



अगस्त 2022 ■ वर्ष : 67 ■ अंक : 11 ■ पृष्ठ : 60 ■ मूल्य : ₹ 50

अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अपुत्रत



असली आजादी अपनाओ

आचार्य तुलसी

असली आजादी अपनाओ,
मिली तुम्हें जो यह आजादी,
आगे कदम बढ़ाओ ॥

बंधन जो हैं परवशता के,
समझो अंतर-ज्योति जगा के,
तोड़ो अमित आत्मबल पा के,
ज्यों स्वतंत्र बन जाओ ॥

है गुलाम दुनिया स्वारथ की,
पराधीनता मन-मन्मथ की,
पग-पग ममता मोह बिछा है,
क्यों न नजर में लाओ ॥

रिश्वतखोरी जुआ-चोरी,
धधक रही हिंसा की होरी,
धर्म नाम पर बन नृशंस क्यों
जरा न दिल शरमाओ ॥

अपने पर अपना सुनियंत्रण,
सच्चे सुख को है आमंत्रण,
सही रूप में यह स्वतंत्रता,
जन-जन को समझाओ ॥

यह पंद्रह अगस्त का अवसर,
हो भारत का ओजस्वी स्वर,
“तुलसी” सब आध्यात्मिकता के
अभिनव दीप जलाओ ॥



सादर आमंत्रण

73^{वाँ}
अणुव्रत अधिवेशन

सान्निध्य
अणुव्रत अनुशास्ता
आचार्य श्री महाश्रमण

29, 30 व 31 अक्टूबर, 2022

छापर-राजस्थान



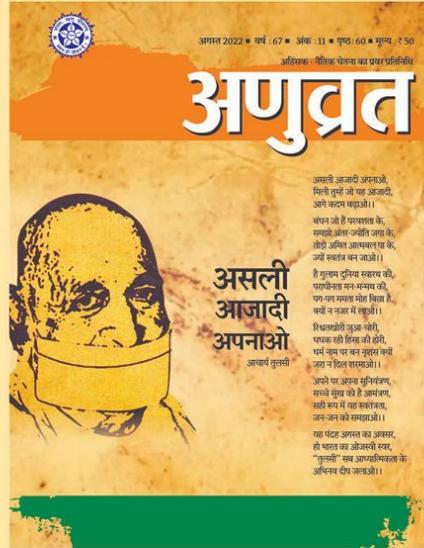
आयोजक

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

संपर्क सूत्र :

भीखम सुराणा, महामंत्री 9810155861

प्रताप द्वौड़, संयोजक 9830091182



वर्ष 67 • अंक 11 • कुल पृष्ठ 60 • अगस्त, 2022

सम्पादक
संचय जैन
सह-सम्पादक
मोहन मंगलम

पत्रिका प्रसार व विज्ञापन
संयोजक
शांतिलाल पटावरी

टाइपसेटिंग व लेआउट क्रिएटिव्स चित्रांकन
मनीष सोनी आशुतोष राय मनोज त्रिवेदी

:: सदस्यता शुल्क विवरण ::

एक अंक	- ₹ 50	₹ 350
एकवर्षीय	- ₹ 600	का अतिरिक्त वार्षिक भुगतान कर
त्रैवर्षीय	- ₹ 1500	आप अपनी प्रति कोरियर से
पंचवर्षीय	- ₹ 2500	मंगवा सकते हैं।
दसवर्षीय	- ₹ 5000	अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
योगक्षमी (15 yrs.)	- ₹ 11000	केनरा बैंक

:: ऑनलाइन सदस्यता हेतु ::

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



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

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

दूरभाष : 011-23233345, मोबाइल : 9116634512

अनुक्रमणिका

प्रेरणा पाठ्ये

- असली आजादी का आहवान
आचार्य तुलसी 06

- राष्ट्र की अपेक्षा
आचार्य महाप्रज्ञ 10

आलेख

- स्वतंत्रता के बदलते मूल्य
साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा 13

- उल्लास की घड़ी में...
डॉ. सी जय शंकर बाबू 16

- सामाजिक सरोकार और ...
सलिल सरोज 18

- जिएं सब और जिएं हम
नरेन्द्र सिंह नीहार 21

- चेतना, स्मृति व स्वास्थ्य
विजयराज सुराणा 22

- Acharya Tulsi's Anuvrat...
R.P. Bhatnagar 32

कहानी

- पाँच रुपये
हरदान हर्ष 28

कविता

- कुछ तो अपनी भूल
राम नारायण हलधर 12

- बहना! मंहगी राखी...
देवदत्त शर्मा 20

- उड़ान जुटा लेते हैं
स्वाति शर्मा 23

- संपादकीय 05

- अतीत के झरोखे से 24

- परिचर्चा 38

- कदमों के निशां 41

- छापर में किड्जोन का शुभारंभ 42

- सरदारशहर में अनुव्रत शिक्षक सम्मेलन 44

- अनुव्रत संपोषक 45

- अणु. समिति भीलवाड़ा - बालोदय एजुटूर 46

- विशेषांक विमर्श 47

- अनुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट 2022 50

- अनुव्रत समाचार 52

- आजादी का अमृत महोत्सव 56

- अनुव्रत की बात 58

- अनुव्रत सिद्धांत, स्वास्थ्य, जीवन—मूल्य एवं अभिप्रेरणा विषयक सामग्री का उपयोग किया जा सकेगा।
- anuvrat.patrika@anuvibha.org पर ही सामग्री प्रेषित करें।
- इमेल द्वारा संप्रेति 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 विंतन है। प्रकाशक एवं सम्पादक इसके लिए जवाबदेह नहीं हैं।
- इस प्रकाशन से सम्बन्धित किसी भी विवाद का न्याय क्षेत्र दिल्ली रहेगा।



अणुव्रत और स्वाधीनता

स्वतंत्रता और नियंत्रण
दो विलोम शब्द,
अलग सोच,
अलग अर्थ!

स्वतंत्रता
सबको पसंद
नियंत्रण भला
किसे पसंद?

पर मित्र!
नियंत्रण बिना
स्वतंत्रता
क्या संभव है?
स्वतंत्रता
नियंत्रण मांगती है
बाहर का नहीं
भीतर का!

बाहर का नियंत्रण
परतंत्रता,
भीतर का नियंत्रण
स्वतंत्रता।
दूसरों का नियंत्रण
परतंत्रता,
स्वयं का नियंत्रण
स्वतंत्रता।

याद रखना मित्र!
नियंत्रण से दूरी
स्वतंत्रता अधूरी,
आजादी की धुरी
संयम जरूरी।

स्व

तंत्र भारत का प्रत्येक नागरिक आजादी के अमृत महोत्सव पर आत्मिक गौरव की अनुभूति कर रहा है। भारत की आजादी केवल एक देश की आजादी नहीं थी वरन् पूरी दुनिया को संदेश था। महात्मा गांधी और आजादी के तमाम सेनानियों ने दुनिया को दिखाया था कि युद्ध की विभीषिका के बिना भी ऐसी ताकतवर हुकूमत को झुकाया जा सकता है जिसके राज में कभी सूरज नहीं ढूबता था। भारत की आजादी विश्व इतिहास का एक स्वर्णिम अध्याय है जिसने दुनिया की राजनैतिक दिशा को बदल कर रख दिया।

आजादी के 75 वर्ष एक अवसर हैं स्वतंत्रता के उन सेनानियों के स्मरण का जिनके त्याग और बलिदान की बदौलत आज हम गुलामी के अभिशाप से मुक्त हैं। यह अवसर हैं उनके जज्बातों को याद करने और समझने का जो उनके संघर्ष की प्रेरणा थे। यह अवसर है कल्पना करने का कि आज के भारत को देख कर वे महान सेनानी सुकून का अनुभव करेंगे या दुःखी होंगे! स्वतंत्रता के लक्ष्यों को हासिल करने में हम कितने सफल हुए और कितने विफल, कसौटी पर कसने का भी अवसर है आजादी का अमृत महोत्सव।

यह अवसर स्वाधीनता के गहरे अर्थ को समझने का भी है। इस शब्द में अधीनता का भाव भी छुपा है। किंतु अधीनता किसी और की नहीं वरन् स्वयं की। शासन किसी गैर का नहीं बल्कि निज का। स्वाधीनता के अंतः भाव के बिना परतंत्रता से बचा नहीं जा सकता। यदि हमारा खुद पर नियंत्रण नहीं है तो किसी दूसरे का नियंत्रण अवश्यं भावी है। नियंत्रण हमारी सोच पर, हमारे व्यवहार पर, हमारे फैसलों पर, हमारे शरीर पर। यह स्व-अधीनता जब व्यक्ति से प्रारम्भ हो कर परिवार, समाज और देश तक व्यापक होती है, तब देश की स्वतंत्रता अपना सही अर्थ पा सकती है। यह कहा जा सकता है कि जब हर नागरिक का स्वयं का स्वयं पर नियंत्रण सध जाएगा, तभी हमारा देश स्वाधीन कहलाने का हकदार होगा। सही माने में, वही हमारी असली आजादी होगी।

इसी असली आजादी का सपना आचार्य तुलसी ने 75 वर्ष पूर्व देखा था जिसकी परिणति थी अणुव्रत आन्दोलन का प्रवर्तन। उन्होंने 15 अगस्त 1947 को अवाम से असली आजादी अपनाने का आह्वान किया था, जिसे इस अंक में सुधी पाठकों के लिए प्रकाशित किया गया है। अणुव्रत का यह दर्शन 'निज पर शासन - फिर अनुशासन' की बात करता है। स्व-अनुशासन की बात करता है। संयम आधारित जीवनशैली की बात करता है। इसका उद्घोष है - 'संयमः खलु जीवनम्' अर्थात् संयम ही जीवन है। अणुव्रत दर्शन स्व-अनुशासन की मात्र बात नहीं करता वरन् इसे जीवन में अपनाने का राजमार्ग भी प्रस्तुत करता है। छोटे-छोटे ब्रतों के माध्यम से अणुव्रत आचार सहित और अणुव्रत साधना के रूप में यह एक व्यावहारिक समाधान प्रस्तुत करता है। यही कारण था कि आजादी के बाद तमाम राष्ट्र नेताओं ने अणुव्रत के विचार को अपना खुला समर्थन दिया था।

आजादी के अमृत महोत्सव के अवसर पर आइए हम पुनर्स्कल्पित हों कि अपने कल्याण के लिए, हमारे देश और मानवता के कल्याण के लिए जीवन में असली आजादी को अपनाएं।

हार्दिक शुभकामनाएं।

सं. जै.

sanchay_avb@yahoo.com



अणुव्रत | अगस्त 2022 | 05

■ 15 अगस्त 1947 को अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य तुलसी द्वारा प्रदत्त संदेश ■

असली आज़ादी का आह्वान

आज के आनन्दोत्सव में जनता अपने मुख्य लक्ष्य को नहीं भूल जाये जिससे कि भारत आज़ाद हुआ है। आज़ाद होने के नाते भारत और उसके निवासियों पर बड़ी-बड़ी जिम्मेदारियां हैं। अब संघर्ष या बातों का समय नहीं, वरन् आत्म-निर्माण का समय है, जिसकी परीक्षा में भारत को उत्तीर्ण होना है और समस्त संसार को अपनी संस्कृति व सच्चाई का परिचय देना है।

आ ज चतुर्दशी है। जैन जगत में चतुर्दशी का विशेष महत्व है। आज के दिन प्रायः लोग अपने आत्मोत्थान के लिए धर्म, क्रिया, अनशन-उपवास आदि करते हैं। कई चीजों का त्याग रखते हैं, इच्छा को संकुचित और सीमित बनाते हैं। रात्रि भोजन का निषेध निभाते हैं। गरज कि आज का दिन त्याग-प्रधान दिन है। संयम और सादगी का प्रेरक है। यहां यह प्रश्न उठ सकता है कि धर्म के लिए आज ही का ठेका क्यों? चतुर्दशी और त्रयोदशी में क्या अन्तर है? एकादशी और नवमी में क्या भेद है? साधक के लिए साधना की दृष्टि से तो कोई भेद नहीं, कोई अन्तर नहीं। लेकिन प्रायः लोग सब दिन एक साधना नहीं निभा सकते। इसलिए जैन आगमों में विशेष तिथियां निर्धारित हैं और जिनका ऐतिहासिक-धार्मिक महत्व है। इसमें चतुर्दशी का विशेष स्थान है।

संयोगवश आज का दिन स्वतंत्र भारत का पहला दिन है। कल तक तो हिन्दुस्तान परतंत्र था, आज स्वतंत्र है। इसलिए राजनैतिक दृष्टि से भी चतुर्दशी का महत्व बढ़ गया है। धर्म का तो आज विशेष दिन है ही, लेकिन स्वतंत्र भारत का भी आज ऐतिहासिक दिन है। इसलिए चतुर्दशी का पर्व विशेष महत्वपूर्ण है।

भारत की स्वतंत्रता का पहला दिन होने के नाते आज देश के

कोने-कोने में खुशियां मनायी जा रही हैं, घर-घर में दिवाली और आनन्दोत्सव की तैयारियां की जा रही हैं। लेकिन सन्तों के लिए तो सब दिन समान हैं। कहा है- "सदा दिवाली सन्त के आठों पहर आनन्द।"

अस्तु, साधना उनका उत्सव और त्याग उनकी दिवाली है। सन्तों का जीवन आत्म-स्वतंत्रता का जीवन है। वे पहले भी स्वतंत्र थे और आज भी स्वतंत्र हैं। उनका तो वही कार्यक्रम और वही साधना है और इसके द्वारा वे आज भी समस्त संसार में मुक्ति पाने के लिए संघर्षशील हैं।

यद्यपि मैं राष्ट्र के नागरिक की कोटि में नहीं हूँ और न किसी देश विशेष से मेरा मोह और न किसी देश से मेरा गैर सम्बन्ध है। तथापि मैं आज भारत में भ्रमण कर रहा हूँ, विहार कर रहा हूँ, इसलिए मेरा हृदय आज स्वतंत्रता की इस ऐतिहासिक वेला में भारत को एक सन्देश, एक सम्बाद देने के लिए प्रेरित कर रहा है।

मैं जानता हूँ, मेरे पास न रेडियो, न अखबार और न आज के प्रचार-योग्य वैज्ञानिक साधन हैं और न इन सबका मैं उपयोग ही कर सकता हूँ। लेकिन मेरी वाणी में आत्मबल है, आत्मा की तीव्र शक्ति है और मुझे अपने सन्देश के प्रति आत्मविश्वास है। फिर कोई कारण नहीं, मेरी यह आवाज जनता के कानों से नहीं टकराये।





स्वतंत्रता की रक्षा राष्ट्र-नेता और राष्ट्र की जनता दोनों के आन्तरिक सहयोग पर निर्भर है। दोनों हाथ मिलाकर ही धोये जाते हैं। जनता अपने कर्तव्यों को नेतागणों पर छोड़ दे या नेतागण जनता की उपेक्षा कर दें तो मूल लक्ष्य की पूर्ति नहीं हो सकती।

जैन शास्त्रों में उल्लेख है कि वक्ता की तीव्र आवाज एक बुलन्द शक्ति की तरह समस्त संसार को उद्घोषित कर सकती है।

मेरा आज का यह सन्देश महान भारत और उसके खण्ड पाकिस्तान के राष्ट्र-नेता और दोनों राष्ट्र की जनता को है और दोनों पर स्वतंत्रता का असाधारण उत्तरदायित्व है। स्वतंत्रता की रक्षा राष्ट्र-नेता और राष्ट्र की जनता दोनों के आन्तरिक सहयोग पर निर्भर है। दोनों हाथ मिलाकर ही धोये जाते हैं। जनता अपने कर्तव्यों को नेतागणों पर छोड़ दे या नेतागण जनता की उपेक्षा कर दें तो मूल लक्ष्य की पूर्ति नहीं हो सकती। अस्तु, दोनों को आध्यात्मिक वृत्तियां अपनाते हुए नव-निर्माण करना है।

कल तक तो अच्छे-बुरे की सब जिम्मेदारी एक विदेशी हुक्मत पर थी। यदि देश में कोई अमंगल घटना घटती या कोई अनुत्तरदायित्व पूर्ण बात होती तो उसका दोष; उसका कलंक विदेशी सरकार पर मढ़ दिया जाता या गुलामी का अभिशाप बताया जा सकता था। लेकिन आज तो स्वतंत्र राष्ट्र की जिम्मेदारी उन्हीं पर आयी है। जिम्मेदारी एक ऐसी चीज है, जो तौली नहीं जा सकती और न मापी जा सकती है। किन्तु जो इसको वहन करते हैं, उन्हें ही जिम्मेदारी का वजन मालूम होता है। स्वतंत्र राष्ट्र होने के नाते अब अच्छे-बुरे की सब जिम्मेदारी जनता और उससे भी

अधिक जन-सेवकों (नेताओं) पर है। अब किसी अनुत्तरदायित्व पूर्ण बात को लेकर दूसरों पर दोष नहीं मढ़ सकते। अब तो वह समय है जबकि आत्मस्वतंत्रता तथा विश्व शान्ति के प्रसार में राष्ट्र को अपनी आध्यात्मिक वृत्तियों का परिचय देना है और वह तभी सम्भव है कि राष्ट्र-नेता और राष्ट्र की जनता दोनों अपने उत्तरदायित्व का ख्याल रखें।

मैं यहां यह स्पष्ट कर दूँ कि मेरा यह सन्देश राजनैतिक, सामाजिक व भौतिक दृष्टि से नहीं, वरन् विशुद्ध आध्यात्मिक है। मेरा यह प्रबल विश्वास है कि आध्यात्मिक उन्नति ही भारत की और विश्व की उन्नति है। आध्यात्मिक जीवन इतना सुन्दर, इतना स्वच्छ और इतना निर्मल है कि उसमें विश्व की सभी चीजें शुद्ध रूप में समा जाती हैं। जिस प्रकार खिचड़ी के साथ उसकी भाप से ढक्कन पर रखे हुए ढोकले (एक खाद्य पदार्थ) भी सीझ जाते हैं, उसी तरह धर्म के साथ राजनैतिक, सामाजिक व नैतिक विकास भी स्वतः हो जाते हैं।

मैं जानता हूँ, आज कई लोग धर्म की बात सुनना पसन्द नहीं करेंगे। उन्हें धर्म से चिढ़ है। धर्म उनके लिए एक हौआ है। भारत परतंत्र था, तब कहते थे 'गुलामों का कोई धर्म नहीं।' लेकिन अब तो गुलामी का पर्दा भी हट गया है और स्वतंत्र भारत के निर्माण तथा आजाद राष्ट्र के नागरिकों के लिए धर्म उतना ही स्वतंत्र और आवश्यक बन गया है, जो स्वतंत्रता की पुष्टि के लिए भी अनिवार्य है और इसी पर भारत की स्वतंत्रता अधिक सुरक्षित है।

यह एक स्मरणीय घटना है कि भारत की आजादी, धर्म अर्थात् अहिंसा के अकिञ्चन प्रयोग से, बिना किसी युद्ध और शस्त्र-बल के मिली है। हिन्दुस्तान को अपनी स्वतंत्रता के लिए युद्ध द्वारा खून नहीं बहाना पड़ा, शस्त्र नहीं उठाने पड़े और न बम बरसाने पड़े। वरन् अहिंसा का एक मैत्रीपूर्ण वातावरण बनाना पड़ा। इससे प्रकाश मिलता है कि अहिंसा में कितनी नैतिक शक्ति है जिसके अकिञ्चन प्रयोग से आज भारत आजाद हुआ है, परतंत्रता की शृंखलाएं टूटी हैं और बड़ा साम्राज्य देखते-देखते हट रहा है। अहिंसा के सामने बड़े-बड़े शस्त्र और विनाशकारी प्रयोग भी समाप्त हो गये हैं। इसका सुन्दर उदाहरण भारत की स्वतंत्रता है। यद्यपि अहिंसा कोई नया शस्त्र नहीं है। यह तो प्राचीन से प्राचीन है और जिसका प्रयोग भारत के ऋषि-मुनि करते आये हैं।

जैन दर्शन में तो उसका सर्वप्रथम स्थान है। कहा है- "धर्मो मंगलमुकिदुं अहिंसा संज्ञमो तवो" एक दृष्टि से विश्व में अहिंसावाद का प्रचार करने में जैन धर्म का स्थान मुख्य है। अहिंसा की एक महत्वपूर्ण सूझा जैन धर्म ने दी है। तथापि आज की राजनीति में धर्म को मुख्य स्थान देने का श्रेय गांधीजी को है। अहिंसा द्वारा राजनीति को उत्तर बनाने में गांधीजी ने अपनी एक विलक्षण शक्ति का परिचय दिया है, जो संसार के इतिहास में एक नयी बात है। अहिंसा द्वारा एक शक्तिशाली साम्राज्य को हिला देना कोई साधारण बात नहीं है। सम्भवतः और उपाय भी नहीं था। अंग्रेजों के बड़े-बड़े शस्त्रों के समक्ष और उनकी बाकायदा



स्वतंत्रता मिली है, पर स्वतंत्रता को हजम करना है जिसके लिए स्वतंत्र राष्ट्र के नागरिक इन्द्रियों की दासता और विषयों की गुलामी से मुक्त होकर आत्म स्वतंत्रता के पुजारी बनें। और जब तक आत्मा के इन बन्धनों को नहीं तोड़ा जाएगा, तब तक वस्तुतः आजादी का लाभ नहीं मिल सकता। आजादी को अपनाना है तो आत्म स्वतंत्रता को अपनाइए और अपने दुर्गुणों को निकाल कर आत्म स्वातंत्र्य की लौ जलाइए।

व्यवस्थित सैन्यशक्ति के सामने अस्त्र-शस्त्र रहित नाताकत और अव्यवस्थित जनता का टिक जाना कुछ असम्भव ही था ! जिसके लिए गांधीजी ने समय और सूझ दोनों का उपयोग किया और परिणामस्वरूप भारत आज बिना किसी शस्त्र-क्रान्ति के आजाद हुआ है और संसार के इतिहास में अहिंसक क्रान्ति का एक नया अध्याय जुड़ा है।

परन्तु आज के आनन्दोत्सव में जनता अपने मुख्य लक्ष्य को नहीं भूल जाये जिससे कि भारत आजाद हुआ है। आजाद होने के नाते भारत और उसके निवासियों पर बड़ी-बड़ी जिम्मेदारियां हैं। अब संघर्ष या बातों का समय नहीं, वरन् आत्म-निर्माण का समय है, जिसकी परीक्षा में भारत को उत्तीर्ण होना है और समस्त संसार को अपनी संस्कृति व सच्चाई का परिचय देना है।

सारा संसार आज असन्तोष की ज्वाला में सांय-सांय कर जल रहा है। अनेक व्यक्ति अपने भिन्न-भिन्न दुःखों से दुःखित, दरिद्र, प्रताड़ित, शोषित एवं अशान्त हैं। प्रायः शारीरिक और मानसिक दोनों तरह की अशान्ति है, जिससे कि परस्पर एक-दूसरे के विरोध को लेकर पिछले दिनों राष्ट्र में जो अमंगल घटना घटी है और जिससे कि भारत बदनाम हुआ है। रेल को उलट देना, बाजार जला देना, चलते-चलते छुरे भोंक देना, स्त्रियों और बच्चों पर नृशंस अत्याचार आदि। इसकी कहानी अत्यन्त रोमांचकारी है और आज भी वह शान्त नहीं है। उनकी तलवारें अब भी खून की प्यासी हैं और देश में हिंसा की ज्वाला रह-रह कर भभक रही है। जिसके नृशंस अत्याचार और निर्मम हत्याओं का वर्णन आज भी अखबारों में पढ़ने को मिलता है।

हाय! उन आताधियों की तलवारें अब भी मौजूद हैं और उनके शोषण की भूख आज भी न मिटी है। अतएव स्वतंत्र राष्ट्र की सरकार का प्रथम उत्तरदायित्व है कि वह आत्म शांति के लिए ऐसे नियमों की शोध करे जो परस्पर विरोध और अशान्ति को मिटाने में सहायक हों और स्वतंत्र नागरिक बनने में आदर्शी का पालन करे तथा वह विश्व शान्ति के निर्माण में अपनी योग्यता का परिचय दे। तभी स्वतंत्रता की रक्षा संभव है।

विश्व शान्ति और विश्व मैत्री के प्रचार के लिए वे नियम क्या हों, जो अपने उद्देश्य की पूर्ति कर सकें? यहां मैं कुछ ऐसे नियमों का दिग्दर्शन कराऊँगा, जो धार्मिक होते हुए भी साम्प्रदायिक कदापि नहीं हैं, जिनसे न सिर्फ आदर्श नागरिक बनने की प्रेरणा मिलती है, वरन् विश्व शान्ति और स्वराज्य के लिए भी जो स्वतः उपयोगी हैं। मेरा यह दृढ़ विश्वास है कि यदि इन नियमों का व्यापक रूप से सार्वजनिक प्रचार किया गया तो न सिर्फ भारत की स्वतंत्रता को बल मिलेगा वरन् विश्व के उत्थान में भी उत्तर सिद्ध होंगे। वे नियम हैं –

