्थित सभी प्राणियों में मनुष्य श्रेष्ठ है और सभी मनुष्यों में नारी श्रेष्ठ है। स्त्री और पुरुष जन्म से ही स्वतंत्र हैं, इसलिए दोनों को सभी अधिकार समान रूप से भोगने का अवसर प्राप्त होना चाहिए।"

इन बातों को गहराई से समझना ही होगा। यदि ऐसा नहीं हुआ तो जिंदगी के पहाड़े को पहाड़ बनते भला कहां देर लगेगी! संसार को जंगल में तब्दील होने से कौन रोक पाएगा? कौन रोकेगा आसमान को गिरने से? जबकि सूरज ने भी सीखा है किरण-पहाड़ा सूरज कहलाने के लिए। चाँदनी के पहाड़े को सीखकर ही चाँद घोल पाता है औषधियों में आरोग्यता। तो फिर पुरुष क्यों नहीं सीखे 'स्त्री-पहाड़ा'?

दिल्ली में रहने वाली लेखिका अध्यापन से स्वैच्छिक सेवानिवृत्ति के बाद स्वतंत्र लेखन में संलग्न हैं। इनकी कई पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं।

...स्वागत है नववर्ष

जय चक्रवर्ती - रायबरेली

धुन्ध भरे इस वक्त में, स्वागत है नववर्ष!
उजली, पीली धूप का, दो पैगाम सहर्ष॥

नया साल हो हे प्रभो! उम्मीदों का साल।
हल हो जाएँ भूख के, शायद चंद सवाल॥

झूठ और पाखंड का, बदले कुछ माहौल।
उड़े न प्रभु नववर्ष में, सच का कहीं मखौल॥

इच्छाएँ हों फूल-सी, खुशियों से भरपूर।
अपनों के संसार से, रहे न कोई दूर॥

मुस्कानें हर होठ पर, लिखना प्रिय नववर्ष।
सबके जीवन के कटें, सुख-दुख सभी सहर्ष॥

पंख उड़ानों को मिलें, सपने फलें जरूर।
सपनों की निधियाँ मिलें, आँखों को भरपूर॥

काश! कि हो नववर्ष यह, मानवता के नाम।
मजहब-मजहब खेलना, बंद करें हुक्काम॥

हो जाये नववर्ष में, कुछ ऐसा भी काश!
हर पंछी को मिल सके, पंखों को आकाश॥

नहीं सवालों के मिले, अब तक हमें जवाब।
पूरा हो नववर्ष में, शायद यह भी ख्वाब॥

जाते-जाते कह गया, रोकर पिछला साल।
इस डरावने वक्त में, रखना मीत खयाल॥

ज्वेलर्स शॉप इंश्योरेंस
लाईफ इंश्योरेंस
कैशलेस मेडीक्लेम
हमारे विशेषज्ञों द्वारा अपनी पुरानी ज्वैलर्स ब्लॉक पॉलिसी या मेडिक्लेम पॉलिसी की जाँच करवाएँ और अनुकूल नियमों और शर्तों के साथ मुफ्त कोटेशन प्राप्त करें ।
नो रुम कैटगरी वाली कैशलेस मेडिक्लेम पॉलिसी लें और इसे केवल 2600/- की मामूली राशि से सुपर टॉप अप पॉलिसी के साथ जोड़ें
इंश्योरेंस टिप्स
अपने पुराने जीवन बीमा पॉलिसी नंबर के साथ शेयर करें, हम एक परिवार पोर्टफोलियों प्रदान करेंगे और उसी के अनुसार बेहतरीन योजना की सलाह देंगे ।
यदि किसी इंश्योरेंस कंपनी ने आपके मौजूदा क्लेम को खारिज कर दिया है और आपको किसी सहायता या सलाह की आवश्यकता होती है, तो हम मदद के लिए तैयार है ।
Legacy of 38 Years
25000 HAPPY CUSTOMERS INDIA & ABROAD
11000 Claims Solved
300 National & International Awards
वर्ष 2020-21 में हमने 50+ करोड़ की वैल्यु के क्लेम सैटल किए है जिसमे पॉलीसी है ज्वैलर्स ब्लॉक, लाईफ इन्शुरेन्स, मेडीक्लेम, फायर एवं बर्गलरी.
Ganpat Dagliya
Gold Medalist
T.O.T - U.S.A
NICE™
INSURANCE LANDMARK
One Stop Insurance Solution in India !
हम देश विदेश में सभी ग्राहको को ऑनलाईन सुविधा द्वारा सेवा देते है.
Chirag Dagliya
M.B.A & Harvard Cert.
T.O.T - U.S.A
26 A, Dagina Bazar, Mumbadevi Rd, Mumbai 400 002 | Email : info@niceinsure.com | www.niceinsure.com
Contact: +91 7045 850012/13/14/15/16 / 9869230444 / 9869050031 / 022-22448800

डॉ. बसन्तीलाल बाबेल

न्याय की डगर

अहं से बर्बाद होती जिंदगी

पति अपने पति के साथ रहना चाहती थी और पति भी पत्नी को अपने पास रखना चाहता था। दोनों के बीच कोई कानूनी विवाद नहीं था, मगर पति-पत्नी में कहीं न कहीं 'अहं' टकरा रहा था, जिसके परिणामस्वरूप दोनों एक-दूसरे से अलग होकर जीते रहे। जिंदगी और जवानी के सात वर्ष यूं ही बीत गये। न्यायाधीश ने संवेदनशीलता का परिचय देते हुए बीच का रास्ता निकाला और पति-पत्नी फिर साथ हो गये।

प्रसंग उन दिनों का है जब मैं पाली (राजस्थान) में मुंसिफ मजिस्ट्रेट था। मेरी अदालत में भरण-पोषण का एक मुकदमा चल रहा था। पत्नी द्वारा पति के विरुद्ध भरण-पोषण की एक अर्जी पेश की गयी थी जिसमें पत्नी का कहना था कि पति ने मुझे मेरे मायके में छोड़ रखा है। वह मेरा भरण-पोषण नहीं करता है। मैं उसके साथ रहना चाहती हूँ, लेकिन वह रखने को तैयार नहीं है।

मैंने पति का जवाब पढ़ा। पति का कहना था कि पत्नी अपनी मर्जी से मायके में बैठी हुई है। मैं उसे रखने को तैयार हूँ, लेकिन वह आना नहीं चाहती है।

लगभग सात वर्ष बाद यह मुकदमा फैसले के स्टेज पर मेरे सामने आया। मैंने पत्रावली का गंभीरता से अवलोकन किया। पत्रावली में अंकित तथ्यों से यह स्पष्ट हो रहा था कि पति अपने पति के साथ रहना चाहती थी और पति भी पत्नी को अपने पास रखना चाहता था। दोनों के बीच कोई कानूनी विवाद नहीं था। फिर जिंदगी के ये सात वर्ष यूं ही कैसे बीत गये?

मैंने गंभीरता से इस बिंदु पर चिंतन किया। मेरी समझ में आ गया कि यह 'अहं' (Ego) का मामला है। दोनों पक्षों में अर्थात् पति-पत्नी में कहीं न कहीं 'अहं' टकरा रहा है और वही दोनों को एक-दूसरे से अलग किये हुए है।

मैंने दोनों पक्षकारों को आगामी तारीख पेशी पर अपने माता-पिता को साथ लाने के लिए कहा। यह संयोग की बात थी कि दोनों पक्षकार पाली के ही थे और दोनों के मकान अदालत के एक दूसरी तरफ थे। नियत तिथि को दोनों पक्षकार अपने माता-पिता के साथ अदालत में आ गये। सर्वप्रथम मैंने पत्नी के माता-पिता से पूछा - "आपने अपनी जवान बेटी को सात वर्षों से घर में क्यों बिठा रखा है? आप इसे ससुराल क्यों नहीं भेजते?"

माता-पिता ने कहा - "हम हमारी बेटी को ससुराल भेजने को तैयार हैं। इसका पति आकर इसे ले जाये।"

मैंने पति के माता-पिता से पूछा - "आप अपनी बहू को ससुराल क्यों नहीं लाते हो? आपने पिछले सात साल से इसे मायके में क्यों बिठा रखा है?"

उन्होंने कहा - "लेने जाने की क्या जरूरत है। वह खुद ही आ जाये। उसका घर है।"

लगभग सात वर्ष बाद यह मुकदमा फैसले के स्टेज पर मेरे सामने आया। मैंने पत्रावली का गंभीरता से अवलोकन किया। पत्रावली में अंकित तथ्यों से यह स्पष्ट हो रहा था कि पति अपने पति के साथ रहना चाहती थी और पति भी पत्नी को अपने पास रखना चाहता था। दोनों के बीच कोई कानूनी विवाद नहीं था।

यही एक 'अहं' दोनों के बीच टकरा रहा था। इसका खमियाजा बेटी अर्थात् बहू भुगत रही थी। मैंने दोनों पक्षकारों से कहा - "आपको स्वतः एक-दूसरे के यहां जाने की जरूरत नहीं है। आप अमुक तिथि को मध्याह्न दो बजे अदालत में आ जाएं।"

दोनों नियत तिथि को नियत समय पर अदालत में आ गये। दोनों को समझाया, एक किया और लगभग चार बजे दोनों को अर्थात् पति-पत्नी को एक साथ विदा किया। जिंदगी के स्वर्णिम सात वर्ष उन्होंने तुच्छ 'अहं' के पीछे गंवा दिये।

मैंने फैसले के अंत में लिखा - "जिंदगी और जवानी के सात वर्ष यूं ही बीत गये। इन सात वर्षों को अदालत तो क्या, ईश्वर भी नहीं लौटा सकता।" यह निर्णय पुरस्कृत हुआ।

लावा सरदारगढ़ (राजस्थान) निवासी लेखक जिला एवं सत्र न्यायाधीश तथा उपसचिव (गृह एवं विधि) पद से सेवानिवृत्ति के बाद जनसेवा में संलग्न हैं। अणुव्रत दर्शन को अपनी जीवनचर्या में अंगीकार करने वाले डॉ. बाबेल को हाल ही 'अणुव्रत गौरव' से अलंकृत किया गया है।

बापू की वाणी

- ...सत्य वज्र के समान कठिन है और कमल के समान कोमल।
- दूसरों को अपमानित करके लोग अपने को सम्मानित कैसे समझ सकते हैं; इस पहेली को मैं आज तक हल नहीं कर सका हूँ।
- छोटा दुःख भी दूर से देखने पर बड़ा मालूम होता है।
- और जहां स्वतंत्रता तथा अक्षर-ज्ञान के बीच ही चुनाव करना हो, वहां कौन कहेगा कि स्वतंत्रता अक्षर-ज्ञान से हजार गुनी अधिक अच्छी नहीं है?
- उपवास की सच्ची उपयोगिता वहीं होती है जहां मनुष्य का मन भी देह-दमन में साथ देता है। तात्पर्य यह कि मन में विषय-भोग के प्रति विरक्ति आनी चाहिए। विषय की जड़ें मन में रहती हैं।
- उपवास करते हुए भी मनुष्य विषयासक्त रह सकता है, पर बिना उपवास के विषयासक्ति को जड़-मूल से मिटाना संभव नहीं है।
- विचार-मात्र विकार है। उन्हें वश में करने का मतलब है, मन को वश में करना; और मन को वश में करना तो वायु को वश में करने से भी कठिन है। फिर भी यदि आत्मा है तो यह वस्तु भी साध्य है ही।
- हमारे मार्ग में कठिनाइयां आकर बाधा डालती हैं, इससे कोई यह न माने कि वह असाध्य है। वह परम अर्थ है और परम अर्थ के लिए परम प्रयत्न की आवश्यकता हो तो उसमें आश्चर्य ही क्या?
- धन, सत्ता और मान मनुष्य से कितने पाप और अनर्थ कराते हैं!
- कितने ही काम होने पर भी जिस तरह हम खाने का समय निकाले बिना नहीं रहते, उसी तरह व्यायाम का समय भी हमें निकालना चाहिए।
- शुभ कार्य का फल शुभ ही होता है।

(राष्ट्रपिता महात्मा गांधी की आत्मकथा 'सत्य के प्रयोग' से साभार)

■ शिखरचंद जैन ■

विचारों को भी करते रहें अपग्रेड

विचारों को भी अपग्रेड करते रहने की जरूरत होती है। जब दुनिया बदल रही है, आपके आसपास का माहौल बदल रहा है, तकनीक बदल रही है, तो क्या आप अपने पुराने कच्चे-पक्के विचारों के बूते इस परिवर्तनशील और अपग्रेड होती दुनिया में अपना अस्तित्व सही ढंग से बनाये रख पाएंगे? कभी नहीं?

विजय को परेशान और उदास देख श्वेता ने पूछा, क्या बात है? किसी से कहासुनी हुई क्या? विजय बोला- "हाँ, पहले ऑफिस में मेरे जूनियर से और फिर फैक्ट्री में लेबर इंचार्ज से माथापच्ची हो गयी। सब गुटबाजी करते हैं। मेरा कहा काम करना ही नहीं चाहते।"

"पता नहीं मेरे साथ सब कुछ उल्टा क्यों होता है।" शालिनी ने दु:खी होकर कहा। माँ ने पूछा, "आखिर हुआ क्या?" इस पर शालिनी ने कहा, "माँ, मेरी तकदीर ही खराब है। जिस काम में हाथ देती हूँ, उसमें ही गड़बड़ हो जाती है।"

शायद कई बार आपके साथ भी ऐसा कुछ होता है जैसा विजय और शालिनी के साथ हुआ। कभी न कभी ऐसा हर किसी के साथ होता है। उन लोगों के साथ भी जिन्हें आप बेहद सफल इंसान समझते हैं। फर्क यही है कि असफल लोग इसे अपनी नियति या किस्मत मान बैठते हैं जबकि सफल लोग बुरे हालात में भी रास्ता खोज लेते हैं और परिस्थिति के अनुसार खुद को बदल लेते हैं। आप भी अपने सोचने और काम करने का तरीका जरा-सा बदल लेंगे तो आपकी गिनती भी सफल लोगों में हो सकती है।

क्या आपने कभी इस बारे में सोचा है कि विचारों को भी अपग्रेड करते रहने की जरूरत होती है। जब दुनिया बदल रही है, आपके आसपास का माहौल बदल रहा है, तकनीक बदल रही है, तो क्या आप अपने पुराने कच्चे-पक्के विचारों के बूते इस परिवर्तनशील और अपग्रेड होती दुनिया में अपना अस्तित्व सही ढंग से बनाये रख पाएंगे? कभी नहीं?

समय के साथ परिपक्व हों

समय के साथ जिन लोगों के विचारों में परिपक्वता नहीं आती, सकारात्मक बदलाव नहीं आते और बदलती दुनिया के साथ अपग्रेडेशन नहीं होता, वे जल्दी ही इस भागती दौड़ती दुनिया में पिछड़ जाते हैं और फिर असफलता और गुमनामी के अंधेरे में खोकर गहरे अवसाद में डूब जाते हैं। ऐसे लोग अक्सर अपनी नाकामयाबी के लिए लोगों, परिस्थितियों व दुनिया को जिम्मेदार ठहराते हुए दिन-रात उन्हें कोसते हैं। लेकिन सच यह है कि इसके जिम्मेदार वे खुद होते हैं।

अच्छे बनाम बुरे विचार

विचारों में बड़ी शक्ति होती है। एक नया विचार आपकी जिंदगी बदल सकता है। कई बार एक अच्छा या बुरा विचार सिर्फ व्यक्ति को ही नहीं, समाज, देश और दुनिया को भी खुशहाल या बदहाल कर सकता है। इसे ऐसे समझिए। अच्छे विचार वाले

विचारों में बड़ी शक्ति होती है। एक नया विचार आपकी जिंदगी बदल सकता है। कई बार एक अच्छा या बुरा विचार सिर्फ व्यक्ति को ही नहीं, समाज, देश और दुनिया को भी खुशहाल या बदहाल कर सकता है।

लोग जीवनरक्षक दवाएं और उपकरण बनाते हैं, लाइलाज बीमारियों के इलाज के तरीके ढूंढते हैं और समाज की तरक्की के लिए अच्छी योजनाएं बनाते हैं जबकि बुरे विचार वाले लोग रासायनिक हथियार बनाते हैं, आतंकवाद अपनाते हैं और तबाही की साजिशें रचते हैं।

विचार का करें विश्लेषण

कोई भी विचार दिमाग में अचानक आता है। फिर आप उसी विचार के अनुरूप काम करने लगते हैं। यहां दो बातें ध्यान देने योग्य हैं। सबसे पहले दिमाग में उपजे विचार का विवेकपूर्ण विश्लेषण करें कि यह सकारात्मक है या नकारात्मक। अगर यह कोई नकारात्मक विचार है तो उसे वहीं नष्ट कर दें और सकारात्मक है तो इस पर कार्य करने, इसे प्रसारित करने की योजना बनाएं।

दूसरी और सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि अपने विचारों में लगातार भिन्नता, नवीनता और विविधता लाने की कोशिश जारी रखें वरना एक ही जैसे पुराने विचारों में कैद होकर आप कुएं के मेढ़क जैसे हो जाएंगे। इसके लिए आपको लगातार दूसरे लोगों की बातों को भी सुनते रहना चाहिए और अपने विवेक का इस्तेमाल कर अच्छे विचारों को आत्मसात करते रहना चाहिए।

अच्छे विचारों के लिए ऐसा करें

कई विद्वान कह चुके हैं कि आप जैसा सोचते हैं, वैसे ही बन जाते हैं। जब आप खुश रहते हैं तो आपके मन में अच्छे विचार आते हैं। आप गुस्से में होते हैं तो आपके मन में विध्वंसात्मक विचार आते हैं और जब आप दुःखी होते हैं तो आपके मन में नकारात्मक विचार आते हैं। संकुचित दिमाग में हमेशा छोटे विचार या दूसरों के प्रति खराब विचार उत्पन्न होते हैं, जबकि एक परिपक्व दिमाग में हमेशा दूसरों के प्रति अच्छी बातें उपजती हैं।

सफलता, शोहरत और सम्मान कभी छोटे विचारों से मिल ही नहीं सकती। इसके लिए आपको अपनी सोच व्यापक, बड़ी, परिष्कृत और सकारात्मक बनानी पड़ेगी। आगे बढ़ने के लिए अच्छे विचारों की जरूरत किसी भी डिग्री, चातुर्य और हुनर से कतई कम नहीं होती। अगर आपके मन में लगातार बुरे, नकारात्मक और ईर्ष्यात्मक विचार आ रहे हैं तो आपको अपने आसपास का माहौल, लोगों की संगत बदलने के बारे में सोचना चाहिए। नयी किताबें, महापुरुषों के प्रेरक प्रसंग, मोटिवेशनल लेख और अखबारों में पॉजिटिव समाचार पढ़ने चाहिए। यूट्यूब, टीवी, पत्रिका, अखबार, पुस्तक या मोटिवेशनल स्पीच जहां भी कोई अच्छा विचार सुनने, देखने या पढ़ने को मिले, उसे एक पॉकेट डायरी में नोट कर लें। यकीन मानिए कि आपके विचारों में धीरे-धीरे व्यापक परिवर्तन आने लगेंगे।

मुसीबतों का सामना करें

सामने बिल्ली खड़ी हो और कबूतर अपनी आँखें बंद कर ले तो क्या उसका खतरा टल जाएगा? नहीं न? ठीक इसी प्रकार मुसीबतों से या विपरीत परिस्थितियों से पलायन करने के बजाय या उनसे मुकाबला करना ज्यादा अच्छा होता है, तभी आप आगे बढ़ पाएंगे। आप कोई भी काम करें या कहीं की यात्रा करें, राह में कुछ अड़चनें आना एक स्वाभाविक बात है। इन मुसीबतों के प्रति ओवररिएक्ट न करके उन्हें दूर करते हुए आगे बढ़ें।

जैसा सोचेंगे, वैसा पाएंगे

हमारे बुजुर्ग सही कहते थे कि कोई भी काम करो उसे सकारात्मक सोच के साथ करो। 'द सीक्रेट' की लेखिका रौंडा बायर्न ने भी लिखा है, आप जैसा सोचते हैं वैसा ही आपके साथ होता है। जब आप निगेटिव सोचते हैं तो ब्रह्मांड से तमाम नकारात्मक शक्तियां आपके पास आने लगती हैं और वैसा ही होता है जैसा आपने सोचा। ठीक ऐसा ही सकारात्मक सोचने से भी होता है।

सफल लोगों से प्रेरणा लें

अपने सफल मित्र, रिश्तेदार, कुलीग या प्रतिद्वंद्वी से कुढ़ने, चिढ़ने या ईर्ष्या करने से आपकी ऊर्जा का क्षय होता है। आप अपनी तरक्की के लिए मेहनत करना भूलकर दिन-रात उसका

बुरा चाहने या उसे नीचा दिखाने के तरीके ढूंढ़ते हैं। इससे आपको दोहरा नुकसान होता है। पहला नकारात्मकता से घिरे होने के कारण आप अपने लिए कुछ नया नहीं सोच पाते और दूसरा यह कि आप धीरे-धीरे एक अच्छे व्यक्ति से दूर होते चले जाते हैं। इसलिए बेहतर होगा कि उनकी सफलता को सराहें और उनकी कार्यशैली को सीखने या अपनाने की कोशिश करें।

लेने से पहले देना सीखें

अगर आप लोगों से सहयोग, अच्छी सलाह, हौसला अफजाई और प्रशंसा हासिल करना चाहते हैं तो पहले देना सीखिए। आप जैसा इस समाज को देंगे, वैसा ही पाएंगे। अपने पड़ोसियों, सहकर्मियों, रिश्तेदारों और दोस्तों की मदद करें, उनकी प्रशंसा करें और उनसे मेलजोल रखें।

आपकी तरक्की में आप अकेले नहीं, आपके आसपास मौजूद बहुत सारे लोग शामिल होते हैं। इसलिए उनसे ऊर्जा, सहयोग और समर्थन पाना हो तो आप भी उनके साथ वैसा व्यवहार करें। लोगों के बारे में अच्छा बोलें और अच्छा सोचें, यही चीज आपके पास भी लौटकर आएगी। अच्छे काम का अच्छा प्रतिफल अवश्य ही मिलता है।

विरोधियों से दोस्ती कर लें

दुश्मनों या विरोधियों को हमेशा हथियार से या झगड़े से नहीं जीता जाता। कूटनीति और व्यवहार से भी उन पर विजय पायी जा सकती है। प्रोफेशनल या पर्सनल लाइफ में कुछ लोग आपके विरोधी होंगे, यह बेहद स्वाभाविक भी है। ऐसे लोगों से आप अच्छा व्यवहार करें, किसी मुसीबत में उनकी मदद करें और उनसे विवाद निपटा लें तो आप अपनी जंग आसानी से जीत जाएंगे। आगे बढ़ने और तरक्की करने के रास्ते में आने वाली आधी से ज्यादा बाधाएं दूर हो जाएंगी और आपका काम आसान हो जाएगा।

ध्यान रखें

■ हमेशा असंतुष्ट होने की आदत छोड़ दें। परफेक्शनिस्ट बनने की जिद आपको तमाम परिश्रम और सफलताओं का आनंद नहीं लेने देती। आप बहुत कुछ हासिल करने के बाद भी दु:खी ही रह जाते हैं।

■ सुधार के लिए सदैव तैयार रहें। यह न सोचें कि जो आपका विचार है, वही सही है। अगर कोई आपकी गलती की ओर संकेत कर रहा है तो उसे सुधारने पर विचार करें।

■ बड़ी कामयाबी के लिए एक बार में बड़ा कदम उठाना जरूरी नहीं बल्कि कई छोटे-छोटे कदम लगातार उठाने जरूरी हैं।

✍ कोलकाता निवासी लेखक की कई मोटिवेशनल पुस्तकों, बालकथा तथा लघुकथा संग्रह का प्रकाशन हो चुका है। व्यक्तित्व विकास समेत अन्य विषयों पर पत्र-पत्रिकाओं में नियमित लेखन।

ज्ञान-विज्ञान की यात्रा

■ **डॉ. दिलीप धींग** - चेन्नई ■

थे उच्च कोटि के विज्ञानी अचरज भरा विज्ञान था।
हैं वर्णित शास्त्रों में इनकी आज भी गौरव कथा।

खोया बहुत हमने मगर दुर्भाग्य खुद भी खो गये।
स्वार्थ-अहं-दुराग्रह में चक्षुहीन ही हो गये!