बारह व्रत : साधना के लिए पंच महाव्रत और आदर्श नागरिक के लिए बारह नियमों का उल्लेख है। इसकी व्याख्या काफी विस्तृत है, पर यहां संक्षेप में ही समझना काफी होगा।

⇒ स्थूल हिंसा नहीं करना अर्थात् चलते-फिरते प्राणियों का बिना मतलब वध कर देना, छुरा भोंक देना और शोषण तथा अन्याय मूलक शारीरिक, मानसिक व वाचिक हिंसा का त्याग।

⇒ स्थूल झूठ बोलने का त्याग अर्थात् छल, कपट और विश्वासघात आदि असत्य प्रवृत्तियों को छोड़ना।

⇒ स्थूल चोरी नहीं करना अर्थात् ब्लैकमार्केट आदि अनुचित प्रवृत्तियां करने का त्याग।

⇒ वेश्यागमन और परस्त्री सेवन का त्याग।

⇒ स्थूल परिग्रह अर्थात् धन की लालसा व अधिक संचय का त्याग। इसमें समाजवाद और साम्यवाद के आदर्शवाद का भी परिचय है।

⇒ दिशाव्रत - अर्थात् बिना जरूरत यात्रा का परिमाण।

⇒ भोगोपभोगव्रत - खाने-पीने, पहनने और शृंगार आदि का यथाशक्ति परिमाण।

⇒ अनर्थ दण्ड विरति - अर्थात् निरुद्देश्य अनर्थ पाप करने का त्याग। इस व्रत से संसार के अशान्त वातावरण को मिटाने में काफी सहायता मिलती है।



- ⇒ सामायिक व्रत - यह आगे का कदम है। कम से कम एक मुहूर्त के लिए आत्म शान्ति और सत्य की साधना करना।
- ⇒ देशावकाशिक व्रत- अर्थात् नियमों पर कुछ समय तक दृढ़ रहना।
- ⇒ पौष्टि व्रत - अर्थात् दिन व रात के लिए साधुत्व की मुक्ति साधना करना।
- ⇒ अतिथि संविभाग व्रत - संयमी आत्माओं को शुद्ध दान देना।

उपरोक्त बारह व्रत जैन दृष्टि से आदर्श श्रावक और सुयोग्य नागरिक बनने के लिए अत्यन्त उपयोगी हैं। इनके अनुकरण से न सिर्फ राष्ट्र के स्वतंत्र नागरिकों का जीवन ऊपर उठेगा, वरन् इससे विश्व शान्ति के निर्माण में भी शक्ति संगठित होगी। आज विश्व शान्ति को कायम रखने के लिए सुयोग्य चरित्रवान नागरिकों की अधिक आवश्यकता है, जिनका जीवन राष्ट्र की सुरक्षा, शान्ति और निर्माण के उपयुक्त हो। उसका उचित निर्देशन इन बारह व्रतों में है।

यहां मैं कुछ और दूसरे ऐसे नियमों का भी उल्लेख करूँगा जो इस अवसर पर भारत के कल्याण में अधिक उपयुक्त हैं -

(1) क्रोध, अभिमान, दम्भ और लालच का त्याग करना। विश्व की शांति में ये चार चीजें अक्षम्य अपराधों की तरह हैं, जिनका अहिंसात्मक निरोध आवश्यक है।

(2) घूसखोरी, जुआ, चोरी और चोर-बाजार को छोड़ना। इनके कारण आज संसार में एक मानसिक प्लेग की-सी बीमारी फैली हुई है। जन और मन का अधिक शोषण इन तीनों से होता है और ये स्वतंत्रता के कट्टर शत्रु हैं।

(3) धर्म सहिष्णुता : अर्थात् सभी धर्मों के प्रति उदार और समभाव रखना। धर्म को साम्प्रदायिक दृष्टि से न देखकर उसकी अच्छाइयों को देखना। "जो सत्य है वही मेरा है।" इस वृत्ति को अपनाना और धर्म को धर्म आंकना जिससे कि भारत में फैले हुए साम्प्रदायिक विष का दमन किया जा सके।

(4) कानून और विधान का निर्माण ऐसा नहीं हो जो जनता में घृणा, दुर्भावना और साम्प्रदायिकता का बुरा वातावरण बनाये और हर नागरिक को अपनी धर्म स्वतंत्रता का अधिकार न रह सके। मैं जनता हूँ, नये राष्ट्र के सच्चे नेता स्वयं इसके लिए जागृत होंगे। पर मेरा कर्तव्य तो आज इसके लिए प्रेरित कर रहा है।

(5) विश्व में विज्ञान की अब हद हो गयी है। ऐसे विनाशकारी प्रयोगों को तुरन्त बन्द किया जाये, जिनसे राष्ट्र के राष्ट्र कुछ क्षणों में नष्ट हो सकते हैं। पहले के युद्ध से तो सैनिक ही मरते थे, पर अब तो क्षण भर में एक पूरा देश शमशान तुल्य हो जाता है और जनता त्राहि-त्राहि करने लगती है। दानवता की हद हो गयी है। अस्तु, विज्ञान पर अनुशासन किया जाये और ऐसे विनाशकारी प्रयोगों को जो मानवता की रक्षा में बाधक हैं; कर्तई बन्द कर दिये जाएं, जिससे कि एक देश की दूसरे देश के प्रति फैली हुई अशांति मिट सके। अन्यथा ज्वाला कभी भी महायुद्ध का प्रचण्ड रूप धारण कर सकती है।



आज़ादी को अपनाना है तो आत्म स्वतंत्रता को अपनाइए और अपने दुर्गुणों को निकाल कर आत्म स्वतंत्र्य की लौ जलाइए। तभी स्वतंत्रता की सच्ची दिवाली मनायी जा सकती है।



(6) परस्पर विरोध को समाप्त कर सद्वावना और विश्व मैत्री का वातावरण तैयार किया जाये। अब तो भारत के टुकड़े होने थे, वह भी हो गये। फिर क्या हो रहा है? यह तिस पर भी आज जो धृणा और द्वेष का वातावरण है, उसको सद्वावना और मैत्री में परिणत किया जाये और दोनों राष्ट्रों में सद्वावना युक्त वातावरण बने।

(7) धर्म और अहिंसा की जागृति की जाये, मानवता का संगठन किया जाये और सबको धर्म की स्वतंत्रता दी जाये। अभी हाल के प्रसारण में पं. जवाहरलाल ने धर्म-स्वतंत्रता का विश्वास दिलाया है और मि. जिन्ना ने भी नागरिकों की धार्मिक स्वतंत्रता पर बाधक नहीं बनने का भाषण किया है। लेकिन केवल कथन ही काफी नहीं, उसके लिए उपयुक्त वातावरण बनाया जाये जिससे कि किसी को अपने धर्म के लिए संदेह, आशंका नहीं हो और यह स्वतंत्र राष्ट्र के लिए आवश्यक है।

यदि उपरोक्त सुझावों पर ध्यान दिया गया तो न सिर्फ स्वराज्य वरन् रामराज्य का वह आदर्श भी देख सकते हैं जो मानवता का सुदर्शक है। मेरी कामना है कि आज का दिन मानवता के उत्थान तथा विश्व मैत्री के प्रसार में आलोक सिद्ध हो। आज की यह स्वतंत्रता तो केवल नाममात्र की स्वतंत्रता है। स्वतंत्रता मिली है, पर स्वतंत्रता को हजम करना है जिसके लिए स्वतंत्र राष्ट्र के नागरिक इन्द्रियों की दासता और विषयों की गुलामी से मुक्त होकर आत्म स्वतंत्रता के पुजारी बनें। और जब तक आत्मा के इन बन्धनों को नहीं तोड़ा जाएगा, तब तक वस्तुतः आज़ादी का लाभ नहीं मिल सकता। आज़ादी को अपनाना है तो आत्म स्वतंत्रता को अपनाइए और अपने दुर्गुणों को निकाल कर आत्म स्वतंत्र्य की लौ जलाइए। तभी स्वतंत्रता की सच्ची दिवाली मनायी जा सकती है।

ऊपरी और बाह्य रोशनी से कुछ नहीं वरन् अन्तर में रोशनी जाग्रत कीजिए। अंधकार को मिटाइए और आत्मा में प्रकाश पैदा कीजिए। जब तक यह नहीं होगा, तब तक आज की स्वतंत्रता की यह नयी दिवाली पहले की दिवाली की तरह ही पुरानी पड़ जाएगी और यदि सच्चे हृदय से इसका अनुकरण किया जाए तो यह सदैव हमारी आत्मा में नयी और निर्मल बनी रहेगी और इसके साथ एक नये अध्याय का सूत्रपात होगा। क्या स्वतंत्र राष्ट्र की जनता अपने में प्रकाश जाग्रत करेगी? ■■■



राष्ट्र की अपेक्षा

विकास वह है जहां पदार्थ के विकास के साथ-साथ पदार्थ का प्रयोग करने वाली चेतना का भी विकास होता रहे। पदार्थ और चेतना - दोनों का संतुलित विकास, जिससे मानसिक शांति बनी रहे, आदमी अपराधी न बने, हत्यारा न बने और पदार्थ के प्रति इतना आसक्त न बने कि हजारों को भूखों मारकर अकेला ही सब कुछ डकार जाये।

भा रतीय राजनीति में महामात्य चाणक्य का स्थान बहुत महत्वपूर्ण रहा है। उन्होंने पूरे राज्य का संचालन किया, पर जीवन एक संन्यासी की तरह जीया। 'मुद्राराक्षस' ग्रन्थ में उनका जो वर्णन है, वह हृदयवेदी और मार्मिक है -

उपलशकमेतद् भेदकं गोमयानां
वटुभिरुपहतानां बर्हिषां स्तोम एष।
शरणमपि समिद्धिः शुष्यमाणाभिराभि-
रुपनतपटलानां दृश्यते जीर्णकुड्यम्।।

अर्थात् चाणक्य एक कुटिया में रहते थे। वहां कुछ उपले पढ़े थे। कुछ पथर पढ़े थे। कुछ खाने का सामान पढ़ा था। इतनी साधारण कुटिया, इतने सामान्य उपकरण, जिन्हें देखकर यह कल्पना नहीं की जा सकती थी कि इस कुटिया में रहने वाला किसी राज्य का सर्वेसर्वां है, संचालक है।

एक दिन एक विदेशी व्यक्ति चाणक्य की उस कुटिया में आया। उस समय कुटिया में दीया जल रहा था। विदेशी से बातचीत शुरू हुई। महामात्य उठे। उन्होंने उस दीये को बुझाकर नया दीया जला दिया। विस्मित विदेशी ने पूछा- "महामात्यवर ! आपने यह क्या किया? जब दीया ही जलाना था, तो पहले वाला

बुझाया क्यों?" चाणक्य ने कहा - "महाशय ! इतनी देर मैं अपना काम कर रहा था, इसलिए मेरे घर का दीया जल रहा था। अब मैं सरकारी काम कर रहा हूँ, इसलिए सरकारी दीया जल रहा है।" विदेशी यह सुनकर अवाकर्ह गया।

आज क्या स्थिति है? केवल सरकारी अधिकारियों द्वारा किये जाने वाले खर्च के बिल देखें। बहुत बार प्रश्न होता है- इतना बजट क्यों? इतनी फिजूलखर्ची क्यों? आज सरकारी कर्मचारी अपने निजी कार्यों के लिए सरकारी संसाधनों का कितना उपयोग करते हैं। यह दुरुपयोग एक समस्या बनी हुई है। एक वह प्रामाणिकता थी और एक आज की स्थिति है। तब और अब मैं कितना अन्तर है?

दिल बदल गया

राज्य में भयंकर अकाल था। सर्दी का मौसम आया। चाणक्य की कुटिया के बाहर नये कंबलों का ढेर लगा था। गरीबों को बाँटने के लिए कंबल आये थे। एक चोर वहां चोरी करने पहुँच गया। नये कंबलों को देखकर उसका मन ललचा गया। उसने एक क्षण के लिए झोपड़ी में झांका। देखा, महामात्य चाणक्य एक पुराना-सा कंबल ओढ़े हुए हैं। चोर ने सोचा, बाहर





महत्वपूर्ण प्रश्न यह है - त्याग की शक्ति कैसे बढ़े? त्याग की चेतना कैसे जागे? जो भोगवाद, सुविधावादी दृष्टिकोण और भ्रष्टाचार बढ़ रहा है, वह कम कैसे हो?

इतने नये और भव्य कंबल पड़े हैं, पर महामात्य फटा-पुराना कंबल ओढ़े हुए हैं। उसका दिल बदल गया। उसने चुराने का विचार त्याग दिया और बिना कंबल उठाये लौटपड़ा।

यह ऐसा वर्णन है, जो आज विश्वसनीय नहीं लगता। व्यक्ति सोच सकता है - क्या ऐसा हो सकता है? क्या यह संभव है? वस्तुतः कुछ बातें बड़ी अविश्वसनीय होती हैं, जिन पर भरोसा नहीं किया जा सकता। क्या ऐसा हो सकता है, यह प्रश्न संशय के घेरे से मुक्त नहीं हो पाता।

भ्रष्टाचार की जड़

महामात्य कौटिल्य ने कहा- "अर्थमेव प्रथानमिति कौटिल्यः।" काम, अर्थ, धर्म और मोक्ष - इन चार पुरुषार्थों का वर्णन करते हुए कौटिल्य ने लिखा- कुछ लोग धर्म को प्रधान मानते हैं, कुछ काम को प्रधान मानते हैं। अर्थ ही प्रधान है- यह मेरा मत है। आज सचमुच पूरे समाज का वातावरण अर्थ से प्रभावित है। राजनीति भी समाज का अंग है, उससे अलग नहीं है।

सब अर्थ के चक्रव्यूह में फँसे हुए हैं। अर्थ की प्रधानता है, किन्तु यह मूल समस्या नहीं है। जो मूल समस्या है, उस ओर हमारा ध्यान कम जा रहा है। आज भ्रष्टाचार की समस्या से पूरा देश आंदोलित है। राजनीति, व्यवसाय, उद्योग - चारों ओर भ्रष्टाचार फैला हुआ है, किन्तु मुझे लगता है यह भी मूल समस्या नहीं है।

अनेक विदेशी आक्रमण हुए, हमारी संस्कृति को नष्ट करने के प्रयास किये गये, पर किसी भी माध्यम से भारतीय संस्कृति को आघात नहीं पहुँचा सके, किन्तु आज के वैज्ञानिक युग में बड़ी-बड़ी कंपनियों ने, बहु-उद्देशीय, बहुराष्ट्रीय कंपनियों ने सुविधा के अधिकतम साधन उपलब्ध कराकर चेतना को जिस प्रकार सुलाया है, शायद इससे पहले कोई नहीं सुला सका। इतनी सुविधा की दृष्टि बन गयी है, जिसकी कोई सीमा नहीं है। कोई भी मंत्री बनेगा तो वह क्या करेगा? समाज का हर व्यक्ति अच्छी सुविधा भोग रहा है, तो वह उससे कैसे बच पाएगा? यही सुविधावाद भ्रष्टाचार की समस्या की जड़ है।

यही समस्या है

पारसभाई जैन अणुव्रत समिति के अध्यक्ष थे। एक दिन वे अपने मित्र से मिलने गये। वे पहले मंत्री थे, फिर मंत्री पद से मुक्त कर दिये गये। पारसभाई को देखते ही वे रोने लग गये। पारसभाई ने कहा - "क्या बात है? आप इतने बड़े आदमी हैं। आपने इतना काम किया है। आप क्यों रो रहे हैं?"

मित्र ने कहा - "पारसभाई ! और कोई बात नहीं है। मेरा लड़का सुबह-सुबह गाड़ी में बैठकर कॉलेज जाता था, मेरी लड़की भी गाड़ी में ही जाती थी। मेरे पास कितने लोग आते-जाते रहते थे। आज मैं मंत्री नहीं रहा। गाड़ी छिन गयी। मेरे लड़के किस गाड़ी में जाएं? यदि मैं किसी रिक्शे या तांगे में उन्हें भेजूं तो अच्छा नहीं लगेगा। न कोई पूछने आता है और न कोई मिलने आता है। पारसभाई ! यही समस्या मुझे रुला देती है।"

समस्या है सुविधावादी दृष्टिकोण

मूल समस्या है यह सुविधावादी दृष्टिकोण। भगवान महावीर ने सबसे ज्यादा इसी पर प्रहार किया। प्रश्न हुआ - दुर्गति किसकी होती है ? महावीर ने कहा - जो व्यक्ति सुख और सुविधा के लिए आकुल रहता है, जो प्रिय संवेदन के लिए व्याकुल रहता है, जो ज्यादा सोता है, आरामतलबी का जीवन जीता है, उसे सुगति दुर्लभ होती है -

सुहसायगस्स समणस्स, सायाउलगस्स निगामसाइस्स।
उच्छोलानापहोविस्स, दुल्हा सुगर्इ तरिसगस्स।।

जिस व्यक्ति का दृष्टिकोण सुख-सुविधा और आराम का बन गया, उसे अधिकतम सुख-सुविधा और आराम चाहिए। ऐसे व्यक्ति की चेतना सो जाती है। जो त्याग की उदात्त भावना और चेतना भारतीय मानस में थी, उस भावना को इस सुविधावाद ने नष्ट कर दिया। यदि हम सहिष्णुता की भावना को बढ़ाएं, सुविधावादी दृष्टिकोण को कम करें तो संभव है जो भ्रष्टाचार या अर्थ का अनाचार है, उसमें भी परिवर्तन आये।

त्याग की शक्ति बढ़े

दिल्ली में मैत्री दिवस का आयोजन था। उसका उद्घाटन करते हुए राष्ट्रपति राजेन्द्र प्रसाद ने कहा - "आचार्य श्री ! आप मुझे



आज सचमुच एक अपेक्षा है - त्याग की शक्ति के द्वारा वातावरण को बदलने में शक्ति लगे, उसमें अणुव्रत और आचार्य तुलसी का योग हो। इससे लोकतंत्र के विशुद्धीकरण की सम्भावना प्रवल हो पाएगी। आज राष्ट्र की यही अपेक्षा है। इस अपेक्षा की अनुभूति लोकतंत्र की पवित्रता का सबल आश्वासन है।

कोई पद देना चाहें तो मैं अणुव्रत के समर्थक का पद लेना चाहूँगा।" आचार्य श्रीने तत्काल कहा - "राजेन्द्र बाबू ! मैं आपको यह पद देना नहीं चाहता। मैं चाहता हूँ आप अणुव्रती का पद लें, न कि अणुव्रत के समर्थक का। भारत का राष्ट्रपति अणुव्रती होगा तो त्याग की परम्परा राजनीति में आगे बढ़ेगी।"

महत्वपूर्ण प्रश्न यह है – त्याग की शक्ति कैसे बढ़े? त्याग की चेतना कैसे जागे? जो भोगवाद, सुविधावादी दृष्टिकोण और भ्रष्टाचार बढ़ रहा है, वह कम कैसे हो?

राष्ट्र की अपेक्षा

समाचार पत्र में पढ़ा, धर्म को राजनीति से अलग करने वाला विधेयक लाया जा रहा है। कितना अच्छा होता, इसके स्थान पर राजनीति से धन को अलग करने का विधेयक लाया जाता। इसमें ज्यादा परिवर्तन नहीं करना पड़ता, केवल रकार को हटाना पड़ता और मकार का नकार हो जाता। यदि ऐसा विधेयक आता तो पूरे देश का वातावरण बदलता, विश्व का वातावरण बदलता, भ्रष्टाचार के उन्मलन के संकल्प को बल मिलता।

आज सचमुच पुनर्विचार की जरूरत है। विचार के लिए त्यागी, तपस्वी चाहिए, सूझ-बूझ, अन्तर्रुद्धि और काम करने की गहरी क्षमता से सम्पन्न व्यक्तित्व चाहिए। त्याग और प्रतिभा दोनों मिलकर कुछ करें, यह आज के लोकतंत्र के लिए आवश्यक है। लोकतंत्र शुद्ध और पवित्र रह सके, ऐसे वातावरण की नितांत अपेक्षा है। त्याग, नैतिकता, प्रामाणिकता की शक्ति को राजनीति से अलग कर दिया गया, तो क्या बचेगा?

आज सचमुच एक अपेक्षा है - त्याग की शक्ति के द्वारा वातावरण को बदलने में शक्ति लगे, उसमें अणुव्रत और आचार्य तुलसी का योग हो। इससे लोकतंत्र के विशुद्धीकरण की सम्भावना प्रबल हो पाएगी। आज राष्ट्र की यही अपेक्षा है। इस अपेक्षा की अनुभूति लोकतंत्र की पवित्रता का सबल आध्यासन है। ■■■

कुछ तो अपनी भूल

■ राम नारायण हलधर - कोटा

अपना केवल एक घर, उनका सारा ग्राम ।
बिकने को तैयार है, औने - पौने दाम ॥

आँगन में अखबार या, डाले है तेज़ाब ।
तुलसी पीली पड़ गयी, सुखे सुर्ख गुलाब ॥

सुन मालिन! माली कहे, कुछ तो अपनी भूल ।
वरना पौधे आम के, होते नहीं बबल ॥

षट्यंत्रों से जुड़ गए, रंगों के संबंध ।
फूलों से गायब हर्दि, सद्बावों की गंध ॥

हमको आया ही नहीं, जीने का यह ढंग ।
हरी पतंगें मिल रहीं, गले गेरुयी संग ॥

विश्वासों की कश्तियां, तृफानों के बीच ।
सहमी बैठी एकता, अपनी आँखें मीच ॥

कितनी सदियां चाहिए, कितने दिन औं साल ।
कब समझेंगे खन है, तेरा मेरा लाल ॥

तुझको मुझको उम्र भर, रहना है जब साथ ।
क्यों मामली बात पर, कर्पर्य के हालात ॥

नन्हे नन्हे चांद से, बड़ी बड़ी उम्मीद ।
इससे करवा चौथ है, इससे मीठी ईद ॥

तीरथ ऐसा कीजिए, जीवन में इक बेर।
काशी जाए मौलवी, पंडित जी अजमेर ॥

सदियों के विश्वास की, फसल पकी है जाग ।
रोज रोज अच्छी नहीं, यह नफरत की आग ॥



स्वतंत्रता के बदलते मूल्य

जनतंत्रीय शासन प्रणाली की सफलता के लिए सबसे पहली अपेक्षा यह है कि राष्ट्र का हर नागरिक प्रचेता बने। उसे विचार स्वातंत्र्य का पूरा अधिकार प्राप्त रहे। जहाँ नागरिकों को स्वतंत्र रूप में जीने का अधिकार न हो, सरकार की तटस्थ आलोचना करने की छूट न हो और विचारों की स्वतंत्रता न हो तो वह स्वतंत्रता नाममात्र की स्वतंत्रता है। पर स्वतंत्रता के नाम पर भी संस्था, संगठन, प्रान्त या राष्ट्र के कानून-कायदों के साथ खिलवाड़ को कभी सम्मत नहीं माना जा सकता।

स्व तंत्र शब्द का अर्थ है - अपना शासन। जिस व्यक्ति, समाज या राष्ट्र पर किसी दूसरी सत्ता का शासन नहीं होता, वह सही अर्थ में स्वतंत्र होता है। अपने लिए, अपने पर, अपना शासन जहाँ विकसित हो जाता है, वहाँ किसी दूसरे तत्त्व को शासन करने का अवकाश ही नहीं मिलता। इस दृष्टि से वह व्यक्ति, परिवार, समाज, संगठन या राष्ट्र स्वतंत्र होता है, जिसके लिए कोई कानून नहीं होता, कोई व्यवस्था नहीं होती, कोई दंड नहीं होता और कोई नियंत्रण नहीं होता। ऐसी स्थिति में पुलिस, सेना या न्यायपालिका की भी अपेक्षा नहीं रहती। इस अर्थ में विश्व का कोई भी राष्ट्र स्वतंत्र राष्ट्र की गरिमा नहीं पा सकता।

स्वतंत्र शब्द का दूसरा अर्थ है राजनैतिक प्रशासन की स्वतंत्रता। इस दृष्टि से स्वतंत्रता और परतंत्रता में संकरण होता रहता है। भारतीय राजनीति के क्षितिज पर स्वतंत्रता के सितारे कभी अस्त, कभी मंद और कभी दीप होते रहे हैं। सन् 1947 में ब्रिटिश सत्ता की जड़ें उखड़ गयीं। भारत स्वतंत्र हो गया। स्वतंत्र भारत में जनतंत्रीय शासन प्रणाली लागू हो गयी।

जनतंत्रीय शासन प्रणाली की सफलता और स्वस्थता के लिए सबसे पहली अपेक्षा यह है कि राष्ट्र का हर नागरिक प्रचेता बने। उसे विचार स्वातंत्र्य का पूरा अधिकार प्राप्त रहे। उसको

विकास के समान अवसर मिलें और शांतिपूर्ण सहअस्तित्व का बोध-पाठ दिया जाये।

जनतंत्रीय शासन पद्धति स्वीकृत होने पर भी जहाँ राष्ट्र के नागरिकों को स्वतंत्र रूप में जीने का अधिकार न हो, सरकार की तटस्थ आलोचना करने की छूट न हो और विचारों की स्वतंत्रता न हो तो वह स्वतंत्रता नाममात्र की स्वतंत्रता है। उसमें स्वतंत्रता को विकसित होने का अवसर ही नहीं मिलता। पर स्वतंत्रता के नाम पर भी संस्था, संगठन, प्रान्त या राष्ट्र के कानून-कायदों के साथ खिलवाड़ को कभी सम्मत नहीं माना जा सकता। इसी प्रकार संसद की भी अपनी गरिमा होती है। उस गरिमा की सुरक्षा भी हर सांसद का नैतिक कर्तव्य है।

स्वतंत्रता एक सार्वभौमिक और सार्वकालिक मूल्य है। इस मूल्य की प्रतिष्ठापना के लिए समग्र क्रांति की अपेक्षा है, अन्यथा व्यक्ति-व्यक्ति के संस्कारों पर जमी हुई दासता की परतें उत्तर ही नहीं सकतीं। राष्ट्र का कोई भी व्यक्ति जब तक मानसिक दासता का शिकार रहता है, तब तक राष्ट्रीय चेतना के जागरण का स्वन्न पूरा नहीं हो सकता। यह एक मनोवैज्ञानिक तथ्य है कि व्यक्ति के मनोभावों से समाज प्रभावित होता है और सामाजिक परिस्थिति का प्रभाव व्यक्ति पर होता है। किसी वृक्ष का पत्ता गिरता है, उस





स्वतंत्रता का मूल्य देश, काल, व्यक्ति और परिस्थिति के संदर्भ में परिवर्तित होता रहा है। उसका कोई एक स्वरूप या धारणा नहीं है। इसलिए उन-उन संदर्भों में उसका सापेक्ष मूल्य स्वीकार करते हुए इसी निष्कर्ष पर पहुँचा जा सकता है कि स्वतंत्रता के नाम पर भी स्वच्छता और उच्छृंखलता को प्रोत्साहन नहीं मिलना चाहिए।

समय समूचे वृक्ष की चेतना शून्य हो जाती है। इसी प्रकार राष्ट्र या समाज के किसी व्यक्ति में हीनता की भावना पनपती है तो उसके पीछे भी समूह चेतना की कुंठा काम करती है।

बदलते मूल्य मानक

इस तथ्य को उलट कर प्रकट किया जाये तो निष्कर्ष यह निकलता है कि समाज के एक भी व्यक्ति में भी विद्रोह या समन्वय की भावना जाग्रत होती है तो उसका परोक्ष प्रभाव दूसरे लोगों पर भी होता है। विचार के अणु इन्हें संक्रमणशील हैं कि वे अभिव्यक्त होने से पहले ही अपना प्रतिबिम्ब छोड़ देते हैं। आज विज्ञान जिसको टेलीपैथी – विचार-संप्रेषण – की संज्ञा देता है, वह अणुओं की संक्रमणशीलता का ही परिणाम है।

स्वतंत्रता भी एक प्रकार की मनःस्थिति है, जो विचारों के कैनवास पर आकार पाती है। मनःस्थिति एक प्रकार की नहीं होती। इसलिए स्वतंत्रता के संबंध में भी कोई अभिमत निश्चित नहीं है। कुछ विचारकों ने राजनैतिक व आर्थिक स्वतंत्रता को ही स्वतंत्रता का मूल्य दे दिया। हिष्पी और बिट्ल्स जैसे वर्ग सामाजिक मर्यादाओं को बंधन के रूप में स्वीकार करते हैं। उनकी दृष्टि में वर्जनाएं अभिशाप हैं, फिर चाहे वे सामाजिक हों या

पारिवारिक। उनकी स्वतंत्रता की परिभाषा उन्मुक्त और स्वच्छन्द जीवन-पद्धति में अनुबंधित है।

कुछ लोग साधना करना चाहते हैं। सम्यक् मार्गदर्शन और सुविधा की दृष्टि से वे किसी संगठन का आलम्बन लेते हैं। साधना का पथ उपलब्ध होने पर भी उन्हें संतोष नहीं होता। वे उस संगठन की सीमाओं का अतिक्रमण करके मुक्त साधना करने का दम्भ भरते हैं क्योंकि उनकी दृष्टि में किसी भी प्रकार की सीमा स्वतंत्रता में बाधा है। ऐसे व्यक्ति अपने द्वारा निर्मित सीमाओं को भी स्वीकार कर सकें, यह संभव नहीं है।

कुछ चिन्तनशील व्यक्तियों के अभिमत में सबसे बड़ी परतंत्रता है - अपनी वृत्तियों की दासता। इस स्थिति में व्यक्ति अपने मन और इन्द्रियों पर नियंत्रण नहीं रख पाता। जिस कार्य को वह उचित मानता है, उसे करने में विवशता का अनुभव करता है और जिसे अनुचित मानता है उसे छोड़ने में विवशता का अनुभव करता है, यह सबसे बड़ी परतंत्रता है। ऐसा व्यक्ति सब प्रकार की स्वतंत्रता पाने पर भी स्वतंत्रता का आनन्द नहीं पा सकता।

स्वतंत्रता का मूल्य देश, काल, व्यक्ति और परिस्थिति के संदर्भ में परिवर्तित होता रहा है। उसका कोई एक स्वरूप या धारणा नहीं है। इसलिए उन-उन संदर्भों में उसका सापेक्ष मूल्य स्वीकार करते हुए इसी निष्कर्ष पर पहुँचा जा सकता है कि स्वतंत्रता के नाम पर भी स्वच्छन्दता और उच्छृंखलता को प्रोत्साहन नहीं मिलना चाहिए।

इसलिए सही अर्थ में स्वतंत्र वही हो सकता है जिसका स्वयं पर अपना शासन हो। आत्मानुशासित व्यक्ति अपने परिवार, संगठन, समाज और राष्ट्र की उन सभी सीमाओं को स्वीकार करता है, जिनमें उसका व्यक्तित्व विकसित होता है, पर वह उन्हें बंधन के रूप में नहीं देखता क्योंकि वे सीमाएं उस पर आरोपित नहीं, स्वतंत्र बुद्धि से स्वीकृत हैं। आरोप की बात जहां भी आती है, वहां स्वतंत्रता का हनन होता है, किन्तु व्यक्ति अपनी समझ से जिन मर्यादाओं को स्वीकार करता है, वे उसे कभी भी परतंत्र नहीं बना सकतीं।

परतंत्रता क्यों?

मानवीय चेतना में विकास का तारतम्य उसकी स्वतंत्र अस्मिता का द्योतक है। जहां हर व्यक्ति को अपना विकास करने का स्वतंत्र अधिकार है, तारतम्यता का होना अस्वाभाविक नहीं है। समानता वहां होती है जहां यंत्रीकरण हो। यंत्रों से निकलने वाली वस्तुएं लाखों-करोड़ों की संख्या में भी एकरूप हो सकती हैं क्योंकि उनमें चेतना नहीं है। अचेतन पदार्थ में अपने अस्तित्व को स्वतंत्र रूप से विकसित करने का प्रसंग ही उपस्थित नहीं होता। इस दृष्टि से यह समझा जा सकता है कि विकास की सारी संभावनाएं चेतनाशील प्राणी में हैं। प्राणी जगत में सबसे अधिक महत्वपूर्ण स्थान प्राप्त है मनुष्य को। मनुष्य चिन्तनशील प्राणी है। वह अपने अस्तित्व की सुरक्षा के लिए सदा प्रयत्नशील रहता है।





स्वानुशासन का विकास हुए बिना स्वतंत्रता की कल्पना ही अर्थहीन है। जो व्यक्ति अपने जीवन के प्रांश में आत्मानुशासन और पर-शासन दोनों स्वीकार नहीं कर पाते, वे परिपक्वता की स्थिति में भी स्वतंत्र होने की योग्यता अर्जित नहीं कर सकते।



स्वतंत्रता : एक मौलिक मनोवृत्ति

अस्तित्व-सुरक्षा का पहला सूत्र है - स्वतंत्रता। परतंत्र व्यक्तियों का अस्तित्व संदिग्ध रहता है। इस धारणा के आधार पर हर व्यक्ति अपने आपको स्वतंत्र रखना चाहता है। परन्तु इस चाह की क्रियान्विति से पहले इस तथ्य को भली-भाँति समझ लेना आवश्यक है कि क्या मनुष्य वास्तव में स्वतंत्र होना चाहता है? इस प्रश्न का उत्तर यदि सकारात्मक है तो यह भी समझना होगा कि वह परतंत्र क्यों है? किस तंत्र से प्रतिबद्ध होकर वह अपने आपको पराधीन अनुभव करता है? उसकी स्वतंत्र होने की प्रक्रिया क्या है? वह स्वतंत्र होना क्यों चाहता है? क्या किसी राष्ट्र की राजनैतिक स्वतंत्रता मात्र से उसके नागरिक स्वतंत्र हो सकते हैं? स्वतंत्रता का क्या मूल्य है और मानव जीवन में उसका क्या उपयोग है?

स्वतंत्रता की चाह का जहां तक प्रश्न है - मनुष्य ही क्या, हर प्राणी स्वतंत्र होना चाहता है। मनुष्य अपनी स्वतंत्र मनोवृत्ति का मूल्यांकन करता हुआ दूसरों को अपने अधीन बनाता है। उन अधीनस्थ प्राणियों में मनुष्य, पशु और पक्षी सभी आ जाते हैं। मजदूरों की समस्या आज जिस रूप में सामने आयी है, वह मनुष्य की ही सरजी हुई है। अब इस समस्या का समाधान करने के लिए व्यापक स्तर पर प्रयत्न हो रहा है, किंतु यदि प्रारंभ से ही मनुष्य को यह बताया जाता कि जैसे स्वतंत्रता तुम्हें प्रिय है, वैसे ही दूसरों को भी है, इसलिए तुम उन्हें अपने अधीन मत बनाओ, उन पर अनुशासन मत थोपो, उन्हें संतंत्र मत करो, उनके साथ किसी प्रकार का दुर्व्यवहार मत करो, उन्हें उपद्रवित मत करो और मारो भी मत क्योंकि सब प्राणी सुख के कामी हैं। तुम जिस रूप में जीना चाहते हो, उस रूप में जी रहे व्यक्तियों के जीवन-क्रम में बाधक मत बनो। मनुष्य की तो बात ही क्या, पशु-पक्षी भी बंधन को हृदय से स्वीकार नहीं करते। सब प्रकार की शारीरिक सुख-सुविधाएं उपलब्ध हो जाने के बाद भी बंधन को मन की स्वीकृति नहीं मिलती।

जागे आत्मानुशासन

प्राणी मात्र को स्वतंत्रता काम्य है, फिर भी वह परतंत्र क्यों है? उसकी परतंत्रता का सबसे बड़ा हेतु है आत्मानुशासन का

अभाव। जो प्राणी जितना अधिक स्वानुशासित होता है, वह उतना ही अधिक स्वतंत्र हो सकता है। स्वानुशासन का विकास हुए बिना स्वतंत्रता की कल्पना ही अर्थहीन है। जो व्यक्ति अपने जीवन के प्रारंभ में आत्मानुशासन और पर-शासन दोनों स्वीकार नहीं कर पाते, वे परिपक्वता की स्थिति में भी स्वतंत्र होने की योग्यता अर्जित नहीं कर सकते। इसके विपरीत जो व्यक्ति प्रारंभ में अनुशासित रहते हैं, वे एक समय के बाद पूर्ण रूप से स्वतंत्र हो जाते हैं। इस संदर्भ में परतंत्रता कोई थोपी हुई विवशता नहीं, अपितु व्यक्ति की अपनी अक्षमता है।

भारत शताब्दियों की दासता भोगने के बाद विदेशी शासकों को खदेड़ने में सक्षम हुआ और उसने स्वयं को स्वतंत्र राष्ट्र के रूप में घोषित कर दिया। इस स्वतंत्रता से भारत कितना लाभान्वित हुआ? भारतीय जनता कितनी सुखी हुई? भारतीय संस्कृति की गरिमा कितनी बढ़ी? भारतीयता के संस्कार कितने पुष्ट हुए? ये सवाल आज भी अनुरित खड़े हैं।

सामाजिक परिवेश में व्यक्ति सामाजिक वर्जनाओं में ही परतंत्रता का प्रतिबिम्ब देखता रहेगा तो कोई सामाजिक आदमी कभी स्वतंत्र हो भी नहीं पाएगा। मेरे अभिमत से समाज के साथ वर्जनाओं का होना अनिवार्य है, अन्यथा सामाजिक मूल्यों के विघटन को कोई रोक ही नहीं सकता। सामाजिक कुसंस्कारों और अर्थहीन कुरुदियों के जाल से मुक्त होने वाला व्यक्ति सामाजिक दृष्टि से स्वतंत्र हो सकता है।

नैतिक मूल्यों के संदर्भ में परतंत्रता की स्थिति आती है आवृत्त चेतना के कारण। आवरण जितना सघन होता है, स्वतंत्रता उतनी ही दूर हो जाती है। इस आवरण को क्षीण करने के लिए प्रामाणिक जीवन जीने का संकल्प स्वीकार किया जाता है। संकल्प-बल की प्रबलता परतंत्रता के धारों को छिन्न-भिन्न कर आवरण की सघनता कम कर देती है। चेतना का आवरण जिस सीमा तक हटता है, व्यक्ति स्वतंत्रता का अनुभव करना शुरू कर देता है। स्वतंत्रता मानव जीवन का शाश्वत मूल्य है। साधना की सारी प्रक्रिया स्वतंत्रता की प्रक्रिया है। संस्कारों की सघन शृंखला को तोड़े बिना कोई भी व्यक्ति अपने स्वरूप को न समझ सकता है और न पा सकता है। स्वरूपोपलब्धि के अभाव में वस्तु-निरपेक्ष आनन्द का अनुभव नहीं हो सकता। वस्तु-सापेक्ष सुखानुभूति कल्पित है, इसलिए अस्थायी है।

शाश्वत और निरपेक्ष सुख या आनन्द को पाने के लिए व्यक्ति को बाह्य और आध्यन्तर दोनों प्रकार की परतंत्रताओं से मुक्त होकर स्वतंत्र होना ही होगा। अस्तित्व की सुरक्षा, चेतना के स्तरों का विकास और स्वरूप की उपलब्धि - इन सभी प्रेरणाओं से प्रेरित व्यक्ति स्वतंत्रता की खोज में निकलता है और वह वास्तविक रूप से स्वतंत्र हो भी सकता है, पर इसके लिए उसे अपने रुद्र संस्कारों, अवांछनीय वृत्तियों और गलत प्रवृत्तियों के साथ सतत संघर्ष करना होगा। ■■■



आज़ादी का अमृत महोत्सव उल्लास की घड़ी में करें आत्ममंथन

भारतवर्ष ठमेशा ही रवाधीन चेतना, शांति, सद्ग्रावना से सर्वजन कल्याण का पक्षधर रहा है। यहाँ हज़ारों वर्षों से राष्ट्रीयता, स्वतंत्रता, सार्वभौमिक चेतना से 'सर्वे जनाः सुखिनो भवन्तु' तथा 'वसुधैव कुटुंबकम्' की भावनाएँ पोषित होती रही हैं।

मध्यकालीन संघर्षपूर्ण समाज में समन्वय की विराट चेष्टा करने वाले संत गोस्वामी तुलसीदास ने रामचरित मानस में लिखा है - 'पराधीन सपनेहु सुख नाहीं।' इस उक्ति का संदर्भ भले ही कुछ और हो, मगर यह एक सार्वजनिक व सार्वकालिक महत्व की उक्ति है।

भारतवर्ष हमेशा ही स्वाधीन चेतना, शांति, सद्ग्रावना से सर्वजन कल्याण का पक्षधर रहा है। हाँ, इस दिशा में जहाँ कोई कमी उत्पन्न होने लगी, वहाँ उनका विरोध भी हुआ। यहाँ हज़ारों वर्षों से राष्ट्रीयता, स्वतंत्रता, सार्वभौमिक चेतना से 'सर्वे जनाः सुखिनो भवन्तु' तथा 'वसुधैव कुटुंबकम्' की भावनाएँ पोषित होती रही हैं। मानवीय मूल्यों के लिए धर्म व कर्म की भूमि के रूप में भारत ने विश्व के सामने राष्ट्रीयता का बड़ा आदर्श उपस्थित किया है।

पश्चिम के राष्ट्रवादी चिंतन से भारत की राष्ट्रीय भावानाएँ कई दृष्टियों से विराट एवं विशिष्ट हैं। राजतंत्र के दौरान भी यहाँ जनभावनाओं को बड़ा महत्व मिलता था, तभी तो रामराज्य जैसे जनरंजक शासनों के कई दौर रहे हैं। आदर्श लोकतांत्रिक

व्यवस्था की परिकल्पना इसी जमीन पर जागृत हुई थी। भारत में रामराज्य की परिकल्पना व सुशासन की चेतना हमेशा रही है। जहाँ इनमें कमी नज़र आयी, वहाँ परिहार भी हुए। अतीत के इस दूश्य को बाहरी आक्रमणों ने जितना प्रभावित किया, उससे ज्यादा ढाई सौ वर्षों की पराधीनता ने किया।

हज़ारों वर्षों की स्वतंत्रता की चेतना जीवित रहने के बावजूद औपनिवेशिक सत्ता की कूटनीतिक चालों को अपने ही लोगों ने किसी न किसी रूप में साकार होने दिया, तभी हम पराधीनता में संघर्षरत रहे। केवल ब्रिटिश हुकूमत से आज़ाद होने की चेतना इस सच्चाई को भुला देती है कि हम सदियों से स्वतंत्र थे। हाँ, औपनिवेशिक सत्ताधारियों को इस देश से भगाने के लिए अपना तन-मन-धन सर्वस्व अर्पित करने वाले असंख्य वीर शहीदों को श्रद्धासुमन अर्पित करने की दृष्टि से शहीद दिवस के रूप में इस उत्सव को हम मना सकते हैं।

आखिर आज़ादी हासिल होने के बाद एक नयी प्रणाली के रूप में लोकतांत्रिक प्रणाली हमने अपनायी। हमारा अपना संविधान बना। भारतीय संविधान सभी नागरिकों को जीवन और





पराधीनता से मुक्ति के इन साढ़े सात दशकों में संवैधानिक मूल्यों और अधिकारों की रक्षा की दिशा में हम कहाँ तक आगे बढ़े हैं, समता को स्थापित करने में हमारी वर्तमान चेतना कितनी निष्ठा से विकसित है, ये सब चिंतन व आत्ममंथन की बातें हैं।

स्वतंत्रता का अधिकार प्रदान करता है। भारतीय संविधान में जो मौलिक अधिकार हैं, वे इस स्वतंत्रता को सार्थक बनाते हैं। समता, स्वतंत्रता, धार्मिक स्वतंत्रता, सांस्कृतिक और शैक्षिक अधिकार, शोषण के विरुद्ध अधिकार, संवैधानिक उपचारों का अधिकार आदि आज़ादी के परम मूल्य को बल प्रदान करते हैं।

पराधीनता से मुक्ति के इन साढ़े सात दशकों में संवैधानिक मूल्यों और अधिकारों की रक्षा की दिशा में हम कहाँ तक आगे बढ़े हैं, समता को स्थापित करने में हमारी वर्तमान चेतना कितनी निष्ठा से विकसित है, ये सब चिंतन व आत्ममंथन की बातें हैं। आज़ादी के अमृत महोत्सव को उत्सवधर्मिता से मनाने की जगह निश्चय ही इस दिशा में सोचने और कर्तव्य निष्ठा से इन्हें पाने की दृष्टि से आगे बढ़ने की कार्ययोजनाएँ बनाने की आवश्यकता है।

संभ्रांत और सामान्य के बीच की खाई को खत्म करने का मूल्य है समता। क्या यह मूल्य वास्तव में जीवित है, इस दिशा में सोचें तो सच्चाई समने आ जाती है। चुने गये जन प्रतिनिधियों से बनी सरकारें भले ही हज़ारों योजनाएँ समय-समय पर बनाकर

उन्हें लागू कर रही हैं, मगर उनका यथार्थ का तेवर विडंबनात्मक है। आज हर किसी क्षेत्र में व्यापार का बोलबाला है। उदारीकृत नीतियाँ व्यापार को बढ़ावा देने वाली नीतियाँ साबित हुई हैं। हर व्यक्तियों के सामने नागरिक का वास्तविक तेवर उपभोक्ता का ही बन गया है। उपभोक्तावादी संस्कृति पश्चिम से आयातित संस्कृति है। हाँ, एक प्रकार की भोगवादी संस्कृति मध्यकाल में सत्तासीन कई सामंतों में भारत में भी विद्यमान थी। मगर भारतीय संविधान इंसान को उपभोक्ता के रूप में नहीं देखता है। बड़े ठाठ से पनप रही उपभोग की संस्कृति ने समता को कभी साध्य न होने वाला मूल्य साबित कर दिया है।

एक उदाहरण के रूप में शिक्षा क्षेत्र को ही लें तो आज डॉक्टरी की पढ़ाई से ज्यादा महंगी बन चुकी है स्कूली शिक्षा। कोरोना महामारी के दौरान रोज़ी खोने वाले असंख्य परिवारों के बच्चे, जो पहले निजी स्कूलों में पढ़ते थे, उनकी पढ़ाई पर प्रश्नचिह्न खड़े हो गये थे। निजी स्कूलों के प्रबंधन शुल्क न भर पाने वाले बच्चों को ऑनलाइन कक्षाओं के लिंक पाने से भी वंचित कर रहे थे। ऐसे में ऑनलाइन शिक्षा के फ़ायदे सभी तक नहीं पहुँच पाये। यह केवल इस महामारी के दौर की समस्या नहीं है। वास्तविक समस्या न्याय सबको मिलने का सपना बहुत दूर रहने की स्थिति का आभास होना है। इसके लिए हमें से हर कोई जिम्मेदार है।

सरकार, न्याय – ये वास्तव में अमूर्त भावनाएँ हैं, उन्हें साकार रूप में मुद्दी भर लोगों में ही देख पाना लोकतंत्र के लिए अपवाद है। हर किसी में सरकार व न्याय होने की विशिष्ट भावना लोकतंत्र की सही परिभाषा है। रौब जमाने और अधिकार दिखाने की लालसा ने समता पर समाधिय बना दी है। व्यापक लोकतंत्र का दबदबा वालों, स्वार्थी और संपत्र सत्ताधारियों तक सीमित हो जाना संवैधानिक मूल्यों का अपवाद है।

उत्सवधर्मिता इस दिशा में सोचने और कर्मनिष्ठ कार्यप्रणाली से आगे बढ़ने से रोकती है। उत्सवधर्मिता जिस उत्साह की माँग करती है, उसी उत्साह से हमें संवैधानिक मूल्यों को हर किसी के जीवन में साकार बनाने, आज़ादी की गारंटी सबको देने के लिए प्रतिबद्ध होने की ज़रूरत है। हमें पराधीनता में सताने वाले राष्ट्र द्वारा ही कहीं पूज्य दिख जाते हैं, जबकि राष्ट्रीयता की भावनाओं से समर्पित जनसामान्य नागरिक भी उपेक्षित या प्रताड़ित नज़र आ सकते हैं।

संवैधानिक मूल्यों से पोषित विराट मानवीय भावनाओं, मूल्यों की परंपरा वाले भारत में स्वतंत्रता को एक जीवन मूल्य के रूप में सही मायने में सभी में प्रतिष्ठित करने के लिए प्रयास आज जरूरी हैं। इसी में आज़ादी के अमृत महोत्सव के आयोजनों की सार्थकता है।

लेखक 'युग मानस' के संस्थापक संपादक और 'आंतर भारती' के प्रधान संपादक हैं। संप्रति पांडिच्चेरी केंद्रीय विश्वविद्यालय, पुदुच्चेरी में हिंदी विभागाध्यक्ष हैं।



सामाजिक सरोकार और लोकतांत्रिक मूल्य

एक समतावादी समाज के लक्ष्य को प्राप्त कर पाना तभी संभव है जब विशाल ग्रामीण जनता को राष्ट्रीय जीवन की मुख्य धारा में लाया जाये और ग्रामीण लोगों और शहरी अभिजात्य वर्ग के बीच मौजूद गठरी रण्डी को कम किया जाये। इसके लिए 'काम करने का अधिकार' और 'ग्रामीण गरीबों का आवास' के प्रावधान को मौलिक अधिकारों के रूप में शामिल करना होगा।

प्रत्येक व्यक्ति समाज के साथ अपने व्यवहार में स्वार्थ से शासित होता है, लेकिन जब इस स्वार्थ को बड़े पैमाने पर देश के हितों से ऊपर रखा जाता है, तो यह लोकतंत्र के अस्तित्व और देश की एकता और अखंडता के लिए एक संभावित खतरा बन जाता है।

महात्मा गांधी, जिन्होंने सत्य और अहिंसा के हथियारों के साथ शक्तिशाली ब्रिटिश राज को परास्त करने की कोशिश की थी, की इच्छा थी कि ये दो अवधारणाएं (सत्य और अहिंसा) हमारे स्वराज में शासन कारक बन सकती हैं। मोटे तौर पर, इन दो महान सिद्धांतों, सत्य और अहिंसा का अर्थ राष्ट्र के राजनीतिक जीवन सहित जीवन के सभी क्षेत्रों में नैतिकता और निष्पक्षता है।