कर्त्तव्य है कि बचा लें, बची इस विरासत को।
कर सकें ना वृद्धि किन्तु रखें इसे यथावत तो।

मिल जाएं छोर गर अध्यात्म और विज्ञान के।
खुल जाएं द्वार अभिनव ज्ञान और विज्ञान के।

मिटेगा अज्ञान तम और प्रलय के बादल छंटेंगे।
मनुष्य ही हो एक तो क्यों राष्ट्र आपस में बंटेंगे?

यह अहिंसा का ज्ञान जब विज्ञान की यात्रा करेगा।
और जब विज्ञान भी इस ज्ञान की यात्रा करेगा।

तब विश्व में हो पाएगी परस्पर विश्वसनीयता।
मैत्री समस्त प्राणियों से और प्रकृति-प्रियता।

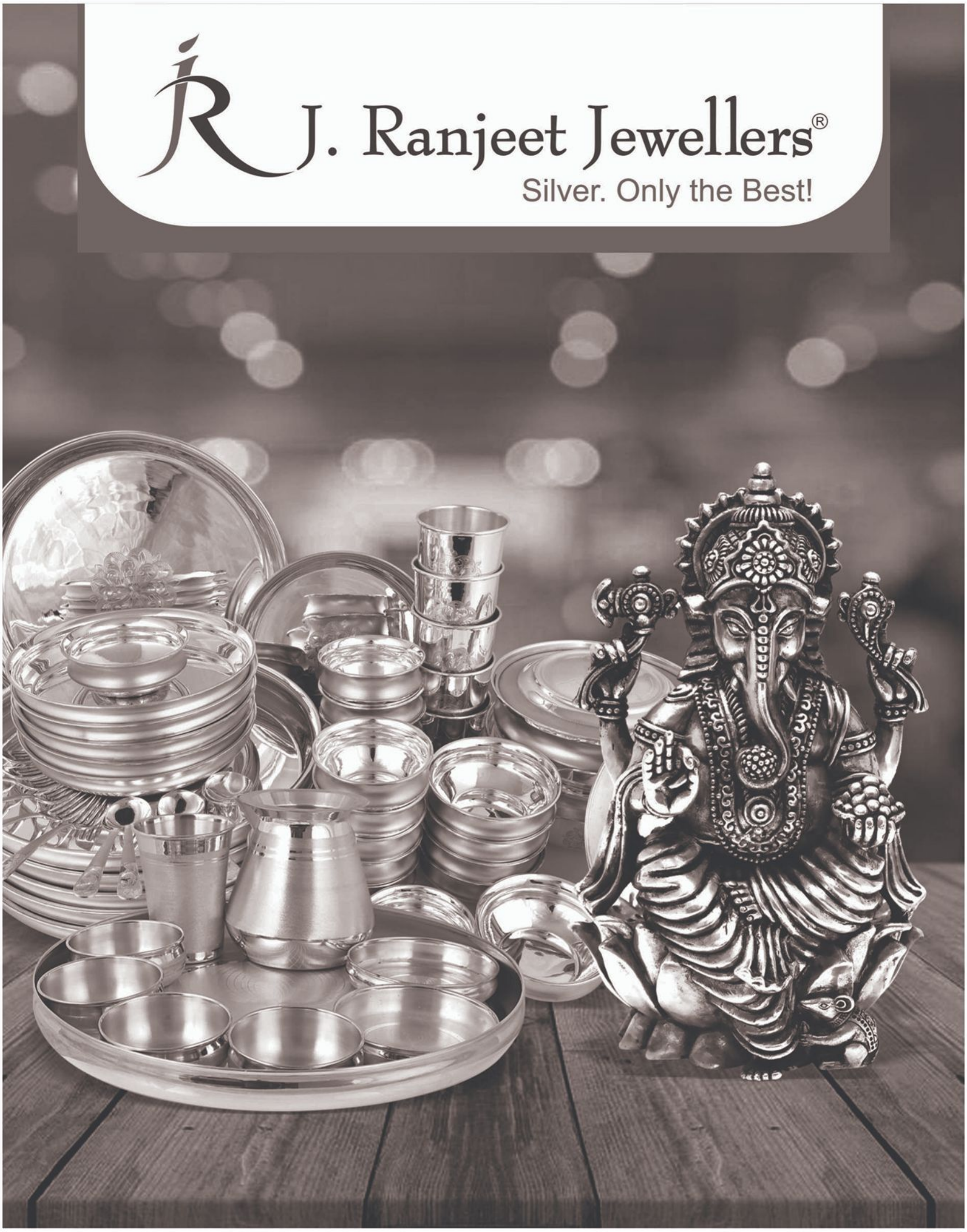
(लघुकथा)

रावण-वध

■ **सुकीर्ति भटनागर** - पटियाला ■

दशहरे का दिन। सूर्यास्त होने को था कि राम बने कलाकार ने रावण, मेघनाथ और कुम्भकर्ण बने पुतलों पर अपने वाण छोड़ दिये। पलक झपकते ही सभी पुतले धू-धू कर जल उठे।

तभी गहराते झुटपुटे और भीड़ का लाभ उठा, चेहरे को चादर से ढके दो लोग मेले में आयी एक युवती का मुँह दबाये उसे अंधेरी गली में खींच कर ले गये। एक ओर जलते पुतलों को देखकर श्री रामचन्द्र जी का जयघोष हो रहा था तो दूसरी ओर एक अबला और असहाय नारी का अपहरण। काश ! हम आधुनिक समाज के इन रावणों का भी अंत कर पाते, तभी सार्थक होता रावण-वध।



@No.54, NSC Bose Road, Sowcarpet Chennai - 600079. 044-43546516
+919940036516. Sales@jranjeetjewellers.com, Jrsilverchennai

Silver | Silverware | Silver Anklets | Silver Jewellery | Silver Coins | Silver Gifts | Silver Home Decor | Silver Furniture

■ मनोहर चमोली 'मनु' ■

बच्चों को नसीहतें न दें, खुद पेश करें मिसाल

हर नयी पीढ़ी से पुरानी पीढ़ी को शिकायतें होती हैं। यह और बात है कि हर काल में बच्चों से शिकायतों के कारण अलग-अलग रहते हैं। बड़ों को बच्चों से हर देशकाल, परिस्थिति और वातावरण में बहुत-बहुत अपेक्षाएं रही हैं। इन अपेक्षाओं के चलते वे बच्चों के मस्तिष्क के विकास की उपेक्षा करते हैं। सहायता नहीं करते।

"बच्चे सुनते ही नहीं हैं।" "बेहद लापरवाह हो गये हैं।" "हर समय टीवी-मोबाइल और खेलकूद में मस्त रहते हैं।" "आजकल के बच्चे बहुत बिगड़ गये हैं।" "बच्चों का ध्यान पढ़ाई में नहीं है।" ऐसे वाक्य आज-कल खूब सुनने को मिल रहे हैं। कोरोना काल के बाद तो यह शिकायती लहजा घर-घर की कहानी बन गया है। आज दस में नौ अभिभावक, संरक्षक और बड़े-बुजुर्ग बच्चों पर तिलमिला रहे हैं। अधिकांश शिक्षक भी इसी बात का रोना रोते हुए दिखायी देते हैं। लेकिन, वे सब अपना बचपन भूल गये हैं। वे जब बच्चे थे, तब उस दौर के बड़े-बूढ़े उनकी भी ऐसी ही शिकायतें करते थे।

मतलब साफ है। हर नयी पीढ़ी से पुरानी पीढ़ी को ऐसी ही शिकायतें होती हैं। यह और बात है कि हर काल में बच्चों से शिकायतों के कारण अलग-अलग रहते हैं। कभी साँप-सीढ़ी तो कभी कैरम-लूडो। कभी दुपहिया वाहन तो कभी ताश। कभी टीवी तो कभी कम्प्यूटर या मोबाइल। कभी नशा तो कभी यारों के बीच धमाचौकड़ी। बड़ों को बच्चों से हर देशकाल, परिस्थिति और वातावरण में बहुत-बहुत अपेक्षाएं रही हैं। इन अपेक्षाओं के चलते वे बच्चों के मस्तिष्क के विकास की उपेक्षा करते हैं। सहायता नहीं करते।

प्रसिद्ध धावकों के बच्चे धावक ही बनेंगे? साहित्य, कला और राजनीति में भी ऐसा नहीं होता। इसका सीधा अर्थ है कि हर बच्चे को अपने कौशल खुद विकसित करने होंगे। जीन्स-गुणसूत्र की बात हू-ब-हू व्यवहार-आदत में नहीं आती। अन्यथा जुड़वां बच्चे भी एक समान मनोभाव के होते। आज का समाज पता नहीं क्यों यह बात नहीं समझ पा रहा है कि हर एक बच्चा अपने आपमें विशेष है। उसे दूसरे का फोटो स्टेट बना ही नहीं सकते। बच्चे किसी सांचे में ढले उत्पाद नहीं हैं जो नाप, भार और स्वाद में एक जैसे बनाये जा सकते हैं। दरअसल आज भी बच्चों को मिट्टी का लौंदा, गुंथा हुआ आटा, कच्ची मिट्टी और कोरी स्लेट मानने वालों का ही बोलबाला है।

समाज में ऐसे लोग बहुत कम हैं जो बच्चों को एक समर्थ बीज मानते हैं। जिसे उचित खाद, पानी, हवा और प्रकाश मिले तो वह अंकुरित होने से लेकर पौधा और वृक्ष बनने तक की प्रक्रिया में अपना अलग वजूद बनाता है। यदि हम ध्यान से देखें तो हर वृक्ष की बनावट, आकार दूसरे से भिन्न है। मगर हम प्रकृति से भी नहीं सीखते। बहरहाल, बच्चों का लालन-पालन और खुराक के साथ संरक्षण ही पर्याप्त नहीं होता। प्रत्येक बच्चे को संगी-साथी, परिवेश, वातावरण, परामर्श-निर्देशन और अवलोकन दूसरे से

आज का समाज पता नहीं क्यों यह बात नहीं समझ पा रहा है कि हर एक बच्चा अपने आपमें विशेष है। उसे दूसरे का फोटो स्टेट बना ही नहीं सकते। बच्चे किसी सांचे में ढले उत्पाद नहीं हैं जो नाप, भार और स्वाद में एक जैसे बनाये जा सकते हैं। दरअसल आज भी बच्चों को मिट्टी का लौंदा, गुंथा हुआ आटा, कच्ची मिट्टी और कोरी स्लेट मानने वालों का ही बोलबाला है।

भिन्न बना देता है। यह उचित भी है। बच्चे रोबोट नहीं हो सकते। उन्हें क्लोन नहीं बनाया जाना चाहिए। यथार्थ में ऐसा ही हो रहा है। बड़े-बुजुर्ग उन्हें मशीन की तरह देखते हैं। वे चाहते हैं बच्चे कल-पुर्जों की भाँति नपा-तुला कार्य करें। सवाल न पूछें। हाँ-जी,यस मैन की तरह व्यवहार करें।

परवरिश में भी परंपराओं का अनुसरण करना हमने नहीं छोड़ा है। जैसा चला आ रहा है, अमूमन हम उसी को आगे बढ़ाते रहते हैं। अपने अनुभवों से, समझ और ज्ञान से बदलाव करने की कोशिश नहीं करते। यह भी उचित बात लगती है कि शिशु गर्भ में लगभग नौ माह में विकसित होता है। जन्म के बाद देखता, सुनता है। अवलोकन करता है। अपने परिवेश से सीखता है। अपने अनुभवों से भी सीखता है, लेकिन सबसे ज्यादा असर उस पर परिवार का पड़ता है। पड़ोस, संगी-साथी और स्कूल तो बाद में जुड़ते हैं।

"'पर उपदेश कुशल बहुतेरे।" यह सूक्ति आज भी प्रासंगिक है। मानते हैं कि 1950 के दशक में भारत की साक्षरता दर 20 फीसदी से कम थी। हालाँकि अशिक्षित अज्ञानी नहीं होता। बस वह लिखित संसार से वंचित रहता है। बाकी वह भी आँखों से देखता है और कानों से सुनता है, समझता है। अपने अनुभव से सीखता है। यह भी सच है कि सुनकर, पढ़कर, देखकर यदि हम सभ्य हो जाते तो आजादी के सात दशक बीत जाने के बाद देश विकसित मुल्कों में शामिल तो हो ही जाता। उपदेशों से कभी समाज का भला नहीं हुआ है। झूठ बोलना पाप है, लेकिन यह पाप लगातार बढ़ता जा रहा है। चोरी अपराध है, लेकिन यह अपराध है कि लगातार बढ़ता जा रहा है।

इन सबकी चर्चा का मकसद यह है कि हम बड़ों का ही बच्चे कई मामलों में अनुकरण करते हैं। घर में, पड़ोस में, कामकाजी साथियों के साथ हम बड़ों का व्यवहार अमूमन बेहद लापरवाही से भरा होता है। बच्चे वह सब देखते हैं। गौर करते हैं। परिवार में बड़ों की आपसी हिदायतों, उपेक्षाओं और गलतियों की चर्चा बच्चे देखते-सुनते हैं और समझते हैं। जब बड़े ही बड़ों की नहीं सुन रहे हैं तो यह न सुनने की आदत बच्चों में हस्तांतरित होती है। 50 फीसदी परिवारों में बड़ों की लापरवाही इस तरह हस्तांतरित न होती होगी? बच्चे सुनते ही नहीं। उनकी एकाग्रता है ही नहीं। ये आदतें बच्चों में बहुत हद तक घर के बड़ों से ही आती हैं।

लापरवाही एक आदत है। यह धीरे-धीरे विकसित होती है। बच्चा घर में दादा-दादी, चाचा-चाची, माँ-बाबूजी और घर में आने वाले परिचितों की लापरवाहियां नहीं देखता? देखता है। कमोबेश भूलने की आदतें बच्चों में नहीं होतीं। लापरवाही वे कहां से सीखते हैं? रसोई में बड़ों से गिलास टूटते हैं। दूध उबलता है। गैस का रेगुलेटर ऑफ करना भूल जाते हैं। नल खुला छोड़ देते हैं। यही सब आदतें बच्चे देखा-देखी खुद के भीतर भी आने देते हैं।

बच्चों की फरमाईशें कहाँ पूरी होती हैं? बच्चों की इच्छाएं तो पूछी भी नहीं जातीं। क्या कभी ऐसा हुआ होगा जब घर में किसी बच्चे ने कहा होगा कि हमारे लिए फलां कंपनी का टीवी लाइए। टीवी चैनल का सब्सक्रिप्शन बच्चों से पूछ कर लिया जाता होगा? आज तो आलम यह है कि दो-तीन महीने के शिशुओं के कान के नजदीक मोबाइल रख दिया जाता है। कहने का अभिप्राय यह है कि बच्चों को होश संभालने से पूर्व ही विलासिता की चीजें कौन उपलब्ध करा रहा है? उनके जन्मदिन पर शोशेबाजी को हवा कौन दे रहा है? मजेदार बात यह है कि घर में जितने सदस्य हैं, उससे दोगुने डबल सिम वाले मोबाइल हैं। अलग-अलग कंपनी के। काफी महंगे। यह सब बच्चों को विरासत में मिल रहा है। घर के बड़ों की सुबह मोबाइल स्क्रीन को देखकर होती है। प्रकृति के दर्शन से पहले वे टीवी के स्क्रीन पर नजर डालते हैं। जब हम बड़ों का काम टीवी के बिना नहीं चलता तो आते-जाते बच्चों की नजर भी टीवी पर पड़ेगी।

हैरानी की बात यह है कि साल-दो साल में हमारे घर की कई चीजें बदल दी जाती हैं। हर साल विलासिता की चीजें खरीदी

जाती हैं। घर में एक से एक महंगी चीजें हैं, लेकिन किसी एक कोने में किताबों के लिए कोई जगह नहीं है। किताबें पढ़ना तो मानो स्कूली जीवन का हिस्सा बनकर रह गया है। काश! हम बड़े आजीवन कुछ न कुछ पढ़ रहे होते तो यह कहने की नौबत न आती कि बच्चे पढ़ नहीं रहे हैं।

हाल ही एक आयोजन में जाने का मौका मिला। निबन्ध और चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन था। आयोजकों में अमूमन शिक्षक ही थे। एक विशाल मैदान में प्रतिभागियों को बिठाया गया। कक्षा चार, पाँच, छह, सात और आठ के विद्यार्थियों के अभिभावक भी उपस्थित थे। देखता हूँ कि चित्रकला प्रतियोगिता में शामिल विद्यार्थियों के सिर पर उनके अभिभावक खड़े हो गये। उन्हें परामर्श और निर्देशन देने लगे। मैंने आयोजकों से कहा कि यह आयोजन तटस्थता का निर्वाह नहीं कर रहा है। आयोजक चौंके। कहने लगे, रचनात्मक कार्य तो बच्चों के हाथों से ही हो रहा है। क्या फर्क पड़ता है! कुछ बच्चे दिये गये टाइटल से संबंधित चित्रांकन के लिए मोबाइल की मदद लेने लगे। पता चला कि कुछ प्रतिभागियों ने जूनियर वर्ग में शामिल होने के लिए अपनी कक्षा ही घटा ली।

फिर निबन्ध प्रतियोगिता का हाल देखा। प्रतिभागियों से कह दिया गया कि दी गयी नोटबुक में अपना नाम और स्कूल का नाम जरूर लिखें। मैंने कहा कि यह तो गलत है। जब आपने लिखित में उपस्थित प्रतिभागियों को अनुक्रमांक दे ही दिया है तो उन्हें सिर्फ कॉपी पर अनुक्रमांक लिखना चाहिए। जाँचकर्ता को स्कूल का नाम और निबन्ध लिखने वाले का नाम ही पता क्यों चले? आयोजक कहने लगे कि कौन-सी यह राष्ट्रीय-अन्तरराष्ट्रीय प्रतियोगिता है। चलता है।

मैं सोचने लगा कि आयोजकों के बच्चे भी प्रतियोगिता में आये हुए हैं। आयोजक ही निर्णायक हैं। प्रतिभागियों को बता-बता कर सहयोग भी किया जा रहा है। फिर ऐसे आयोजन का औचित्य क्या? क्या निर्णय प्रभावित न होगा? बहुत-से प्रतिभागी मोबाइल साथ नहीं लाये हैं। बहुत-से प्रतिभागियों के साथ उनके अभिभावक नहीं हैं। बहुत-से प्रतिभागियों के परिवार से कोई भी आयोजक मंडल में नहीं है। क्या वे इस आयोजन को तटस्थ मान सकते हैं? दरअसल सत्यवादिता, समानता, निष्पक्षता, तटस्थता और न्याय की कलई बच्चों के सामने ऐसे ही खुलती है। फिर बच्चे क्योंकर संवैधानिक मूल्यों की ओर बढ़ेंगे? बच्चे तो सब कुछ समाज में देख रहे हैं। वह कदम-कदम पर ठगा-सा महसूस नहीं करते होंगे? आप स्वयं विचार कीजिएगा।

आशय यह है कि स्वतंत्र चिंतन बच्चे करते ही हैं, लेकिन वे भी मनुष्य हैं। वे भी सफलता के लिए शॉर्टकट रास्ते की ओर बढ़ सकते हैं। बच्चे सादा जीवन जीते हैं लेकिन सच से इतर झूठ के रास्ते पर चलना उनके लिए भी सुगम हो सकता है। बच्चे भी अपने बलबूते पर आगे बढ़ना चाहते हैं, लेकिन जब वे देखते हैं कि लोग दूसरे का कंधा पकड़कर आगे निकल रहे हैं तो वे भी अपने लिए कोई कंधा खोजने लगते हैं।

तो...? तो क्या? मत उठाइए बच्चों पर सवाल। उन सवालों के जवाब आपके पास ही हैं। अपने से शुरुआत कीजिए। पहले आप तो सुनिए। अपनी मत चलाइए। दूसरों को गौर से सुनिए। कम बोलिए। अपनी लापरवाहियों को–कमियों को स्वीकारिए। उन्हें दूर करने के प्रयास कीजिए। मान लीजिए कि मनुष्य गलती करता है। उसे सुधारता है। गलतियों और लापरवाहियों के साथ जीता है। बच्चों को भी जीने दीजिए। अपना समय खंगालिए। देखिए कि आपका कितना समय टीवी-मोबाइल छीन रहा है। उस पर काबू कीजिए। याद कीजिए कि आपने कब से कोई किताब खरीदकर नहीं पढ़ी। क्या बारह महीनों में बारह किताबें खरीदीं। खरीदीं क्या?

विधि एवं पत्रकारिता से वर्षों तक जुड़े रहे लेखक फिलहाल पौड़ी गढ़वाल में अध्यापक हैं। बाल साहित्य के जानकार हैं। इनकी कई कहानियाँ भारतीय सहित विदेशी भाषाओं में अनूदित हो चुकी हैं।

प्यार बाँटें, प्यार पाएँ

■ राजेंद्र श्रीवास्तव-विदिशा ■

सूर्य की आभा समेटे, चंद्र की सोलह कलाएँ
चाँदनी शीतल मनोरम, खुशनुमा सुरभित हवाएँ।
ईश के उपहार पग-पग पर हमारी राह देखें
जोश नव-उत्साह लेकर, कर्म-पथ पर पग बढ़ाएँ।

जिंदगी वरदान प्रभु का, सार्थक हर पल बिताएँ
मौन मायूसी भुलाकर, गीत गाएँ, मुस्कुराएँ।
हैं सभी अपने यहाँ फिर, यह परायापन भला क्यों-
बाँटने से कम न होगा, प्यार बाँटें प्यार पाएँ।

ज्ञान गीता का उपनिषद, वेद की पावन ऋचाएँ
दे रहे संदेश यह हम, दूसरों के काम आएँ।
दान निज-पुरुषार्थ परहित, से सहज सबको मिलेंगी
कीमती हैं मीत ले लो, दीन-दु:खियों की दुआएँ।

डॉ. रेखा जैन

वर्तमान शिक्षा और जीवन विज्ञान

जीवन विज्ञान का मुख्य उद्देश्य है - ऐसे स्वस्थ व्यक्तित्व का निर्माण करना जो शारीरिक, मानसिक, भावात्मक एवं सामाजिक स्वास्थ्य के मध्य सामंजस्य स्थापित कर सके। एक ऐसे नये समाज का निर्माण करना जो हिंसक उपद्रवों एवं अनैतिकता से मुक्त हो। ऐसी नयी पीढ़ी का निर्माण करना जिसका आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व हो।

अज्ञान बहुत बड़ा बंधन है। अज्ञान के कारण व्यक्ति बहुत अनर्थ करता है। शिक्षा का पहला काम अज्ञान के बंधन से मुक्ति दिलाना है। आज शिक्षा के द्वारा अज्ञान से मुक्ति तो हो रही है, किन्तु संवेग के अतिरेक से मुक्ति नहीं मिल पाती। जहां लोभ प्रबल हो, वहां बुद्धि उसके नीचे दब जाती है। जहां समाज में हजारों लोग होते हैं, वहां संवेगों का सामंजस्य आवश्यक होता है। शिक्षा का काम केवल स्मृति को बढ़ाना ही नहीं, साक्षरता ला देना ही नहीं, बल्कि भावों का परिष्कार करना भी है। शिक्षा के साथ कुछ ऐसे तत्त्व जुड़ने चाहिए जिससे बच्चों के संस्कारों का निर्माण हो।

आचार्य महाप्रज्ञ के अनुसार, शिक्षा का मूल उद्देश्य है व्यक्ति का सर्वांगीण विकास, नैतिक मूल्यों की प्रतिष्ठा एवं चरित्रवान मनुष्य का निर्माण। उन्होंने जीवन विज्ञान के अंतर्गत विस्तृत पाठ्यक्रम प्रदान किया है, जिससे विद्यार्थियों का संपूर्ण रूप से रूपांतरण हो सके।

जीवन विज्ञान का मुख्य उद्देश्य है – ऐसे स्वस्थ व्यक्तित्व का निर्माण करना जो शारीरिक, मानसिक, भावात्मक एवं सामाजिक स्वास्थ्य के मध्य सामंजस्य स्थापित कर सके। एक ऐसे नये समाज का निर्माण करना जो हिंसक उपद्रवों एवं अनैतिकता से मुक्त हो। ऐसी नयी पीढ़ी का निर्माण करना जिसका आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व हो। विद्यार्थियों को पुस्तकीय ज्ञान के साथ ही अच्छे ढंग से जीवन जीने की कला सिखाना, अपने संवेगों पर नियंत्रण करने की पद्धति सिखाना, सामाजिक व्यवहार को निश्छल और मैत्रीपूर्ण बनाना तथा मादक वस्तुओं के सेवन से मुक्ति दिलाना भी जीवन विज्ञान का उद्देश्य है।

जीवन विज्ञान से तात्पर्य इतना ही है कि बौद्धिक विकास के साथ भावनात्मक विकास का संतुलन हो और यदि ऐसा होता है तो शिक्षा प्रणाली का कार्य भी पूरा होता है। जीवन विज्ञान का प्रयोग करने वाले व्यक्ति की चेतना बदलती है, आस्था बदलती है। वह सहमति और सद्भावना की चेतना को जागृत कर लेता है।

मौजूदा दौर में विद्यार्थियों को जितना पढ़ाया जा रहा है, उतना आवश्यक नहीं और जो आवश्यक है वह पढ़ाया नहीं जाता। एक छोटे-से बच्चे को जितना इतिहास और भूगोल पढ़ाया जाता है, उतना चरित्र निर्माण और व्यक्तित्व निर्माण के बारे में नहीं पढ़ाया जाता। वहीं, सामाजिक जीवन-व्यवहार में नैतिक मूल्यों के विपरीत प्रवृत्तियां देखने को मिलती हैं। एक विद्यार्थी विद्यालय में नैतिकता और ईमानदारी का पाठ पढ़ता है और उसके बाहर बेईमानी की घटनाएं देखता है। इस स्थिति में शिक्षा के क्षेत्र

में किये जाने वाले मूल्य -विकास के प्रयत्न कैसे सफल हो सकते हैं। सामाजिक और नैतिक दृष्टि से मूल्यों का बोध होना बहुत आवश्यक है, अन्यथा सामाजिक स्थिति गड़बड़ा जाती है। जीवन विज्ञान मूल्यपरक शिक्षा की समन्वयात्मक प्रयोग पद्धति है। इसमें सोलह मूल्य निर्धारित हैं। इन मूल्यों का विकास करना जीवन विज्ञान का ध्येय है। ये मूल्य हैं :

कर्त्तव्यनिष्ठा, स्वावलंबन, सत्य, समन्वय, सम्प्रदाय निरपेक्षता, मानवीय एकता, मानसिक संतुलन, धैर्य, प्रामाणिकता, करुणा, सह अस्तित्व, अनासक्ति, सहिष्णुता, मृदुता, अभय और आत्मानुशासन।

उच्च शिक्षा से प्राप्त बौद्धिक विकास के साथ एक व्यक्ति नैतिक, भावनात्मक एवं आध्यात्मिक स्तर पर स्वतः विकास नहीं करता। व्यक्ति में सही भावात्मक विकास आवश्यक है जिससे प्रेम, करुणा, सहिष्णुता, धैर्य, संतोष आदि गुण उसमें विकसित हों।

आज शिक्षा के सामने एक प्रश्न है मानसिक समस्याओं का। जिस शिक्षा के द्वारा हमारी मानसिक समस्याओं का समाधान नहीं होता, वह शिक्षा हमारे लिए वरदान नहीं हो सकती। चिंतन भी विकास का मानदंड है। एक शिक्षित व्यक्ति बहुत ही अच्छी तरह से चिंतन कर सकता है। एक अनपढ़ आदमी योजना नहीं बना सकता, परिकल्पना नहीं कर सकता, वहीं शिक्षित व्यक्ति योजना और परिकल्पना दोनों बहुत अच्छी तरह से तैयार कर सकता है। जीवन विज्ञान के सिद्धांतों को अपनाकर नये व्यक्तित्व का निर्माण, नये समाज और नये जीवन की कल्पना साकार हो सकती है।

दिल्ली में रहने वाली लेखिका आगरा विश्वविद्यालय की सेवानिवृत्त प्रोफेसर हैं। विभिन्न पत्र-पत्रिकाओं में इनकी कविताएं-कहानियां और आलेख प्रकाशित होते रहते हैं।

प्रेरक प्रसंग

....छोटी उम्र, बड़ी बात

गांधीजी को बचपन में खेल-कूद में पेड़ों पर चढ़ने का बहुत शौक था। गिर जाने के डर से पिताजी मना भी करते, तो भी वह मानते न थे। एक बार बड़े भाई ने इन्हें पेड़ पर चढ़े देखा तो इनकी टांग पकड़ कर नीचे उतारा। गांधीजी रोते हुए घर आये और माताजी से शिकायत की, "माँ, भाई ने मुझे मारा है।"

"तो तू भी उसे मार !" माँ ने प्यार से कह दिया।

"वह बड़ा है, माँ ! तू मुझे बड़े भाई को मारना सिखाती है।"

"क्यों, क्या बात है? भाई-भाई तो आपस में मार-पीट किया ही करते हैं।" माँ ने कहा।

"नहीं, माँ, मैं उसे नहीं मारूँगा। तू मारने वाले को तो मारने से रोकती नहीं, मार खाने वाले को ही मारना सिखाती है।" माँ ने गांधीजी की बात सुनी तो आश्चर्यचकित रह गयी।

"तुझे ऐसा जवाब कहां से सूझता है रे, मोहन? कौन सिखाता है तुझे ऐसी बातें?" कहकर उन्होंने प्यार से गांधीजी को गोद में उठा लिया।

■ सुधीर सक्सेना 'सुधि' ■

भ्रष्टाचार: क्या है समाधान

भ्रष्टाचार और अपराध की प्रवृत्तियों ने हमारे समाज में अपनी जड़ें बहुत गहरी जमा रखी हैं। विभिन्न क्षेत्रों में आचरण के मायने ही बदल गये हैं। उसका स्वरूप बदल गया है। यह सत्य, ईमानदारी, कर्त्तव्यपरायणता, न्याय आदि के अनुकूल न होकर अब असत्य, बेईमानी, छल-कपट, निजी स्वार्थ एवं अन्याय में बदल गया है। प्रायः देखने में आता है कि भ्रष्टाचारी को सजा का भय भी प्रभावित नहीं कर पाता।

वर्तमान में भ्रष्टाचार विश्व के लगभग सभी देशों में फैल चुका है। हमारा देश तो इसकी चपेट में है ही। भ्रष्टाचार लगभग हर क्षेत्र में मौजूद है। चाहे वे राजनीतिक, सामाजिक या आर्थिक हों।

भ्रष्टाचार का मुख्य कारण धन का अतिशय लोभ है। व्यक्ति अपने वेतन के अलावा भी अधिक से अधिक पैसा कमाने की इच्छा में अनैतिक व पतित कार्य करने में लिप्त हो जाता है। रिश्वत लेकर कार्य करना, आयकर नहीं देना, केवल अपने लाभ को ध्यान में रखते हुए दस्तावेजों में गड़बड़ी करना जैसे उदाहरण समाज में हमें देखने को मिलते हैं। प्रायः देखने में आता है कि भ्रष्टाचारी को सजा का भय भी प्रभावित नहीं कर पाता। आये दिन समाचार पत्रों में भ्रष्टाचार से संबंधित खबरें पढ़ने को मिलती हैं। भ्रष्टाचारी की धर-पकड़, निलंबन, वेतन कटौती, बर्खास्तगी की खबरें आती हैं। ऐसी खबरें अन्य भ्रष्टाचारी भी पढ़ते ही होंगे लेकिन कोई भयभीत होता हो, ऐसा नहीं लगता।

अब यह एक विकराल समस्या है। इसे दूर किये बिना बेहतर और स्वच्छ समाज की कल्पना नहीं की जा सकती। जिन देशों में सामाजिक और राजनैतिक स्वतंत्रता सुरक्षित है, वे देश आमतौर पर भ्रष्टाचार को बेहतर ढंग से नियंत्रित कर रहे हैं। भ्रष्टाचार मुक्त दुनिया के निर्माण में संगठन और अभिव्यक्ति की मौलिक स्वतंत्रता बहुत मायने रखती है।

ऐसे में यदि हमें मानवाधिकारों के हनन और दुनिया भर में लोकतांत्रिक गिरावट को रोकना है तो भ्रष्टाचार के विरुद्ध लड़ाई के प्रयासों में अविलंब तेजी लानी होगी।

लेकिन प्रश्न उठता है कि पहल कौन करे? समाज का नेतृत्व करने वाले लोग जैसा आचरण करते हैं, उनका अनुसरण दूसरे लोग भी करते हैं। ऐसे में सर्वप्रथम समाज के प्रभावशाली नेतागण, विभिन्न क्षेत्रों के गणमान्य लोग, राज्य के बड़े अधिकारी, मंत्री, धर्मगुरु आदि को पहल करनी होगी।

भ्रष्टाचार के दो मुख्य कारण हैं। पहला-आर्थिक कठिनाई एवं दूसरा अर्थ लोलुपता। आर्थिक कठिनाई का हल अनुचित तरीकों को काम में लेकर धन कमाने से नहीं, अपितु अपनी आवश्यकताओं को सीमित करना, मितव्ययी बनना और शुद्ध आय को सद्विवेक से खर्च करना है।

जहां तक अर्थ लोलुपता का प्रश्न है, इसकी कोई सीमा नहीं है और न ही चिकित्सा। बस, एकमात्र कर्म के सिद्धांत, परलोक आदि के विचार, भगवद्जन एवं सत्संग के द्वारा अनुचित धन

संग्रह की प्रवृत्ति को रोका जा सकता है। न्याय और धर्म से उपार्जित धन से ही मानव सुख प्राप्त कर सकता है।

उपनिषद् का कथन है- मा गृधः कस्य स्विद् धनम् अर्थात् अपने सुख के लिए दूसरों के धन की लिप्सा मत करो। भगवान् महावीर ने तो सदाचार के जो पाँच सूत्र अथवा व्रत दिये, वे आज भी प्रासंगिक हैं। उनमें से एक है-अपरिग्रह। समाज और परिवार से जुड़ा रहने वाला व्यक्ति परिग्रह को सर्वथा तो नहीं छोड़ सकता किन्तु उसको सीमित अवश्य कर सकता है। इससे संग्रह और शोषण-मूलक प्रवृत्तियों का परिष्कार होने के साथ विलासिता की वृत्ति भी नियंत्रण में रहती है। अर्थशास्त्र की दृष्टि से विलासिता की वस्तुएं उन वस्तुओं को कहा जाता है जिनकी माँग बढ़ती आय के साथ बढ़ती है। यह माँग अत्यावश्यक वस्तुओं के बिल्कुल ही विपरीत है। प्राचीन समय में अधिकांश भारतीयों का चरित्र उज्ज्वल था। इसी से समाज को उचित दिशा भी मिलती थी। जीवन जीने की संजीवनी शक्ति मिलती थी। इसी अद्भुत शक्ति के बल पर ही वह भ्रष्टाचार से मुक्त था। किन्तु जैसे-जैसे भौतिकवाद में मनुष्य का मोह बढ़ा, वह उसकी चपेट में आता गया और भ्रष्टाचार का खेल शुरू हो गया। खाने-पीने की वस्तुओं से लेकर जीवन के हर क्षेत्र में भ्रष्टाचार की झलक स्पष्ट दिखायी देती है।

विचारणीय बात यह है कि आखिर त्यागी-तपस्वी ऋषि-मुनियों का यह देश भ्रष्टाचार की चपेट में आया कैसे? और अब इसका भविष्य क्या होगा? भ्रष्टाचार के इन दिनों कुछ अधिक ही फलने-फूलने के पीछे हमारी सांस्कृतिक परंपराओं, जीवन-मूल्यों का अवमूल्यन स्पष्ट देखा जा सकता है।

कैसे दूर किया जाये भ्रष्टाचार

कई लोगों को एक बहुत साधारण-सा हल दिखायी देता है कि सरकार को भ्रष्टाचार दूर करने के लिए सख्त कदम उठाने चाहिए। सरकारी स्तर पर, सरकार के नियंत्रण में भ्रष्टाचार की प्रवृत्तियों को कुछ हद तक दबाया जा सकता है। किन्तु इस बुराई को पूरी तरह मिटाने की बात अभी दूर की कौड़ी लगती है।

वस्तुतः भ्रष्टाचार एक सामाजिक समस्या है। इस समस्या का संबंध समाज के चरित्र और स्वभाव से जुड़ा हुआ है। जब तक समाज का चरित्र उत्कृष्ट नहीं होगा, स्वभाव अच्छा नहीं होगा, तब तक भ्रष्टाचार भी नहीं रुकेगा। अर्थात् लोगों को चरित्र-निर्माण की दिशा में पहल करनी होगी।

अणुव्रत की आचार संहिता में भ्रष्टाचार को रोकने के लिए एक सूत्र दिया गया है – "मैं व्यवसाय और व्यवहार में प्रामाणिक रहूँगा।" यदि प्रामाणिकता के इस सूत्र को व्यक्ति अपने जीवन में उतार ले तो भ्रष्टाचार में काफी कमी आ सकती है।

भ्रष्टाचार की रोकथाम के लिए मनोबल का होना बहुत महत्वपूर्ण है। व्यक्ति का व्यक्तित्व यदि आध्यात्मिक है तो उसका अर्थ है-मनोबल का प्रबल होना अर्थात् कष्टों से विचलित न होना। किन्तु प्रायः ऐसा हो नहीं पाता। मनोबल को निर्बल बनाने वाला तत्त्व है– लालच। जब-जब मन में लालच आया और मन फिसल गया। लालच व्यक्ति के मनोबल को ही हर लेता है। साधारण जीवन जीने वाले व्यक्ति के पास यदि धन की मात्रा बढ़ती है तो मनोबल निर्बल होने लगता है और लालच बढ़ जाता है।

अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी ने आग्रह किया था कि धर्म का यह रूप आपकी दुकान, कार्यालय, फैक्ट्री तक पहुँचना चाहिए। व्यवहार शुद्धि के इस सूत्र ने अनेकानेक लोगों को अणुव्रत की ओर आकृष्ट किया। व्यक्ति यदि आत्मनिरीक्षण करे, और भ्रष्टाचार से स्वयं दूर रहने और रोकने का संकल्प ले तो यह धीरे-धीरे कम होता जाएगा।

स्वच्छता के देशव्यापी अभियान के साथ-साथ भ्रष्टाचार की गंदगी को भी दूर करने के प्रयास यदि नैतिक और आध्यात्मिक स्तर पर हों तो सुधार होने की संभावना बढ़ सकती है। क्योंकि जीवन को उच्चता प्रदान करने में नैतिकता का महत्वपूर्ण योगदान होता है क्योंकि अध्यात्म नैतिकता का स्रोत है।

जब जीवन में आध्यात्मिक किरणों का आगमन होगा तो वहां नैतिकता स्वाभाविक रूप से जगमगाएगी ही। नैतिकता का जीवन जीने के लिए परिग्रह की वृत्ति पर नियंत्रण भी सहज रूप से लग सकेगा। तब भ्रष्टाचार का जीवन में प्रवेश-निषेध हो जाएगा।

जयपुर में रहने वाले लेखक वरिष्ठ पत्रकार हैं। राजस्थान साहित्य अकादमी, राजस्थान पाठक मंच समेत अनेक संस्थाओं से सम्मानित 'सुधि' की कई पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं।

■ कीर्ति श्रीवास्तव ■

विश्वास : पथरीले रास्तों को बनाता आसान

कोशिशें कामयाब होती हैं। हो सकता है सफलता प्राप्ति में समय लगे, पर आपका दृढ़ निश्चय, उत्साह और काम के प्रति आपकी ऊर्जा आपको एक दिन अवश्य सफल बनाएगी। विश्वास वह पथ है जो पथरीले रास्तों को सुगम बना देता है।

सफलता और कोशिश एक-दूसरे के पूरक हैं। इतिहास के पन्ने पलटें तो देखने को मिलेगा कि जो आज महान हैं, वे कल गरीबी या अन्य किसी परेशानी से जूझते हुए सफलता की सीढ़ी चढ़े हैं और ऐसे ही महान व्यक्ति सदैव जमीन से जुड़े रहते हैं। अहंकार जिन्हें तनिक भी छू नहीं पाता। ऐसा कहा भी गया है कोई भी व्यक्ति जन्म से नहीं बल्कि आचरण से ही महान बनता है।

जीवन में हर कोई सफलता चाहता है। सफलता के मार्ग पर चलना चाहता है। किंतु उसके लिए दृढ़ निश्चय और जज्बे की आवश्यकता होगी। जब भी किसी परीक्षा का परिणाम आता है तो हम देखते हैं कि अनेक विद्यार्थी ऐसे थे जिन्होंने अति अभाव में रहकर पढ़ाई की और श्रेष्ठ स्थान प्राप्त किया। वहीं, जो उच्च स्थान प्राप्त नहीं कर पाते, वे सामान्यतया यही कहते हैं कि समय कम पड़ता है या परीक्षा में ज्यादा कोर्स आ गया था, उतना समय नहीं था। हम परीक्षा के समय बीमार पड़ गये थे या घर में अन्य कोई परेशानी थी। इन सभी के लिए यही जवाब है कि यदि साल भर समय के महत्व को समझा होता तो कुछ दिनों की रुकावट आपकी सफलता में रोड़े नहीं अटका पाती। समय सबके लिए समान ही था। बस उसके उपयोग करने का तरीका अलग-अलग था।

कई बार ऐसा भी होता है कि स्वयं पर अतिविश्वास के कारण हम किसी कार्य को करने से पहले ही उसे सफल मान लेते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि सफलता या तो प्राप्त नहीं होती या होती है पर बहुत अधिक कष्ट के बाद। कभी-कभी ऐसा भी होता है कि व्यक्ति कार्य करने से पहले ही उसके फायदे-नुकसान के विषय में खुद ही निर्णय कर लेता है और आगे बढ़ाने से पहले ही कदम पीछे खींच लेता है। उसका कारण है स्वयं पर विश्वास की कमी। अतः अतिविश्वास और कम विश्वास दोनों ही आपको सफल बनाने में बाधक सिद्ध हो सकते हैं। आपको बस यह करना है कि पूर्ण विश्वास और दृढ़ निश्चय के साथ कार्य करने के लिए बढ़ना है और यही विचार मन में रखना है कि मैं यह कार्य कर सकता हूँ। सफलता का यह सबसे बड़ा मूलमंत्र है।

एक बात हमेशा ध्यान रखें कि आपको ऐसे व्यक्ति को देखना है या अनुसरण करना है जिसने लोगों की आलोचना को अपनी शक्ति बनाकर आगे बढ़ते हुए सफलता अर्जित की हो। बस, कभी किसी से तुलना न करके अपने रास्ते पर दृढ़ता के साथ चलते रहना। आजकल कई अभिभावक अपने बच्चों की तुलना उन बच्चों से करते हैं जो परीक्षा में अधिक नंबर लाकर उच्च स्थान प्राप्त करते हैं। वे अपने बच्चे पर जोर डालते हैं कि तुम भी

एक बात हमेशा ध्यान रखें कि आपको ऐसे व्यक्ति को देखना है या अनुसरण करना है जिसने लोगों की आलोचना को अपनी शक्ति बनाकर आगे बढ़ते हुए सफलता अर्जित की हो। बस, कभी किसी से तुलना न करके अपने रास्ते पर दृढ़ता के साथ चलते रहना।

उसकी ही तरह उच्च स्थान प्राप्त करो। बच्चे का जिस विषय में मन नहीं लगता, वही विषय वे अपने बच्चे को लेने के लिए जोर डालते हैं। अपनी इच्छाओं का बोझ बच्चे पर डालकर उसे मानसिक रूप से कमजोर कर देते हैं। कई बार यह भी देखा गया है कि माता-पिता की इच्छाओं के बोझ के तले दबे बच्चे जब उनकी इच्छाओं पर खरे नहीं उतरते तो वे आत्महत्या जैसा कदम उठा लेते हैं। हमें इन सबसे बचना होगा और यह बात याद रखनी होगी कि सफलता पाने का पथ किसी भी क्षेत्र में हो सकता है। बस, उस पथ पर पूर्ण विश्वास के साथ चलना होगा।

कोशिशें कामयाब होती हैं। हो सकता है सफलता प्राप्ति में समय लगे, पर आपका दृढ़ निश्चय, उत्साह और काम के प्रति आपकी ऊर्जा आपको एक दिन अवश्य सफल बनाएगी। विश्वास वह पथ है जो पथरीले रास्तों को सुगम बना देता है।

भोपाल निवासी लेखिका साहित्यकार और टिप्पणीकार हैं। बाल साहित्य एवं प्रौढ़ साहित्य में कई पुस्तकें प्रकाशित। प्रतिष्ठित संस्थाओं की ओर से अनेक राष्ट्रीय एवं प्रादेशिक सम्मान मिल चुके हैं।

संवेदन

बेघरों का सहारा

कर्नाटक के गुलबर्गा निवासी नक्षत्र को 2017 में ट्रांसवुमन होने के कारण उनके माता-पिता ने घर से निकाल दिया। 16 साल की नक्षत्र बेहतर अवसर की तलाश में बेंगलुरु आ गयी। वहां फेंका हुआ खाना खाकर फुटपाथ पर सोते हुए करीब तीन महीने बिताये। इसके बाद वह ट्रांसजेंडर समुदाय में शामिल हो गयी। इस दौरान नक्षत्र को भीख माँगकर गुजारा करना पड़ा। उन्होंने धीरे-धीरे अपनी शिक्षा के लिए पैसे बचाना शुरू कर दिया। उन्होंने मैकेनिकल इंजीनियरिंग की पढ़ाई पूरी करने के बाद बृहत बेंगलुरु महानगर पालिका के लिए स्वेच्छा से काम करना शुरू कर दिया।

एक बार जब वह अपने पैरों पर खड़ी हो गयी तो 2020 में बेघरों की मदद के लिए एक गैर सरकारी संगठन 'नम्मने सुमने' की शुरुआत की। बेंगलुरु स्थित यह संगठन अनाथों, एचआईवी पीड़ितों, विकलांगों तथा परिवार से ठुकराये गये वरिष्ठ लोगों को आश्रय प्रदान करता है। यहां उनकी हर जरूरत का खयाल रखा जाता है।

नक्षत्र के अनुसार, भारत में अनाथ और बेघर ट्रांसवुमन के लिए ट्रांसवुमन द्वारा शुरू किया गया यह पहला आश्रय स्थल है। फिलहाल हम पाँच ट्रांसजेंडर मिलकर 80 लोगों की देखभाल करते हैं। जैसे ही हमारे पास किसी जरूरतमंद का फोन आता है, हम तुरंत उनके बचाव के लिए जाते हैं और उनकी मदद करते हैं। नक्षत्र बताती हैं कि 'नम्मने सुमने' हर किसी के लिए एक सुरक्षित घर है चाहे वह किसी भी उम्र, धर्म या लिंग का हो।

अतीत के झरोखे से...