स्वराज या राजनीतिक लोकतंत्र, जिसके लिए हमारे देशभक्त शूरमाओं ने ब्रिटिश राज से लड़ाई लड़ी थी, लगता है कि वह अपनी लय खो चुका है। हमारा राजनीतिक लोकतंत्र भी चुनावोन्मुखी, पार्टी-प्रभुत्व, सत्ता-लक्षित, केंद्रीकृत और जटिल तंत्र बन गया है। व्यक्तियों की गिनती सिर्फ मतदाताओं के रूप में होती है; उन्हें स्वराज के स्वामी के रूप में शैलीबद्ध किया जाना बाकी है। वे वोट डालने के लिए समय-समय पर होने वाले चुनावों में खुद को प्रस्तुत करते हैं और फिर अगले चुनाव तक लंबी नींद में

चले जाते हैं। सरकार की नीति को आकार देने में व्यक्ति की बहुत कम सहभागिता होती है।

गांधीजी चाहते थे कि भारत में सच्चा लोकतंत्र कार्य करे। उन्होंने हमें ग्राम स्वराज की अवधारणा दी, जो उनके राज्यविहीन लोकतंत्र के आदर्श के करीब था। उन्होंने उस सरकार को सबसे अच्छा माना जो कम से कम शासन करती हो। महात्मा गांधी के अनुसार, ग्राम स्वराज की अवधारणा "राज्य के बिलुप्त होने" का कम्युनिस्ट आदर्श नहीं था, बल्कि "राज्य का नीचे की तरफ बहाव था।" इस प्रकार, सरकार की ऐसी प्रणाली में, ऐसे नागरिक होंगे जो आत्म-नियंत्रित हों। ग्राम स्वराज उस व्यक्ति की पूर्ण स्वतंत्रता और विकास के लिए प्रयास करेगा जो एक वास्तविक राजनीति की अंतिम प्रेरक शक्ति है। इस प्रकार गांधीजी द्वारा कल्पना की गयी ग्राम स्वराज की अवधारणा एक वास्तविक लोकतंत्र है जो कई राजनीतिक बीमारियों के लिए रामबाण औषधि है।

हमारे देश ने कृषि, उद्योग और विज्ञान, प्रौद्योगिकी में तेजी से प्रगति की है। फिर भी, विकास का फल गरीब से गरीब व्यक्ति तक नहीं पहुँचा है। ग्रामीण जनता और पददलितों के विशाल बहुमत के पास जीवन की बुनियादी आवश्यकताएं पूरी करने की वस्तुएं





विशाल प्राकृतिक संसाधनों, तकनीकी जनशक्ति, व्यापक औद्योगिक आधार वाले देश के विकास की दिशा में सफलतापूर्वक आगे बढ़ने के लिए वृद्ध संकल्प और ठोस कार्रवाई की आवश्यकता है।

नहीं हैं और वे गरीबी रेखा से नीचे जीवन यापन करते हैं। आर्थिक शोषण आज का अभिशाप है। इस विशाल राष्ट्र का पेट भरने वाले गरीब किसान पर्यास बुनियादी जरूरतों के अभाव में अपने अस्तित्व के लिए कठिन संघर्ष कर रहे हैं। मजटूर वर्ग को उसका उचित हिस्सा नहीं मिल रहा है। इस प्रकार अमीर और गरीब के बीच की खाई चौड़ी होती जा रही है, जिसके परिणामस्वरूप कुछ व्यक्तियों के हाथों में धन का केंद्रीकरण हो रहा है। गरीबों की कीमत पर शोषक फल-फूल रहे हैं।

हमारे गाँव, जिन्हें हमारे देश की अर्थव्यवस्था की रीढ़ कहा जाता है, परिवहन की पर्यास सुविधाओं, उचित पेयजल आपूर्ति, पर्यास बिजली, अस्पतालों और स्कूलों का अभाव झेल रहे हैं। अज्ञानता, अशिक्षा और गरीबी भारतीय गाँवों और ग्रामीण जीवन का अभिशाप है। हमारे पास जल संसाधन बहुत हैं, लेकिन हम उनका पूरा उपयोग नहीं कर पाये हैं, जिससे गरीब किसान मानसून की अनिश्चितताओं की दया पर निर्भर है। हमारे सभी ग्रामीण विकास कार्यक्रम और योजनाएं, कागज पर प्रशंसनीय होने के बावजूद वांछित परिणाम नहीं दे पाये हैं।

पं. जवाहरलाल नेहरू ने समाजवाद को भारतीय जनता की अंतहीन गरीबी के एकमात्र समाधान के रूप में देखा था। स्वतंत्र

भारत के पहले प्रधानमंत्री के रूप में, उन्होंने पंचवर्षीय योजनाओं के माध्यम से विभिन्न विकास परियोजनाओं की शुरुआत की जिसके परिणामस्वरूप आज हम दुनिया के अग्रणी औद्योगिक देशों में से एक हैं। लगभग सभी क्षेत्रों में हम आत्मनिर्भर हो गये हैं और वैश्विक आर्थिक दबावों और मुद्रास्फीति की प्रवृत्तियों का भी सामना करने में सक्षम हैं। इसके बावजूद, हमारी समृद्धि अब भी हमें नेहरू द्वारा देखे गये समाजवादी समाज की ओर नहीं ले गयी है। सबसे दुःखद तथ्य यह है कि विभिन्न पंचवर्षीय योजनाओं के माध्यम से जबर्दस्त विकास हासिल करने के बाद भी, ग्रामीण जनता का एक बड़ा हिस्सा अब भी गरीबी रेखा से नीचे जीवन यापन कर रहा है। विज्ञान और प्रौद्योगिकी में प्रगति के बावजूद हमारा आर्थिक विकास हमारे ग्रामीण लोगों को, भोजन, वस्त्र और आश्रय जैसी बुनियादी आवश्यकताएं उपलब्ध नहीं करा पाया है।

ग्रामीण भारत के सभी प्रकार से पुनर्निर्माण के लिए ग्रामीण विकास पर एक व्यापक राष्ट्रीय नीति विकसित करना समय की मांग है। इसके अलावा, केंद्र और राज्यों द्वारा चलाये जा रहे विभिन्न कार्यक्रमों के बीच समन्वय की कमी होती है। कई मामलों में, कुछ राज्यों में ग्रामीण विकास कार्यक्रम, स्वतः स्फूर्त चुनावी वादों का परिणाम होते हैं, जिनका उपयोग ग्रामीण जनता के बोटों को पकड़ने के लिए एक चारा के रूप में किया जाता है। नतीजतन, इन कार्यक्रमों को राजनीतिक विवाद का विषय बना दिया जाता है और जब उनके वास्तविक क्रियान्वयन की बात आती है तो उन्हें कमज़ोर कर दिया जाता है। इसलिए, जरूरी है कि योजनाकार इस महत्वपूर्ण पहलू पर ध्यान केंद्रित करें और ग्रामीण पुनर्निर्माण की योजनाओं को शुरू करने के लिए एक राष्ट्रीय सहमति विकसित करें।

विज्ञान और प्रौद्योगिकी में जबर्दस्त विकास और विशाल औद्योगिक आधार के साथ, हम सैकड़ों करोड़ रुपये के किसी भी उद्यम को शुरू करने के लिए एक अच्छी तरह से बुना हुआ बुनियादी ढाँचा सफलतापूर्वक बना सकते हैं। स्वदेशी प्रौद्योगिकी के साथ कई परियोजनाएं शुरू की गयी थीं और कई प्रगति के विभिन्न चरणों में हैं। हमने अनाज उत्पादन में रिकॉर्ड बनाया और भविष्य में बड़ी प्रगति करने जा रहे हैं। इतने विकास के बावजूद हम ग्रामीण भारत की समस्याओं का समाधान नहीं कर पाये हैं। एक समतावादी समाज के लक्ष्य को प्राप्त कर पाना तभी संभव है जब विशाल ग्रामीण जनता को राष्ट्रीय जीवन की मुख्य धारा में लाया जाये और ग्रामीण लोगों और शहरी अभिजात्य वर्ग के बीच मौजूद गहरी खाई को कम किया जाये।

इस दिशा में सबसे पहले और सर्वाधिक महत्वपूर्ण उपाय 'काम करने का अधिकार' और 'ग्रामीण गरीबों को आवास' के प्रावधान को मौलिक अधिकारों के रूप में शामिल करना होगा। तभी हम अपने विशाल संसाधनों को एकत्रित कर सकते हैं और अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए उनका बेहतर तरीके से उपयोग कर सकते हैं। रोजगार के अवसरों की एक विशाल संभावना

सुनियोजित और समन्वित ग्रामीण पुनर्निर्माण कार्यक्रमों द्वारा बनायी जा सकती है। जैसी सहकारी खेती, डेयरी और अन्य ग्रामीण उद्योगों जैसी सहायक उद्योगों द्वारा। यह ग्रामीण भारत की समस्याओं को हल करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकेगा।

इसके अलावा परिवहन का एक विशाल नेटवर्क जो सभी गाँवों को आस-पास के महत्वपूर्ण टाउनशिप से जोड़ सकता है। सामाजिक वानिकी, लघु और कुटीर उद्योग और सिंचाई परियोजनाएँ ग्रामीण क्षेत्रों में रोजगार की बड़ी संभावना पैदा करेंगी। विशाल प्राकृतिक संसाधनों, तकनीकी जनशक्ति, व्यापक औद्योगिक आधार वाले देश के विकास की दिशा में सफलतापूर्वक आगे बढ़ने के लिए केवल दृढ़ संकल्प और ठोस कार्रवाई की आवश्यकता है।

दिल्ली में रहने वाले लेखक लोकसभा सचिवालय में कार्यकारी अधिकारी हैं। सामाजिक मुद्दों पर इनकी रचनाएं प्रकाशित होती रहती हैं।

लघु कथा

ममता

■ सुकीर्ति भट्टानागर - पटियाला ■

अपी दो-ढाई घंटे ही तो हुए हैं रोहित को घर से स्कूल के हॉस्टल गये, किंतु प्रभा को ऐसा प्रतीत होने लगा है मानो उसने अपने पुत्र को वर्षों से नहीं देखा है। कुछ समय पूर्व जगह-जगह फैले उसके खोले हुए कपड़े, जूते-चप्पल और कॉपियां- किताबें उसके यहीं आस-पास होने का आभास दिला रही थीं, पर अब तरीक से सजी वस्तुएं मुँह चिढ़ाने लगी हैं। जब पास था तो उसकी नादानियों पर, शैतानियों पर झल्लाती रहती थी वह, अब दूर चला गया है तो मन को चैन नहीं। हर ओर पसरा सन्नाटा कचोटने लगा है। सहसा वह उठी और बेटे की सभी चीज़ें एक बार फिर पूर्ववत घर- भर में फैलाईं और बिलख-बिलख कर रोने लगी।

"यह क्या मालकिन, थोड़ी देर पहले ही तो सारा सामान समेटा था, बिखर कैसे गया, रोहित बाबा वापस आ गया है क्या?" काम वाली बाई ने पूछा।

"वह गया ही कब था? वह तो यहीं है, मेरे पास, मेरे दिल में, हमेशा-हमेशा के लिए।" हाथ में पकड़ी रोहित की तस्वीर को चूमते हुए प्रभा ने कहा और निढाल-सी सोफे पर लेट गयी।

बहना! महंगी राखी मत लाना

■ देवदत्त शर्मा - अजमेर ■

बहना ! महंगी राखी मत लाना।
न हीरे जड़ी लाना, न मोतियों जड़ी लाना,
न सोने की लाना, न चाँदी की लाना,
बहना ! महंगी राखी मत लाना।

न रेशम की लाना, न चमकीली लाना,
अच्छा दिखाने को, न भड़कीली लाना,
बहना! महंगी राखी मत लाना।

मैं तो तेरे प्यार का भूखा भाई हूँ,
तुम आना, कच्चा धागा लाना,
उसमें होगा नेह का स्पन्दन
भाई-बहन के प्यार का बंधन
हल्दी-रंग से रंग कर लाना।
बहना! महंगी राखी मत लाना।

कच्चे धागे से हो पावन बंधन,
इस पर तुम करना मंथन,
मेरे लिए ऐसी राखी लाना,
बहना! महंगी राखी मत लाना।

बहन-भाई का प्यार है अनमोल
उसका कभी न करना मोल,
मुझे तो है कच्चे धागे से बंधना,
तुम भी उसको अनमोल समझना।
उसी से मेरी कलाई तुम सजाना,
बहना! महंगी राखी मत लाना।



जिएं सब और जिएं हम

भा रतीय संस्कृति का आदर्श वाक्य है - जीओ और जीनेदो।

संस्कृत साहित्य में कहा गया है -

अयं निजः परोवेति गणना लघुचेतसाम्।

उदारचरितानाम् तु वसुधैव कुटुम्बकम् ॥

इकीसवीं शताब्दी में हम अपने समाज के बच्चों में इन मूल्यों को जाग्रत करके बेहतर कल का सपना बुन सकते हैं। घर में माता-पिता, विद्यालय में शिक्षक और समुदाय में संगी-साथी के साथ किसी भी बालक के समाजीकरण की प्रक्रिया पूरी होती है। हमें बाल्यावस्था के इन सोपानों पर समुचित वातावरण बनाने की महती आवश्यकता है।

माता-पिता का कर्तव्य

किसी भी बालक के सर्वांगीण विकास की नींव उसके घर-आंगन में ही रखी जाती है। माता-पिता घर के माहौल को खुशनुमा और सहयोगपरक बनाकर बच्चों को शेयरिंग और आपसी सहयोग सिखा सकते हैं। घर में तेरा-मेरा के स्थान पर हमारे की चर्चा होनी चाहिए। इससे बालक पूरे घर को एक इकाई के रूप में देखना शुरू करेगा।

विद्यालय में शिक्षकों का दायित्व

विद्यालय में शिक्षा के साथ संयम और संस्कारों का भी सृजन होता है, जो भावी जीवन की आधारशिला बनते हैं। किसी स्कूल के शिक्षक उसके विद्यार्थियों की सोच को विस्तृत बनाते हैं। एक-दूसरे के प्रति सद्व्यवहार और सहकार को रोपने का काम करते हैं। प्रोजेक्ट वर्क पर जब कुछ छात्र-छात्राएँ मिलजुल कर कार्य करते

हैं तो वे आपसी भेदभाव और व्यक्तिगत भावनाओं से ऊपर उठ जाते हैं। ठीक उसी प्रकार जैसे फुटबॉल की टीम में गोल करने से ज्यादा महत्वपूर्ण होता है-गोल के लिए मूव बनाना।

समाज और समुदाय

समाज और समुदाय भी बालक के जीवन में महत्वपूर्ण भूमिका अदा करता है। घर के आसपास का माहौल सीधे तौर पर प्रभाव डालता है। इसलिए लोग अच्छी सोसाइटी में बसना पसंद करते हैं। सोसाइटी में होने वाले खेलकूद व सामाजिक-सांस्कृतिक आयोजन तथा विभिन्न अवसरों पर लगाने वाले कैम्प बच्चों को समूह में कार्य करने के लिए प्रेरित करते हैं। ऐसे अवसरों पर हम समूह विशेष के कार्य और गुणों की प्रशंसा करके उनके अन्दर सद्व्यवहार और सौहार्द को बढ़ावा दे सकते हैं।

ग्लोबलाइजेशन के इस दौर में विश्व नागरिक बोध जगाने की महती आवश्यकता है। राष्ट्रकवि मैथिलीशरण गुप्त ने कहा था-

"वही पशु प्रवृत्ति है कि आप आप ही चरे,
वही मनुष्य है कि जो मनुष्य के लिए मरे।"

परस्पर स्वीकार, मैत्री, भाईचारा और अपनत्व के भाव से काम करने पर ही 'जिएं सब और जिएं हम' की परिकल्पना को साकार किया जा सकता है।

"तेरा-मेरा छोड़कर, हम में हो विश्वास।
एक-दूजे के वास्ते, बने रहें सब खास।।"

दिल्ली निवासी लेखक माध्यमिक शिक्षा में हिन्दी प्रवक्ता के साथ-साथ साहित्य सृजन में संलग्न हैं।



चेतना, स्मृति व स्वास्थ्य

चेतना चेहरे पर दिखने या प्रकट होने वाली चीज नहीं, परन्तु दिमाग में रहने वाली मनुष्य की शिष्टता है। यह दिखने वाली या प्रकट होने वाली चीज भी नहीं है। इसको हम इस रूप में वर्णित करने वाली भी कह सकते हैं जो दैनन्दिन जीवन व दिनचर्या को सुव्यवस्थित तरीके से चलाये, निर्बाध चलाये, वह चेतना है।

हमारी चेतना व स्मृति इतनी विकसित होनी चाहिए कि हमें कोई अन्य व्यक्ति चेतनाहीन या हृदयहीन नहीं कहे। जिसके दिल में करुणा होती है एवं अन्यों के प्रति अच्छे भाव रखता है एवं उनका अच्छा ही सोचता है, ऐसे व्यक्ति को दिल वाला (हृदय वाला) कहा जाता है। एक फैक्टरी मालिक की एकाएक मृत्यु हो गयी, कारण पूछने पर बताया गया कि हार्ट फेल हो गया। उनसे बुरी तरह सताये हुए कुछ श्रमिक बोल पड़े कि उनके हार्ट था ही कहां, जो फेल हो गया। किसी के प्रति ऐसा सुनना, उसके लिए सर्वाधिक अपमानजनक है।

करुणा मनुष्य का एक गुण है, वह उस समय अवश्य उजागर होना ही चाहिए, जब अन्य व्यक्ति को आपकी करुणा की अपेक्षा व आवश्यकता हो। आपके चेहरे पर हमेशा करुणा के भाव प्रकट होने चाहिए। यह तभी संभव है, जब हमारी भृकुटियां तनी हुई नहीं हों, बल्कि चेहरे पर प्रसन्नता की रेखाएं उभरी हुई हों।

चेतना चेहरे पर दिखने या प्रकट होने वाली चीज नहीं, परन्तु दिमाग में रहने वाली मनुष्य की शिष्टता है। यह दिखने वाली या प्रकट होने वाली चीज भी नहीं है। इसको हम इस रूप में वर्णित करने वाली भी कह सकते हैं जो दैनन्दिन जीवन व दिनचर्या को सुव्यवस्थित तरीके से चलाये, निर्बाध चलाये, वह चेतना है।

मैं बाथरूम में जाता हूँ- मंजन भी करना है, शेव भी करनी है व स्नान भी करना है। पिछले 5-10 वर्षों में एक-दो बार ऐसा हो गया कि मंजन में पेस्ट की जगह, अंगुली पर सेविंग क्रीम ले लिया, तो एक बार ऐसा भी हो गया कि उसे वास्तव में ही दाँतों पर भी लगा दिया, तब चेतना लौटी। वहीं, एक बार ऐसा भी हो गया कि शेविंग क्रीम की जगह शेविंग ब्रश पर टूथ पेस्ट लगा दिया। इनसे कोई बड़ा नुकसान तो नहीं होता है, परन्तु असुविधा तो हो ही जाती है। यह तो मैंने बहुत ही छोटे-छोटे साधारण से उदाहरण दिये हैं, जो घटित हुए हैं एवं मामूली असुविधा हुई है।

यह सब चेतना शून्यता या चेतना विहीनता के कारण है। हमें जागरूक रहना चाहिए वरना कभी-कभी बड़ी परेशानी का कारण बन जाता है। पार्टी को बड़े फण्ड की अर्जेंट जरूरत थी, मैसेंजर को शताब्दी ट्रेन से चेक लेने चण्डीगढ़ भेजा गया। संबंधित व्यक्ति ने चेक बनाकर फॉरवर्डिंग लेटर के साथ चेक स्टेपल करके अन्य कागजात के साथ टेबल पर रख दिया। अन्य बातों में मशगूल मालिक ने केवल लेटर पर हस्ताक्षर करके पेपर लौटा दिये। कलर्क ने तुरन्त उसे फोल्ड करके लिफाफे में रख दिया। मैसेंजर भी तुरन्त अपने बैग में चेक रखकर पुनः ट्रेन से दिल्ली लौट आया। यहां सुबह चेक जमा देने वाले ने उसे बैक भेज





चेतना व स्मृति का एक-दूसरे के साथ जुड़ाव एवं सामंजस्य होना आवश्यक है। ये दोनों स्वरूप शरीर में ही अच्छी तरह स्वस्थ तरीके से कार्य कर सकती हैं। मुद्दा यह है कि दुनिया का हर कार्य सुचारू व स्मृथ तभी चलता है जब हर व्यक्ति की अपनी चेतना ठीक रहे। इस आलेख का उद्देश्य आपको स्वास्थ्य के नियम समझाना नहीं है, बल्कि आप स्वास्थ्य नियमों, ध्यान, आसन, प्राणायाम को समझें, उनका सही उपयोग करें एवं उनसे आप स्वस्थ रहें। यह आपके अच्छे स्वास्थ्य, अच्छी चेतना व स्मृति का पूरा हल तो नहीं, परन्तु बहुत बड़ा समाधान है।

धक्का देकर सैकड़ों पैसेंजर को मौत की नींद सुला देती है। ऐसी घटनाएं दुनिया में रोज घटती ही रहती हैं, समाचार-पत्रों में प्रकाशित होती रहती हैं। चेतना ठीक रहे, उस हेतु स्मृति भी व्यवस्थित व ठीक होनी आवश्यक है, जो चेतना को समय-समय पर घटनाओं के लिए जाग्रत कराती रहती है।

कहने का तात्पर्य यह है कि चेतना व स्मृति का एक-दूसरे के साथ जुड़ाव एवं सामंजस्य होना आवश्यक है। ये दोनों स्वस्थ शरीर में ही अच्छी तरह स्वस्थ तरीके से कार्य कर सकती हैं। मुद्दा यह है कि दुनिया का हर कार्य सुचारू व स्मृथ तभी चलता है जब हर व्यक्ति की अपनी चेतना ठीक रहे। इस आलेख का उद्देश्य आपको स्वास्थ्य के नियम समझाना नहीं है, बल्कि आप स्वास्थ्य नियमों, ध्यान, आसन, प्राणायाम को समझें, उनका सही उपयोग करें एवं उनसे आप स्वस्थ रहें। यह आपके अच्छे स्वास्थ्य, अच्छी चेतना व स्मृति का पूरा हल तो नहीं, परन्तु बहुत बड़ा समाधान है।

पढ़िहारा निवासी दिल्ली प्रवासी लेखक अणुव्रत महासमिति में चार बार महामंत्री समेत अन्य कई पदों का दायित्व निर्वहन कर चुके हैं।
मानवीय मूलयों से जुड़े विषयों पर इनके आलेख प्रकाशित होते रहते हैं। इनकी अनेक पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं।

उड़ान जुटा लेते हैं

■ स्वाति शर्मा - दिल्ली ■

चलो राहत के कुछ सामान जुटा लेते हैं
बड़े शहर में एक टुकड़ा आसमान जुटा लेते हैं

ठहनियों में फँसी इस धूप को आओ झाड़ें
और बर्फ़ीली दरारों में मकान जुटा लेते हैं

तेरे और मेरे मन की अंगीठियों को जला कर
ज़रा सी फूँक मारते हैं और जान जुटा लेते हैं

पुल बना कर के फिर काग़ज़ी रवायतों पे
अपनी अलहदा ही एक उड़ान जुटा लेते हैं

हर गली कूचे में खूब ये बिक जाएंगी
आओ अफ़वाहों की दुकान जुटा लेते हैं

जुल्म का शिकवा शिकायत हैं जो करने वाले
साज़िशों का क्या सामान जुटा लेते हैं

हिसाब किताब तू ही कर के बता देना कल को
दोनों की नीयत का उन्वान जुटा लेते हैं।



अतीत के छालोंवें स्त्रै...

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 अगस्त 1972 के अंक से ली गयी है।

अन्तः रूपांतरण की प्रक्रिया : ध्यान

साधु योग प्रीतम

आज का मनुष्य जितना रुग्ण, विक्षिप्त, अशान्त और तनावग्रस्त है, उतना किसी युग में नहीं रहा। इस रुग्णता (मानसिक अर्थों में) या विक्षिप्तता के बढ़ने का यदि यही क्रम रहा तो मनुष्य जाति का एक बहुत बड़ा अंश आगामी कुछ ही वर्षों में बिना तृतीय महायुद्ध के ही नष्ट हो जाएगा इसमें सन्देह नहीं। वह आज भी नष्ट हो रहा है - हत्याओं, आत्म-हत्याओं, दुर्घटनाओं और छिट-पुट युद्धों में। यह सब उसके पागलपन का ही परिणाम है।

मनुष्य अब भी आत्मघात की ओर अभिमुख है, पर हमें यह सब अभी इतना साफ नहीं दिखायी दे पा रहा है। कुछ ही वर्षों में यह स्पष्ट दिखायी देने लगेगा कि मृत्यु सम्पूर्ण मनुष्यता को किस बुरी कदर अपने शिकंजे में जकड़े हुए है। महायुद्धों को भी मनुष्य की विक्षिप्तता की चरम सीमा ही घटित करती है - वह भी उसकी विक्षिप्तता द्वारा चाहा हुआ होता है। मनुष्य जाति वैसे ही नष्ट हो रही है। वह पूरी की पूरी एक जीवित मृत्यु में खड़ी है। महायुद्ध, यदि वह हुआ भी तो महज एक बहाना ही होगा।

अभी तो फिर भी कुछ हो सकता है - कुछ ही क्यों, बहुत कुछ हो सकता है। यही वह समय है जबकि इस मरणोन्मुख मनुष्यता को समुचित दिशा-सकेत द्वारा बचाया जा सकता है, पर घटना के घट जाने के बाद फिर कोई उपाय नहीं रह जाएगा। तब तो मनुष्य को आदिम अवस्था से फिर अपना विकास शुरू करना होगा क्योंकि तब समस्त विकास विनाश-लीला में

स्वाहा हो चुका होगा। पर हमारे साथ दिक्कत यह है कि हम अपने वास्तविक तथ्य को समझना ही नहीं चाहते। आज की तथाकथित सभ्यता के आवरणों में लिपटा मनुष्य यह स्वीकार करने के लिए ही तैयार नहीं है कि वह बहुत हद तक पागलपन से भी भरा हुआ है - रुग्ण और अशान्त भी हैं और जब तक अपनी बीमारी को न समझ लिया जाये, उसका इलाज भी कैसे किया जा सकता है - कैसे उस रोग से मुक्त हुआ जा सकता है?

ऋग्नात्मक पहलू : निरावरण होना

आनंदरिक रूपांतरण अपनी बीमारी को समझने से शुरू होता है - स्वास्थ्य का भ्रम पाले रहने से नहीं। मनुष्य अपने आपको छिपाये नहीं, तथाकथित सभ्यता के लबादों में अपने को ढके नहीं, अभिनय में न जीये। जैसा है - जिस रूप में है, उसे स्वीकार करे, उस रूप में अपने को सबके सामने आने दे ताकि वह अपने वर्तमान रूप को देख सके और वह देख लेना ही उससे मुक्त होना है।

एक बार यह मनुष्य साहस करके मैदान में सबके सामने अपने वास्तविक रूप में आ तो जाये (यदि उसे बचना है तो आना ही पड़ेगा) फिर देखे कि इतने भर से क्या परिणाम हो जाता है। अपने धौनौने रूप को यदि वह एक बार अपनी आँखों से देख ले तो फिर उसका उस रूप से चिपटा रहना असम्भव हो जाएगा। क्या फुफकारते हुए सर्प को देखकर भी वह उसके पास जाने की मूढ़ता कर सकता है?

पर यह मनुष्य कितने-कितने रूपों में अपने को छिपाये हुए है। किस बात का भय है उसे? अपने को न बचा पाने (मृत्यु) से अधिक भी क्या कोई भय हो सकता है? वह मर तो वैसे ही रहा है, न छिपाकर तो वह अपने को बचा लेगा; पर वह कितने-कितने अभिनय किये जा रहा है - घर में, दफ्तर में, क्लब में - सर्वत्र; पत्नी, मित्र आदि सबके समक्ष हर समय वह अपने असली चेहरे पर किसी न किसी तरह का मुखौटा लगाये हुए है और इसमें इतना कुछ जी चुका है कि अब यही उसे अपना वास्तविक रूप लगने लगा है।

अनेक धार्मिक आंदोलन, मनुष्य को अपना वास्तविक रूप समझने देने में बहुत बड़ी बाधा बने हुए हैं। तथाकथित सभ्यता के आवरण तो फिर भी दिखायी दे सकते हैं, पर धार्मिक आवरण का तो दिखना भी कठिन है। वह सदैव वास्तविकता का भ्रम पैदा किये रहेगा, उसे हटाइएगा भी कैसे? ऊपर से लिये गये व्रत-नियम धार्मिक आवरण के अतिरिक्त और कुछ नहीं हैं।

धनात्मक पहलू : ध्यान

ध्यान आनंदरिक रूपांतरण के लिए धनात्मक पहलू है - ध्यान का अर्थ है स्वयं के प्रति जागरूकता। हम प्रायः जीवन भर दूसरों के सम्बन्ध में तो जागरूक रहते हैं, पर अपने प्रति सदैव सोये हुए हैं। हम हर समय बेहोशी में - नींद में जी रहे हैं। अतः हमें इस बात का पता ही नहीं है कि हमारे द्वारा क्या हो रहा है-क्या किया जा रहा है



अतीत के द्वालोक्ये...

और मजे की बात यह है कि हमने इसी नींद को जागना समझ रखा है।

बेहोशी में कुछ भी समझा जा सकता है, उसका अर्थ ही क्या है? ऐसी अवस्था में हमसे अकरणीय कृत्य ही होंगे। क्या कभी किसी ने किसी शराबी को बेभान बेहोश अवस्था में कोई अच्छा काम करते देखा है? ये रोग तो हमारे बेहोशी में जीने से फैल रहे हैं। आप ऊपर से लाख व्रत-नियम दिला दें - बेहोशी अपनी जगह बरकरार है। वह बेहोशी को तोड़ने का नहीं, और गहरी नींद में ले जाने का उपाय है, क्योंकि जितना ही जागने का भ्रम अधिक है, नींद उतनी ही बिलम्बित होती जा रही है।

बेहोशी - नींद टूटेगी ध्यान से - दूसरों के प्रति नहीं, अपने प्रति जागरूक बनने से गहरे में अपने को देखने, देखते चले जाने से। जैसे भी हैं अच्छे-बुरे, अपने को देखें - जानें। शरीर और मन के भी पार अपने भीतर के उस चैतन्य का अनुभव करें, क्योंकि सभी तनाव-दूँद शरीर और मन की सीमा में हैं - उनके पार यह सब नहीं है। वहाँ कोई उलझन ही नहीं है, वहाँ सर्व स्वीकार है।

यदि उस चैतन्य के साक्षी भाव में सभी क्रियाएँ सम्पादित हों तो वे निष्कलुष रह सकती हैं, क्योंकि उस तल पर कहीं विभेद नहीं है। सभी भेद मन और शरीर के तल से शुरू होते हैं और तब विभिन्न क्रियाओं में प्रकट होते हैं। भेद-दृष्टि ही तो सभी रोगों की जड़ है। भेद-दृष्टि में ही अहं को पोषण मिलता है। भीतर यदि निरन्तर साक्षी भाव बना रहे, शरीर और मन के बल पर होने वाली सभी हरकतें - क्रियाओं के पीछे भीतर वह द्रष्टा मौजूद रहे तो भेद-दृष्टि समाप्त हो जाती है, अहं गिर जाता है। यही स्वयं के प्रति जागना है, ध्यान है।

ध्यान में उत्तरने की विधि

व्यक्ति को अपनी शारीरिक एवं मानसिक स्थिति के अनुसार ध्यान की 108 विधियों में से स्वानुकूल विधि का प्रयोग करना चाहिए। किसी भी कुशल योग

साधक से इसका समुचित प्रशिक्षण प्राप्त किया जा सकता है।

सामान्यतः: व्यक्ति स्वच्छ और शान्त वातावरण में खड़े-खड़े या बैठकर ध्यान में उतरे। यदि प्रारम्भ में भीतर साक्षी भाव से मौन श्वासोच्छ्वास द्वारा तथा अन्य ध्वनि प्रयोगों द्वारा अपने को अधिकाधिक प्रशांत बना लिया जाये तो ध्यान में उतनी ही गहराई में उतरा जा सकता है। खुद तक जाने के बाद सब हलचल बंद कर दें, शांत हो जाएं।

शरीर को शिथिल छोड़ दें। शरीर में कहीं कोई तनाव न रह जाये जैसे शरीर ही छोड़ दिया हो और अब उससे हमारा कोई सम्बन्ध नहीं रह गया हो। फिर श्वास को शिथिल करें - इतनी शिथिल हो जाये कि यह भी आभास न रहे कि आप श्वास भी ले रहे हैं। भीतर साक्षी हो जाएं, तब विचारों का आवागमन रुक जाएगा और मन शांत हो जाएगा।

उस निर्विचार स्थिति में अपने भीतर झांकें। भीतर के प्रकाश का अनुभव करें, प्रकाश के निरंतर सघन होने का अनुभव करें। प्रकाश की सघनता के साथ ही आनंद का अनुभव होने लगेगा। कुछ ही देर में भीतर आनन्द के पुलक से भर जाएंगे। यदि भीतर के प्रकाश का बाहर सर्वव्यापी चेतना के प्रकाश से तादात्य अनुभव कर सकें तो आनंद का भार न रहे।

इस स्थिति में जितनी देर रह सकें, रहें। प्रतिदिन समय बढ़ाते जाएं। अब आप अपने प्रति जागरूक हैं। यदि यही जागरूकता जीवन की प्रत्येक क्रिया में भी रह जाये तो जीवन में क्रान्ति घटित हो जाये।... पाँच मिनट से लेकर एक घण्टे तक भी प्रतिदिन इस निर्विचार ध्यान में उत्तरने का अभ्यास किया जाये तो उसके प्रभाव से दिन भर की क्रियाओं के प्रति बेहोश रहने लगता है। इसमें परिणाम भी साथ-साथ मिलना शुरू हो जाता है - ऐसा नहीं कि साधना इस जन्म में करो और फल अगले

जन्म में मिले। व्यक्ति प्रतिदिन के जीवन में तनाव रहित होकर अधिक से अधिक शान्त और आनन्दमय बन जाता है। उसे तब प्रत्येक क्रिया में जीवन-रस का स्वाद आने लगता है और तब यह अनुभव होता है कि यह जीवन दुःखों का घर नहीं, आनन्द का स्रोत है।

अहा! यह अनुभव कितना सुखद है। यह स्वानुभूत तथ्य कह रहा हूँ। कोई इस अनुभव को पाकर तो देखे। यह ऐसी कोई दुरुह साधना नहीं है कि न की जा सके। हम मन से, शरीर से कुछ न कुछ करते ही रहते हैं। यह सब जागते में तो चलता ही है, नींद में भी स्वप्न के रूप में चलता रहता है। ध्यान में हमें कुछ नहीं करना है - अक्रिया में होना है। कुछ करने से कुछ न करना कठिन लगता भर है क्योंकि हम निरन्तर कुछ न कुछ करने के अभ्यस्त हैं, अन्यथा कुछ न करना तो सर्वाधिक सरल होना चाहिए और ध्यान रहे कि चैतन्य ही क्रियारहित होता है। इसलिए तब हम चैतन्य के अनुभव में होते हैं।

यदि यह अनुभव निरन्तर बना रहे तो हम अपने साक्षी भाव में क्रियारत रहते हुए भी कर्तापन के अहंभाव से सदैव के लिए मुक्त हो सकते हैं। प्रारम्भ में ध्यान में आपको उतरना होगा, फिर ध्यान आपको पकड़ लेगा और फिर आप उसे छोड़ना ही नहीं चाहेंगे।

आनन्द का अमृत पाकर भी क्या कोई उसे छोड़ना चाहेगा? प्रतिदिन कुछ समय के लिए भी ध्यान में दूब सके हैं तो समझिए बहुत कुछ भार हल्का कर गये - शान्त हो गये - आनन्द पा गये। उसका फल कल पर भी नहीं छूटेगा - वह आज और अभी मिलेगा।

यदि समाज का एक बहुत बड़ा वर्ग ध्यान में उतरना शुरू कर दे तो समाज की हवा ही बदल जाये। ये साधक घर में, बाहर-व्यापार में, नौकरी में, कारखानों में, खेतों में - सब जगह दिखायी देने लगें तो वे



अन्तीत कै छालौखै छै...

जहाँ होंगे, वहाँ का वातावरण ही बदल जाएगा।

अब व्यक्ति अपने तनावों को समझने लगा है, अपनी विक्षिप्ति का उसे आभास होने लगा है। यदि इन व्यक्तियों को ध्यान की दिशा मिल जाये तो उनके लिए यह वरदान तुल्य हो। उसे जितना ही अधिक अपनी बीमारी का आभास होगा, ध्यान के माध्यम से वह उतना ही स्वस्थ बनाया जा सकेगा।

तब वह स्वस्थ और शांत आदमी भी कभी हत्याएँ कर सकेगा? आत्महत्या करना चाहेगा? क्या तब वह किसी आक्रामक कार्रवाई में संलग्न हो सकेगा? क्या तब उसे रिश्ते खाने और धोखा देने का खयाल भी आ सकेगा? तब क्या जीवन ही एक व्रतमयी-संकल्पमयी भाषा न बन

जाएगा? आंतरिक रूपांतरण से जिस नये जीवन का उद्घव होगा; वह व्रतमय ही होगा।

यों कृत्रिम आवरणों को हटाने की ऋणात्मक बात और ध्यान में उत्तरने की धनात्मक बात एक ही है। निरावरण होते ही हम ध्यान में होते हैं या ध्यान में उत्तरने पर हम अपने को निरावरण पाते हैं। दोनों बातें एक ही स्थिति - स्वयं के प्रति जागरूकता में ले जाती हैं।

कभी हम पथ की बाधाएं, कंटक दूर हटाकर बढ़ने में सुगमता अनुभव करते हैं और कभी ऐसा भी होता है कि हम बढ़ जाते हैं और पथ की बाधाएँ नहीं रहतीं। वस्तुतः वे नहीं बढ़ने तक ही दिखायी देती हैं। मेरी दृष्टि में यही आन्तरिक रूपांतरण की वास्तविक प्रक्रिया है और इस प्रक्रिया से

गुजर कर ही हम मनुष्य जाति को रुग्ण, विक्षिप्ति, अशांत और तनावग्रस्त होने से बचा सकते हैं। इस प्रक्रिया में भरकर ही हम जीवन की बगिया में प्रेम के फूल खिला सकते हैं।

क्या ही अच्छा हो यदि प्रत्येक व्यक्ति प्रयोग के तौर पर ही सही, पर एक बार ध्यान में उत्तरकर देखे, उसके परिणामों का स्वयं अनुभव करे।

यदि ध्यान सम्पूर्ण मनुष्यता पर छा जाये तो मनुष्यता को पहली बार इस धरती पर जीने का स्वाद मिल सकता है। उसके बचाव का और कोई रास्ता नहीं है। इस रास्ते में यह बची भी रहेगी और आनन्दामृत से छकी भी रहेगी। अब इस मनुष्यता को ही यह चुनना है कि उसके लिए क्या ठीक है।

विराट की पूजा

■ स्वामी विवेकानन्द ■

- * सर्वप्रथम हमें विराट की, अपने चारों ओर जो भी हों सबकी पूजा करनी चाहिए। हमारे साथी मानव और पशु - हमारे देवता यही हैं।
- * पहले रोटी और तब धर्म। जब भूखे प्राणी कराहते हैं तब हम उन्हें धर्म से ठूंस-ठूंस कर भरने की कोशिश करते हैं। भूख की तड़पन धर्म सूत्रों से शान्त नहीं होती।
- * हम दो बातों से अभिशप्त हैं- एक तो हमारी दुर्बलता और दूसरी हमारी धृणा - हमारे सूखे हृदय। आप करोड़ों सिद्धांतों की बात कर सकते हैं, करोड़ों सम्प्रदायों की रचना कर सकते हैं; लेकिन यदि आपमें सहदयता नहीं है तो यह सब कुछ भी नहीं है।
- * हर अभिजात्यता का कर्तव्य अपनी कब्र खोदना है तथा जितना जलदी वह ऐसा करती है उतना ही अच्छा है और जितना विलम्ब करेगी, उतनी ही भयानक मौत मरेगी।
- * यदि मनुष्य ईश्वर के प्रतिशोध में विश्वास नहीं करता तो भी वह इतिहास के प्रतिशोध से इनकार कदापि नहीं कर सकता।



अन्तीत के छालौरवे लै...

इन्द्रधनुषी यह जीवन है।

छोटे-से जीवन में राही भरी हुई सौ-सौ उलझन हैं।।

हृदय-गीत कब मिल पाते हैं, सपनों का सारा खेला है,
रीझा है किन सपनों पर तू, दीपक की लौ-सा मेला है।
गगन-विहारी पंछी तेरा कारक में तो जकड़ा मन है ॥

कविता

जीवन

■ मुनिश्री मानमल (बीदासर) ■

तेरी सीपी के संपुट में, मोती अनगिन हो सकते हैं,
काले भावों को उजला कर, क्या स्पन्दन तेरे सकते हैं ?
तेरे तो अन्तर सागर में शांति वारि का आनन्दघन है ॥

शासों का विश्वास नहीं है, सदा मानकर चलते रहना,
अन्तर मन से यही बात, तू हर पल में ही कहते रहना।
अविकारी-अविनाशी तू तो स्वयं स्वयं में ही भगवन् है ॥

सान्ध्य-राग का हो न पुजारी, गीत स्वयं के अब गा जाना,
चमक भरा है भाग्य तुम्हारा, हो साकार यही अजमाना।
और महीने को तज दे तू अपने में खुद ही सावन है ॥

आंदोलन समाचार

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री तुलसी घूरु में

घूरु। अणुव्रत अनुशास्ता युगप्रधान आचार्य श्री तुलसी का 11 जुलाई को रात्रि में अणुव्रत चौक में विशेष प्रवचन रखा गया जिसमें मुनिश्री नथमलजी, श्री बुधमल जी शामसुखा व निर्मल भाई के बाद आचार्य श्री ने कहा- "धर्म के नाम पर लड़ने वाला सच्चा धार्मिक नहीं हो सकता। तथाकथित धार्मिकों ने धर्म का जितना नुकसान किया है, उतना शायद नास्तिकों ने नहीं किया होगा।" 13 जुलाई को प्रातः शान्तियात्रा का आयोजन हुआ जो आगे चलकर एक सभा में परिणत हो गयी। वहाँ आचार्य श्री ने अपने प्रवचन में कहा, "मैं 25 वर्षों से सर्वधर्म समन्वय का प्रयास कर रहा हूँ, फिर दूसरे धर्म सम्प्रदाय के बारे में गलत बात कैसे लिख सकता हूँ।"

युवक साधना शिविर का आयोजन

राजसमंद। यहाँ दिनांक 23 से 25 जून तक मेवाड़ क्षेत्रीय तेरापंथी युवक परिषद द्वारा त्रिदिवसीय युवक साधना शिविर आयोजित किया गया। इसका उद्घाटन राजस्थान प्रांतीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष विधायक मनोहर कोठारी ने किया। मुनिश्री हर्षलालजी और मुनिश्री सुखलाल जी ने युवा-जागृति की प्रेरणा दी। पूर्णचंद्र बड़ाला, भीकमचंद कोठारी भ्रमर, धर्मेश डांगी, चांदमल दूगड़, चंदनमल मेहता आदि ने विचार रखे। चतुर कोठारी ने आभार ज्ञापन किया।

मद्य-निषेध दिवस मनाया

सरदारशहर। 26 जून को मुनिश्री दुलीचन्दजी 'दिनकर' के सात्रिध्य में मद्य-निषेध दिवस मनाया गया। मुनिश्री विजयकुमार जी, पानमलजी व रवीन्द्र कुमार जी के कविता पाठ व प्रवचनादि के साथ श्री नगराजजी नाहटा, श्री सुमेरमलजी दूगड़ आदि के विचार प्रेरक रहे। मुनिश्री दुलीचन्दजी ने सामूहिक उपवास व आजीवन सुरात्याग के प्रत्याख्यान कराये तथा शराबबंदी के पक्ष में प्रस्ताव पारित किया गया।



पाँच रूपये

मातादीन के दिमाग में अहंकार की गरमी जोर मार रही थी। हृदय में करुणा का अभाव था। उसने तैश में आकर कहा, ‘‘तू मुझे ज्ञान दे रहा है। जानता है—मैं कौन हूँ? मैं एक सेवानिवृत्त प्राचार्य... महीने की लाख रूपये पेंशन पाता हूँ। बैंगलोर में मेरी लड़की चालीस लाख रूपये सालाना के पैकेज पर दुनिया की एक मानी हुई कम्पनी में मैनेजर है। मेरा लड़का राज्य सरकार में प्रशासनिक अधिकारी है। समझा! ’’

सु बह के दस बजे थे। सर्दी के दिन। गुनगुनी धूप अच्छी लग रही थी। मातादीन आलस्य से भरा चौक में पड़ी खाट पर औंधा पसरा हुआ था। उसकी पली रेखा खेत से हरा चारा लाने गयी थी। रिटायरमेंट के बाद मातादीन से वक्त काटे नहीं कर रहा था। वर्षों की नियमित दिनचर्या अनायास बदल गयी थी। उसने जैकेट पहना और सुभाष पार्क जाने के लिए घर से बाहर हो लिया।

घर में ताला लगाते देख पड़ोसी बंशी ने सहज भाव से पूछा, “मास्टर जी किधर चल दिये?”

मातादीन झळा गया। बोला, “अरे बंशी! तुम अच्छी तरह से जानते हो—मैं मास्टर से नहीं, प्राचार्य से रिटायर हुआ हूँ। तुम मुझे प्राचार्य क्यों नहीं कहते?”

बंशी ने हँसते हुए कहा, “भाई मातादीन! पैतीस साल की कुल नौकरी में तैतीस साल तो तुम मास्टर ही रहे। फिर शुरू से मास्टर कहने की आदत पड़ गयी।”

मातादीन ने घर को ताला लगाया और बिना कोई बहस किये गाँव के बस स्टैण्ड की ओर बढ़ गया। बस स्टैण्ड पर खूब चहल-पहल थी। सभी थड़ियों पर अनेक लोग जमा थे। थड़ियों के पीछे पेड़ों के नीचे गाँव के बेरोजगार और पेंशनभोगी लोग ताश खेल रहे थे। एक बार तो मातादीन का मन वहीं ताश खेलने को हुआ, मगर ऐसा करना उसे अपनी शान के खिलाफ लगा। वह एक सेवानिवृत्त प्राचार्य है। बेटा राज्य सेवा में प्रशासनिक अधिकारी है

और बेटी बड़ी कम्पनी में सॉफ्टवेयर इंजीनियर। उसने यही बेहतर समझा कि सुभाष पार्क चलकर वहां ही ताश खेली जाये।

सुरसा के मुँह की तरह बढ़ते हुए शहरीकरण के दौर में मातादीन का गाँव भी शहर की जद में आ गया था। जिला मुख्यालय वहां से महज तीस किलोमीटर दूर था। सुभाष पार्क शहर और गाँव के संधि-स्थल के रूप में वहां से मात्र दो किलोमीटर ही है। वहां जाने के लिए हर दो-तीन मिनट में कोई न कोई साधन उपलब्ध हो जाता है।

मातादीन के देखते ही देखते एक ई-रिक्षा वाला वहां आकर खड़ा हो गया और आवाज लगाने लगा, “सुभाष पार्क... सुभाष पार्क!”

ई-रिक्षा के पास जाकर मातादीन ने पूछा, “किराया?”

ई-रिक्षा चालक ने कहा, “दस रुपये।”

मातादीन ने प्रतिवाद किया, “सुभाष पार्क तक फुल ई-रिक्षा दस रुपये में जाता है। एक सवारी इसमें बैठी हुई है। देख ले, मैं तो पाँच रुपये दूँगा।”

ई-रिक्षा चालक मान गया। बोला, “ठीक है बैठिए। आप पाँच रुपये ही दें दीजिएगा।”

मातादीन के बैठते ही ई-रिक्षा चल पड़ा। थोड़ी ही देर में सुभाष चौक आ गया। ई-रिक्षा रुकते ही अधेड़ महिला नीचे उतरी, किराया चुकाया और अपनी राह चल पड़ी। मातादीन





इत्मीनान से उतरा। ई-रिक्षा चालक किराये के लिए उसका मुँह ताक रहा था। मातादीन ने जैकेट की जोब से एक-एक रुपये के पाँच सिक्के निकालकर कहा, “ले।”

ई-रिक्षा चालक ने कहा, “साहब! एक रुपये के ये छोटे वाले सिक्के अब यहां नहीं चलते।”

यह सुनकर मातादीन का पारा एकदम गरम हो गया। उसने ऊँचे स्वर में कहा, “तेरी इतनी हिम्मत। भारत सरकार की मुद्रा लेने से इनकार कर रहे हो। चुपचाप अपना किराया पकड़।”

ई-रिक्षा चालक ने विनम्रता से कहा, “साहब! सुबह-सुबह का समय है। बोहनी-बढ़े का टाइम। मैं कोई झगड़ा नहीं कर रहा। एक रुपये के ये सिक्के अब यहां कोई भी नहीं लेता। समय-समय की बात है। चलन में चवन्नी गयी। अठनी गयी। ... और अब ये एक रुपये वाले छोटे सिक्के भी...।”

मातादीन के दिमाग में अहंकार की गरमी जोर मार रही थी। हृदय में करुणा का अभाव था। उसने तैश में आकर कहा, “तू मुझे ज्ञान दे रहा है। जानता है—मैं कौन हूँ? मैं एक सेवानिवृत्त प्राचार्य... महीने की लाख रुपये पेंशन पाता हूँ। बैंगलोर में मेरी लड़की चालीस लाख रुपये सालाना के पैकेज पर दुनिया की एक मानी हुई कम्पनी में मैनेजर है। मेरा लड़का राज्य सरकार में प्रशासनिक अधिकारी है। समझा!”