*इस स्तम्भ में 'अणुव्रत' पत्रिका के अर्द्धशती पूर्व के अंकों से चयनित सामग्री पुनर्प्रकाशित की जा रही है ताकि अणुव्रत आंदोलन के स्वर्णिम इतिहास को हम वर्तमान से जोड़कर भविष्य की दिशा तलाश सकें। इस अंक में प्रकाशित चार पृष्ठ की यह सामग्री 'अणुव्रत' पाक्षिक के **1 जनवरी 1975** अंक से ली गयी है।*

शील मिटा तो देश मिटेगा

■ आचार्य विनोबा ■

भारत में स्त्रियों का बड़ा आदर है। उसे यहां 'महिला' कहते हैं। इतना उन्नत शब्द...मुझे दुनिया की बीस-पच्चीस भाषाओं का ज्ञान है – परन्तु उनमें से किसी भाषा में नहीं है। यह शब्द ही सुझाता है कि स्त्री के बारे में भारत की क्या राय है और क्या अपेक्षा है, परन्तु स्त्री का इतना गौरव होते हुए भी आज स्त्री की तरफ लोग देखते हैं कामिनी के तौर पर। उसे काम-साधना का एक विषय माना गया है। यह मातृशक्ति का सबसे ज्यादा अपमान है, इसलिए स्त्री शक्ति को यदि बढ़ाना है तो काम-वासना प्रेरक जो-जो चीजें हैं, उन पर प्रथम प्रहार करना होगा।

गृहस्थाश्रम की वंचना

इस समय भारत में चरित्र-भ्रंश का भयंकर आयोजन हो रहा है। उसका विरोध और प्रतिकार बहनें नहीं करेंगी, तो फिर परमेश्वर ही भारत को बचाये, यही कहने की नौबत आएगी। आज शहरों की दशा बड़ी खतरनाक है। पढ़ी-लिखी लड़कियां रास्तों पर चलती हैं तो लड़के उनके पीछे लगते हैं। यह क्या बात है? यह जो शील-भ्रंश हो रहा है, जिसमें गृहस्थाश्रम की प्रतिष्ठा ही गिर रही है, उसका विरोध करने के लिए बहनों को सामने आना चाहिए। माताओं को समझना चाहिए कि अगर देश का आधार शील पर नहीं रहा तो देश टिक नहीं सकता। शिवाजी महाराज की सुप्रसिद्ध कहानी है। उनके एक सरदार ने लड़ाई जीती और एक यवन स्त्री को वे शिवाजी महाराज के पास ले आये। शिवाजी महाराज ने उसकी तरफ देखकर कहा, "माँ, अगर मेरी माता तुझ जैसी सुन्दरी होती, तो मैं भी सुन्दर बनता!" ऐसा कहकर उन्होंने उसे आदरपूर्वक विदा किया। ऐसी संस्कृति जिस देश में चली, उस देश में इतना चारित्र्य-भ्रंश हो और सारे लोग देखते रहें, यह कैसे हो सकता है!

दीवारों पर नग्नता का नंगा नाच

मैंने इन्दौर में दीवारों पर इतने भद्दे, घृणित और वीभत्स चित्र देखे थे कि जिनके स्मरण से आँखों में आंसू आ जाते हैं। माता-पिता इन चित्रों को कैसे सहन करते हैं? उन पोस्टरों को देखकर मेरी आत्मा में गहरी ग्लानि हुई। ऐसे पोस्टरों से गृहस्थाश्रम की बुनियाद ही उखाड़ी जा रही है। बच्चा अक्षर सीखता है तो एकाग्र होकर पढ़ता है और चित्र देखता है। ऐसे अपरिपक्व मन के बच्चे पर इन गंदे चित्रों का क्या संस्कार होता होगा? पोस्टर यानी बच्चों के लिए 'फ्री एण्ड कम्पलसरी एजूकेशन इन सेक्सुअलिटी (विषयासक्ति की मुफ्त और लाजिमी तालीम) है। ऐसे पोस्टर हटने चाहिए। यदि कानून से नहीं हट सकते हैं तो धर्म से हटें। धर्म कानून से ऊँचा होता है, बढ़कर होता है।

जो कानून धर्म का रक्षण नहीं कर सकता, उस कानून की दुरुस्ती के लिए कानून भंग करने की जरूरत महसूस होती है। ये पोस्टर रास्ते में होते हैं और हरेक की आँखों पर उनका आक्रमण होता है। शहरों में नागरिकों, बहनों को शर्मिन्दा होना पड़ता है, निगाह नीची करनी पड़ती है। आम रास्ते पर चलने वाले नागरिकों की आँखों पर हमला करने का किसी को क्या हक है? अगर किसी को ऐसे पोस्टर लगाने हों, तो अपने रंग-महलों में लगाएं। हर नागरिक को अपने कर्त्तव्य के बारे में जागरूक रहना चाहिए। ऐसी लाचारी बर्दाश्त नहीं करनी चाहिए। इसके खिलाफ सत्याग्रह करना चाहिए। अशोभनीय पोस्टरों को हटाना ही चाहिए।

अशोभनीय की व्याख्या

इन्दौर में जब बहनें सिनेमा वालों के पास गयीं तो उन्होंने बहनों को पूछा था कि आपकी 'अशोभनीय' की व्याख्या क्या है? तो बहनों ने अत्यंत उचित जवाब दिया था कि "जिन पोस्टरों को माता-पिता अपने बच्चों के साथ नहीं देख सकते, वे अशोभनीय माने जाएंगे।" फिर भी अपने-अपने शहर की ऐसी एक समिति बने, जो पोस्टरों के बारे में निर्णय दे। फिर थियेटरों के मालिकों को उसे वहां से हटाने के लिए समझाया जाये। तिस पर भी वह न हटे तो फिर सत्याग्रह करना होगा।

सत्याग्रह नहीं, स्वच्छताग्रह

वैसे तो मैं इसको सत्याग्रह नाम भी देना नहीं चाहता। मेरे मकान के सामने मरा हुआ सूअर पड़ा हो और उसकी लाश में से बदबू आती हो, उस सूअर का मालिक उसे वहां से न हटाता हो और मैं उसे हटा दूं तो

क्या वह सत्याग्रह कहा जाएगा? व्यापक अर्थ में तो सत्याग्रही का प्रत्येक कार्य सत्याग्रह ही है। हमारा भूदान सौम्य सत्याग्रह ही था, शांति सेना सौम्यतर सत्याग्रह ही है, क्योंकि उसके बारे में कम से कम लोगों का विरोध होगा। अशोभनीय पोस्टर रखने से समाज का कल्याण होता है, ऐसा कहने वाला कोई पक्ष तो होगा नहीं? यदि ऐसा विचार रखा जाता हो कि इस प्रकार के शिक्षण से बच्चे भावी जीवन के लिए तैयार होते हैं, इसलिए ऐसे पोस्टर जाहिर में रखना जरूरी है, तब तो ऐसे समाज में रहने के बजाय मैं मरना या जंगल में चले जाना ज्यादा पसन्द करूँगा। इसमें तो बच्चों पर आक्रमण है। यह अन्याय है। गृहस्थ धर्म पर इससे जो आक्रमण होता है, उसे हटाना हमारा कर्त्तव्य है।

सिनेमा देखना लाजिमी नहीं

वैसे तो कुछ सिनेमा भी गंदे होते हैं, परन्तु उसके खिलाफ हम सत्याग्रह की बात नहीं करते, क्योंकि उसको मिटाने के लिए तो जनमत तैयार करना होगा। सिनेमा देखने के लिए तो लोग पैसा देकर जाते हैं, इसलिए 'सेन्सर' अच्छा हो, ऐसी माँग कर सकते हैं। लोगों में जाकर प्रचार करना होगा। परन्तु इसमें तो इच्छा न हो तो भी अपने रास्ते पर चलने वालों की आँखों पर आक्रमण होता है। तो ऐसे अशोभनीय पोस्टर हटाकर बहनों को शील-रक्षा का कार्य उठा लेना चाहिए। हम अश्लील पोस्टर तो कहीं भी बर्दाश्त नहीं करेंगे, परन्तु अशोभनीय पोस्टर भी नहीं सहन करेंगे। यह संभव है कि यहां जो अशोभनीय होगा, वह लंदन में शोभनीय माना जाता हो। हमारे यहां भारत में कुंभ मेले में साधु लोग लंगोटी पहनकर घूमते हैं, परन्तु लंदन में कोई इस तरह घूमने जाएगा तो उसे जेल में डाल सकते हैं। हम भी उसे अच्छा तो नहीं कहते, परन्तु उसे सह लेते हैं, परन्तु लंदन में तो यह नहीं चलेगा। तो हरेक देश की अपनी-अपनी भिन्न-भिन्न सभ्यता और संस्कृति होती है। उसके मुताबिक चलने का हरेक को अधिकार होता है। इस तरह अशोभनीय पोस्टर या चित्र को हम बर्दाश्त करें तो वह अयोग्य है।

मैं सिनेमा का विरोधी नहीं

एक बात स्पष्ट होनी चाहिए। वह यह कि मैं सिनेमा उद्योग का विरोधी नहीं हूँ। मैं तो विज्ञान का समर्थक हूँ। अच्छे-अच्छे चित्र प्रकाशित हों, यही मैं चाहूँगा। ऐसे कुछ चित्र प्रकट भी हुए हैं। मैं तो हमेशा कहता हूँ कि अध्यात्म और विज्ञान के समन्वय के बिना विकास संभव नहीं।

सिनेमा अच्छे हों

रूस में खराब सिनेमा होते नहीं। इंग्लैण्ड, अमेरिका वगैरह देशों में होते हैं, परन्तु रूस में नहीं होते, क्योंकि रूस के पास बहुत ज्यादा जमीन है और वहां लोग कम पड़ रहे हैं। इस वास्ते वे लोग संतति को उत्तेजना देते हैं। वे मातृ शक्ति का गौरव करना चाहते हैं। हमारी परिस्थिति अलग है। हमारे यहां लोग ज्यादा और जमीन कम है। इसलिए हम संतति-नियमन करना चाहते हैं परन्तु संतति-नियमन के साथ-साथ मातृ-गौरव और गृहस्थाश्रम की प्रतिष्ठा चाहते हैं तो हमें संयम बढ़ाना होगा, ब्रह्मचर्य को उत्तेजन देना होगा। समाज को संयम प्रधान बनाना होगा। इसलिए यह जरूरी है कि सिनेमा गन्दे न हों। सरकार को भी निर्णय करना चाहिए कि खराब सिनेमा भारत में नहीं चलेंगे। अपने देश में से खराब सिनेमा को तो हटाना ही पड़ेगा।

शील मिटा तो देश मिटेगा

सो इस तरह, आज की परिस्थिति में बहनों के सामने यह शील-रक्षा का बहुत बड़ा कार्य पेश है। शील और शांति की रक्षा का कार्य, संस्कृति और सभ्यता की रक्षा का कार्य बहनों का है और इसलिए बहनों को सारे भारत में घूमकर लोगों को समझाना चाहिए कि सिनेमा द्वारा कितना निर्लज्ज अत्याचार चल रहा है। आज मातृत्व पर खुलेआम इतना प्रहार होता रहे और हम सब उसे सहन कर रहे हैं। मैं नहीं मानता कि इससे प्रगति की राह खुली होगी। केवल भौतिक उन्नति से देश ऊँचा नहीं उठता। जब शील ऊँचा उठता है, तभी देश उन्नति करता है। इसलिए मैं बहनों से कहता हूँ कि अब देश की शील-रक्षा आपके हाथ में है।

गीत

राजेन्द्र मोहन शर्मा 'शृंग'

आवरण चाहिए हर किसी के लिए
हर सुखी के लिए, हर दुःखी के लिए।

सत्य कहना सभी को है आता नहीं,
सत्य सबसे सुना भी तो जाता नहीं,
झूठ के पंथ पर सब बढ़े जा रहे,
सत्य अप्रिय कहा भी तो जाता नहीं,
इक भरम चाहिए जिन्दगी के लिए।

झूठ से आज होते सभी काम हैं
सत्य, ईमान झूठे यहां नाम हैं
उन्हें काम से सिर्फ ही काम है
सत्यभाषी यहां आज बदनाम हैं
दे रहे आज धोखा जलाकर दीये।

आज नैतिक-अनैतिक यहां कुछ नहीं
सब सभी कर रहे, रोक कुछ भी नहीं
धर्म-ईमान खोखले शब्द हैं सब
पाप और पुण्य में भेद कुछ भी नहीं
बुझ रहे मन्दिरों में जले जो दीये।

छू रही कीमतें आज आकाश को
आदमी के उदर में नहीं अन्न है
वह सुनेगा नहीं आज उपदेश को
भूख से देह उसकी बनी खिन्न है
जी रहा है मनुज जिन्दगी के लिए
तृप्ति तो चाहिए हर किसी के लिए।

अतीत के झरोखे से...

अध्यक्ष का पत्र : सम्पादक के नाम

प्रिय श्री कमलेशजी,

विदेशों में भारत के अध्यात्मवाद के लिए बड़ी विचित्र-सी धारणाएं बनी हुई हैं। मैंने जब एक सम्मेलन में अपनी कठपुतलियों की चर्चा के दौरान कहा कि भारतीय पारम्परिक कलाएं किसी न किसी रूप में अध्यात्म एवं धर्म से जुड़ी हुई हैं तो श्रोताओं के आश्चर्य का ठिकाना नहीं रहा; क्योंकि कला के साथ अध्यात्म एवं धर्म के जुड़ने की वे कल्पना भी नहीं कर सकते। उनकी दृष्टि में कला केवल मनोरंजन एवं आनन्द की वस्तु है, इससे अधिक और कुछ नहीं।

मेरी इस चर्चा के दौरान एक व्यक्ति ने कहा, हमारे कई मित्र अध्यात्म की खोज में भारत जाते हैं, क्योंकि उन्होंने खूब सुन रखा है कि आत्मा की शक्ति भारत के अतिरिक्त अन्यत्र कहीं नहीं मिल सकती। फिर ऐसा अध्यात्म जो कला और आनन्द के साथ सराबोर है, तो क्यों नहीं हर व्यक्ति उसकी कामना करे! परन्तु भारत जाकर वे गुमराह हो जाते हैं। उन्हें कोई सच्चा मार्गदर्शन नहीं मिलता है। वे उन्हें ऐसे लोगों के पास ले जाते हैं जो भभूत रमाये हुए होते हैं, आग तापते हैं, गांजा पीते हैं। अनेक भक्तजन उनकी पूजा करते हैं। भोजन, खान-पान की उन्हें कोई कमी नहीं रहती। ऐसे ही मठ-मन्दिरों में भी सर्वत्र वैभव बिखरा रहता है। गुरुजी स्वयं वैभव में लीन रहते हैं। वे भगवान के अवतार समझे जाते हैं। कुछ साधु ऐसे दीखते हैं जिनकी फूंक से बीमार स्वस्थ हो जाते हैं, जिनकी वाणी भगवान की वाणी समझी जाती है। इसके बदले वे विपुल धन भेंट में पाते हैं। हमारे विदेशी मित्र ने यह भी कहा वे एक ऐसे तीर्थस्थान पर भी गये जहां भिखारियों की कतारें लगी हुई थीं। लोग उन्हें दिल खोलकर अन्न, धन, कपड़ा दे रहे थे। इस आशय से कि दान-पुण्य से स्वर्ग मिलता है। उन्होंने कहा - हममें से कुछ लोग जो पश्चिमी जीवन के तौर-तरीके से बहुत घबराये होते हैं; अनायास ही इस अध्यात्म को ही सब कुछ समझने लग जाते हैं और भभूत रमाकर, जटा बढ़ाकर नंग-धड़ंग होकर सड़कों पर बैठ जाते हैं। अपनी समस्त औपचारिकताएं छोड़कर इस भद्दे तरीके से अध्यात्म की खोज करने लगते हैं।

ये बातें सुनकर मेरा मन रो पड़ा। मैंने कहा - "मेरे प्रिय मित्रो ! दुर्भाग्य से आपको भारत का गलत चित्र देखने को मिला है। भारत में आपने जो नजारा देखा, वह आम नजारा नहीं है। भारत एक बहुत बड़ा देश है। आपके देश से लगभग पचास गुणा बड़ा है, आबादी भी आपसे पचास गुणा है। फिर हमारा देश विविध धर्मों, विविध सम्प्रदायों, विविध विचारधाराओं, परम्पराओं एवं रस्म-रिवाजों का देश है। हम केवल बुद्धि-तर्क पर ही नहीं जीते; परम्परा, विश्वास, आस्था तथा धार्मिक व्यवहार हमारे जीवन में कूट-कूटकर भरे हैं। हमारे यहां यह विचारधारा भी है कि यह लोक ही सब कुछ नहीं है। यह शरीर चोला मात्र है। सच्चा मनुष्य शरीर में नहीं है। वह आत्मा की गहराई में बैठा हुआ है। भारत के हर धर्म में बड़े-बड़े तात्त्विक लोग हैं। सन्तों की भी कमी नहीं है, परन्तु वे सन्त नहीं जिन्हें आप सड़कों पर देखते हैं। उन्हें देखने के लिए आपको पर्वतों पर जाना होगा। जैन, बौद्ध, हिन्दू, सिख, मुस्लिम – हर धर्म में ऐसे-ऐसे मर्मज्ञ हैं जिनके पास जीव-जगत, लोक-परलोक का सच्चा दर्शन है। मैं स्वयं भारत के एक ऐसे धर्म से सम्बन्धित हूँ जो जैन धर्म से प्रचलित है। उसके भी कई सम्प्रदाय हैं, परन्तु वे सभी तपस्या, त्याग, अपरिग्रह, अहिंसा एवं संयम की बात कहते हैं। जैन धर्म में एक सम्प्रदाय तो ऐसा है जिसके साधु तन पर कपड़ा तक नहीं पहनते। वे वस्त्र को भी परिग्रह मानते हैं। इसी तरह श्वेताम्बर जैनियों का दूसरा वर्ग है। उनके साधु- साध्वियों की विद्वता का कहना ही क्या ! इसी वर्ग में एक सम्प्रदाय है तेरापंथ। उसके आचार्य हैं अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री तुलसी। वे वर्ग-भेद से ऊपर उठकर मानवता की बात कहते हैं। विचलित मानव-समाज को शान्ति का सन्देश देते हैं। भारत में गरीबी तथा जनसंख्या की अभिवृद्धि के कारण तथा उसकी विशालता की वजह से जो समस्याएं उत्पन्न हो गयी हैं; उनका निराकरण अणुव्रत आन्दोलन से बताते हैं। यह आन्दोलन पिछले पच्चीस वर्षों से चल रहा है। इसमें छोटे-छोटे संकल्पों की कल्पना की गयी है। गृहस्थ जीवन जीते हुए कुछ व्रतों का पालन करना होता है, जिससे जीवन आगे बढ़ता है। दुराचरण एवं अनैतिकता से बचता है।

मेरे विदेशी दोस्तों ने जब यह बात सुनी तो वे बड़े प्रभावित हुए। उनकी कई भ्रान्तियां दूर हुईं। मैंने उन्हें एक ही बात कही - भारत बड़ा निराला देश है। उसकी परम्परा में गहरा दर्शन है। आप लोग भी उसकी परम्परा का ऊपरी रंग ओढ़कर आते हैं और उसका अपने मतलब के लिए फिल्म, फोटो, पुस्तकों, प्रवचनों में प्रयोग करते हैं। इस तौर-तरीके को आपको छोड़ना होगा। भारत की महानता देखने के लिए आपको बहुत गहरा उतरना पड़ेगा।

आचार्य श्री को मेरा प्रणाम कहें।

(प्रख्यात लोककलाविद् तथा अखिल भारतीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष

पद्मश्री देवीलालजी सामर का अणुव्रत के सम्पादक कमलेश चतुर्वेदी को डेनमार्क से प्रेषित पत्र)

आंदोलन समाचार

अहिंसा के उन्नायक थे भगवान महावीर

बंगलौर। मुनिश्री धनराजजी के सान्निध्य में भगवान महावीर के पच्चीस सौवें निर्वाण महोत्सव पर सप्त दिवसीय कार्यक्रम का आयोजन किया गया। मुख्य कार्यक्रम में प्रमुख अतिथि बंगलौर विश्वविद्यालय के हिन्दी विभाग के अध्यक्ष डॉ. हिरण्मया ने कहा कि पच्चीस सौ वर्ष पूर्व भारत में यज्ञ आदि में पशु बलि आदि होती थी। हिंसा प्रबल थी। मनुष्य अपने मोक्ष के लिए पशुओं का वध करता था। भगवान महावीर युगपुरुष और अहिंसा के उन्नायक थे। उन्होंने मनुष्य को अज्ञान से ज्ञान के आलोक में ले जाने का प्रयत्न किया। मुनिश्री धनराजजी ने कहा कि समस्त प्राणियों के प्रति सद्भाव रखना ही अहिंसा है। अपनी आत्मा के समान सब प्राणियों के प्रति समता भाव रखना चाहिए। राग-द्वेष दूर करने के बाद ही आत्मा शुद्ध हो सकती है। जैन धर्म की नींव अहिंसा है। हिंसा की प्रवृत्ति से विमुख होना धार्मिक बनने का प्रमाण है।

महावीर के सिद्धान्तों को अपने आचरण में लाएं

जयपुर। राजस्थान प्रांतीय भगवान महावीर पच्चीस सौवां निर्वाण महोत्सव महासमिति के तत्त्वावधान में आठ दिन तक समारोहों का आयोजन किया गया। 13 नवम्बर को रामलीला मैदान में हुई सभा में राजस्थान के मुख्यमंत्री श्री हरिदेव जोशी ने कहा- "भगवान महावीर ने हमें अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह का सिद्धान्त दिया। उनके सिद्धान्तों की उनके जीवनकाल में देश को उतनी आवश्यकता रही अथवा नहीं, यह तो मैं कह नहीं सकता किन्तु यह निश्चित है कि भगवान महावीर को पहले याद करने की जितनी आवश्यकता नहीं थी, उतनी आज है। हम आत्मनिरीक्षण करें, अपने आपको टटोलें और फिर भगवान महावीर के जीवन और उपदेशों से शिक्षा लें, उन्हें आत्मसात करें। उनके सिद्धान्तों को अपने आचरण में लाएं।"

वित्तमंत्री श्री चन्दनमल बैद ने कहा - "हमारे लिए सबसे अधिक सौभाग्य की बात यह होगी कि हम महावीर के उपदेशों को जीवन में उतारें। हमें दूसरों को सुधारना होगा, किन्तु दूसरों को सुधारने से पहले हमें अपने को सुधारना होगा। दूसरों को चरित्रवान बनाने से पूर्व हमें अपने आपको चरित्रवान बनाना होगा।" अन्त में महासमिति के उपाध्यक्ष श्री खेलशंकर भाई दुर्लभजी ने धन्यवाद ज्ञापन किया।

आचार्य श्री तुलसी का षष्टि-पूर्ति अभिनंदन समारोह

गोहाटी। भगवान महावीर के पच्चीस सौवें निर्वाण महोत्सव के तहत न्यू फील्ड में हुई सार्वजनिक सभा की अध्यक्षता करते हुए आसाम के मुख्यमंत्री श्री शरद सिन्हा ने अपरिग्रह की ओर संकेत करते हुए कहा कि 'मुझे चाहिए, ज्यादा चाहिए, और चाहिए' यह भावना ही वर्तमान अशांति का प्रधान कारण है। यह भावना कैसे हटे, यही आज की प्रमुख समस्या है। साध्वीश्री गौराजी ने कर्मयोगी महावीर के उद्देश्यों की चर्चा कर आत्मोन्नति हेतु व्रतों को स्वीकारने की महत्ता प्रतिपादित की। जीवन में संयम की उपयोगिता पर आपने विशेष जोर दिया। 15 नवम्बर को साध्वीश्री गौराजी के सान्निध्य में युगचेतना के उन्नायक आचार्य श्री तुलसी का 'षष्टि-पूर्ति अभिनंदन समारोह' उत्साहपूर्ण वातावरण में मनाया गया। उद्योगपति श्री गणपतराय धानुका ने आचार्य प्रवर की समन्वय भावना एवं सहज मानवीय चेतना का उल्लेख करते हुए अणुव्रत आन्दोलन की सराहना की। उन्होंने गुरुदेव के उपदेशों को जीवन-व्यवहार में उतारने की अपील की।

दूर करना होगा नैतिकता का संकट

चक्रधरपुर। भगवान महावीर के पच्चीस सौवें निर्वाण महोत्सव पर आयोजित आम सभा की अध्यक्षता करते हुए श्री सी. केरकेटा ने कहा - "आज हमारा देश ही नहीं, सम्पूर्ण विश्व संकट से गुजर रहा है। वैसे तो अनेक चीजों का संकट है किन्तु सबसे बड़ा संकट नैतिकता का है। जब तक यह संकट नहीं दूर होगा, तब तक दूसरी कठिनाइयों से मुक्ति मिलना भी सम्भव नहीं लगता। भगवान महावीर के बताये हुए मार्ग पर चलकर ही हम अपने जीवन को एक नया मोड़ दे सकते हैं।"

कर्म में परिणत होने पर ही ज्ञान से लाभ

भागलपुर। भगवान महावीर पच्चीसवीं निर्वाण शताब्दी के उपलक्ष में यहां महावीर पुस्तकालय का उद्घाटन साहेबगंज कॉलेज के प्राचार्य श्री शिवबालक राय ने किया। उन्होंने कहा- " ज्ञान तभी परिपक्व होता है जब वह कर्म में परिणत हो जाये, उससे लाभ तभी पहुँच सकता है। वाणी जब तक अन्तरात्मा से नहीं निकलती, उसका प्रभाव लोगों पर नहीं होता। आचार्य श्री तुलसी भ्रष्टाचार के घनघोर अन्धकार में ज्योति स्तम्भ की भाँति भारत में प्रकाश विकीर्ण कर रहे हैं।"

N. B. MIRZA

Vision for Human Development and Self-transformation

Education is the capacity to feel pleasure and pain at the right moment. Education is the creation of a sound mind in a sound body. Education is a dynamic process which in its totality changes with the changing situations and developing circumstances. To put more clearly, education is an attempt for human development. It is a modification of behaviour because it leads us from indistinctive behaviour to human behaviour i.e. instead of acting impulsively, education enables a man to act rationally.