“साहब, खुशी की बात है कि आपका परिवार पढ़ा-लिखा है, सम्पन्न और रसूखदार है। मैंने तो यह ई-रिक्षा

बेरोजगारों के लिए स्व-रोजगार ऋण योजना में लोन पर लिया है। हर महीने इसकी किस्त जमा करके मैं बायुशिक्ल अपना और अपने परिवार का पेट पाल रहा हूँ। आपसे मेरा रिश्ता एक सवारी का था। आपका सफर पूरा हुआ। आप मुझे मेरा उचित किराया दे दीजिए।” ई-रिक्षा चालक ने विनम्रता से कहा।

मातादीन ने अपने पर्स में से पाँच सौ रुपये का नोट निकाला और ई-रिक्षा चालक को देते हुए कहा, “यह ले! पाँच रुपये किराये के काटकर बाकी रुपये लौटा।”

ई-रिक्षा चालक ने कहा, “साहब! यह मेरा पहला ही चक्कर है। मेरे पास खुले रुपये नहीं हैं और सुबह-सुबह पाँच सौ का खुला कोई नहीं करेगा। आप अपने पर्स में देखिए, कोई छोटा नोट हो।”

मातादीन अकारण तमतमा गया। उसने क्रोध में कहा, “जा! कहीं से भी खुले करवा कर ला। ... फालतू में बकवास करता है... सा...।”

अंगुली दिखाते हुए ई-रिक्षा चालक ने आगाह किया, “साहब! गाली नहीं।”

“तेरी इतनी हिम्मत। मुझे अंगुली दिखता है।” कहते हुए मातादीन ने अपने जूते से ई-रिक्षा चालक पर वार कर दिया।

अपने बचाव में ई-रिक्षा चालक ने मातादीन को धकेल दिया। मातादीन नीचे गिर गया। वह गालियां देते हुए उठा और थाने की ओर बढ़ गया। थाने में भीड़ थी। अपनी-अपनी शिकायतें



लिये लोग अपनी बारी का इंतजार कर रहे थे। मातादीन थानाध्यक्ष के कमरे की ओर सीधा बढ़ने लगा। एक सिपाही ने उसे रोका, “आप थानाध्यक्ष से सीधे नहीं मिल सकते।”

मातादीन ने प्रश्न किया, “क्यों?”

सिपाही ने कहा, “देख नहीं रहे? आपसे पहले कितने लोग यहां आकर बैठे हैं?”

मातादीन ने रैब जमाते हुए कहा, “मैं एक सेवानिवृत्त प्राचार्य हूँ। मेरा लड़का राज्य सरकार में प्रशासनिक अधिकारी है।”

सिपाही ने कहा, “है तो?”

मातादीन सिपाही के मुँह की ओर ताक रहा था। सिपाही ने कहा, “आप स्वागत कक्ष से अपनी बारी की पर्ची ले लो।”

मातादीन चुपचाप स्वागत कक्ष की ओर बढ़ गया। उसको चालीस नम्बर की पर्ची मिली। सोलह नम्बर की सुनवाई चल रही थी। वह एक बेंच पर बैठ गया। उसके पास समय था। उसने अपने गाँव के बकील से मोबाइल पर कानूनी सलाह ली। बकील ने मारपीट के साथ छीना-झपटी एवं लूटपाट का केस दर्ज करने की सलाह दी। केस मातादीन की नाक का सवाल बन गया था और बकील उसका सबसे बड़ा हिमायती।

पूरे दो घंटे बाद मातादीन का नम्बर आया। उसने बताया, “थानेदार साहब! आज सुबह मैं अपने गाँव से एक ई-रिक्षा से

सुभाष चौक आ रहा था। उसका चालक 26-27 साल का गुंडा टाइप है। उसने पूरी बाँह की सफेद शर्ट और काली पैंट पहनी हुई थी। रास्ते में सुनसान जगह देखकर उसने ई-रिक्षा रोका। उसने मेरी कॉलर पकड़ कर मुझसे मारपीट की और मेरे पचास हजार रुपये लूट लिये।”

थानाध्यक्ष ने प्रश्न भरी नजरों से देखते हुए पूछा, “आपने ई-रिक्षा के नम्बर नोट किये?”

“हाँ। दो हजार सत्तावन।”

थानाध्यक्ष ने मातादीन से कहा, “मैं अभी ई-रिक्षा चालक को ढूँढ़वाता हूँ। आप बाहर इंतजार करें।”

मातादीन बाहर बैठ गया। एक हेड कांस्टेबल जल्दी ही ई-रिक्षा चालक को अपने साथ ले आया। मातादीन ई-रिक्षा चालक की ओर दौड़ा और उस पर टूट पड़ा। पूरा थाना हतप्रभ! हेड कांस्टेबल ने मुश्किल से मातादीन को काबू किया।

थानाध्यक्ष ने मातादीन से कहा, “पुलिस कस्टडी में एक आरोपित व्यक्ति पर आप कैसे हाथ उठा सकते हो?”

मातादीन चुप था। थानाध्यक्ष ने हेड कांस्टेबल को आदेश दिया, “शांतिभंग के जुर्म में इसको हवालात में बंद कर दो।”

थानाध्यक्ष ने पूछा, “तुम्हारा नाम?”

“साहब! मनोज।”



"तुमने सुनसान जगह में ई-रिक्शा रोककर सवारी से लूटपाट क्यों की?"

"नहीं साहब, मैंने किसी से लूटपाट नहीं की।"

"तुम्हारे पास क्या सबूत है कि तुमने अपनी सवारी श्री मातादीन से आज कोई लूटपाट नहीं की?"

"साहब, मैं अपने गाँव से ई-रिक्शा लेकर चला तो सेन की ढाणी से ताई शकुंतला मेरे रिक्शों में बैठी थीं। अगले गाँव से मास्टर मातादीन जी बैठे थे। मैं दोनों सवारियों को लेकर सीधा सुभाष चौक आ गया था। आप चाहें तो ताई शकुंतला से पूछ सकते हैं।"

थानाध्यक्ष नरम पड़ा। सिर हिलाते हुए उसने एक सिपाही की ओर संकेत करते हुए कहा, "तुम इसके साथ जाओ और शकुंतला को लेकर जल्दी आओ।"

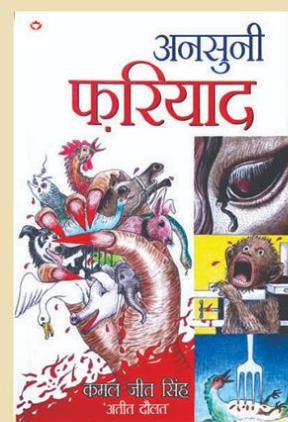
ई-रिक्शा चालक मनोज सिपाही के साथ बाजार की ओर चला गया था। थानाध्यक्ष अपनी कुर्सी पर बैठा था कि उसके मोबाइल पर एक नये नंबर से फोन आया। फोन उठाते ही उसने सुना - "मैं एसडीएम अनिल कुमार बोल रहा हूँ। श्री मातादीन मेरे पिताजी हैं। हमारा परिवार एक प्रतिष्ठित परिवार है। हमारा वकील थाने पहुँचता ही होगा। इस केस में आप मेरे पिताजी के हित का ध्यान रखना।" थानाध्यक्ष कुछ बोलता, उससे पहले ही अनिल कुमार ने फोन काट दिया था। उसे आश्वर्य हुआ। उसे लगा कि एक एसडीएम अपने आपको सर्वेसर्वा समझकर आदेश दे रहा है।

उधर, सिपाही मनोज के साथ शकुंतला को लेकर आ गया था। शकुंतला ने निडर होकर गवाही दी - "मास्टर मातादीन अपने गाँव से मनोज के ई-रिक्शा में बैठा था। उसके बाद मनोज हम दोनों सवारियों को लेकर सीधा सुभाष चौक आ गया था। रास्ते में वह कहीं नहीं रुका। रास्ते में कहीं कोई मारपीट या लूटपाट नहीं हुई।"

इस बीच मास्टर मातादीन का वकील थाने में पहुँच गया था। थानाध्यक्ष सच जानकर न्याय के पक्ष में था। उसने मनोज और शकुंतला से पूछताछ करके मनोज को थाने से बरी कर दिया। इस घटना की जानकारी कस्बे में आग की तरह फैल गयी थी। अखबारों के संवाददाता सक्रिय हो गये थे। कस्बे के संध्या समाचार पत्र के मुख्य पृष्ठ पर बड़े-बड़े अक्षरों में छपा था - "शांति भंग और झूठे आरोप लगाने के जुर्म में सेवानिवृत्त प्राचार्य मातादीन गिरफ्तार" संध्या समाचार की पत्र की प्रति हाथ में लिए देर शाम अनिल कुमार अपने पिता से मिलने थाने पहुँचा। उसने पूछा - "पिताजी, सच-सच बताना। क्या वाकई आपके पास पाँच-दस रुपये छुटे नहीं थे।" मातादीन चुप था। अनिल कुमार ने दर्द भरी आवाज में कहा - "पूरा कस्बा पाँच रुपये के इस प्रकरण की चटकारे ले-लेकर चर्चा कर रहा है। देखिए यह अखबार...।"

जयपुर निवासी लेखक पूर्व वरिष्ठ वैज्ञानिक अधिकारी हैं तथा वर्तमान में स्वतंत्र लेखन में संलग्न हैं। साहित्य की विभिन्न विधाओं में अब तक कई कृतियां प्रकाशित हो चुकी हैं।

अनसुनी फरियाद



दया अनेक मानवीय गुणों की जन्मदात्री है। दया के बिना मानवता अर्थहीन हो जाती है। मानवीय संवेदना का मूल ही दया है। मगर अफसोस, आज मनुष्य संवेदनहीन होता जा रहा है। उसमें दया, ममता आदि गुण समाप्त होते जा रहे हैं।

चाहे खेल हों, उद्योग हो, विज्ञान हो, खान-पान हो, मनुष्य हर क्षेत्र में जानवरों की जमकर दुर्गति करता है। जानवरों को लहूलुहान करने में जरा भी संकोच नहीं करता। अपने स्वार्थ, लालच व अज्ञानतावश वह जल्दाद से भी बदतर होता जा रहा है।

कमल जीत सिंह 'अतीत दौलत' ने ऐसे ही जल्दाद बने मानव की कूरता के शिकार बेजुबान प्राणियों की पीड़ा को शब्दों में रूपायित करने तथा मनुष्य के भीतर सोयी हुई संवेदना को जगाने का, हृदय में कहीं गहराई में छिपी हुई इंसानियत को झकझोरने का प्रयास किया है।

उनकी पुस्तक 'अनसुनी फरियाद' चेहरे ओढ़े हुए मानव की दिल दहलाने देने वाली काली धिनौनी तस्वीर को प्रामाणिकता के साथ उजागर करती है। साथ ही उन लोगों का भी उल्लेख इस किताब में किया गया है जो जीवों के प्रति परोपकारी हैं। इसके अलावा प्राणी-कल्याण के लिए हम क्या कर सकते हैं, इसके बारे में भी सुझाव दिये गये हैं। इसके साथ यह पुस्तक चेताती भी है कि यदि हमने अपनी हिंसक जीवनशैली नहीं बदली तो वह दिन दूर नहीं, जब यह धरती पूरी तरह ध्वस्त हो जाएगी।



Acharya Tulsi's Anuvrat and Conflict Resolution

Acharya Tulsi, launched his Anuvrat Movement, with the sole aim of ridding mankind of the moral filth and ennobling individual character. It was all encompassing, cutting across caste, creed, language, region, race and sex.

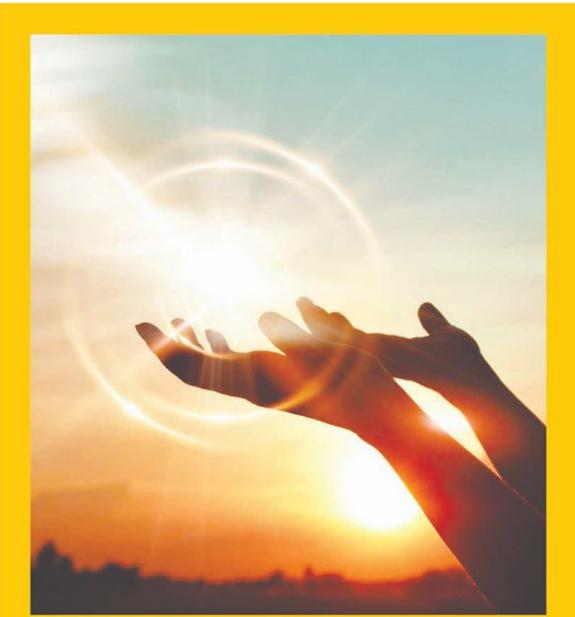
The most archetypal war in human history has been between good and evil. Though traditionally the two terms have been believed to carry moral and religious overtones, they belong as much to the human mind's secular outfit as to its spiritual accoutrements. Throughout history raw thinking has tended to keep the temporal and spiritual domains apart - and superficially they are apart - but sagacity has refused to accept the breach and has asserted conscious human activity. In fact, the ultimate and the most critical criterion distinguishing human life from all others is the presence or absence of the above principle.

Both individuals and groups pass through the three developmental phases of information (amoral), knowledge (potentially moral) and wisdom (moral) and civilizations prosper or perish depending upon where they are positioned along the clime. All forebodings of a human predicament are, therefore, to be treated merely as alarms of growing moral decadence presaging eventual

doom, unless timely remedial measures succeed in reversing the downfall.

The Second World War period was full of such alarms. Nagasaki and Hiroshima became stern reminders of more dangerous loss of innocence. The trauma of partition of the Indian subcontinent accompanied by the massacre of millions of men, women and children in the name of religion outdid the worst barbarism practised in recorded history. Poverty, hunger, disease and death stalked vast areas of the world, particularly in Asia, Africa and Latin America. Violence, untruth and injustice reigned supreme. Such was the macabre scenario that provided the backdrop for a still small voice heard in a remote town of Rajasthan, Sardarshahar, on March 1, 1949. On this day one of the greatest living sages, Acharya Tulsi, launched his Anuvrat Movement, with the sole aim of ridding mankind of the moral filth and ennobling individual character. It was all encompassing, cutting across caste, creed, language, region, race and sex. Addressing a





Religious concerns should directly aim at improving the quality of life, and righteousness of conduct should take precedence over formal and ritualistic practices associated with orthodox religion.

vast, surging crowd the Acharya declared:

1. First comes religion; and then the community or sect.
2. Though sects can be many, there can be but one religion.
3. Religion and politics must be kept apart.
4. Religion must take care of and improve here and now and not merely the hereafter.
5. It is character and not worship that is central to religion.

For the discerning listeners the message was clear. Narrow sectarianism and parochialism of all kinds was subversive of true religion. If there is only one religion, it will be for all humans whatever and wherever they are. Though there is no acceptable nomenclature for this human religion, it would be humanism in the best sense of the word. Hinduism, Christianity, Judaism, Islam,

Jainism will all be the names of different sects and not of religions. If taken in the right spirit the above formulation will rule out the possibility of all feuds and conflicts in the name of religion, for by definition the latter can only be a unifying factor and an instrument for common weal. Further, life in this world is more important than that after death. Religious concerns should directly aim at improving the quality of life, and righteousness of conduct should take precedence over formal and ritualistic practices associated with orthodox religion. Here was a veritable manifesto of good living and doing good.

Anuvrat means a small or diminutive vow. No vow, truly speaking, is either small or great. What is meant by a 'small' vow is a vow that is not accepted in its fullness. The name has its origin in the Jain tradition. Lord Buddha laid down the middle path for the monks. Lord Mahavira set forth a middle path for the ordinary householders. It is anuvrat. As a way it stands between violence and nonviolence. As far as possible, it is the path of nonviolence. A life without any restraint results in violence, whereas complete restraint leads to nonviolence. The former is harmful; the latter very difficult to achieve. It was this insight that lay behind anuvrat. If one finds complete restraint impossible, let him exercise minimum necessary restraint.

Anuvrat implies such a minimum necessary restraint. Perfection or the greatest height cannot be divided but it takes several steps to reach it and each step upwards brings the destination closer. The anuvrats or diminutive vows are graded steps to reach moral perfection.

According to Acharya Tulsi the key to perfection lies in character and the development of character remains incomplete until there is perfect consonance and unity between thought and action. There is at present a dire need for such an integrated form of religion as will cut across



According to Acharya Tulsi the key to perfection lies in character and the development of character remains incomplete until there is perfect consonance and unity between thought and action. There is at present a dire need for such an integrated form of religion as will cut across and transcend all sectarianism. The Anuvrat Movement meets this need squarely and effectively.

and transcend all sectarianism. The Anuvrat Movement meets this need squarely and effectively. True religion has to be coextensive with life. What good is that religion that comes into play only at prayer-time? Acceptance and practice of anuvrat makes people realise that one misses the true meaning of religion by confining it to the place of worship and keeping it out of the office or shop.

In the preamble to Anuvrat, Acharya Tulsi said, that the progress or regress of a society is best judged by the thoughts and behaviour of its people. The individual is a unit of society. Its progress or prosperity will be in proportion to his integrity and morality. The basis of moral progress lies in rectitude involving both thought and action, which are mutually interactive. The development of will-power is essential for the purity of both.

Taking vows means the development of will power. The greater its degree, the greater is one's success in life. It becomes stronger by regular practice and dedicated efforts (sadhana). For this reason the practices of Preksha Meditation has in recent years been added to that of anuvrat.

By regulating the secretions of the endocrine glands Preksha Meditation helps to stabilize and strengthen will-power and should thus be treated as an integral part of the discipline of anuvrat. As a result, it has been given prominence under the rules of anuvrat sadhana.

The capacity for keeping vows distinguishes one individual from another. How many vows one would observe depends upon one's innate capacity. Anuvrat represents the basic minimum limit of human restraint. It is a way of realizing the self through love, friendship and restraint.

The context of morality is pervasive. It is not confined to mere refraining from a resort to malpractices in business or bribery. For immorality can also take numerous other forms like hatred emanating from sectarianism, casteism, apartheid, and a tendency towards expansionism. Accordingly the range between the extremes of morality and immorality is enormous. It is this perspective that has informed the designing of the anuvrat code of conduct.

Before discussing how anuvrat can be a potent instrument for resolving various conflicts in the world, it will be useful to have a look at some parts of the Anuvrat Manifesto as propounded by Acharya Tulsi.

Aims

- ❖ To inspire people to observe self-restraint irrespective of their caste, colour, creed, country or language.

- ❖ To establish the values of friendship, unity, peace and morality.

- ❖ To create a free society without any kind of exploitation.

Means

- ❖ Making maximum people anuvratis (practisers of anuvrat).



If one studies the problems caused by nuclear armaments and pollution in the light of the Anuvrat Manifesto, one does not fail to realize how Anuvrat provides a lasting answer to them. All problems are reflections of a state of tension and conflict and anuvrat has the wonderful power of removing tension and resolving conflicts. It specifically gives a call for disarmament and refraining from contributing to pollution.

- ❖ Bringing about a revolution in thinking and acting.

Eligibility

- ❖ All those who believe in leading a pure life will be entitled to become anuvratis.

Categories

- ❖ One who subscribes to the rules of anuvrats and sadhana (dedicated practice) shall be called an anuvrati.

- ❖ One who subscribes to the rules meant for his/her own class shall be called a vargya anuvrati (there are specific anuvrats for the following classes: Students, teachers, businessmen, officers/employees, workers and peasants).

Directive Principles of Anuvrat

- ❖ Developing human unity.
- ❖ Developing the feeling of co-existence.
- ❖ Developing rectitude of behaviour.
- ❖ Developing the technique of introspection.
- ❖ Developing right standards in society.
- ❖ Developing trust in the purity of means.
- ❖ Developing will-power and self-restraint.
- ❖ Developing communal harmony .
- ❖ Developing inner purity.
- ❖ Developing fearlessness, objectivity and truthfulness.
- ❖ Developing non-attachment.
- ❖ Developing an awareness of the limits of individual possession and consumption.
- ❖ Developing a process of bringing about transformation of consciousness and emotional state.

Anuvrats

- ❖ I will not willfully kill any innocent creature.
- ❖ I will not commit aggression.
- ❖ I will not take part in violent agitations or any destructive activities.
- ❖ I will believe in human unity.
- ❖ I will practise religious toleration.
- ❖ I will observe rectitude in business and general behaviour.
- ❖ I will observe rectitude in business and general behaviour.
- ❖ I will not resort to unethical practices in elections.
- ❖ I will not encourage socially evil customs.
- ❖ I will lead a life free from addictions.
- ❖ I will always be alert to keep the environment pollution-free.

Anuvrat Sadhana

- ❖ I will practise Preksha Meditation.
- ❖ I will have a reconciliatory attitude for the sake of a peaceful domestic life.
- ❖ I will practise restraint in individual possession and consumption.
- ❖ I will exercise control over eating.
- ❖ I will practise diligence, self-reliance and simplicity.

The International Code of Conduct

- ❖ No country should commit aggression against another country.
- ❖ No country should try to occupy the territory or grab the property of another country.
- ❖ No country should interfere in the

ज्वैलर्स 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।

अपने पुराने जीवन बीमा पॉलिसी
नंबर के साथ शेयर करें,
हम एक परिवार पोर्टफोलियो 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 हैं।

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 हैं जिसमें पॉलीसी है
ज्वैलर्स ब्लॉक, लाईफ इन्शुरेन्स, मेडीक्लेम, फायर एवं बर्गलरी।



Ganpat Dagliya
Gold Medalist
T.O.T - U.S.A


One Stop Insurance Solution in India !

हम देश विदेश में सभी ग्राहकों को ऑनलाइन सुविधा द्वारा सेवा देते हैं।



Chirag Dagliya
M.B.A & Harvard Cert.
T.O.T - U.S.A

26 A, Dagine Bazar, Mumbai 400 002 | Email : info@niceinsure.com | www.niceinsure.com
Contact: +91 7045 850012/13/14/15/16 / 9869230444 / 9869050031 / 022-22448800



internal affairs of another country.

- ❖ No country should try to impose its form of government or ideology on another country.
- ❖ In the event of differences between them countries should adopt a policy of reconciliation.
- ❖ There must be efforts to bring about disarmament.
- ❖ Developed countries must have goodwill towards underdeveloped countries.

Even a cursory look at the manifesto brings out its uniqueness in the annals of similar reform movements in the world. What strikes the reader is its universal appeal. It addresses itself to the whole of mankind and steers clear of parochial, regional and sectarian loyalties. Its emphasis on friendship, unity, peace and morality is not a merely empty slogan, nor is it yet one more expression of a pious wish. It is a part of a programmatic action plan, an ideology backed by suitable and effective means of its fulfilment.

The key to its success lies in its insistence on bringing about a revolution in thinking and behaviour as a prerequisite to the achievement of its goals. The reason why most attempts at creating harmony and peace in the world have proved at best faltering and impermanent is the absence of an enduring change of heart in the peacemakers.

A faulty etiology is bound to result in therapeutic failure. Once fearlessness, objectivity and truthfulness have succeeded in churning the inner being, necessary physiological, psychic and emotional changes will be brought about for harmonizing conflicting interests, whether between individuals or nations..

Two of the gravest threats to human survival today are the arms race with the horrendous spectre of a nuclear war and environmental pollution increasing at an alarming rate. In some sense environmental degradation and ecological pollution pose

even a more dreadful threat to the survival of any form of life on this planet. Pollution kills more gradually and imperceptibly and it is already taking a heavy toll of life. It is affected by four factors: the prevailing natural conditions, growth of human population, the levels of production and consumption, and the level and use of technology.

While the environmental problems of the industrialized countries are the result of earlier exploitation as well as of present affluence, those of developing countries are primarily due to the manner in which machines are used or abused. In poorer societies these problems are essentially those of inadequate development and of continuing poverty, unsafe drinking water, malnutrition, poor sanitation, inadequate housing and disease.

If one studies the problems caused by nuclear armaments and pollution in the light of the Anuvrat Manifesto, one does not fail to realize how Anuvrat provides a lasting answer to them. All problems are reflections of a state of tension and conflict and anuvrat has the wonderful power of removing tension and resolving conflicts.

It specifically gives a call for disarmament and refraining from contributing to pollution. But what is unique to it is its insistence on developing the right kind of attitude conducive to the attainment of the desired good. Through the transformation of consciousness and the 'realization of the limits of individual possession and consumption, Anuvrat becomes a proof against falling a victim to the desire for building armaments, waging a war or degrading the environment. Anuvrat thus does not treat the disease; it cures the mind and aborts the disease.

R. P. Bhatnagar was former Professor and Head, Dept. of English, University of Rajasthan, Jaipur (India) and was an eminent exponent of Anuvrat Philosophy.



मोबाइल गेम को जानलेवा लत बनने से कैसे रोकें ?