Education is the natural, harmonious and progressive development of man's innate powers. It is the development of all these capacities in the individual which will enable him to control his environment and fulfil his possibilities. Education brings all-round and harmonious development of the personality of an individual such as physical, intellectual, aesthetic, social, economic, religious, cultural, spiritual and through such development individual and social needs can be realized.

In fact, education is the capacity to feel pleasure and pain at the right moment. Education is the creation of a sound mind in a sound body. Education is a dynamic process which in its totality changes with the changing situations and developing circumstances.

To put more clearly, education is an attempt for human development. It is a modification of behaviour because it leads us from indistinctive behaviour to human behaviour i.e. instead of acting impulsively, education enables a man to act rationally.

It prepares the child for adult life where he will be in a position to fulfil his responsibility of adult life. Education directs the child's capacities, attitudes, interests, targets, needs into the most desirable channels. It helps to preserve the glorious past and the outgrown to discard. It is an emancipation from ignorance. Hence, in the words of Lodge, "Life is education and education is life." Edward Throng has remarked that "education is the transmission of life, by the living to the living." "If the inner landscape of our souls does not change, the outer landscape of the world will not change either."

Teachers' Role

In any training or teaching programme the role of the committed teacher/trainer is

Peace is interpreted mostly as the state of the absence of war. But reality is totally different. It also encompasses the peace of the individual, peace in the family and the existence of harmonious patterns of relationships among human beings. All human development documents give a prominent place to peace and the right to education.

of crucial importance. Teachers are the pivot around which all education revolves. Any attempt to introduce human development, peace and non-violence education in educational institutions will not be successful unless teachers/trainers are well- prepared, motivated and sensitised on these issues. It is expected that teachers themselves must demonstrate appreciation and understanding of human development, peace and non-violence in their interactions with the students and society.

Defining World Peace

Peace is interpreted mostly as the state of the absence of war. But reality is totally different. It also encompasses the peace of the individual, peace in the family and the existence of harmonious patterns of relationships among human beings. All human development documents give a prominent place to peace and the right to education. They also stress the importance of education in promoting human development. UNESCO has played a leading role in promoting education in human development and peace.

Human rights teaching and education must aim at fostering an attitude of tolerance, peace, respect and solidarity inherent in nonviolence, provide knowledge of human development in both national and international dimensions and develop among individuals awareness of the ways and means by which human development can be translated into social and political reality. Education should not only make the individual aware of his or her own rights but should also at the same time instil respect for the rights of others, live in a peaceful and nonviolent atmosphere.

The World Plan of action adopted by the International Congress for Education and Democracy in Montreal (March, 1993) calls for global mobilization of the resources from the family of the United Nations to educate individuals and groups so that inappropriate conduct leading to peace, nonviolence and human development can be achieved.

NGO Initiatives

A major task before such a mission would be to evolve strategies for reaching the unreached and achieving the goals of education, development and peace within a given time frame in a systematic, sustained and integrated manner by involving all segments of civil society in this endeavour. NGO's experiences in the field of such basic education have significantly influenced the design and the content of some of such initiatives. NGOs have subsequently played a very significant role in providing a strong support structure to programmes such as ANUVRAT Movement etc. On their own too, they have worked out alternative and

innovative approaches for providing such basic education and training, which includes value education for peace and non-violence, tolerance and balanced lifestyle for the fulfilment of becoming a new human being of a new society.

Anuvrat Movement and Self transformation

Late Acharya Tulsi, who threw off the yoke of sectarian narrowness and launched a unique movement called ANUVRAT MOVEMENT in 1949.'Anu' means atomic or what we call basic and 'Vrat' means a vow. The slogan of ANUVRAT is - Sanyamah Khalu Jeevanam - Life is nothing but self-control. The Anuvrat Movement offers the following five points to instil the moral values and self-control i.e. the power of restraining one's instincts:

1. Right philosophy
2. Right determination
3. Right conduct
4. Efforts toward casting man in a new mould
5. Scientific investigation of spirituality.

Acharya Tulsi inspired people belonging to all castes and faiths to adhere to this code of living a good life and for being instrumental in resolving all conflicts nonviolently. He himself undertook long marches covering thousands of miles and inspired millions of people for self-transformation.

Education and Training for Harmonious Living

The first and foremost reason for the unrest, conflict, hatred, disease and miserable human and social development condition in the world is that our education system is defective. The present system of education does not teach how to control one's emotions. An education system which does not teach how to control emotions and impulses always keeps open the danger of wars and unrest. Individuals as products of such a system neither themselves live in peace, nor let others live in peace.

At an international conference on "World Peace and Anuvrat", Acharya Mahapragya wished :

- Let there be harmony in every walk of life.
- Let the human mind blossom to its full capacity.
- Let not our desires cross the limits of rationality.
- Let individuals and society on one hand, man and nature on the other cooperate with each other.
- Let us make some small but firm resolve (which is the real meaning of ANUVRAT) for purity in life.

The dream of world peace is as complex as it is delectable. But we cannot overlook a problem merely because it is complex and wisdom demands that we find a solution to every difficult riddle.

Lastly, let me quote the poem written by Gurudev Rabindra Nath Tagore in order to realize the dream of such a new society :

Where the mind is without fear and the head is held high;

Where knowledge is free;

Where the world has not been broken up into fragments by narrow domestic walls;

Where the words come out from the depth of truth;

Where tireless striving stretches its arms towards perfection;

Where the clear stream of reason has not lost its way into dreary desert sand of dead habit;

Where the mind is led forward by thee into ever widening thought and action.

Into that heaven of freedom, my father!

let my country awake.

N. B. Mirza was an educator and served the Department of Education Govt. of Rajasthan in various positions. He was closely associated with the Anuvrat Movement and Anuvibha.

कदमों के निशां

आचार्य तुलसी ने कहा था, अणुव्रत चरित्र निर्माण का आंदोलन है। अणुव्रत पुरस्कार की स्थापना के पीछे उद्देश्य है उन लोगों का आदर जो चरित्र निर्माण के लिए कृत संकल्प हैं। अणुव्रत के आदर्शों के प्रति जिनके मन में गहरी निष्ठा है। ऐसी विभूतियों की प्रतिष्ठा से समाज में नैतिक मूल्यों के प्रति आस्था बढ़ेगी।

आचार्य महाप्रज्ञ का कहना था, "सत्य की खोज करना बड़ी बात है और उससे भी बड़ी बात है सत्य को क्रियान्वित करना। अणुव्रत पुरस्कार सत्य को क्रियान्वित करने वालों को मिलता है। अतः मैं कह सकता हूँ कि यह सबसे बड़ा पुरस्कार है।"

आचार्य महाश्रमण कहते हैं, ''भारत के नागरिकों में नैतिकता के प्रति आस्था पुष्ट बने, अणुव्रत इसी दिशा में कार्यशील है। अणुव्रत पुरस्कार नैतिक मूल्यों के महत्व को प्रतिपादित करने वाला अभिक्रम है।''

वर्ष 1981 में अणुव्रत पुरस्कार की शुरुआत की गयी। तब से 27 विभूतियों को इस पुरस्कार से सम्मानित किया जा चुका है। अणुव्रत पुरस्कार के अंतर्गत प्रशस्ति पत्र, प्रतीक चिह्न और एक लाख इक्यावन हजार रुपये की राशि प्रदान की जाती है। अणुव्रत पुरस्कार प्राप्त करने वालों की जीवन गाथा से परिचित होना मानवीय मूल्यों से साक्षात करना है। आने वाली पीढ़ियां इनके जीवन से प्रेरणा लेकर स्वस्थ समाज की संरचना की दिशा में कदम बढ़ाएं, इसी उद्देश्य से अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित विशिष्ट व्यक्तियों का परिचय यहां क्रमशः प्रकाशित किया जा रहा है।

अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित व्यक्तित्व

श्री हेमभाई

शांतिपूर्ण और स्वस्थ समाज के लिए प्रयासरत

हिंसा प्रभावित क्षेत्रों और उग्रवाद बहुल राज्यों में शांति स्थापित करने का कार्य काफी कठिन है, परन्तु हेमभाई ने जिस जीवट और जिंदादिली के साथ शांतिपूर्ण और स्वस्थ समाज संरचना के लिए सघन और प्रभावी कार्य किया है, और कर रहे हैं, वह अपने आपमें अनूठा उदाहरण है। प्रसन्न-वदन, मितभाषी, सहृदय और संवेदनशील हेमभाई ने अपने मृदु व्यवहार की अमिट छाप छोड़ी है।

हेमभाई का जन्म 8 फरवरी, 1944 को असम के एक छोटे-से गाँव में हुआ। आपने 1965 में स्नातक की शिक्षा पूरी करने के साथ ही गीता, उपनिषद् एवं अनेक धर्मग्रंथों का अध्ययन किया। इसके परिणामस्वरूप आपमें अध्यात्म के प्रति जागृति और मानवता के प्रति सेवा की भावना बलवती हुई। आचार्य विनोबा भावे और आचार्य तुलसी से आप काफी प्रभावित हुए।

श्री हेमभाई ने शाकाहार के प्रचार-प्रसार पर विशेष बल दिया। आपकी प्रेरणा से भारत के पूर्ववर्ती राज्यों में आज लाखों परिवार शाकाहारी हैं। वर्ष 1979 में आपने वर्धा से कोलकाता तक की पदयात्रा की जिसका मुख्य उद्देश्य था - गौरक्षा और बूचड़खाने बन्द करवाना। इस अभियान में उन्हें काफी सफलता मिली। भारत- बांग्लादेश के सीमावर्ती इलाकों में आपने 1800 किलोमीटर की शांति-सद्भावना यात्रा की। काकद्वीप से डायमंड हार्बर की यात्रा के दौरान कुछ पेशेवर हमलावरों ने हेमभाई पर जानलेवा हमला किया और उन्हें मृत समझकर चलती बस से बाहर फेंक दिया। मगर "जाको राखे साइयां, मारि सके न कोय" को सत्य साबित करते हुए हेमभाई गुवाहाटी स्थित शांति साधना आश्रम के माध्यम से अहिंसा, शाकाहार, शांति, सद्भावना और समाज सेवा के मिशन को आगे बढ़ा रहे हैं। वर्तमान में उनके प्रयासों से भारत के पूर्ववर्ती राज्यों में 425 शांति केन्द्र संचालित हो रहे हैं और लगभग 3 लाख व्यक्तियों ने अहिंसा प्रधान जीवनशैली के आधार पर अपना जीवन जीने का संकल्प किया है।

श्री हेमभाई आचार्य तुलसी द्वारा प्रवर्तित अणुव्रत आन्दोलन की गतिशीलता में विशेष रूप से सहयोगी बने। आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा प्रवर्तित अहिंसा समवाय उपक्रम के साथ आप निष्ठापूर्वक जुड़े और हिंसा एवं उग्रवाद बहुल क्षेत्रों में आपने अहिंसा प्रशिक्षण की जिम्मेदारी बखूबी संभाली। अहिंसा और नैतिकता की स्थापना के लिए आपने जीवन को जोखिम में डालकर महत्वपूर्ण कार्य किया और अणुव्रत के अभियान को अर्थपूर्ण बनाने में अपना विशिष्ट योगदान दिया।

श्री हेमभाई ने सिद्धान्तों के धरातल पर व्यवहार को उतारा है। विवेक, सूझ-बूझ एवं श्रम-प्रधान जीवन-चर्या के तन्तुओं से आपने अपने जीवन को जनोपयोगी बनाया है। निष्ठा, कर्त्तव्यपरायणता, मिलनसारिता और स्पष्टवादिता के बल पर आपने पद-प्रतिष्ठा और सेवा की ऊँचाइयों का स्पर्श किया है। जीवन के प्रारंभिक काल से लेकर अणुव्रत के विशाल मंच तक का आपका सफर निश्चित ही एक पुरुषार्थी कर्मवीर के जीवन की अद्भुत गाथा है। वर्ष 2004 का अणुव्रत पुरस्कार आपको दिल्ली में प्रदान किया गया।

■ डॉ. मोनिका शर्मा ■

मन का मौसम

उम्र के जिस पड़ाव पर अपनों के साथ की सबसे ज्यादा जरूरत होती है, इंसान उसी पड़ाव पर न चाहते हुए भी अकेला रह जाता है। दशकों की मेहनत से बनाये-सजाये आँगन में अकेलापन डेरा जमा लेता है। जाने कैसी साध है? किस तरह के सपने हैं? कैसी ऊँचाई पर जाने का जुनून है कि दूर देश में जा बसे बच्चों के अभिभावक यूं ही अकेलेपन की पीड़ा भोगने को विवश हो जाते हैं।

अपर्णा के साथ हँसते-खिलखिलाते बाजार से लौटी पड़ोसन मीरा, थोड़ी मान-मनुहार पर कुछ देर सुस्ताने-बतियाने को उसके घर ही रुक गयी। कोल्ड कॉफी और कहकहों के कुछ और पल जीने के बाद मीरा ने पर्स से चाबी निकाली और "अब चलती हूँ" कहते हुए उठ खड़ी हुई। अपर्णा को फ्लैट का दरवाजा खोलते हुए उसने मुड़कर देखा और स्नेहपूर्ण भाव से शॉपिंग पर साथ चलने के लिए फिर से शुक्रिया कहते हुए ठीक सामने वाले फ्लैट की ओर चल दी। मुस्कुराहट के साथ उसे विदा कर अपर्णा ने सामान समेटना शुरू किया ही था कि अपने कमरे से बाहर आयी बिटिया ने पूछा - "ये तो मीरा आंटी थीं न?"

"हूँ..." अपर्णा ने सामान उठाते हुए गर्दन हिलाकर हामी भरी।

बेटी ने खुशी से चहकते स्वर में आगे जोड़ा - "खूब बातें हो रही थीं आप दोनों की माँ !' पर अगले ही पल उसने विस्मित स्वर में कहा - "बहुत बदल गयी हैं आंटी, एकदम नयी-सी लग रही हैं। अच्छा है न ! पिछले करीब साल भर तक कितनी परेशान और अनमनी-सी रहती थीं? अब कितनी खुश और जिंदादिल लग रही हैं? लगता है खरीददारी के साथ-साथ खैरियत पूछने का सिलसिला भी चल पड़ा है आप दोनों के बीच।" अपर्णा ने बेटी की ओर देखकर कहा, "हाँ, जुड़ाव का कोई एक रंग थोड़े ही होता है ! बहुत कुछ पैकेज की तरह साथ आता है। फिर समझ और संवाद के सतरंगी वर्णों की आभा से ही तो जीवन का इंद्रधनुष खिलता है।" इतना कह उसने ठहाका लगाया और सामान को बाँहों में समेटे कमरे में चली गयी।

भीतर पहुँचते ही मन बीते एक बरस की यात्रा पर निकल गया। साल भर पहले अचानक पति को खो देने के बाद हमेशा हँसती-मुस्कुराती रहने वाली मीरा कितनी अकेली हो गयी थी। पापा की मृत्यु पर बरसों से विदेश में ही बसे बच्चे कुछ समय के लिए आये और औपचारिकता निभाकर चले गये, पर मीरा के लिए तो सब कुछ बदल गया। उसने खुद को घर के भीतर जैसे कैद ही कर लिया। अपनी ही देहरी तक सिमटी-सहमी उसकी जिंदगी के बाबत कुछ पता भी चलता तो उसकी घरेलू सहायिका के माध्यम से ही, जो अपर्णा के घर भी काम करती थी।

उसकी बातों से तो यही समझ आया कि मीरा बस अपनी जिंदगी से तंग आ जाने की बात करती है। उसकी जिंदगी ठहर-सी गयी है। कहती रहती है कि अब वह क्यों और किसके लिए जीये? दबी-सी आवाज में सहायिका ने यह आशंका भी जतायी थी कि कहीं इन उलझनों में वह आत्महत्या जैसा कदम न उठा ले? खिड़की से बाहर झाँकते हुए अपर्णा सोचने लगी, "जिंदगी की

पहेली भी जाने कैसी उलझनें लिये होती है? उम्र के जिस पड़ाव पर अपनों के साथ की सबसे ज्यादा जरूरत होती है, इंसान उसी पड़ाव पर न चाहते हुए भी अकेला रह जाता है। ठहराव के जिस मोड़ पर जरूरतें जुटाने और जिम्मेदारियाँ निभाने की आपाधापी के तम्बू उखड़ते हैं, दशकों की मेहनत से बनाये-सजाये आँगन में अकेलापन डेरा जमा लेता है। जाने कैसी साध है? किस तरह के सपने हैं? कैसी ऊँचाई पर जाने का जुनून है कि दूर देश में जा बसे बच्चों के अभिभावक यूं ही अकेलेपन की पीड़ा भोगने को विवश हो जाते हैं। अधिक से अधिक धन और पद-प्रतिष्ठा पाने की होड़ में व्यस्तता की हर सीमा को लांघ चुके ऐसे ही बच्चों के माता-पिता का कुम्हलाता मन कभी अस्पताल तक पहुँचने के लिए सहारे ढूँढ़ता दिखता है तो कभी अपने आप तक सिमटकर जीने का चुनाव कर लेता है।

अपर्णा गहरी सांस छोड़ते हुए अपने ही मन में उमड़ते-घुमड़ते सवालों में उलझ गयी - "सचमुच, इस रुके-थके से मोड़ पर समझना मुश्किल हो जाता है कि जीवन की हर उलझन से जूझकर कुछ कमाया-बनाया या बच्चों को दूर देश भेजकर सब खो दिया। यह रीतेपन की पराकाष्ठा ही तो है कि इस खालीपन का न शोर किया जा सकता है न ही शिकायत। फिर थकते कदमों के इस दौर में जीवनसाथी भी न रहे तो कैसे और क्या ही सूझे किसी इंसान को? मीरा भी तो रिक्त मन और शून्य हो चले सम्बन्धों के ऐसे ही में भंवर में अचानक घिर गयी थी।" सोचते-सोचते अपर्णा का मन अपनी पड़ोसन मीरा के विरक्त हृदय की पीड़ा के उस दौर में जा पहुँचा तो कितना कुछ याद आने लगा।

अचानक ठहर गयी जिंदगी में मीरा की टूटन हैरान करने वाली भी नहीं थी। एक-दो बार सामना हुआ तो अपर्णा ने उसके सूखते मन और बिखरते जीवन के अनकहे हालात को महसूस किया था, पर जब भी कुछ कहना चाहा, उसने रुचि ही नहीं ली। दुनिया से मन उचट गया था उसकी इस पड़ोसन का। एक-दो बार बातचीत का आग्रह ठुकराये जाने पर दोस्तों-रिश्तेदारों ने भी आना कम कर दिया। कई परिचित-अपरिचित चेहरों को उसकी चिंता कम, चर्चा ज्यादा करते देखा था अपर्णा ने भी। धीरे-धीरे उस दरवाजे पर सूनापन ही पसरा रहने लगा था। अपर्णा ने कई बार पति और बेटी के सामने भी इस बारे में जिक्र किया। दोनों की साझी राय यही थी कि मीरा को खुद ही कोशिश करनी होगी, जिंदगी की ओर लौटने की। अपर्णा कहना चाहती थी कि अरे ! कोई हाथ पकड़कर लाएगा नहीं तो उसका जर्जर हुआ जा रहा मन कैसे जुड़ेगा जिंदगी से? कोई आवाज ही नहीं देगा तो कैसे मुड़कर फिर से देखेगी वह जीवन के रंगों को? बेटा-बेटी दोनों अपनी सुखी-सम्पन्न गृहस्थी में मस्त हैं। जान-पहचान के लोगों के पास

उसके रूखे व्यवहार की परत तले दबी विचारों की पीड़ा, आगे के जीवन की अनिश्चितता और अकेलेपन को समझने के लिए वक्त ही नहीं था। या यूं कहें कि वक्त निकालना जरूरी ही नहीं लगा किसी को।

बहुत सोचने के बाद एक दिन हर औपचारिकता को किनारे कर अपर्णा ने मीरा के घर की घंटी बजा दी। अजीब थकान और अनमनेपन को ओढ़े उसने दरवाजा खोला। अंदर आने के आग्रह का इंतजार किये बिना ही अपर्णा भीतर जा पहुँची। पहुँची भी क्या? यूं ही इधर-उधर की बातें करते हुए अधिकारपूर्वक सोफे पर जम गयी। मीरा के चेहरे पर स्वागत-सत्कार का भाव तो दूर, उसकी बातों के प्रति अरुचि का भाव ही झलक रहा था। होना ही था। जब जिंदगी में रुचि नहीं तो इन बातों से मन जुड़ता भी कैसे? अपर्णा ने बुरा मानने के बजाय बच्चों के हाल-चाल पूछे। उसकी सेहत को लेकर सवाल किये। मीरा के मन के भीतर झाँकने की कोशिशों को अंजाम देते हुए घर के बिखरे-से हाल को लेकर थोड़ी शिकायत भी की। साथ ही अनिमंत्रित मेहमान के समान उपेक्षा भरे लम्हों को जीकर भी उसने खुद को मीरा के घर रोज ही जाने का न्योता दे डाला।

कुछ दिन चले इस विवशता के मेल-मिलाप वाले क्रम के बाद अचानक उसे मानो वह हाथ नजर आया जिसे पकड़कर मीरा को इस अवसाद के घेरे से बाहर निकाला जा सकता था। उस दिन दस्तक देते ही फटाफट दरवाजा खुला। उसे मीरा बड़ी सधी-सी और घर संवरा-सा लगा पहली बार। अपर्णा को लगा कि मीरा उसकी प्रतीक्षा कर रही थी। अगले दिन मन का दर्द आँखों से बह निकला। उसके अगले दिन अकेलेपन के बादल छँटने लगे। फिर बहुत दिन बाद मीरा घर से निकली। उसने कुछ पौधे खरीदने की इच्छा जतायी। अपर्णा उसे एक नर्सरी में ले गयी। घर में आयी हरियाली के साथ मानो उसकी सखी का मन भी हरियल होता जा रहा था। धीरे-धीरे बाजार, सुबह की सैर और शाम की चाय, कई बहाने साथ समय बिताने का जरिया बनने लगे। अपर्णा की रोज मिलने वाली कुछ सलाह, कुछ समझाइश मीरा के रीते मन को भरते हुए खुशी से छलकाने लगी। वर्तमान को जीने और व्यावहारिक मोर्चे पर जीवन के हालात से जूझने की हिम्मत धीरे-धीरे खिलखिलाहटों तक भी पहुँची, जो अब ठहाके बन गयी हैं।

बीते दिनों की सोच में गुम नम आँखें लिये अपर्णा उस समय चौंकी जब पीछे खड़ी बेटी का सवाल सुना - "ममा! आंटी की खुशी और सहजता सचमुच मन को सुख देने वाली है। वैसे...आपने यह जादू किया कैसे?"