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

बच्चों का विश्वास जीतें

हर वक्त जोंक की तरह कान से चिपके स्मार्ट फोन ने हमारे तन-मन और दैनिक जीवन को बुरी तरह प्रभावित कर रखा है। मोबाइल फोन का अविष्कार करने वाले वैज्ञानिक मार्टिन कूपर मौजूदा हालात से अत्यंत दुःखी हैं। वह स्वयं एक घंटे से अधिक मोबाइल फोन का प्रयोग नहीं करते। इसीलिए वे 93 साल की उम्र में भी स्वस्थ एवं प्रसन्न हैं।

केनबरा के प्रसिद्ध न्यूरो सर्जन के अनुसार विशेषतः बच्चों द्वारा सेलफोन के अत्यधिक प्रयोग से ब्रेन व कान का ट्यूमर, कैंसर, त्वचा रोग व याददाश्त कमजोर होने जैसी परेशानियां हो जाती हैं। कोरोना काल के बाद अब स्कूल जाने पर बच्चे समझ व अभिव्यक्ति के स्तर पर कमजोर नजर आ रहे हैं। ऐसे में सर्वप्रथम माता-पिता को खुद दिन भर में डेढ़-दो घंटे से अधिक देर तक मोबाइल का प्रयोग नहीं करना चाहिए। आप स्वयं बच्चे के साथ कुछ देर स्वस्थ मोबाइल गेम खेलकर उसका विश्वास जीतें। उसे बाहर घुमाने ले जाएं। स्वयं के संस्कार युक्त जीवन के साथ आकर्षक व रुचिकर कार्यक्रमों में ले जाएं। ऐसे ही उपायों से बच्चों की मोबाइल की लत कम हो सकती है।

–मुरलीधर वैष्णव, जोधपुर

रचनात्मक कार्यों से जोड़ें

आज बच्चे के जन्म के कुछ ही दिनों बाद माता-पिता उसके हाथ में मोबाइल थमा देते हैं, ताकि वह उन्हें परेशान न कर सके। फिर कुछ साल बाद सोचने लगते हैं कि इन बच्चों से मोबाइल को कैसे छुड़ाया जाये। बच्चे वही कार्य करते हैं जो वे अपने आसपास देखते हैं। ऐसे में जरूरी है कि माता-पिता अपने बच्चों के साथ क्रालिटी टाइम स्पेंड करें। उन्हें क्रियात्मक एवं रचनात्मक कार्यों से जोड़ें जिससे उनका चारित्रिक, मानसिक और शारीरिक विकास हो सके। कहते हैं कि 'एक अच्छी किताब एक अच्छे दोस्त' के समान होती है। बचपन से ही बच्चों को किताबों और अखबार पढ़ने की प्रेरणा दी जाये तो हो सकता है हम उनके चरित्र निर्माण में योगभूत बनें और मोबाइल के ऑनलाइन गेम्स से उन्हें दूर कर सकें।

–अभिषेक कोठारी, भीलवाड़ा

मैदानी खेलों के प्रति उत्साह जगाएं

मोबाइल की लत छुड़ाने के लिए जरूरी है मैदान के खेलों के प्रति बाल और युवा पीढ़ी का ध्यान आकर्षित किया जाये। उन्हें बताया जाये कि मोबाइल और कम्प्यूटर पर क्रिकेट खेलने से कहीं अधिक आनंद मैदान में जाकर क्रिकेट खेलने में है। भारत

सदैव से ही खेल परंपरा का संवाहक रहा है। यहाँ मिलखा सिंह, मेजर ध्यानचंद, सचिन तेंदुलकर से लेकर साइना नेहवाल तक और मिताली राज से लेकर कृष्णा पूनिया तक जैसे खिलाड़ियों ने दमखम के साथ विश्व पटल पर तिरंगे का नाम ऊँचा किया है। आज इन्हीं सबसे प्रेरणा लेकर बच्चों में मैदानी खेलों के प्रति उत्साह और आशा का माहौल बनाने की जरूरत है। देश की एकता को बरकरार रखने के लिए भाईचारे, प्रेम और मैत्री की भावना इन्हीं खेलों से विकसित की जा सकती है।

–देवेन्द्रराज सुथार, जालोर

संयुक्त परिवार में होगा सर्वांगीण विकास

बच्चों के समक्ष माता-पिता स्वयं को मोबाइल से दूर रखने का प्रयास करें। बच्चों को भी व्यावहारिक खेल-खिलौनों से खेलने, प्रकृति, परिवार, समाज, परिवेश, मानवीय अनुभूतियों, कर्तव्यों, अधिकारों से परिचित होने का प्रचुर अवसर प्रदान करें। उनके साथ किसी न किसी प्रकार से सक्रियता बरकरार रखते हुए व्यस्त रखने का उपक्रम करें। उन्हें प्रकृति से परिचित करवाएं और प्रकृति की गोद में ही पल्लवित होने का प्रचुर अवसर प्रदान करें।

मोबाइल को अंतिम विकल्प के रूप में ही मान्यता दें। संयुक्त परिवार में रहें, यह बालकों के सर्वांगीण विकास हेतु प्रमुख कारक है क्योंकि वहाँ निरंतर किसी न किसी परिजन का साथ बालक को मिलता रहता है। उसे अकेला होने का अवसर ही नहीं मिलता तो वे अकेले किसी एकाकी व्यवस्था की खोज करने की आवश्यकता ही महसूस नहीं करते।

–डॉ. चेतना उपाध्याय, अजमेर

प्रकृति की ओर लौटना होगा

मोबाइल गेम के प्रति बच्चों की दीवानगी उनके सर्वांगीण विकास में अवरोध बनती जा रही है। प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक अल्बर्ट बंदूरा के शोध अध्ययन से पता चलता है कि वीडियो गेम खेलने से बच्चों के व्यवहार में आक्रामकता बढ़ती है और आज हम इसको प्रत्यक्ष रूप से देख रहे हैं। इसका एक ही समाधान है, अभिभावकों को 'प्रकृति की ओर लौटो' का नारा अपनाना होगा। प्रकृति नैतिकता, धैर्य, अनुशासन और सकारात्मकता का स्रोत है। साथ ही बच्चों को रचनात्मक कार्यों जैसे खेलकूद, नाटक मंचन, नृत्य, गायन, एंटरप्रेन्योरशिप और विभिन्न प्रकार की प्रतियोगिताओं में शामिल होने के लिए प्रेरित करना होगा। बच्चों को परिवार के सदस्यों द्वारा पूरा समय दिया जाना जरूरी है।

–नेहा गुप्ता, दिल्ली



बच्चों के साथ समय बिताएं

मोबाइल का अत्यधिक प्रयोग बच्चों पर नकारात्मक प्रभाव डाल रहा है। एक जगह घंटों बैठकर गेम खेलना, वहाँ पर खाना-पीना। नतीजा मोटापा बढ़ना तथा अन्य बीमारी से ग्रस्त होना। जब-तक माँ-बाप बच्चों के साथ समय नहीं बिताएंगे, उन्हें बाहर घुमाने नहीं ले जाएंगे, तब तक बच्चे मोबाइल का साथ नहीं छोड़ेंगे। ऐसे में हम सोशल मीडिया, गेमिंग या वीडियो देखने जैसी गतिविधियों के लिए एक समय निर्धारित कर सकते हैं ताकि अपने अन्य कार्य समय पर कर पाएं। हम पेंटिंग, नृत्य, इनडोर या आउटडोर गेम खेलने जैसी अन्य मनोरंजक गतिविधियों में भी संलग्न हो सकते हैं। इस तरह धीरे-धीरे इस समस्या से छुटकारा पा सकते हैं।

-डॉ. रेखा जैन, शिक्षोहाबाद

रुचि परखकर उसे सही दिशा दें

जब कोई बच्चा किसी जानलेवा बीमारी से ग्रसित हो जाता है तो हम उसे बचाने के लिए सारी कोशिशें करते हैं। अपना समय, धन सब कुछ दाँव पर लगा देते हैं। मोबाइल की लत भी इतनी ही गंभीर समस्या है। ऐसे में खुद से शुरुआत करें। सिर्फ काम के समय ही मोबाइल हाथ में रखें। घर के छोटे-बड़े कार्यों में बच्चे को शामिल करें, उसकी राय को अहमियत दें। खाली समय में पूरा परिवार मिलकर चेस, कैरम या अन्य कोई इंडोर गेम खेल सकते हैं। बच्चों को खेल के मैदान में भी भेजा जाये। बच्चे की कला या साहित्य में रुचि हो, इसे भी परखना आवश्यक है। बच्चे में किताब पढ़ने की रुचि जागृत करें। उसके अच्छे कार्यों की सबके सामने सराहना करें। अगर घर में किसी को कोई शारीरिक कष्ट या बीमारी है तो वह भी बच्चे को बताएं और उसकी मदद लें। हर बच्चे की अलग-अलग प्रकृति होती है लेकिन इतना तो निश्चित है कि जिस दिन बच्चे को अपनी रुचि का पता चल जाएगा, उस दिन से उसका जीवन बदल जाएगा।

-नीमा पाठक, अजमेर

रचनात्मक खिलौनों से बहलाएं

अधिकांश बच्चों तक वह मोबाइल पहुँचता है जो खाली इधर-उधर पड़ा रहता है। कभी-कभी माता-पिता लाइ-प्यार में भी बच्चों को मोबाइल पकड़ा देते हैं। बच्चों को यदि मोबाइल देना ही है तो अपने फोन में ऐसी सामग्री रखें जो बच्चों के लिए रुचिकर, मनोरंजक एवं ज्ञानवर्धक हो। इसके अतिरिक्त बच्चों को मोबाइल से दूर रखने का एक बहुत बड़ा साधन खिलौने हो सकते हैं। विविध प्रकार के कलात्मक एवं रचनात्मक खिलौनों के द्वारा बच्चों का मन बहलाया जा सकता है।

-सतीश मिश्र, शाहजहांपुर

स्वाध्याय, ध्यान और भक्ति का माहौल जरूरी

बच्चा मोबाइल गेम तब खेलता है, जब उसके साथ खेलने के लिए कोई मित्र न हो, बात करने को परिजन पास न हों या पास

होकर भी मोबाइल में व्यस्त हों। ऐसे में अभिभावक मोबाइल का कम प्रयोग करते हुए बच्चों के साथ समय बिताएं। उन्हें फिजिकल गेम खेलने को प्रेरित करें। घर में प्रतिदिन ध्यान, सामायिक, स्वाध्याय और भक्ति का ₹ म बनाएं ताकि उन पर मानसिक तनाव हावी न हो। बच्चों को आउटिंग के लिए नियमित ले जाएं। सुविधा और सुख में अंतर समझाएं। पौराणिक कथाओं और ऐतिहासिक घटनाओं से उन्हें प्रेरणा प्रदान करें। और अंत में पहले हमें स्वयं सोशल मीडिया की लत से आज़ाद होना पड़ेगा। तभी हम बच्चों को इस लत से बचा सकते हैं।

-वीरेंद्र सालेचा, अहमदाबाद

कुकिंग, बागवानी में लें बच्चों की मदद

स्मार्टफोन के चमकीले रंग और एनिमेशन बच्चों को अपनी ओर खींचते हैं। ऐसे में मोबाइल फोन से सेहत को होने वाले नुकसानों के बारे में बच्चों को समझाएं। बच्चों के लिए प्रकृति नैचुरल थेरेपी का काम करती है और इससे बच्चे फोन से भी दूर रह सकते हैं। अपने बच्चों को बाहर किसी हरी-भरी जगह या पार्क में घुमाने ले जाएं। बच्चे वहाँ अपनी पसंद का कोई गेम ढूँढ़ लेंगे। आजकल अधिकतर माता-पिता अपने काम और जिम्मेदारियों में बहुत व्यस्त रहते हैं, लेकिन बच्चे के लिए समय निकालना बहुत जरूरी है। बच्चों के साथ बोर्ड गेम खेलें या कुकिंग या बागवानी जैसे कामों में उनकी मदद लें। उन्हें गाना सीखने, किताबें पढ़ने या पेंटिंग करने के लिए भी प्रेरित कर सकते हैं।

- प्रवीण कुमार सहगल, फरीदाबाद

निज पर शासन, फिर अनुशासन

बच्चा जो देखता है, वह करता है। गुरुदेव तुलसी ने कहा, निज पर शासन, फिर अनुशासन। इसलिए सबसे पहले माता-पिता को स्वयं को मोबाइल से दूर रखना चाहिए। बच्चों को ज्यादा समय के लिए मोबाइल न दें। उनको संस्कार संबंधी कहानियां सुनाएं। क्रिकेट, बैडमिंटन, फुटबॉल आदि खेलने के लिए प्रेरित करें। इससे शारीरिक विकास होने के साथ ही सोसायटी में एक-दूसरे से मिल-जुलकर रहने की भावना भी उनके अंदर आती है। बच्चों के साथ समय बिताएं। उनसे स्कूल की बातें पूछनी चाहिए, बच्चों से साथ दोस्त बनकर रहना और उनकी भावना को समझना चाहिए। इन बातों का ध्यान रखेंगे तो बच्चा मोबाइल के पास ही नहीं जाएगा।

-सीमा महावीर झूँगरवाल, वडोदरा

स्मार्ट पैरेंट्स बनें

बच्चों से दोस्ताना संबंध रखें ताकि बच्चे बेद्दिज्ञक अपने मन की बात आपसे शेयर कर सकें। बच्चे की गतिविधियों में बदलाव पर ध्यान दें। क्या बच्चा असामान्य व्यवहार कर रहा

है? वह कुछ छिपाने लगा है, झूठ बोलने लगा है, अकेले में अधिक समय बिताने लगा है। यदि ऐसा है तो सतर्क हो जाएं। बच्चे के साथ खेलें। उसकी बात धैर्य से सुनें। बच्चों में अच्छी पुस्तकें व पत्र-पत्रिकाएं पढ़ने की रुचि विकसित करें। स्मार्ट पैरेंट्स बनें। ब्राउजर और मोबाइल की हिस्ट्री में जाकर जाँच करें, अनुचित व आपत्तिजनक सामग्री पाये जाने पर सतर्क हो जाएं व चाइल्ड लॉक लगाएं।

-डॉ. शील कौशिक, सिरसा

हानिकारक मोबाइल गेम्स पर लगे रोक

बच्चों को वास्तविक खेल खेलने के लिए प्रेरित करें ताकि वे शारीरिक, मानसिक तथा भावनात्मक रूप से शक्तिशाली बनें। सरकार तथा प्रशासन को भी अपना नैतिक कर्तव्य समझते हुए बच्चों के लिए हानिकारक मोबाइल गेम्स के एप्स पर तुरंत प्रभाव से रोक लगा देनी चाहिए, ताकि बच्चे इन खेलों से दूर रहें। घर के बुजुर्गों, धार्मिक गुरुओं तथा विद्यालय के अध्यापकों को भी बच्चों को मोबाइल गेम्स खेलने से मना करने के लिए प्रेरित करना चाहिए। माता-पिता को चाहिए कि मोबाइल को बच्चों से दूर रखें तथा स्वयं भी किसी प्रकार के मोबाइल गेम्स खेलने से परहेज करें। तभी बच्चे मोबाइल गेम से दूर रहेंगे।

- विजय कुमार जैन, ठोहाना

नयी-नयी एकिटविटी कराएं

माँ-बाप को जब कोई काम करना होता है तो वे बच्चों को मोबाइल फोन दे देते हैं ताकि बच्चा परेशान न करे। और जब बाद वे बच्चों से फोन लेते हैं तो बच्चा रोने लगता है, गुस्सा हो जाता है। ऐसे में एकदम से मोबाइल की लत छुड़ाने की कोशिश न करें। उनसे धीरे धीरे नयी-नयी एकिटविटी कराएं। उनमें अच्छी किताबें पढ़ने की आदत विकसित करें। वहीं, कुछ बच्चे पढ़ाई करने के

लिए फोन लेते हैं लेकिन कुछ ही देर बाद ऑनलाइन गेम, चैटिंग, रील्स देखने लगते हैं। माता-पिता को स्टडी रूम में जाकर देखना चाहिए बच्चे पढ़ाई कर रहे हैं या नहीं।

-मयंक कुमार, मेरठ

नुकसान के बारे में बताएं

अभिभावकों को बच्चों की मोबाइल गतिविधियों पर ध्यान देना होगा। याद रहे, बच्चों पर झुंझलाएं नहीं। उनके हाथ से एकदम मोबाइल न छीनें। इससे बच्चे के अंदर विद्रोह की भावना जन्म लेती है। उन्हें रोक-टोक करना अपनी आजादी पर हमला लगता है। उन्हें लगता है कि बिना वजह ही उनसे मोबाइल छीना जा रहा है। बच्चों को प्यार से समझाएं। अधिक देर तक मोबाइल चलाने से होने वाले दुष्प्रभावों के बारे में बताएं और सबसे अहम बात कि माता-पिता खुद भी मोबाइल का प्रयोग करें।

-सतीश कुमार अल्लीपुरी, सम्भल

बुजुर्गों का सानिध्य प्रदान करें

आज माता-पिता, अभिभावक और परिवार के मुखिया पर अहम जिम्मेदारी है कि बच्चों को परिवार के बुजुर्गों के साथ जोड़ा जाये, उनसे विभिन्न विषयों पर चर्चा की जाये, उन्हें नैतिक और आध्यात्मिक रूप से सबल बनाया जाये। आज फिर दादा-दादी की कहानियां, चित्र कथाएं और पत्रिकाएं अनिवार्य हो गयी हैं। बच्चों को पुस्तकें पढ़ने तथा खेल में जाने के लिए प्रेरित करने की आवश्यकता है।

विभिन्न स्थानों पर भ्रमण कराना, रिश्तेदारों के यहां एक-दो दिन के लिए भेजना तथा नियमित पास बैठा कर किसी भी विषय पर बात करना हमारी जिम्मेदारी बन गयी है। मोबाइल की लत से छुटकारा दिलाने में ये बातें सहायक हो सकती हैं।

-विनोद कुमार तिवारी, देवघर

अगले अंक का विषय

परिंचर्चा

भारत का लोकतंत्र : मजबूत या कमज़ोर !

भारत एक लोकतांत्रिक देश है। विधायिका, कार्यपालिका और न्यायपालिका इसके मूल स्तंभ हैं। पत्रकारिता को इसका चौथा स्तंभ कहा गया है। जब ये चारों स्तंभ लोकतांत्रिक तरीके से और जनहित में काम करते हैं तभी देश की जनता को लोकतांत्रिक शासन व्यवस्था का सही लाभ मिलता है। इसके अभाव में छँग लोकतंत्र के मुखौटे के पीछे फनफने वाली एकाधिकारवादी मानसिकता तानाशाही से भी अधिक खतरनाक सिद्ध हो सकती है।

लोकतंत्र में राजनैतिक दलों और राजनेताओं की विशिष्ट भूमिका होती है, चाहे वह पक्ष हो या विपक्ष। इनकी प्राथमिकता क्या है, यह भी लोकतंत्र के स्वरूप को निर्धारित करती है। ये दल और इनके नेता सत्ता हासिल करने के लिए साम-दाम-दण्ड-भेद की नीति अपनाते हैं? अपने व्यक्तिगत स्वार्थ और महत्वाकांक्षा की पूर्ति के लिए किस हद तक चले जाते हैं? इनकी कथनी और करनी में अंतर कितना गहरा है? इनकी कार्यशैली में लोकतांत्रिक मूल्य कितने दृष्टिगोचर होते हैं? लोकतंत्र को इन कस्टॉटियों पर जनता के अलावा और कौन कसेगा? ब्रिटेन और श्रीलंका में हाल के घटनाक्रम हमें भारत के परिप्रेक्ष्य में लोकतंत्र की समीक्षा करने का अवसर देते हैं। आजादी के अमृत महोत्सव के ऐतिहासिक संदर्भ में यह समीचीन भी है कि हम आत्मावलोकन करें। चिंतन करें कि भारतीय लोकतंत्र मजबूत है या कमज़ोर! व्यक्तिगत और सामूहिक स्तर पर हम इसे मजबूत करने के लिए क्या कर सकते हैं? देश के प्रति अपने दायित्व को हम कितना निभारहे हैं?

‘भारत का लोकतंत्र : मजबूत या कमज़ोर !’ इस विषय पर सुधी पाठकों के विचार सादर आमंत्रित हैं। अपने विचार 200 शब्दों में भेजें हमें **15 अगस्त** तक **9116634512** पर व्हाट्सएप के माध्यम से। चयनित विचार सितम्बर अंक में प्रकाशित किये जाएंगे।

- सं.



कदमों के निशा०

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 बढ़ी।

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
साक्षात् 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।

श्री मोहनलाल जैन

समाज में सकारात्मक बदलाव के सूत्रधार



श्री मोहनलाल जैन जिन्हें लोग स्नेहवश मोहनभाई के नाम से सम्बोधित करते थे, बहुआयामी व्यक्तित्व के धनी थे। आपकी जीवन-यात्रा में पड़ाव तो अनेक आये, पर मंजिल एक ही थी - समाज में सकारात्मक बदलाव लाकर इस सुन्दर दुनिया को और भी खूबसूरत बनाना।

श्री मोहनलाल जैन का जन्म 24 सितम्बर 1919 को राजस्थान के चूरू जिले के सरदारशहर कस्बे में हुआ था। आपकी माताजी का नाम श्रीमती धारी देवी और पिताजी का नाम श्री धनराज दस्सानी था। गांधीवादी दर्शन को अपने आचरण में उतारने वाले मोहनभाई ने अपने सार्वजनिक जीवन का प्रारंभ स्वतंत्रता आंदोलन से किया।

अणुव्रत आंदोलन से जुड़ाव उनके जीवन का एक स्वर्णिम अध्याय बन गया। यूँ तो आचार्य तुलसी ने सन् 1949 में अणुव्रतियों की पहली सूची में ही मोहनभाई का नाम जोड़ दिया था, पर उनका वास्तविक और सक्रिय जुड़ाव सन् 1971 में ही हो सका। इसके बाद के लगभग 4 दशकों ने जहाँ मोहनभाई के जीवन को अणुव्रतमय बना दिया, वहीं अणुव्रत आंदोलन के उस कालखंड में रचनात्मकता का नया इतिहास रच दिया। आचार्य तुलसी ने छुआछूत, पर्दाप्रथा, मृत्युभोज, नशाखोरी, दहेज जैसी सामाजिक कुरीतियों के खिलाफ शंखनाद किया और सामाजिक स्तर पर इस अभियान की अगुआई के लिए भारतीय संस्कार निर्माण समिति नामक संस्थान की शुरुआत कर इसकी जिम्मेदारी मोहनभाई के कंधों पर डाल दी। नशामुक्ति और हरिजनोद्धार के क्षेत्र में व्यापक कार्य हुआ। आचार्य तुलसी के सान्निध्य में हरिजनों के गाँव बरडासर में राष्ट्रीय अणुव्रत अधिवेशन और श्रीदूंगरगढ़ में मर्यादा महोत्सव के अवसर पर विराट हरिजन सम्मेलन के आयोजन इस दिशा में मील के पत्थर सिद्ध हुए।

सन् 1982 में राजसमंद झील के किनारे पहाड़ी पर आपने अणुव्रत विश्व भारती की स्थापना की। यहाँ आपने बाल मनोविज्ञान पर आधारित अपने स्वजन प्रकल्प 'बालोदय' को मूर्त रूप दिया जो आज देश-विदेश में अपनी विशिष्टता के लिए जाना जाता है। 12 नवम्बर 1996 को आचार्य श्री तुलसी के सान्निध्य में लाडनुं में तल्कालीन लोकसभा अध्यक्ष श्री शिवराज पाटिल ने मोहनभाई को अणुव्रत पुरस्कार प्रदान किया। इसके तहत प्राप्त एक लाख रुपये की राशि से महिला व बाल कल्याण के क्षेत्र में सेवा कार्य के उद्देश्य से मोहनभाई ने अपनी धर्मपत्नी के नाम से 'भागीरथी सेवा प्रन्यास' आरंभ किया।

बाल सेवा के लिए भारत सरकार ने मोहनभाई को 'राजीव गांधी मानव सेवा पुरस्कार' तथा गांधी दर्शन समिति ने 'गांधी सेवा पुरस्कार' से सम्मानित किया। आचार्य तुलसी ने मोहनभाई को 'अणुव्रत सेवी' तथा आचार्य महाप्रज्ञ ने 'शासन सेवी' एवं 'आत्मस्थ' संबोधनों से उपहत किया। 95 क्षणं देखने के बाद 24 अप्रैल 2014 को मोहनभाई ने जयपुर में अंतिम सांस ली। आपकी जन्मशती के अवसर पर 2019 में आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में आपको महासभा द्वारा तेरापंथ धर्मसंघ का सर्वोच्च सम्मान 'समाज भूषण' प्रदान किया गया।





छापर में अणुविभा की रचनात्मक पहल चतुर्मास प्रवास स्थल पर बच्चों के लिए किड्जोन प्रारम्भ

आचार्य श्री महाश्रमण चतुर्मास प्रवास स्थल, छापर में बच्चों के स्वस्थ मनोरंजन व संस्कार निर्माण के उद्देश्य से 'अणुव्रत बालोदय किड्जोन' की शुरुआत की गयी है।