अपर्णा गहरी सांस लेते हुए बेटी की ओर देखते हुए बोली - "यह कोई जादू नहीं है मेरी बेटी, जज्बात को समझने का मामला है। परिस्थितियाँ ऐसा दौर ले आती हैं जब लगता है कि सब कुछ खत्म हो गया, पर जब तक एक भी सांस बाकी है, हर उम्मीद कायम है। इन उम्मीदों की माटी में ही मुस्कुराहटों के फूल खिलते हैं। आशाओं की सूखती जड़ों को कोई खाद-पानी देने वाला होना चाहिए, बस! भरोसा मिलना चाहिए कि वह इंसान अकेला नहीं है।" कहते-कहते उसके आंसू टपक पड़े। बिटिया ने उसके हाथ पर हल्की-सी थपकी देकर कहा, "आपकी मुस्कुराहटें तो किसी का भी मनोबल बढ़ा सकती हैं मेरी प्यारी ममा।"

अपर्णा ठहराव भरे स्वर में बोली - "मुस्कुराहटें पीड़ा कह देने और परवाह पाने के बाद आती हैं। उदासी और निराशा से भरी बिखरती मनोदशा के उस दौर में किसी का साथ मिलना चाहिए बस ! कभी-कभी न चाहते हुए भी दु:ख की धुंध, अवसाद की स्याही मन-मस्तिष्क को घेर ही लेती है। समय रहते साथ मिले इंसान खुद को थामने का हौसला फिर जुटा लेता है, फिर एक दिन मन का मौसम बदल जाता है।"

अपर्णा अपनी बात कहते हुए खिड़की तक पहुँची और बाहर झाँकते हुए बोली, "कोई दोस्त, सहकर्मी, पड़ोसी या सगा-संबंधी ही यह मदद कर सकता है। मैंने बस इतना ही तो किया।" यह कहते हुए उसे सड़क पर चलते कितने ही चेहरे इस धुंध में खोये-से लगे। मदद के लिए पुकार लगाते प्रतीत हुए। रोजमर्रा की इस भागदौड़ के पीछे उनके मन में मची भगदड़ का कोलाहल सुनायी दिया। उसने पीछे मुड़कर देखा तो बिटिया ध्यान से उसकी बातें सुन रही थी। अपर्णा ने बेटी की ओर कुछ ज्यादा ही गौर से देखते हुए मानो यह पुख्ता किया कि उसने एक और सिपाही तैयार कर दिया है। उसे जीवन के रण में मनोबल के हथियार से जीत दर्ज करने का मंत्र दे दिया है। यह सोचकर उसके चेहरे पर आश्वस्ति की मुस्कुराहट तैर गयी कि यह योद्धा भी कभी, कहीं, किसी की बिखरती मनोदशा के दौर में उसे थामने के लिए डट जाएगा।

✍ मुम्बई में रहने वाली लेखिका ने अर्थशास्त्र एवं पत्रकारिता और जनसंचार में स्नातकोत्तर के साथ ही सामाजिक विज्ञापनों से जुड़े विषय पर शोधकार्य किया है। सामाजिक-मनोवैज्ञानिक विषयों पर नियमित लेखन।

परिचर्चा

'मैं और मेरा नया वर्ष'

दिसम्बर अंक में प्रस्तुत परिचर्चा के इस विषय पर पाठकों से प्राप्त चिंतन बिंदुओं को यहाँ प्रस्तुत किया जा रहा है –

प्रेम व अहिंसा के मार्ग पर चलें

मेरा सपना है कि नये वर्ष में दुनिया में शांति हो। इसके लिए शांति, सद्भाव एवं अहिंसा के सिद्धांतों पर आधारित साहित्य वितरित किया जाये। इस विषय पर शॉर्ट फिल्म्स, डॉक्यूमेन्टरीज आदि नवीनतम प्रभावी तकनीकों का प्रयोग हो। कट्टर आतंकियों व धार्मिक उन्मादियों का आमजन बहिष्कार करें या फिर संभव हो तो उन्हें सन्मार्ग पर लाने का प्रयास करें। हर व्यक्ति यदि सद्भाव के साथ अपना कर्त्तव्य पालन करे तो यही पृथ्वी स्वर्ग बन सकती है। वसुधैव कुटुंबकम् की भावना के साथ प्रेम व अहिंसा के मार्ग पर चलने से यह संभव हो सकता है। आदमी स्वयं में सुधार के साथ-साथ औरों को इसके लिए प्रेरित कर सकता है। मैं नववर्ष में आध्यात्मिक साधना, साहित्य सृजन एवं परमार्थ में अपना पूर्ण समय बिताना चाहता हूँ।

-मुरलीधर वैष्णव, जोधपुर

विश्वमित्र बन सकें भारतवासी

कार्य चाहे व्यक्तिगत हो, सामाजिक या फिर संस्थागत, उसकी सफलता उस कार्य के समय सापेक्ष योजना तथा उसके क्रियान्वयन पर निर्भर करती है। मनुष्य अपने सामर्थ्य से सभी संसाधनों, वस्तुओं की प्राप्ति कर सकता है परंतु समय के एक मिनट की वापसी नहीं कर सकता। हमारा देश 74वें गणतंत्र दिवस की गौरवमयी बेला में 'सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः' के भाव से विश्व का मार्गदर्शन करे, यही मेरी कामना है। वहीं हम सभी देशवासी अहिंसात्मक वातावरण बनाकर जीव मात्र के लिए कल्याण की भावना रखते हुए संवेदनशील होकर अपना सुख परिवार के लिए, परिवार का सुख राष्ट्र के लिए छोड़कर तथा राष्ट्र का सुख विश्व कल्याण के लिए आगे कर विश्वमित्र बन सकें, यही संकल्पना लिए हुए नव वर्ष के स्वागत के लिए मैं आतुर हूँ।

-जगदीश माली, रायपुर-पाटन

देश में हो कल्याणकारी वातावरण

नववर्ष में मेरा सपना है कि देश की ज्वलंत समस्याओं, यथा बेरोजगारी, आरक्षण, पर्यावरण प्रदूषण, देश की आंतरिक एवं बाह्य सुरक्षा, भुखमरी, ऊर्जा की बचत, स्वास्थ्य तथा शिक्षा की व्यवस्था आदि का सुचारु निराकरण हो। देश में अपहरण, बलात्कार, हत्या, चोरी-डकैती, तस्करी, रिश्वतखोरी, यौन शोषण जैसे अपराध न हों। खेतों में फसलें लहलहाएँ, वन-उपवन फलें-फूलें, नदियाँ जनजीवन को तृप्त करें। प्रत्येक भारतवासी अपनी मातृभूमि को पुण्य-भू माने। शिक्षा, विज्ञान और प्रौद्योगिकी स्वदेशी भावना पर आधारित हो। देश में सभी के लिए समान कानून लागू हो। यदि ऐसा हो जाये तो भारतवर्ष में कल्याणकारी वातावरण छा जाएगा और वह विश्व का सिरमौर भी कहलाएगा।

-गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ

निर्माण का नया इतिहास बने

सफलता कोई मंजिल नहीं अपितु एक सफर है। अपनी लगन, जुनून, कुशलता, पुरुषार्थ, जोश से स्वयं को ऐसा उदाहरण बनाएं तब होगी कुछ नयी बात, नववर्ष की शुरुआत। समय के बीच स्वयं को संयोजित करते हुए नूतन वर्ष के हर दिन में नयी उपलब्धियां हासिल करें...।नैतिकता का जागरण हो। सद्भावना का उजाला हो, जीवनशैली संयमित हो। जीवन के कैनवास पर निर्माण के लिए चित्र उकेरने हैं क्योंकि जीवन चलने का नाम है। नव वर्ष में नयी पहल करनी होगी। जीवन में जागृति लाने के लिए हमें आध्यात्मिक चेतना में नव ऊर्जा का संचार करना होगा ताकि हमारा व्यक्तित्व प्रभावशाली बन जाये। इस नव वर्ष पर इन हाथों को इतना मजबूत बनाएं कि निर्माण का नया इतिहास बने।

-नैना प्रशांत कोठारी, चेंबूर

साहित्य का कारवां बढ़ेगा आगे

कोरोना काल में एक कार्यक्रम आरंभ किया था - "साहित्यांजलि : तेरा तुझको अर्पण"। नववर्ष में आशा करती हूँ कि इस कार्यक्रम के माध्यम से और अधिक नन्हे-मुन्ने बच्चों को हिन्दी बाल साहित्य से जोड़ सकूँगी। उनके अंदर लिखने की और पढ़ने की इच्छा को थोड़ा बढ़ावा दे पाऊँगी। देशभर के साथी साहित्यकार बंधुओं को इस कार्यक्रम से और अधिक जोड़ सकूँगी और हम सब मिलकर हिंदी बाल साहित्य के लिए कुछ अच्छा करने की दिशा में कार्य कर सकेंगे।

-नीलम राकेश, लखनऊ

सूर्य की तरह चमके हमारा देश

नववर्ष में मैं अपने देश को फलक पर चमकते सूर्य के रूप में देखना चाहती हूँ। इसके लिए मैं उन माता-पिता का आह्वान करना चाहूँगी जो अपने बच्चों को उच्च व श्रेष्ठ शिक्षा रूपी साधना अपने देश में दिलवाते हैं और उसका प्रतिफल, परिणाम और लाभ अपने देश को देने के स्थान पर विदेश भिजवा देते हैं। साधना अपने देश में कर रहे हैं, तो उसका वरदान भी तो यहीं के लोगों को प्राप्त होना चाहिए, ताकि हमारा देश विकास के पथ पर चलकर विकसित देश बन जाये। एक बात और, प्रकृति के पास असीमित संसाधन हैं लेकिन जब मानव उनका दुरुपयोग करने लगता है, तो प्रकृति स्वयं उन संसाधनों को नष्ट करने लगती है। हम सब मिलकर शपथ लें कि संसाधनों के सदुपयोग के साथ-साथ अपने बच्चों को देश के विकास के लिए प्रेरित और प्रोत्साहित करेंगे।

-अनीता गंगाधर शर्मा, अजमेर

स्वस्थ राष्ट्र के उत्थान में सभी दें योगदान

मेरा सपना है कि दुनिया में ईमानदारी चले, प्यार फले, हर आदमी अपने स्वास्थ्य के प्रति जागरूक रहे। सुखमय, मंगलमय, आनंदमय जीवन हो मेरा, मेरे परिवार का और मेरे देश का। विदेशों से हमारे संबंध सुदृढ़ हों, दोस्ताना हो। गुरुदेव के नशामुक्ति अभियान से लोग जागृत हों। अपने बच्चों को अच्छे संस्कारों के साथ धर्म, ध्यान, त्याग, तपस्या से अच्छी तरह अवगत कराएं। सुधरे व्यक्ति, समाज व्यक्ति से राष्ट्र स्वयं सुधरेगा, इसे चरितार्थ कर हम एक स्वस्थ राष्ट्र के उत्थान में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे सकते हैं।

- सन्तु झाबक, ठाणा

ताकि तन-मन-धन रहे स्वस्थ

नये वर्ष में मैं अपने तन को स्वस्थ रखने के लिए योग-प्रेक्षाध्यान, मन को स्वस्थ रखने के लिए स्वाध्याय तथा धन को स्वस्थ रखने के लिए व्यवसाय में अनैतिक व्यवहार नहीं करूँगा। इसके साथ ही दो व्यक्तियों का अपने स्वरोजगार में नियोजित करूँगा व उनका किसी भी प्रकार से शोषण नहीं करूँगा। उनके साथ परस्पर मैत्री का व्यवहार रखूँगा। ऐसा करने से मुझे व्यवसाय में लाभ के साथ ही स्वस्थ संबंधों की भी प्राप्ति होगी जो आज की महती आवश्यकता है। इसके अलावा मैं शिक्षा में नवाचार कर बालकों के पलायन को रोकने और उन्हें अणुव्रत की विचारधारा से जोड़ने के लिए प्रयासरत रहूँगा।

-गोपाल लाल पंचोली, शाहपुरा

नशामुक्ति का संकल्प

नववर्ष पर मैंने सबसे बड़ा संकल्प खुद को सभी बुरी आदतों (नशा) से दूर करने का लिया है। मैं खुद भी ये नियम अपनाऊँगी और दूसरों को भी प्रेरणा दूँगी। इसके साथ ही हमें अपने प्रति तथा समाज व देश के प्रति ईमानदार रहना होगा और लोगों को ईमानदारी का पाठ भी पढ़ाना होगा। तभी सभी लोग ईमानदारी से अपने कर्त्तव्य का पालन करेंगे। अहिंसा का भाव अपना कर बहुत सारी हिंसा से बच सकते हैं। इसके साथ ही हमें समस्त जीवों के प्रति दया भावना रखनी चाहिए। संकट काल में उनकी सेवा और मदद करनी चाहिए। एक स्वस्थ समाज के निर्माण हेतु छोटे-छोटे अणुव्रतों को अपना कर स्वयं में, समाज में तथा राष्ट्र में बदलाव ला सकते हैं।

-मधु पंकज बाबेल, भिवंडी

जीवन को सार्थक बनाएंगे

नये साल में मैं इस बात की पक्की व्यवस्था कर लूँगा कि कोई संकल्प पूरा होने से छूट न जाये। इसके लिए संकल्प और योजनाओं की सूची नहीं बनाऊँगा बल्कि हाथों-हाथ संकल्प लिये और उन्हें पूरा किया। बड़े-बड़े सपने देखने से बचते हुए छोटी-छोटी बातों पर गौर करने की सोच रहा हूँ। अपने परिवार से आगे की सोचते हुए, कुछ दूसरे लोगों के काम आ सकूँ। देश के लिए कुछ करने की तमन्ना भी है। कुछ ऐसा नया काम, जिसे करने से लगे कि कुछ सार्थक हुआ है। लेखन कार्य में भी कुछ नयापन हो।

-इंद्रजीत कौशिक, बीकानेर

...खुशियाँ हों चहुंओर

नववर्ष पर मैं हर दिन खुद से कुछ सकारात्मक वादे करूँगी और उन्हें निभाने के लिए पूरे साल मेहनत करती रहूँगी। जो कार्य मैं पिछले साल किसी कारणवश नहीं कर पायी, उन्हें पूरा करूँगी। मेरी तो यही कामना है - सभी स्वस्थ हों, देश में शान्ति, सुख का वास हो। कोई भूखा न रहे, महिलाएँ सुरक्षित रहें, कन्या भ्रूण संरक्षण के लिए कदम उठें।

नव अरुणिम प्रभात में दु:ख दर्द, तमस मिट जाये,
नव वर्ष नव संकल्प, नव उम्मीद नवभोर,
नव कल्पना नव भूमिका नव प्राण का शोर,
शान्ति का माहौल, सुरमई हवाओं की बहार,
नव वर्ष की नव वेला में, खुशियाँ हों चहुंओर।

-डॉ. राजमती पोखरना सुराना, भीलवाड़ा

माहौल खुशनुमा करने के करेंगे प्रयास

मैं नये वर्ष में कुछ नया, कुछ अच्छा करना चाहती हूँ जो सिर्फ अपने लिए नहीं, अपने परिवार, समाज और राष्ट्र के हित में हो। इसके लिए मैं कोशिश कर भी रही हूँ। आज पूरे देश और दुनिया में तरक्की के साथ-साथ लोगों में खासकर युवा पीढ़ी में तनाव, क्रोध, नशा, ईर्ष्या, चिड़चिड़ापन, छोटी-सी हार जीवन को बोझिल बना रही है। अपना भविष्य संवारने की उम्र में युवा पीढ़ी हताश होकर गलत कदम उठा रही है, अपने गंतव्य से भटक रही

है। इसका खमियाजा केवल उनको नहीं, उनसे जुड़े न जाने कितने लोगों को भुगतना पड़ता है। इसका कारण है मानसिक दुर्बलता। मेरा प्रयास होगा कि जहां तक संभव हो लोगों में जागरुकता लाना और मानसिक क्षमता, पारिवारिक शांति व आसपास के माहौल को खुशनुमा रखना।

-अनुभव छाजेड़, पटना

आत्मसंयम के पथ पर हों अग्रसर

विश्व का हर व्यक्ति अपेक्षा करता है कि नववर्ष उसके लिए अपार खुशियों का भंडार लेकर आये। इसके बावजूद परिस्थितियों में कोई विशेष परिवर्तन नहीं होता क्योंकि हम न तो अपनी जीवनशैली में बदलाव लाते हैं और न ही कोई प्रयास व पुरुषार्थ करते हैं। जैसा कि गुरुदेव आचार्य श्री तुलसी ने कहा है - "निज पर शासन फिर अनुशासन", इसलिए प्रत्येक व्यक्ति को आत्मसंयम के मार्ग पर चलते हुए प्राप्त सीमित साधनों के सदुपयोग द्वारा जीवन निर्वहन करना चाहिए तथा दूसरों से कोई अपेक्षा नहीं रखनी चाहिए। इसके साथ ही प्रत्येक नागरिक देश के विकास व प्रभावना के लिए समर्पित भाव से राष्ट्रहित का कोई न कोई काम अवश्य करे।

-उषा जैन, टोहाना

सुदृढ़, समृद्ध और सुरक्षित रहे देश

नये वर्ष में मेरे परिवार में धार्मिकता, नैतिकता, मैत्री भावना व सद्भावना रहे। विनय की भावना विकसित होती रहे और बड़े-बुजर्गों का सम्मान रहे, ऐसी आशा करती हूँ। हमारा देश समृद्धि की ओर बढ़ रहा है। दुनिया में हमारी प्रतिष्ठा भी बढ़ रही है। आने वाले वर्षों में मेरा देश सुदृढ़, समृद्ध और सुरक्षित रहे। विश्व में शांति बनी रहे। सभी देशों में भाईचारा का विकास हो। ऐसी मंगल कामना करती हूँ। बहनों में शिक्षा का विकास हो। इससे परिवार में भी शिक्षा का विकास होगा।

-विनयकांता दूगड़, गांधीधाम

मैं डटूँगा कर्म पथ पर...

एक शिक्षक के रूप में मेरा संकल्प होगा कि मेरे सभी विद्यार्थी संवेदनशील बनकर कामयाबी हासिल करें। उनके सपने बड़े हों और उन्हें पाने के लिए गतिशील बने रहें। वे एक-दूसरे के सहयोगी और पूरक बनें। विद्यालय का भौतिक, शैक्षिक और सांस्कृतिक पर्यावरण सुन्दर, सुखद और खुशनुमा बने। इसके लिए मैं एकता-सूत्र के रूप में अपनी सेवाएँ देने के लिए तत्पर रहूँगा। मेरा मानना है कि घर, परिवार और विश्व को सुन्दर, सुरम्य और सर्वसुलभ बनाने के लिए केवल स्वयं को बेहतर बनाने की आवश्यकता है। मैं इस दिशा में हमेशा यत्नशील रहूँगा।

भोर की प्रथम किरण से, वर्ष की अन्तिम निशा तक।
मैं डटूँगा कर्म पथ पर, सांसों की अन्तिम तृषा तक।।

- नरेन्द्र सिंह नीहार, नयी दिल्ली

इंसानियत का धर्म निभाएंगे

नववर्ष पर हर व्यक्ति कोई न कोई संकल्प अवश्य लेता है, मगर बदलते मौसम के साथ धीरे-धीरे धुंधले पड़ने लगते हैं संकल्प और नतीजा वही ढाक के तीन पात। ऐसे में स्वामी विवेकानंद की एक बात मुझे याद आती है - "तुमको कार्य के सभी क्षेत्रों में व्यावहारिक बनना पड़ेगा। सिद्धांतों के ढेरों ने संपूर्ण देश का विनाश कर दिया है।" तो दोस्तो, इस बार ढेरों वादे करने के बजाय बस एक संकल्प लें कि हम इंसान हैं और इंसानियत के धर्म को निभाएंगे। यकीन मानिए यदि इसी एक बात पर पूरे वर्ष अमल करते रहे तो न सिर्फ स्वयं का बल्कि घर, परिवार, समाज तथा अपने राष्ट्र के लिए भी एक मिसाल कायम कर सकते हैं।

-डॉ. ममता श्रीवास्तव 'सरुनाथ', दिल्ली

अगले अंक का विषय

परिचर्चा

संविधान की सुरक्षा किसके हाथ?

हमारा देश स्वतंत्रता के 75 वर्ष पूर्ण कर चुका है। इन 75 वर्षों में हमारा लोकतंत्र कितना मजबूत हुआ है और हम अपने संविधान को कितना अक्षुण्ण रख पाये हैं? क्या इस दिशा में हमें और भी गंभीर प्रयास करने की आवश्यकता अनुभव हो रही है? यदि हाँ, तो क्या और कैसे हों ये प्रयास? किस पर है जिम्मेदारी? क्या हो सकती है हमारी अपनी भूमिका?

'संविधान की सुरक्षा किसके हाथ?' इस विषय पर सुधी पाठकों के विचार सादर आमंत्रित हैं। अपने विचार 200 शब्दों में भेजें हमें **15 जनवरी 2023 तक 9116634512** पर व्हाट्सएप के माध्यम से। चयनित विचार **फरवरी 2023 अंक में प्रकाशित** किये जाएंगे। -सं.

अणुव्रत अमृत महोत्सव

अणुविभा कार्यकर्ताओं ने लिया अणुव्रत अनुशास्ता का आशीर्वाद

अणुव्रत आंदोलन के इतिहास में एक आज हम एक अहम पड़ाव पर पहुँच गये हैं। आंदोलन के प्रवर्तन का 75वां वर्ष हमारे सम्मुख है। इस अवसर पर हमारा हृदय आचार्य तुलसी के प्रति श्रद्धाभाव से आप्लावित हो रहा है। अणुव्रत का प्रत्येक कार्यकर्ता स्वयं को सौभाग्यशाली अनुभव करता है कि एक पवित्र उद्देश्य से जुड़ने का उसे मौका मिला। इस ऐतिहासिक अवसर को उपलब्धिपरक बनाना हर एक अणुव्रत कार्यकर्ता का पावन कर्त्तव्य है।

हाल ही में अणुविभा के कार्यकर्ता अणुव्रत अमृत महोत्सव की कार्ययोजना के सन्दर्भ में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण की सन्निधि में पहुँचे थे। आचार्य प्रवर उन दिनों सिरियारी, राणावास और मारवाड़ जंक्शन के इलाके में विहार रत थे। प्रतिदिन प्रातःकालीन पाद विहार और कभी-कभी सुबह और शाम दोनों वक्त भी। बड़ी संख्या में स्थानीय लोगों के अतिरिक्त देशभर से आये श्रद्धालु आचार्य प्रवर के दर्शन करने, आशीर्वाद प्राप्त करने और अपनी बात कहने को लालायित थे। अत्यंत व्यस्तता के इन क्षणों में भी आचार्य प्रवर ने तीन दिनों तक अणुव्रत कार्यकर्ताओं को लम्बा समय प्रदान किया और कार्ययोजना के एक-एक बिंदु पर अपना मार्गदर्शन प्रदान किया।

कार्यकर्ताओं के दल में शामिल अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर, महामंत्री भीखम सुराणा, परामर्शक गौतम चोरड़िया एवं निवर्तमान अध्यक्ष संचय जैन आचार्य प्रवर का आशीर्वाद प्राप्त कर भाव विभोर थे और स्वयं को कृत-कृत्य अनुभव कर रहे थे। तीसरे दिन 12 दिसंबर को आचार्य प्रवर ने अत्यंत प्रसन्नता के साथ अणुव्रत अमृत महोत्सव कार्ययोजना के अंतिम प्रारूप को अपना आशीर्वाद प्रदान किया और **संचय जैन को राष्ट्रीय संयोजक के रूप में अपना मंगल पाठ सुनाया।** इसी के साथ एक कोर टीम का गठन किया गया जिसके सदस्य हैं - अविनाश नाहर, तेजकरण सुराणा, भीखम सुराणा, गौतम चोरड़िया एवं संचय जैन।

अणुव्रत आंदोलन

अणुव्रत अमृत महोत्सव

फाल्गुन शुक्ल 2, वि.सं. 2079 से फाल्गुन शुक्ल 2, वि.सं. 2080

21 फरवरी, 2023 से 12 मार्च, 2024

उद्देश्य : जन-जन में अणुव्रत के प्रति निष्ठा पैदा करना और संयम की चेतना को जागृत करना

:: मुख्य बिन्दु ::

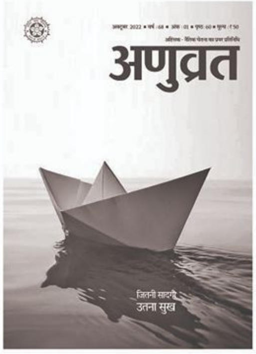
- अणुव्रत प्रचेता, प्रबोधक एवं अणुव्रत के जीवनदानी कार्यकर्ता तैयार करना
- विद्यार्थियों एवं शिक्षकों में संयम की चेतना का जागरण
- अणुव्रत आचार संहिता में संकल्पित लोगों की श्रृंखला
- अणुव्रत वैश्विक अभियान व सम्मेलन
- प्रत्येक मंगलवार होगा संयम दिवस
- अणुव्रत गीत सामूहिक संगानः एकदिन - एक समय
- अणुव्रत व्याख्यान माला व संगोष्ठियां
- अणुव्रत वाहिनी एवं अणुव्रत प्रदर्शनी
- अणुव्रत साहित्य प्रकाशन
- अणुव्रत इतिहास संकलन
- अणुव्रत संगठन सुदृढ़ीकरण
- अणुव्रत शोध एवं प्रचार-प्रसार
- अणुव्रत लेखन व काव्यधारा
- अणुव्रत यात्रा व अणुव्रत रैली
- अणुव्रत मार्ग, अणुव्रत चौक एवं अणुव्रत सर्किल

अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन 1 मार्च 1949 को हुआ था। आचार्य श्री तुलसी ने अपने गुरु आचार्य कालूगणी के जन्म की तिथि फाल्गुन शुक्ल द्वितीया (फुलड़िया दोज) का चयन इस महत्त्वपूर्ण अवसर के लिए किया था। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने इस ऐतिहासिक तथ्य को सम्मान देते हुए अणुव्रत अमृत महोत्सव का शुभारम्भ फुलड़िया दोज से ही करने का मार्गदर्शन प्रदान किया है। अणुव्रत परिवार के लिए यह अत्यंत गौरव का विषय है।

सम्मति

सादगी का सुख

मनुष्य ताउम्र अपनी इच्छाओं की पूर्ति के लिए भागता रहता है क्योंकि उसे इस दौड़ में अपनी प्रसिद्धि और समृद्धि दिखायी देती है। प्रश्न उठता है क्या यह दौड़ मनुष्य के मन को शांत रखने में समर्थ है? इस बात का जवाब हम अपने मौन और ध्यान में ही पा सकते हैं। 'अणुव्रत' पत्रिका कुछ ऐसे ही महत्वपूर्ण जीवन मूल्यों को रेखांकित करती है; जो जीवन को साधते हैं। इस पत्रिका में बहुत कुछ ऐसा है जो निःसंदेह उन पाठकों पर अपना असर छोड़ता है जो अपना जीवन सरलता और सहजता से जीना चाहते हैं। जिन जीवन मूल्यों को आज की भागदौड़ में हम भूलते जा रहे हैं, पत्रिका उन्हीं मूल्यों पर विद्वज्जनों के विचारों को पाठकों के सामने विभिन्न विधाओं के माध्यम से रखती है।



अक्टूबर अंक की टैगलाइन "जितनी सादगी उतना सुख" बहुत सटीक है। जीवन को सरलता और सहजता से जीने के लिए सादगी अपनाना कितना जरूरी है, यह एक चिंतनशील व्यक्ति ही समझ सकता है। संपादकीय में संचय जैन जी ने बेहद अर्थपूर्ण दो कविताओं का उल्लेख किया है जो अपने ही व्यक्तित्व के परिमार्जन की ओर इंगित करती हैं। मुझे इन कविताओं ने बहुत स्पर्श किया। अंक का हर लेख, कविता, लघुकथा और कहानी मानवीय मूल्यों की पैरवी कर उन्हें साधने की शिक्षा देता है। आज बहुत सारी पत्रिकाएं छप रही हैं, मगर उनमें से कुछ ही पत्रिकाएं पठनीय और संग्रहणीय होती हैं। 'अणुव्रत' पत्रिका का हर अंक प्रभाव छोड़ने वाला होता है। पत्रिका के लिए मेरी हार्दिक शुभकामनाएं।

-प्रगति गुप्ता, जोधपुर

अणुव्रत का मंत्र हो रहा गुंजायमान

'अणुव्रत' पत्रिका का शिक्षा पर केंद्रित नवंबर अंक हमें मिला है। शिक्षा में चरित्र के समावेश की जरूरत का आग्रह करते इस अंक की सामग्री विषय को सहजता व सरलता से ही नहीं, अपितु प्रभावी तरीके से प्रस्तुत करती है। न केवल अपने कलेवर बल्कि अपनी प्रोडक्शन गुणवत्ता से भी 'अणुव्रत' पत्रिका अन्यों से ऊँचे पायदान पर खड़ी नजर आती है।

अणुव्रत का मंत्र आचार्य तुलसी ने दिया था, यह पत्रिका उसे फिर से गुंजायमान करती है। इस अंक में 'अणुव्रत का शिक्षा दर्शन', 'ज्ञान और आचार', 'बाल शिक्षा में नैतिकता और आनंद', के अलावा 'घर की पाठशाला' के महत्व पर पठनीय तथा व्यवहार में लाने योग्य आलेख हैं। 'किशोरों के लिए मूल्य शिक्षा' का भी विवेचन है।

साठ पृष्ठों की पत्रिका का डिजाइन, संयोजन और छपाई उत्कृष्ट है जो पहली ही नजर में पाठक का मन मोह लेती है। इस बार के मुखपृष्ठ पर अणुव्रत के शिक्षा दर्शन के प्रतीक को दर्शाता कलात्मक चित्र है।

पत्रिका के संपादक संचय जैन, सह-संपादक हमारे पत्रकारिता की राह के साथी मोहन मंगलम को उत्कृष्ट कलेवर और संपादन की गुणवत्ता बनाये रखते हुए इतनी शानदार पत्रिका के नियमित प्रकाशन के लिए बधाई तो बनती है।

-राजेन्द्र बोड़ा, जयपुर

संस्कारों की सीख

नैतिक मूल्यों की जागृति का अनुपम उपक्रम है अणुव्रत। गुरुदेव तुलसी का स्वप्न था कि विश्व के हर व्यक्ति तक अणुव्रत की गूँज पहुँचे और इस महान कार्य में सहभागी बन अणुव्रत दर्शन को घर-घर और जन-जन तक पहुँचाने का पवित्र कार्य 'अणुव्रत' पत्रिका कर रही है। इसके लिए अणुव्रत की पूरी टीम साधुवाद की पात्र है। 'अणुव्रत' में प्रकाशित सभी लेख उच्च कोटि के तथा सरल भाषा में होने के कारण मन-मस्तिष्क और हृदय को स्पर्श करते हैं और समाज के लिए बहुत उपयोगी होते हैं।

'अणुव्रत' के नवंबर अंक में "घर की पाठशाला" शीर्षक आलेख बहुत ही ज्ञानवर्धक तथा समसामयिक है। आधुनिकता एवं उपभोक्तावाद की प्रवृत्ति के कारण आजकल बच्चे व्यवहार तथा संस्कारों से वंचित हो रहे हैं। ऐसे में लघुकथा 'सुकृति' एवं 'आत्मनिर्भरता की सीख' हृदयस्पर्शी तथा प्रेरक है। साध्वी आनंद प्रभा का आलेख " प्रामाणिकता की नजीर " गुरु के प्रति आस्था व संकल्प की दृढ़ता का उत्कृष्ट दृष्टांत है। साध्वी कल्पमाला जी की काव्य रचना "यह भी कम नहीं " बहुत ही सुंदर है। वास्तव में अणुव्रत एक प्रतिष्ठित व उच्च मापदंडों पर खरी उतरने वाली विश्वस्तरीय पत्रिका है। ऐसी पत्रिका पढ़ना सचमुच गर्व व गौरव की बात है।

-सुभाष जैन, टोहाना

गुजरात में चुनाव शुद्धि अभियान

■■ गुजरात प्रभारी अर्जुन मेड़तवाल की रिपोर्ट ■■

अणुव्रत समितियों ने विधानसभा चुनाव के दौरान प्रदेश भर में लोगों से ईमानदार जनप्रतिनिधि चुनने का किया आह्वान

गुजरात में हुए विधानसभा चुनाव के दौरान अणुव्रत विश्व भारती के निर्देशन में चुनाव शुद्धि अभियान चलाया गया। अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष अविनाश नाहर, उपाध्यक्ष राजेश सुराणा, गुजरात राज्य प्रभारी अर्जुन मेड़तवाल के मार्गदर्शन एवं अणुव्रत चुनाव शुद्धि अभियान के गुजरात प्रभारी राकेश चोरडिया के निर्देशन में सूरत में इसका मुख्यालय बनाया गया। सूरत में मुनिश्री उदित कुमार जी के सान्निध्य में चुनाव शुद्धि बैनर के अनावरण के साथ ही अभियान का शुभारंभ हुआ। इस अवसर पर मुनिश्री ने कहा कि अणुव्रत आंदोलन सामाजिक और राष्ट्रीय विकास को गति देने वाला आंदोलन है। अणुव्रत चुनाव में नैतिकता रखने का संदेश देता है। यदि हमें अपने राष्ट्र को विकास के मार्ग पर आगे ले जाना है तो चुनाव में अच्छे और ईमानदार जनप्रतिनिधियों को चयनित करके भेजना बहुत जरूरी है। यदि जनप्रतिनिधि ईमानदार होंगे, नैतिक होंगे तो भ्रष्टाचार को कोई अवकाश नहीं रहेगा। जिनमें सेवा की भावना हो, देश के प्रति वफादारी हो, कार्य में निपुणता हो, जो नशामुक्त और चरित्रवान हों और जाति-संप्रदाय के भेदभाव से मुक्त हों, ऐसे प्रतिनिधियों को जनता चुनकर भेजेगी तो राज्य और राष्ट्र का भविष्य निश्चित रूप से उज्ज्वल होगा। उन्होंने कहा कि मतदान करना हमारा राष्ट्रीय कर्त्तव्य है, लेकिन भय और प्रलोभन से प्रेरित होकर मतदान नहीं करना चाहिए।

ग्रेटर सूरत, अहमदाबाद, वडोदरा, बारडोली, व्यारा, वापी, मेहसाणा, खेडब्रह्मा, चलथाण, सचिन, भुज, गांधीधाम समेत अनेक अणुव्रत समितियों के कार्यकर्ताओं ने अपनी सक्रियता का परिचय दिया। अणुव्रत समितियों ने स्थान-स्थान पर चुनाव शुद्धि अभियान के पोस्टर लगाये। ऑटो रिक्शाओं पर भी मतदान में शुचिता के संदेश वाले स्टिकर लगाये गये। सोसाइटी एवं कॉलोनियों में लोगों को इकट्ठा कर अणुव्रत चुनाव शुद्धि अभियान की जानकारी दी गयी एवं पेम्फलेट वितरित किये गये। चुनाव में प्रामाणिक, कर्त्तव्यनिष्ठ, भ्रष्टाचार मुक्त, व्यसन मुक्त, राष्ट्रप्रेम को प्राथमिकता देने वाले एवं शुद्ध छवि वाले उम्मीदवारों को ही वोट देने की प्रेरणा दी गयी। विभिन्न राजनीतिक पार्टियों के उम्मीदवारों से अणुव्रत कार्यकर्ताओं ने भेंट की तथा उन्हें अणुव्रत चुनाव शुद्धि अभियान के बारे में बताया। कई उम्मीदवारों ने इस अभियान का स्वागत एवं समर्थन किया। वहीं कई उम्मीदवारों ने अभियान के संकल्पों को स्वीकार करते हुए चुनाव शुद्धि के निर्धारित फॉर्म भी भरकर दिये।

ગુજરાત ગાર્ડિયન

તંદુરસ્ત લોકશાહી માટે ચારિત્ર્યવાન અને વ્યસનમુક્ત જન-પ્રતિનિધિઓનું ચયન જરૂરી: મુનિ ઉદિતકુમારજી

વેસુ ખાતે અણુવ્રત ચૂંટણી શુદ્ધિ અભિયાનના શુભારંભ પ્રસંગે માર્મિક ઉદબોધન

સુરત, તા.૨૨

અણુવ્રત વિશ્વ ભારતી સોસાયટી દ્વારા નિર્દેશીત અને અણુવ્રત સમિતિ ગ્રેટર સુરત દ્વારા સંચાલીત અણુવ્રત ચૂંટણી શુદ્ધી અભિયાનનો આજે

મુનીએ કેપીટલ ગ્રીન વેસુ ખાતે અનિલ ચોરડીયાના નિવાસસ્થાન ખાતે ધર્મસભાને સંબોધતાં વધુમાં જણાવ્યું- અણુવ્રત આંદોલન સામાજિક-રાષ્ટ્રીય વિકાસનો વેગ આપનારું આંદોલન

માંગતા હોય તો ચૂંટણીમાં સારા અને ઇમાનદાર જન-પ્રતિનિધિઓને ચૂંટી મોકલવા જોઈએ. મતદાન કરવું એ રાષ્ટ્રીય કર્તવ્ય છે પરંતુ ભય અને પ્રલોભનથી પ્રેરાઈને મતદાન ન કરવું જોઈએ. જો જન-પ્રતિનિધિઓ ઇમાનદાર હશે તો ભ્રષ્ટાચારને અવકાશ રહેશે નહીં. જેમનામાં સેવાની ભાવના હોય, દેશ પ્રત્યે વફાદારી હોય, કાર્યનિપુણ હોય, નશામુક્ત

जीवन विज्ञान कार्यशाला का आयोजन

इचलकरंजी। अणुव्रत समिति की ओर से 22 नवम्बर को सांगली जिला के नेरले के गुरुदेव चैतन्य स्वरूप गुरुकुल इंग्लिश मीडियम स्कूल में जीवन विज्ञान कार्यशाला आयोजित की गयी। इसमें साध्वीश्री विज्ञप्रभा जी ने जीवन विज्ञान का महत्व समझाते हुए जीवन को कलात्मक व वैज्ञानिक दृष्टि से जीने का मार्गदर्शन दिया। साध्वीश्री आस्थाश्री जी ने बच्चों को स्मरण शक्ति के विकास तथा एकाग्रता बढ़ाने के लिए प्रयोग करवाये। कार्यक्रम में 270 छात्र-छात्राएं उपस्थित थे। समिति के अध्यक्ष विकास सुराणा ने सभी का स्वागत किया। उपाध्यक्ष सुनिता देवी गिडिया ने आभार ज्ञापित किया। कार्यशाला में शिक्षकगण, तेरापंथ सभा अध्यक्ष महेन्द्र जी गिडिया, अणुव्रत समिति सहमंत्री सुरेन्द्र छाजेड़, तेयुप मंत्री अंकुश बाफना, तुलसीदेवी भंसाली आदि उपस्थित थे।

जीवन विज्ञान से बच्चों का सर्वांगीण विकास

भीलवाड़ा। अणुव्रत समिति के जीवन विज्ञान विभाग द्वारा महावीर कॉलोनी के प्रज्ञा भारती पब्लिक स्कूल में 6 दिसम्बर को 'प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान' की शुरुआत विद्यार्थियों द्वारा प्रस्तुत अणुव्रत गीत से हुई। अणुविभा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष निर्मल गोखरू की उपस्थिति में योग प्रशिक्षिका रेणु चौरड़िया ने बच्चों को श्वसन क्रिया, समपादासन, ताड़ासन, कोणासन, पादहस्तासन, महाप्राण ध्वनि एवं संकल्पों का प्रयोग कुशलता के साथ करवाया। अणुव्रत समिति की अध्यक्ष आनंदबाला टोडरवाल ने कहा कि लगातार योगाभ्यास से बालक स्वस्थ, संस्कारी और अनुशासित बन सकता है। जीवन विज्ञान संयोजक उषा सिसोदिया ने कहा कि स्वस्थ शरीर एवं स्वस्थ मन के साथ ही बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान महत्वपूर्ण उपक्रम है। कार्यक्रम का संचालन अणुव्रत समिति के मंत्री राजेश चौरड़िया ने किया। विद्यालय अध्यापिका सरोज चौरड़िया ने अणुव्रत समिति की इस पहल के लिए आभार व्यक्त किया।

जीवन विज्ञान दिवस मनाया

बारडोली। अणुव्रत समिति की ओर से पारसी ट्रस्ट इंग्लिश मीडियम स्कूल में आचार्य महाप्रज्ञ अलंकरण-जीवन विज्ञान दिवस मनाया गया। इस दौरान समिति अध्यक्ष पायल चोरडिया ने बच्चों को योग, प्राणायाम व ध्यान करवाया तथा इससे होने वाले लाभों की जानकारी दी। बच्चों ने संकल्प लिया कि रोज प्राणायाम अवश्य करेंगे। कार्यक्रम में समिति के मंत्री केतन मेडतवाल, कैलाश बेन बाफना, पुष्पा बेन मेडतवाल की भी उपस्थिति रही।

प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान पर कार्यक्रम

हिसार। अणुव्रत समिति की ओर से 9 दिसम्बर को शासनश्री साध्वीश्री यशोधरा जी के सान्निध्य में गुरु नानक गर्ल्स सीनियर सेकेंडरी स्कूल में 'प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान' विषय पर

कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इसमें साध्वीश्री तरुण यशाजी ने करीब 150 बच्चों को समपादासन, ताड़ासन, कोणासन, महाप्राण ध्वनि, दीर्घश्वास प्रेक्षा आदि का अभ्यास करवाया। तत्पश्चात् साध्वीश्री चारुलता जी ने 'शिक्षा का नव अभियान हो' गीतिका के माध्यम से शिक्षा की महत्ता पर प्रकाश डाला। अणुव्रत समिति अध्यक्ष कुंदन लाल गोयल ने भी जीवन विज्ञान पर विचार रखे। समिति द्वारा बच्चों को "बच्चों का देश" पत्रिका वितरित की गयी। स्कूल की सीनियर शिक्षिका सीमा आहूजा ने साध्वीवृंद का आभार जताया। कुशल मंच संचालन समिति के वरिष्ठ उपाध्यक्ष सत्यपाल शर्मा ने किया।

बगड़ी नगर में चार दिवसीय जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला

बगड़ी नगर। श्री महासती चंदनबाला जैन राजकीय बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय, बगड़ीनगर में आयोजित चार दिवसीय जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला का समापन 4 दिसम्बर को साध्वीप्रमुखा साध्वीश्री विश्रुतविभाजी के पावन सान्निध्य में हुआ। इस अवसर पर साध्वीश्री वीरप्रभाजी ने कहा कि जीवन विज्ञान के छोटे-छोटे प्रयोगों से हम अपने व्यक्तित्व का सर्वांगीण विकास कर सकते हैं। उन्होंने एकाग्रता एवं स्मरण शक्ति के विकास हेतु दीर्घश्वास प्रेक्षा के अभ्यास की प्रेरणा देते हुए महाप्राण ध्वनि का प्रायोगिक अभ्यास भी करवाया। पोरवाल चैरिटेबल ट्रस्ट भिलाई एवं श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा बगड़ी के संयुक्त तत्वावधान तथा अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग के निर्देशन में आयोजित शिविर में छात्राओं को प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान तथा कक्षा कक्ष में जीवन विज्ञान के लघु प्रयोगों का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण प्रदान किया गया। प्रशिक्षण कार्य में जीवन विज्ञान विभाग के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा एवं जैन विश्व भारती संस्थान मान्य विश्वविद्यालय के उज्जैन क्षेत्रीय संयोजक मुकेश मेहता का महत्वपूर्ण सहयोग रहा।

पोरवाल चैरिटेबल ट्रस्ट के मुख्य ट्रस्टी दानमल पोरवाल ने कहा कि इसी विद्यालय प्रांगण में मेरी प्राथमिक शिक्षा हुई थी, इसलिए इस विद्यालय के साथ मेरा भावात्मक जुड़ाव भी है। विद्यालय प्राचार्य सुरेशचन्द्र बोराणा ने आभार प्रकट करते हुए विश्वास दिलाया कि प्रार्थना सभा में यथासंभव इन प्रयोगों को जारी रखा जाएगा। इससे पूर्व विद्यालय की छात्राओं ने अणुव्रत अनुशास्ता युगप्रधान आचार्य श्री महाश्रमण के स्वागत में अणुव्रत-जीवन विज्ञान जागरुकता रैली निकाली।

विद्यार्थियों ने भरे अणुव्रत संकल्प पत्र

जसोल। अणुव्रत समिति द्वारा 15 दिसम्बर को राजकीय प्राथमिक विद्यालय भील बस्ती में आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि पूर्व सरपंच भंवर लाल भंसाली ने अणुव्रत के महत्व को समझाते हुए नशीले पदार्थों से होने वाली हानियों से अवगत कराया।

समिति अध्यक्ष पारसमल गोलेच्छा व अणुव्रत प्रभारी भुपतराज कोठारी ने विद्यार्थियों को संयमित एवं सदाचारयुक्त जीवन का महत्व बताया। विद्यार्थियों द्वारा अणुव्रत संकल्प पत्र भरे गये। समिति की ओर से अध्यापकों एवं अध्यापिकाओं का अणुव्रत दुपट्टा पहनाकर सम्मान किया गया।

कार्यक्रम के दौरान भामाशाह परिवार दिलीप कुमार, अमित कुमार, रोहित कुमार बागरेचा (करनूल) द्वारा विद्यार्थियों को पोशाकें वितरित की गयीं। इस अवसर पर संस्था प्रधान लीला खत्री, कमला चौधरी, पुष्पा चौधरी, जगतार सिंह, कमला आदि उपस्थित थे। कार्यक्रम का संचालन श्रवण कुमार द्विवेदी ने किया।

आदिवासी समाज के बच्चों ने अणुव्रत के संकल्पों को किया स्वीकार

अहमदनगर। स्कूल का एक सामान्य कर्मचारी कितना असामान्य काम कर सकता है, इसकी मिसाल है अहमदनगर जिले के श्रीगोंदा तालुका में स्थित घुगलवडगांव की महामानव बाबा आमटे संस्था। यहां आसपास के छोटे-छोटे गाँवों में पारधी नाम की आदिवासी जमात की आबादी है। शराबखोरी और

अपराधों में संलिप्त होने के कारण इस जमात के अधिकतर लोगों पर मुकदमे चल रहे हैं और कई तो जेल में जीवन बिताने को अभिशप्त हैं। ऐसे में इनके बच्चों के बारे में सोचा एक स्कूल में प्यून का काम कर रहे अनंत झेंडे ने। उन्होंने ऐसे परिवारों के बच्चों के लिए महामानव बाबा आमटे संस्था की स्थापना की। आज यहां 120 से अधिक बच्चे रह रहे हैं। यहां इनके लिए आवास और भोजन के साथ ही पढ़ाई की भी व्यवस्था है।

अनंत झेंडे की पत्नी शुभांगी और इसी संस्था में रहकर पले-बढ़े विकास बच्चों की सारी व्यवस्था देखते हैं। अणुव्रत सेवी अलका सांखला ने 4 दिसम्बर को शिविर आयोजित कर यहां रह रहे बच्चों को अणुव्रतों की जानकारी दी।

बच्चों ने अणुव्रत गीत का संगान करने के साथ ही इसका अर्थ भी समझा और बड़े ही उत्साह से अणुव्रत के हर संकल्प को स्वीकार किया। कार्यक्रम में अलका सांखला के भाई संजय मेहता और शिक्षकगण भी उपस्थित थे।

'राष्ट्र के निर्माण में अणुव्रत की भूमिका' पर संगोष्ठी

दिल्ली। अणुव्रत समिति की ओर से 21 नवम्बर को 'राष्ट्र के निर्माण में अणुव्रत की भूमिका' विषय पर संगोष्ठी पश्चिम विहार के तेरापंथ भवन में हुई। इसमें साध्वीश्री डॉ. कुंदनरेखाजी ने परिवार, समाज व राष्ट्र के संबंध में अणुव्रत की भूमिका पर सारगर्भित विचारों की प्रस्तुति दी। उन्होंने कहा कि अणुव्रत के नियमों को अपनाकर हम अपने परिवार को सुखी व संपन्न बना सकते हैं।

आरएसएस केशव पुरम के विभाग चालक डॉ. अनिल अग्रवाल ने परिवार प्रबोधनी के बारे में बताया। अणुव्रत समिति के अध्यक्ष शांतिलाल पटावरी ने अणुव्रत के उद्‌भव तथा परिवार, समाज व राष्ट्र के निर्माण में अणुव्रत की भूमिका पर विचार रखे। इससे पहले स्वागत भाषण जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा पश्चिम विहार के अध्यक्ष सुशील जैन ने दिया।

कार्यक्रम का संचालन पश्चिम विहार सभा के कोषाध्यक्ष विजय जैन एवं आभार ज्ञापन अणुव्रत समिति के वरिष्ठ उपाध्यक्ष कमल बैंगानी ने किया।

अणुव्रत संरक्षक

श्री बसंत नौलखा
बीकानेर

श्री मानकचंद आर. श्रीश्रीमाल
खिंवाड़ा-ठाणे (महाराष्ट्र)

श्री प्रकाश लोढ़ा
दिवेर-बेंगलुरु

अणुविभा के अर्थ संबल अभियान में आपने ₹1 लाख अनुदान की सहभागिता अणुव्रत आंदोलन को सुदृढ़ करने में महत्वपूर्ण योगदान दिया है।
अणुविभा परिवार आपका हृदय से आभारी है।

पाठकों के लिए
विशेष प्रतियोगिता

अणुव्रत Q10

आपको करना है बस इतना →

❖ 'अणुव्रत पत्रिका' के सितम्बर 2022 अंक को ध्यानपूर्वक आद्योपांत पढ़ना
❖ सितम्बर 2022 अंक पर आधारित 10 सरल प्रश्नों के उत्तर प्रेषित करना

❖ सितम्बर 2022 अंक पर आधारित प्रश्न ❖

01. प्राणी के अस्तित्व का मुख्य घटक क्या है?
02. अणुव्रत क्रिएटिविटी कांटेस्ट-2022 का विषय क्या रखा गया ?
03. थाईलैंड में शिक्षक दिवस कब मनाया जाता है ?
04. निर्मलता और उपयोगिता की शिक्षा कौन-सी है ?
05. बल्गेरिया में चलने वाली 'सुपर लर्निंग' प्रणाली का विकास किसने किया ?
06. लाइफ ऑफ आचार्य श्री तुलसी के लेखक कौन हैं?
07. महिला हेल्पलाइन नंबर कौन-सा है?
08. थोरो की किस पुस्तक से महात्मा गांधी बहुत प्रभावित थे ?
09. जीवन के सकारात्मक पक्षों का क्रम क्या है ?
10. अनुप्रेक्षा का मूल तत्त्व क्या है?

ज्ञातव्य बिंदु

- ❖ प्रतियोगिता के प्रश्न सितम्बर 2022 के अंक पर आधारित।
- ❖ परिवार के एक सदस्य की प्रविष्टि ही मान्य होगी।
- ❖ प्रतिभागी उत्तर के साथ पता और मोबाइल नं. अवश्य उल्लेख करें।
- ❖ उत्तर संक्षेप में दें। पत्रिका में उल्लेखित शब्द ही मान्य होंगे।
- ❖ काट–छांट व शब्दों में त्रुटि होने पर अंक काट लिये जायेंगे।
- ❖ सर्वाधिक सही उत्तर लिखकर भेजने वाला पाठक विजेता होगा।
- ❖ एकाधिक विजेता होने की स्थिति में लॉटरी द्वारा निर्धारण होगा।
- ❖ विजेता का नाम मय फोटो पत्रिका में प्रकाशित किया जायेगा।
- ❖ सही उत्तरदाताओं के नाम का पत्रिका में उल्लेख होगा ।

उत्तर इस पते पर भेजें
अणुव्रत विश्व भारती
अणुव्रत भवन,
210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली–110002
मो : 91166 34512
anuvrat.patrika@anuvibha.org

आकर्षक पुरस्कार

विजेता
- नकद रु. 2100/-
- अणुव्रत पत्रिका की त्रैवार्षिक सदस्यता

प्रोत्साहन - दो
- नकद रु. 1100/-
- अणुव्रत पत्रिका की एक वर्षीय सदस्यता

उत्तर प्राप्ति की अंतिम तिथि
15 जनवरी 2023

दिसम्बर 2022 अंक में प्रकाशित प्रतियोगिता के परिणाम

(अगस्त 2022 अंक पर आधारित)

एकाधिक विजेता होने के कारण निर्णय लॉटरी द्वारा किया गया, जो इस प्रकार है -

विजेता

आकांक्षा
गाजियाबाद

-:: प्रोत्साहन पुरस्कार ::-

धनपत गुजरानी
जयपुर

मीनाक्षी शर्मा
जोधपुर

अन्य सही उत्तरदाताओं के नाम :

राजेश भंसाली	ए.पी. माथुर
सरिता बोहरा	जिनेश चोपड़ा
सुरेश चोपड़ा	सुरेश
रामबिलास जैन	रेखा जारोली
सिद्धार्थ नाहर	अंकुर जैन
कमलेश जैन	सुमन जैन
प्रणत नाहर	पलाश माथुर
रिया माथुर	सुशीला गोलछा
हेमलता	

अणुव्रत Q10 प्रतियोगिता

प्रश्नों के सही उत्तर

उत्तर 01	संतो के लिए	पृ. 06
उत्तर 02	कोटिल्य	पृ. 11
उत्तर 03	स्वतंत्रता	पृ. 15
उत्तर 04	महात्मा गांधी	पृ. 18
उत्तर 05	जीओ और जीने दो	पृ. 21
उत्तर 06	कमल जीत सिंह 'अतीत दलित'	पृ. 31
उत्तर 07	रामचरितमानस	पृ. 16
उत्तर 08	प्राचार्य पद से	पृ. 28
उत्तर 09	अनर्थ दंड विरीत	पृ. 08
उत्तर 10	आचार्य तुलसी	पृ. 05

नहीं रहे डॉ. बी.एन.पाण्डेय

स्वतंत्रता सेनानी, अणुव्रत सेवी, अणुव्रत गौरव डॉ. बी. एन. पाण्डेय का 1 दिसंबर 2022 को निधन हो गया। डॉ. पाण्डेय अणुव्रत आंदोलन के मजबूत स्तम्भ थे। उनके जीवन में अणुव्रत के आदर्श प्रतिबिंबित होते थे। अणुव्रत के समर्पित सिपाही के रूप में उन्होंने निरंतर इस आंदोलन को समृद्ध किया। डॉ. पाण्डेय की कमी अणुव्रत परिवार सदैव अनुभव करेगा।

उनके देहावसान पर अपना संदेश प्रदान करते हुए अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा है–

''जन्म लेने वाला प्राणी एक दिन अवसान को प्राप्त होता ही है, यह दुनिया की नियति है। कोई भी प्राणी इसका अपवाद नहीं है। श्री बी. एन. पाण्डेय अणुव्रत आंदोलन से जुड़े हुए थे। उन्हें 'अणुव्रत गौरव ' का गरिमामय सम्मान भी दिया गया। इस समय उनके सभी पारिवारिक व संबंधीजन धैर्य रखें तथा पवित्र मंत्रों के जप आदि के द्वारा आध्यात्मिक माहौल निर्मित करने का प्रयत्न करें।''

प्रस्तुत है डॉ. बी. एन. पाण्डेय के प्रति डॉ. महेंद्र कर्णावट एवं श्री विजयराज सुराणा के उद्‌गार जिन्होंने लम्बे समय तक पाण्डेय जी के साथ अणुव्रत के क्षेत्र में काम किया था।

क्रांतिकारी व्यक्तित्व डॉ. बी.एन.पांडेय

डॉ. महेन्द्र कर्णावट

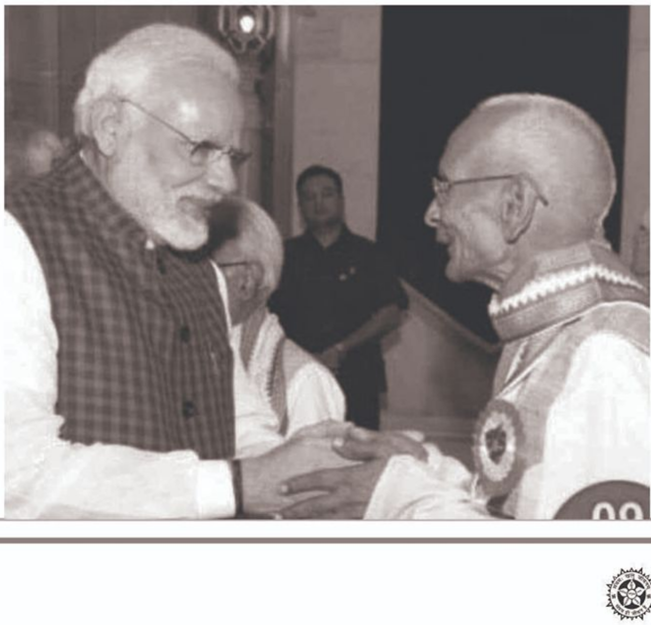
खादी की धोती, कुर्ता एवं टोपी में लिपटा विलक्षण व्यक्तित्व डॉ. बशिष्ठ नारायण पाण्डेय, जिन्हें परिचित डॉ. बी. एन. पाण्डेय के नाम से जानते थे। दुबला-पतला शरीर, पक्का रंग, 99 वर्ष की अवस्था में भी वही युवा जोश रहा। बी. एन. पाण्डेय का जन्म श्री रामलक्षण पाण्डेय-श्रीमती शिवज्योति देवी के घर-आँगन में 22 फरवरी 1924 को गोल्डीचम्पा (पौड़ी गढ़वाल) में हुआ। पाण्डेय दम्पती का पैतृक स्थान कमतौल (दरभंगा-बिहार) था। पिताश्री प्रारंभ में महात्मा गांधी के विचारों से प्रभावित रहे। बाद में गरम दल में जा मिले और क्रांतिकारी गतिविधियों में सहयोगी बने। सन् 1932 में पुलिस से मुठभेड़ में रामलक्षण पाण्डेय को छः गोलियां लगीं और वे शहीद हो गये। आठ वर्ष की अल्पवय में बी. एन. पाण्डेय के सिर से पिता का साया उठ गया। पाण्डेयजी ने दरभंगा में रहकर उच्च प्राथमिक स्तर की शिक्षा प्राप्त की।

पाण्डेयजी के पिताश्री से मिलने डॉ. राजेन्द्र प्रसाद, गणेश शंकर विद्यार्थी, अनुग्रह नारायण सिंह, डॉ. श्रीकृष्ण सिंह इत्यादि राष्ट्र प्रचेता आते रहते थे। पाण्डेयजी को छः-सात वर्ष की छोटी अवस्था में गांधीजी के दो बार दर्शन करने और आश्रम में रहने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। पाण्डेयजी जब नौवीं कक्षा में अध्ययनरत थे, तभी नेताजी सुभाषचन्द्र बोस के आह्वान 'तुम मुझे खून दो, मैं तुम्हें आजादी दूँगा' को सुन स्कूल से ही ट्रेन में बैठ गुवाहाटी पहुँचे और सेना के ट्रक में लगभग एक हजार किलोमीटर की दूरी तय कर मोलमीन, मांडले-बर्मा पहुँच स्वयं को आजाद हिन्द फौज को समर्पित कर दिया।

मांडले में मिकटिला स्थान पर आजाद हिन्द फौज को संबोधित करने के लिए नेताजी का कार्यक्रम निर्धारित हुआ। सैनिक बी. एन. पाण्डेय को सभा के मुख्य द्वार पर तैनात कर निर्देश दिया गया कि दस बजे तक जो भी आये, उन्हें अंदर आने दें। संयोग की बात रही कि नेताजी दस बजे बाद पहुँचे। पाण्डेयजी ने नेताजी से कहा- "दस बजे बाद अंदर जाने की इजाजत नहीं है।" नेताजी ने उन्हें कुछ नहीं कहा और सभास्थल पर तैनात सेना प्रमुख को संदेश भेजा- "मैं देरी से आया हूँ, अतः मुझे द्वार पर रोक दिया गया है। तुम आकर मुझे अंदर ले चलो।" सेना प्रमुख तत्काल द्वार पर पहुँचे और बी. एन. पाण्डेय से बोले- "क्या तुम अपने सेनापति नेताजी सुभाष बोस को नहीं जानते?" यह सुनते ही सैनिक पाण्डेय घबरा उठे और सोचा कि अब क्या होगा? नेताजी ने अपने संबोधन के उपरांत कहा- "आज मैं बहुत प्रसन्न हूँ। मुख्य द्वार पर जिस सैनिक ने मुझे देरी से आने पर रोका है, वह अंदर आये।" पाण्डेयजी सहमते-डरते हुए नेताजी के समक्ष जाकर खड़े हुए। नेताजी ने उन्हें शाबाशी देते हुए कहा- "जिस देश में ऐसे पुत्र हों वह अब पराधीन नहीं रह सकता।" नेताजी ने अपने हाथों से पाण्डेयजी की वर्दी पर मेडल लगाकर उनकी कर्त्तव्यनिष्ठा-अनुशासनप्रियता को गौरवान्वित किया।

नेताजी का स्नेहिल आशीर्वाद प्राप्त कर बी. एन. पाण्डेय के कदम मांडले से आगे बढ़े। अपनी सैन्य टुकड़ी के साथ पैदल मार्च करते हुए वे कालेमयो, कलेवा और फिर तामु (इम्फाल के नजदीक) पहुँचे। तामु चौकी पर अंग्रेजी सेना से संघर्ष करते हुए पाँव में गोली लगने से पाण्डेयजी घायल हो गये। सहयोगी सैनिकों ने गोली निकाली, पर वे जख्मी अवस्था में भी चौकी पर डटे रहे।

आजाद हिन्द फौज ने 11 अगस्त 1945 को आत्मसमर्पण कर दिया और नेताजी सुभाषचन्द्र बोस हवाई दुर्घटना में काल कवलित हो गये। युवा सैनिक बी. एन. पाण्डेय और उनके चार साथी बर्मा के घने जंगलों में भटक गये। पेट की भूख मिटाने के लिए जंगली पक्षियों-अजगर को भून कर खाया तो गीली रेत से एक-एक बूँद पानी निकाल कर गले को राहत दी। सात दिनों तक भटकने के बाद एक हवाई जहाज ने इन सैनिकों को देखा और इन्हें उठाकर जेल में डाल दिया गया। लगभग आठ माह बाद पाण्डेयजी भारत लौटे और घर आकर प्राइवेट छात्र के रूप में पुनः अपनी शिक्षा प्रारंभ करने के साथ ही घर को संभालना शुरू किया। बी.ए., एम.ए. की परीक्षाएँ उत्तीर्ण कर सन् 1964 में पीएच. डी. की उपाधि प्राप्त की।



स्वतंत्रता प्राप्ति के उपरांत विद्यार्जन करते हुए पाण्डेयजी के मन में शांति-अशांति, हिंसा-अहिंसा से जुड़े विचारों का आंदोलन चलता रहा और इस मानसिक शीतयुद्ध के मध्य पाण्डेयजी निखरे एक शांति सैनिक और सत्याग्रही के रूप में राष्ट्र सेवा के संकल्प के साथ। व्यक्ति बदल सकता है इसके साक्षात उदाहरण रहे डॉ. बी. एन. पाण्डेय। 1966 में पाण्डेयजी का दिल्ली आना-जाना प्रारंभ हुआ और किंग्सवे कैम्प स्थित खादी आश्रम इनकी कार्यस्थली बना। खादी आश्रम से उन्होंने वर्षों तक हरिजन सेवक संघ के साथ हरिजन सेवा का कार्य किया।

चम्बल घाटी के शांति दूत

सन् 1972 में लोकनायक जयप्रकाश नारायण के मन में चम्बल घाटी के दस्युओं को पुनः समाज की धारा में लाने का विचार उठा। उन्होंने डॉ. एस. एन. सुब्बाराव और डॉ. बी. एन. पाण्डेय को चम्बल घाटी में शांति वार्ता करने का दायित्व दिया। प्रारंभ में अपराधियों को विश्वास नहीं हुआ, पर धीरे-धीरे वातावरण बना, अपराधी नजदीक आये, वार्ता के दौर प्रारंभ हुए। दोनों ओर की शर्तों के आधार पर साझा कार्यक्रम बना। पाण्डेयजी दस्यु मोहरसिंह और माधोसिंह को ट्रेन से पटना लेकर आये। वहां जे.पी. से वार्ता के बाद दस्युओं ने सहयोगी अपराधियों के साथ आत्मसमर्पण के साथ ही अहिंसक मार्ग स्वीकार कर नया जीवन प्रारंभ करने का निर्णय किया।

अणुव्रत सेवी

डॉ. बी. एन. पाण्डेय सन् 1969 में आचार्य विनोबा भावे के निजी सचिव कृष्णराज

मेहता तथा अणुव्रत की नींव के पत्थर मोहनलाल कठौतिया की प्रेरणा से अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य तुलसी के सम्पर्क में आये और अणुव्रतों को समझा। अणुव्रत के कर्मठ लोकसेवी सीताशरण शर्माजी के आग्रह पर पांडेयजी सन् 1997 में अणुव्रत के सक्रिय कार्यकर्ता बने और अणुव्रतों के प्रचार-प्रसार में संलग्न हो गये।

अणुव्रत आंदोलन को समर्पित स्वतंत्रता सेनानी, सर्वोदयी प्रचेता डॉ. बी. एन. पाण्डेय का पूरा जीवन 'सादा जीवन उच्च विचार' और 'निज पर शासन फिर अनुशासन' का जीवंत प्रतीक रहा। जिस समर्पित भाव से उन्होंने अणुव्रत की सेवाएँ कीं, वे अणुव्रत इतिहास के स्वर्णिम पृष्ठ हैं। आगामी 22 फरवरी 2023 को हम पाण्डेयजी का 100वां जन्मदिवस मनाएं, उसके पूर्व ही नियति का क्रूर प्रहार हुआ और क्रांतिकारी व्यक्तित्व डॉ. बी.एन.पांडेय इतिहास में विलीन हो छोड़ गये यादें। अणुव्रत परिवार का भावभरा प्रणाम!

भूदान में भूमिका, गायों की सेवा

विजयराज सुराणा

डॉ. बी. एन. पाण्डेय अपनी युवावस्था में आचार्य विनोबा भावे के भूदान आंदोलन से भी जुड़े रहे। अन्य रचनात्मक कार्यों व आंदोलनों से भी जुड़े रहने की वजह से उन्होंने शादी भी काफी बड़ी उम्र में की। भूदान आंदोलन के बाद आप गोहत्या रोकने हेतु आंदोलन से जुड़े और सक्रिय भागीदारी निभायी। गोसेवा के कार्यों एवं नयी गोशालाओं की स्थापना व पुरानी की देखभाल व दिशा-निर्देशन हेतु पाण्डेयजी ने कई क्षेत्रों की यात्राएं कीं।

पाण्डेयजी को भारत छोड़ो आंदोलन दिवस 8 अगस्त को राष्ट्रपति भवन में होने वाले विशेष समारोह में निमंत्रित किया जाता। इस वजह से राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री व अनेक नेताओं से उनकी व्यक्तिगत पहचान बन गयी। मौजूदा राष्ट्रपति और प्रधानमंत्री से भी उनका विशेष सम्पर्क था। आजादी के अमृत महोत्सव के तहत आयोजित कार्यक्रमों की शृंखला में 31 जनवरी 2022 को दिल्ली में आयोजित कार्यक्रम में भारत सरकार ने डॉ. बी. एन. पाण्डेय के सम्मान में 5 रुपये का एक विशेष डाक टिकट जारी किया था, जो विशेष गौरव का विषय है।

ऐसे महानायक को सादर नमन!

लघुकथा

फिक्र

■ एस. भाग्यम शर्मा ■

दादाजी को बिस्तर पर पड़े करीब एक महीना हो गया। उनकी उम्र और बीमारी दोनों ने मिलकर उन्हें बहुत ही अशक्त बना दिया था। उस दिन पता नहीं सुबह उठते ही उन्हें बहुत तेज खांसी होने लगी। पूरा शरीर खांसी की वजह से कांपने लगा था। वे निढाल हो गये। उनकी देखभाल के लिए रखी गयी नर्स ने उन्हें पानी पिलाया तो वह भी मुँह से बाहर निकल गया, थोड़ा ही पानी अंदर गया। उन्होंने मुश्किल से अपनी आँखें खोलीं और इधर-उधर देखा। सिर को थोड़ा घुमाकर घर के अंदर झांककर देखने की कोशिश की। उनका चेहरा थोड़ा सिकुड़ा। धीरे से बोले, "मेरी पत्नी कहां है?"

"यहीं आपके पास खड़ी हूँ।" कहकर पत्नी सिसकने लगी।

"मेरी इकलौती प्यारी बिटिया?"

"पापा ! मैं आपके सिरहाने में ही खड़ी हूँ।"

"मेरा लाडला बेटा कहां है?"

"पापा !"

बेटे ने उनके हाथों को पकड़कर उन्हें सांत्वना दी।

"तुम सब लोग पास में ही हो...?"

"हां पापा ! हम सब आपके पास इसी कमरे में ही हैं। आपको कुछ नहीं होगा। आप किसी बात की चिंता मत करिए।"

बुजुर्ग अपने गले को खखार कर बोले, "...तो फिर रसोई की लाइट किसलिए जला रखी है?"

अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

Services offered

Domestic Courier Cargo
Full Truck Movement
PTL
Intentional

AGC International

Celebrating 33 YEARS 1989-2022

AGC

Akash Ganga®

Integrity at work

ISO 9001:2008 Certified Company

AKASH GANGA COURIER LIMITED

Corporate office : 807, Block-k2, Behind Maruti Showroom, Near Maruti Workshop, Vasant Kunj Road, Mahipalpur, New Delhi-110037 E-mail : delhi@akashganga.info

Regional Office : Ahemdabad • Banglore • Chennai • Jaipur • Kolkata • Mumbai • Patna • Siliguiri • Surat

अणुव्रत संदेश को
जन-जन तक
पहुँचाने का
एक सुन्दर माध्यम

अणुव्रत
टेबल कैलेण्डर

मूल्य ₹ 100 मात्र

100 या इससे अधिक प्रतियाँ मँगाने पर अणुव्रत समिति का
अथवा व्यक्तिगत नाम अणुव्रत कैलेण्डर पर प्रिंट किया जा सकेगा।

अग्रिम बुकिंग के लिए आज ही सम्पर्क करें :-

संयोजक - **श्री छत्तरसिंह चोरड़िया**

+91 7002468576

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

ANUVRAT
RNI No. 7013/57
January, 2023

Delhi Postal Regd. No. DL(C)-01/1261/2021-23
Licence No. U(C)-215/2021-23
Licenced to post without pre-payment
Date of Publication 25/12/2022
Posted at Delhi PSO Delhi-6 on 28-29 of the Previous Month

अणुव्रत संकल्प श्रृंखला

मैं विश्व का एक जवाबदेह नागरिक हूं।

मैं दृढ़ संकल्पशक्ति के साथ निम्नांकित अणुव्रत स्वीकार करता हूं।

अणुव्रत आचार संहिता

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

मैं आक्रमण नहीं करूंगा।
- आक्रामक नीति का समर्थन नहीं करूंगा।
- विश्व-शान्ति तथा नि:शस्त्रीकरण के लिए प्रयास करूंगा।

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

मैं मानवीय एकता में विश्वास करूंगा।
- जाति, रंग आदि के आधार पर किसी को ऊंच-नीच नहीं मानूंगा।
- अस्पृश्य नहीं मानूंगा।

मैं धार्मिक सहिष्णुता रखूंगा।
- साम्प्रदायिक उत्तेजना नहीं फैलाऊंगा।

मैं व्यवसाय और व्यवहार में प्रामाणिक रहूंगा।
- अपने लाभ के लिए दूसरों को हानि नहीं पहुंचाऊंगा।
- छलनापूर्ण व्यवहार नहीं करूंगा।

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

मैं चुनाव के संदर्भ में अनैतिक आचरण नहीं करूंगा।

मैं सामाजिक रूढ़ियों को प्रश्रय नहीं दूंगा।

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

मैं पर्यावरण की समस्या के प्रति जागरूक रहूंगा।
- हरे-भरे वृक्ष नहीं काटूंगा।
- पानी, बिजली आदि का अपव्यय नहीं करूंगा।

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती

www.anuvibha.org/pledge

प्रकाशक एवं मुद्रक **संचय जैन** द्वारा स्वत्वाधिकारी **अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी** की ओर से श्री साई शिवानी प्रिंटर्स, बी-198, ओखला इंडस्ट्रियल एरिया, फेज-1, नई दिल्ली-110020 के लिए एड किंग डी-55/बी, हर्ष नगर, हरि नगर, ओखला फेस-1, नई दिल्ली-110020 से मुद्रित तथा 210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग, नई दिल्ली-110002 से प्रकाशित। संपादक - **संचय जैन**