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी (अणुविभा) द्वारा प्रवास व्यवस्था समिति के सहयोग से स्थापित इस केन्द्र में पूरी चतुर्मास अवधि के दौरान बच्चों के लिए विभिन्न गतिविधियों का संचालन किया जाएगा। 17 जुलाई को अणुव्रत अनुशास्ता परमपूज्य आचार्य श्री महाश्रमण के मंगल पदार्पण के साथ इस किड्जोन का शुभारम्भ हुआ।

अणुव्रत अनुशास्ता ने इस प्रकल्प के प्रति प्रसन्नता व्यक्त की एवं मंगलपाठ सुना कर आशीर्वाद प्रदान किया। अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार ने कहा कि गुवाहाटी से प्रारम्भ हुआ किड्जोन का यह कार्यक्रम प्रतिवर्ष सुन्दर और सुव्यवस्थित तरीके से आयोजित हो रहा है। इसने समाज में अपना विशिष्ट स्थान बनाया है। केन्द्र में चलने वाला अणुविभा का यह एक महत्वपूर्ण उपक्रम है।

अणुविभा के अध्यक्ष श्री संचय जैन ने यहाँ संचालित होने वाली प्रवृत्तियों की जानकारी पूज्य गुरुदेव के समक्ष प्रस्तुत की। उन्होंने बताया कि बच्चों के मनोविज्ञान को समझते हुए यहाँ ऐसी रचनात्मक गतिविधियों को अधिक महत्व दिया जाएगा, जिनमें बच्चे हल्के-फुल्के माहौल में, खेल-खेल में संस्कारों की गहराई को समझ सकें। उन्होंने कहा कि नयी पीढ़ी का नवनिर्माण अणुव्रत आन्दोलन की प्राथमिकताओं में सबसे ऊपर है। जीवन विज्ञान, अणुव्रत बालोदय, अणुव्रत किएटिविटी कॉन्टेस्ट, बच्चों का देश पत्रिका जैसे महत्वपूर्ण और व्यापक कार्यक्रम इस दिशा में अहम भूमिका निभा रहे हैं।

अणुविभा के न्यासी श्री तेजकरण सुराणा ने कहा कि बीज में बो ताकत होती है जो चट्टान के सीने को भी चीर देता है। किड्जोन बच्चों के निर्माण का सुन्दर प्रकल्प है। उन्होंने अणुव्रत कार्यक्रमों एवं अणुव्रत कार्यकर्ताओं को मिल रहे आचार्यप्रवर के आशीर्वाद के प्रति कृतज्ञता व्यक्त की। व्यवस्था समिति के अध्यक्ष श्री माणक नाहटा ने कहा कि बच्चों की इस प्रवृत्ति को हमने सदैव



प्राथमिकता में रखा है। किडजोन का यह सुन्दर स्वरूप देख कर मुझे हार्दिक प्रसन्नता हो रही है। छापर किडजोन की संयोजक श्रीमती ज्योति दुधोड़िया ने कहा कि बच्चों को सदूसंस्कारों की समृद्ध खुराक मिले, यह हमारा समर्पित प्रयास रहेगा।

इस अवसर पर मुख्यमुनि श्री महावीरकुमार एवं अन्य चारित्रात्माओं सहित विभिन्न संस्थाओं के पदाधिकारीगण तथा समाज से वरिष्ठजन उपस्थित थे। अनेक अभिभावकों एवं देश के विभिन्न भागों से समागम श्रद्धालुओं ने इस बाल केन्द्र का अवलोकन किया एवं इस अभिनव प्रयास की सराहना की।

उल्लेखनीय है कि यहाँ स्थायी रूप से टीवी स्क्रीन की व्यवस्था की गयी है ताकि बच्चे प्रेरक बाल फिल्मों का आनन्द ले सकें। देशभर से आने वाले श्रद्धालु श्रावकों में से किसी के पास बाल शिक्षा व संस्कार निर्माण से जुड़ा कोई विशेष कार्यक्रम है तो उनके लिए भी प्रस्तुति की व्यवस्था की गयी है। किडजोन कक्ष में अणुव्रत आधारित चित्र प्रदर्शनी, बाल साहित्य, गेम्स, खेल-कूद के साधन भी संजोये गये हैं। प्रत्येक रविवार को यहाँ विषय विशेषज्ञों की कार्यशालाओं एवं विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया जाएगा।

इस अवसर पर अणुविभा के महामंत्री श्री भीखम सुराणा, न्यासी श्री गणेश कच्छारा एवं कार्यसमिति सदस्य श्री चमन दुधोड़िया उपस्थित थे जिनका किडजोन को तैयार करने में उल्लेखनीय योगदान रहा।

व्यवस्था समिति के महामंत्री श्री नरेन्द्र नाहटा, छापर सभा के अध्यक्ष श्री विजयसिंह सेठिया, अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री प्रदीप सुराणा, मंत्री श्री विनोद नाहटा, परामर्शक श्री रेखाराम गोदारा, श्री भानुकुमार नाहटा, श्री नरपत मालू आदि गणमान्यजन किडजोन के शुभारंभ पर उपस्थित थे। व्यवस्था समिति के मीडिया प्रभारी श्री नरेन्द्र नाहटा ने किडजोन पर प्रोमो तैयार कर प्रसारित किया। किडजोन के नियमित संचालन की दृष्टि से ज्योति दुधोड़िया के संयोजकत्व में गोविन्द सारस्वत, राकेश मौर्य, माया गोस्वामी और ममता गोस्वामी की टीम निरन्तर अपनी रचनात्मक सेवाएँ दे रही है।

छापर किडजोन के प्रायोजक हैं मंगलीदेवी दुधोड़िया एंड संस, छापर - बैंगलुरु। उल्लेखनीय है कि बैंगलुरु किडजोन को भी श्री लक्ष्मीपत जी दुधोड़िया का इसी प्रकार आत्मीय सहयोग प्राप्त हुआ था। किडजोन शुभारंभ के अवसर पर श्री रूपचंद जी दुधोड़िया की विशेष उपस्थिति रही।

साध्वीप्रमुखा श्री विश्रुतविभा जी अणुव्रत बालोदय किडजोन का अवलोकन करते हुए।



मंगल उद्घोषण

अणुव्रत बालोदय किडजोन के शुभारंभ पर अपना आशीर्वाद प्रदान करते हुए अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा-

“अणुव्रत आचार्य तुलसी का एक लोक कल्याणकारी अवदान है। बच्चे नयी पौध के रूप में होते हैं। नयी पौध को अच्छा संचान और पोषण मिलता रहे तो उनका और अच्छा विकास हो सकता है। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी एक बहुत बड़ी संस्था है, अणुव्रत की दृष्टि से, जिसमें बच्चों का कार्य भी सञ्चिहित है। पहले बालोदय का कार्य था। अब जीवन विज्ञान का कार्य भी उसके अंतर्गत आ जाने के बाद विद्यार्थी और बच्चों का बहुत बड़ा दायित्व अणुविभा पर आ गया है। अणुव्रत की भावना है कि बच्चों में नैतिकता और अहिंसा के संस्कार आएं। आधुनिक उपकरण बच्चों में हिंसा के संस्कारों को पृष्ठ करने में सफल न हो जाएं, अणुव्रत जैसे उपक्रम इसके प्रतिस्पृष्ट के रूप में काम करते हैं। ऐसे प्रयास विध्वंसात्मक विचारों से बच्चों की सुरक्षा करने में सफल हो सकते हैं।”

आचार्य प्रवर ने कहा- “छापर में सभी जाति-समुदाय के बच्चों में अच्छे संस्कार संपूष्ट करने का प्रयास अणुविभा और अणुव्रत समिति करती रहे। अणुव्रत के विचार से लोगों के जीवन का उत्थान हो सके। छोटे-छोटे उपक्रम भी अपने क्षेत्र में अच्छा काम कर सकते हैं। आज किडजोन का शुभारंभ हो रहा है, यह मुख्यतः बच्चों के लिए है। नयी पीढ़ी में अहिंसा के संस्कार, नैतिकता और ईमानदारी के संस्कार, जिन्दगी में कभी नशा न करने के संस्कार ऐसे प्रयासों से संपृष्ठ हो सकेंगे। स्कूली शिक्षा के साथ-साथ इस प्रकार के प्रशिक्षण मिल कर नयी पीढ़ी को मजबूत और सुसंस्कारी बनाने में सफल हो सकते हैं। अणुविभा और अणुव्रत समितियों के कार्यकर्ता नैतिक आध्यात्मिक संस्कार संपोषण में अपनी शक्ति का नियोजन करते रहें, यह मंगलकामना है।”



सरदारशहर में अणुव्रत शिक्षक सम्मेलन

शिक्षा के साथ हो चारित्रिक विकास : आचार्य श्री महाश्रमण

सरदार शहर। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के पावन सान्त्रिध्य में तेरापंथ भवन में 7 मई को अणुव्रत शिक्षक सम्मेलन का आयोजन किया गया। इस अवसर पर आचार्य श्री ने कहा कि अध्यात्म-शिक्षा से ही व्यक्ति का चरित्र निर्माण होता है। वर्तमान विद्यालयों में अनेक प्रकार के विषय पढ़ाये जाते हैं, उनके साथ-साथ अध्यात्म-शिक्षा भी पढ़ायी जानी चाहिए। आज शिक्षा के साथ चारित्रिक विकास हो, यह अपेक्षा है।

आचार्य श्री ने कहा कि गुरु के जीवन और व्यवहार में सदाचार होना चाहिए क्योंकि विद्यार्थी शिक्षकों को देखकर प्रेरणा पाते हैं। शिक्षा संस्कार युक्त रहेगी तो विद्यार्थियों का अच्छा विकास हो सकता है।

अणुव्रत विश्व भारती के निर्देशन में आयोजित 'अणुव्रत शिक्षक सम्मेलन' में लगभग 1000 शिक्षक-शिक्षिकाओं व प्रशिक्ष्य शिक्षकों ने हिस्सा लिया। राजस्थान शिक्षा निदेशक गौरव अग्रवाल के प्रतिनिधि के रूप में मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी अशोक पारीक विशेष रूप से उपस्थित रहे।

अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार जी ने अणुव्रत और जीवन विज्ञान को औपचारिक शिक्षा का पूरक बताया और चूरू जिले में इस दिशा में सघन काम करने की जरूरत बतायी। मुनिश्री योगश कुमार जी ने जीवन विज्ञान की आधारभूमि पर विस्तार से प्रकाश डाला और बताया कि किस प्रकार इसके प्रयोग बच्चों को मानसिक व भावनात्मक स्तर पर





मजबूत बनाते हैं। मुनि राजकुमार ने जीवन विज्ञान गीत का संगान किया तथा हनुमानमल शर्मा ने जीवन विज्ञान को योग के माध्यम से जीवन में उतारने हेतु कई प्रयोग करवाये। इससे पहले सुमन भंसाली द्वारा अणुव्रत गीत के संगान से कार्यक्रम की शुरुआत हुई।

अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष संचय जैन ने कहा कि शिक्षा को पूर्णता देने के लिए हमें बौद्धिक के साथ-साथ बच्चों के भावनात्मक विकास पर भी ध्यान देना आवश्यक है। उन्होंने आगे कहा कि सरदारशहर अणुव्रत की जन्मभूमि है। यहां से उठने वाली आवाज दूर तक सुनी जाएगी।

राष्ट्रीय संगठन मंत्री डॉ. कुसुम लुनिया ने शिक्षकों को श्रेष्ठ मेंटर बनने का संदेश देते हुए कहा कि जीवन को संकलिप्त करने का सूत्र है अणुव्रत व जीवन को गहराई देने का सूत्र है जीवन-विज्ञान।

अणुव्रत समिति दिल्ली के संरक्षक बाबूलाल दूगड़ ने भी विचार रखे। कार्यक्रम संयोजक डॉ. पवन महर्षि ने स्वागत भाषण दिया। अणुव्रत समिति के अध्यक्ष पृथ्वी सिंह ने आचार्य महाश्रमण प्रवास व्यवस्था समिति के अध्यक्ष बाबूलाल बोथरा, तेरापंथ महासभा के अध्यक्ष सिद्धार्थ चिंडालिया तथा अन्य अतिथियों का आभार व्यक्त किया। समिति की कोषाध्यक्ष संगीता चिंडालिया व कार्यक्रम सह-संयोजक उमेदसिंह राठौड़ ने भी विचार रखे।

इस अवसर पर डॉ. बालकृष्ण कौशिक, गिरीश लाटा, भरत गौड़, बजरंग शर्मा, विकास पारीक, युधिष्ठिर चारण, रचना पारीक, सुभाष पारीक, गोविंद प्रसाद गौड़, प्रदीप विद्यार्थी, राजकुमार तिवाड़ी भी उपस्थित रहे। कार्यक्रम का सफल संचालन मंत्री डॉ. प्रभा पारीक ने किया।

अणुव्रत संपोषक



श्री मदनलाल तातेड़

बचपन व पारिवारिक जीवन - श्री मदनलाल तातेड़ मूलतः राजसमंद जिले के धानिन गाँव के निवासी हैं और वर्तमान में आपका कर्मक्षेत्र मुंबई है। धानिन का तातेड़ परिवार एक प्रतिष्ठित परिवार रहा है जिसकी धर्मसंघ को विशेष सेवाएं रही हैं। आपकी धर्मपत्नी श्रीमती प्रकाश देवी भी धार्मिक स्वभाव की सरलमना महिला हैं और सेवा कार्यों में सदैव तत्पर रहती हैं।

व्यावसायिक जीवन - श्री मदनलाल तातेड़ वरिष्ठ एवं प्रतिष्ठित चार्टर्ड अकाउंटेंट हैं। आपकी विशिष्ट कार्यशैली ने व्यावसायिक जगत में आपको एक खास पहचान दी है। प्रशिक्षु चार्टर्ड अकाउंटेंट्स आपके मार्गदर्शन में प्रशिक्षण लेना अपना सौभाग्य मानते हैं। ऐसे लगभग 150 युवा आपके अंतर्गत कार्य कर चार्टर्ड अकाउंटेंट के रूप में अपना संव्यवसाय प्रारंभ कर चुके हैं।

सार्वजनिक सेवा कार्य - सार्वजनिक सेवा कार्यों में श्री तातेड़ सदैव अग्रणी भूमिका निभाते रहे हैं। जिस संस्था से आप जुड़ते हैं, उसे तन, मन और धन, हर प्रकार से सहयोग प्रदान करते हैं। इनमें जैन विश्व भारती लाडनूं, कालू महाविद्यालय लाडनूं, श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथी महासभा कोलकाता और अणुविभा राजसमंद जैसी महत्वपूर्ण संस्थाएं शामिल हैं। वर्तमान में आप पारमार्थिक शिक्षण संस्था के महामंत्री हैं। हाल ही में आप श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा मुंबई के सर्वसम्मत अध्यक्ष चुने गये हैं। आचार्य श्री महाश्रमण जी के 2023 मुंबई चतुर्मास व्यवस्था समिति के अध्यक्ष पद का महनीय दायित्व भी आपके सक्षम कंधों पर है।

धार्मिक जीवन - श्री तातेड़ सरल व धार्मिक स्वभाव के व्यक्ति हैं। अध्यात्म और ध्यान में आपकी विशेष रुचि है। आप वरिष्ठ प्रेक्षाध्यान साधक हैं। आचार्य श्री तुलसी, आचार्य श्री महाप्रज्ञ और आचार्य श्री महाश्रमण की विशेष कृपा दृष्टि आप पर सदैव रही है। चारित्र आत्माओं की सेवा कर आप सुकून का अनुभव करते हैं।

अणुव्रत परिवार आपके यशस्वी, सुदीर्घ एवं स्वस्थ जीवन की मंगल कामना करता है। अणुव्रत संपोषक के रूप में ₹500000 का अनुदान प्रदान कर आपने अणुव्रत आंदोलन को मजबूती प्रदान की है। अणुविभा परिवार आपके प्रति सदैव आभारी रहेगा।



अणुव्रत समिति भीलवाड़ा का बालोदय एजुटूर अणुविभा मुख्यालय पहुँचा भीलवाड़ा से बच्चों का दल



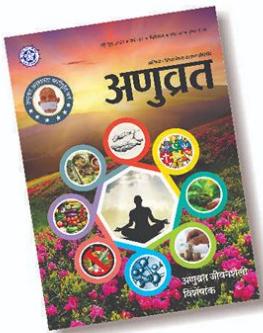
भीलवाड़ा। नैतिक शिक्षा एवं चरित्र निर्माण के संवर्धन के लिए अणुव्रत समिति की ओर से 24 अप्रैल 2022 को ज्ञानशाला के 42 बच्चों को बालोदय एजुटूर पर ले जाया गया। तेरापंथ सभा के तत्वावधान में आयोजित एजुटूर के दौरान बच्चों ने राजसमंद में अणुविभा मुख्यालय स्थित चिल्ड्रन्स पीस पैलेस एवं बालोदय दीर्घाओं का अवलोकन करने के साथ ही विभिन्न गतिविधियों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया।

बालोदय एजुटूर संयोजक अभिषेक कोठारी ने बताया कि वहां बच्चों को योग का अभ्यास कराने के साथ ही लघु चलचित्र द्वारा संस्कार निर्माण, मिनी पार्लियामेंट के माध्यम से लोकतंत्र की जानकारी दी गयी। विभिन्न दीर्घाओं के जरिये बच्चों में जिज्ञासा उत्पन्न करने के साथ ही उन्हें खेल-खेल में नैतिक शिक्षा प्रदान की गयी। ज्ञानशाला संयोजिका एवं समिति सहमंत्री सुमन लोढ़ा ने बताया कि इस तरह की आध्यात्मिक पिकनिक से बच्चों का दोहरा विकास होता है।

अणुविभा के बालोदय प्रकल्प की संयोजक डॉ. सीमा कावड़िया, अणुव्रत बालोदय शिविर के निदेशक प्रकाश तातेड़ के साथ ही साबिर शुक्रिया एवं बालोदय प्रभारी देवेंद्र आचार्य ने सुबह से लेकर शाम तक के विभिन्न सत्रों को संपादित किया। अणुविभा उपाध्यक्ष अशोक झूंगरवाल ने बच्चों का उत्साहवर्धन करते हुए शिविर के दौरान सीखी गयी बातों को अपने जीवन में उतारने की प्रेरणा दी।

भीलवाड़ा समिति की अध्यक्ष आनंद बाला टोडरवाल, मंत्री राजेश चौरड़िया, सह मंत्री पुनीत बोहरा एवं संगठन मंत्री विनीता सुतरिया ने व्यवस्थाएं संभालीं। इस दौरान ज्ञानशाला सह संयोजिका संगीता चौरड़िया, मुख्य प्रशिक्षिका गरिमा कोठारी, शोभना सिरोहिया, पिंकी आच्छा आदि प्रशिक्षिका उपस्थित थीं।





आशा जगाता, शांति का एहसास कराता अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक

■ मनोहर चमोली 'मनु', पौड़ी गढ़वाल ■

रोबोटिक जीवन प्रणाली का अभ्यस्त मनुष्य यदि आज क्षण भर के लिए शांति और सुकून हासिल कर ले तो समझिए कि उसका दिन बन गया। ऐसे कोई दिन नहीं जब दूर हो या पास, चारों ओर हत्या, मार-काट और हिंसा से सराबोर घटनाओं से सामना न हो रहा हो। ऐसे में 'अणुव्रत' का 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' न सिर्फ आशा जगाता है बल्कि पाठकों को इस बात के लिए तैयार भी करता है कि अंततः मनुष्य को शांति, भाईचारा और प्रेम ही मनुष्यत्व की ओर ले जाएगा।

अणुव्रत का द्वेष्य ही अहिंसक और नैतिक चेतना का प्रचार-प्रसार करना है। चूँकि भारतीय ग्रन्थ धर्म विशेष की शिक्षा नहीं देते, वरन् वे हमें मनुष्यता का पाठ भी पढ़ाते हैं। लेकिन 'अणुव्रत' किसी तरह का पाठ पढ़ाने, सीख और सन्देश देने की पत्रिका नहीं है। वह तो साहित्य के माध्यम से सरल, सहज और आनंददायी शैली में पाठकों के मन-मस्तिष्क में चेतना जगाने का काम कर रही है। एक सौ से अधिक रचनाकारों, लेखकों और मनीषियों को इस विशेषांक में स्थान मिला है। 384 पृष्ठों का यह अंक संग्रहणीय है। यह निराश-हताश मन में उत्साह का संचार करता है। कहानी, लघुकथा, गीत व काव्य रचनाओं के साथ-साथ आत्मविवेचनात्मक, संस्मरणात्मक और अनुभवजनित शैली पाठकों को पसंद ही आएगी। सजीव चित्रों के साथ रंगीन रेखांकन इस विशेषांक को और भी आकर्षक बनाते हैं।

विशेषांक की रचना सामग्री उम्मीद और आशा से लबरेज है। शिक्षा, समानता और शांति से परिपूर्ण आलेख मन में उत्साह का संचार करते हैं। मानवता, सादगी से भरा जीवन, धरती का संरक्षण, मानवीय मूल्यों की महत्ता को रेखांकित करते हैं। रिश्तों की गरिमा और उनकी जरूरतों पर बात करते हैं। जीवन की सार्थकता और उसके मर्म को दोहराते हैं। सुखद जीवन के कुछ तरीकों पर विस्तार से बात करते हैं। आहार, प्रकृति, बाल विकास, व्यवहार, समग्र व्यक्तित्व, संयुक्त व्यवहार, भाषाई कौशल, लोकतात्त्विक मूल्य, साप्तदायिकता, पत्रकारिता सहित कई सामाजिक, सामुदायिक, सांस्कृतिक, साहित्यिक विषयों पर रचना सामग्री ने इस अंक को अनमोल बना दिया है।

इसे पढ़ते हुए एहसास होता है कि कन्य जीवों से इतर मनुष्य ने मनुष्यता के कारण ही अपना शारीरिक, मानसिक, सामाजिक और सामुदायिक विकास किया है। लेकिन सुख-सुविधाओं की चाह और लोलुपता ने धीरे-धीरे ही सही, मनुष्य को अब बेहद संकीर्ण बना दिया है। सूचना, तकनीक और वैज्ञानिक दृष्टिकोण का विकास स्वस्थ

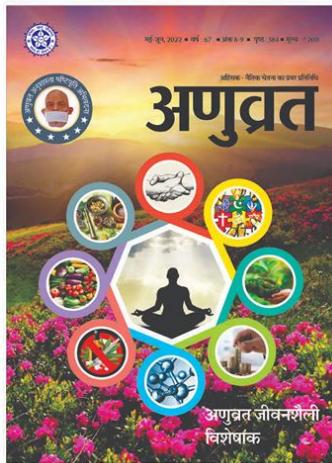
समाज की स्थापना के लिए ही हुआ होगा, लेकिन ठीक उलट आज मनुष्य नकारात्मकता की ओर बढ़ चला है। गलाकाट प्रतिस्पर्धा की ओर बढ़ चला है। दया, त्याग और परोपकार के बजाय जो जितना कुत्सित हो सकता है, हो रहा है। हम प्राणियों के प्रति संवेदनशील हैं! हम सामूहिकता पर भरोसा करते हैं! कहीं हम बेहद व्यक्तिगत तो नहीं हैं? क्या हम अपने पेट की भूख मिटाने के अलावा पड़ोस में किसी भूखे का भी ख़्याल रख पाते हैं? फिर हम सोचने लगते हैं कि इस लिहाज़ से भी हम वैश्विक भूख सूचकांक के मामले में 116 मुल्कों में से 101वें स्थान पर हैं।

पत्रिका में शामिल विविधता से भरे आलेख और रचनाएँ हर भारतीय को अपने पिरेबान में ज्ञांकने को बाध्य कर रही हैं। अणुव्रत से जुड़े संत और मुनियों के आलेख भी इस चिंतन को आगे बढ़ाने के लिए विवश कर रहे हैं कि क्या हम भारत के लोग नहीं जानते कि दुनिया का आमजन प्रेम, शांति और संतुष्टि के लिए भारत आता रहा है! वही भारत लगातार दुनिया में शांति, पर्यावरण और भाईचारा की दिशा में हाशिये पर जा रहा है। आलम यह है कि दुनिया के शीर्षस्थ शांति और अमन पसंद देशों में भारत दसवें-बीसवें नहीं, एक सौ पैंतीसवें स्थान पर है। मितव्यीय, संयुक्त परिवार, भक्ति, योग और ग्रामीण जीवन के मामले में भारत विशेष रहा है। ऐसे में हमारे परिवार खुशहाल होने चाहिए। भारत खुशहाल होना चाहिए था, लेकिन दुनिया में खुशहाली के मामले में भी भारत की स्थिति अच्छी नहीं है। इस पैमाने पर भी भारत 146 देशों में 136वें नंबर पर है। पर्यावरण की बात करें तो हम हिंदुस्तानी पर्यावरण संरक्षण के मामले में भी बेहद उदासीन हैं। विश्व स्तर पर 180 देशों के पर्यावरणीय चालीस कारकों का गहन अध्ययन किया गया। इसमें भारत सबसे निचले पायदान यानी 180वें स्थान पर है।

उम्मीद की जानी चाहिए कि इस विशेषांक के पाठक पत्रिका को पढ़ने के बाद अपनी सोच, व्यवहार और विकास में चार कदम आगे बढ़ेंगे। वे चिन्तन और मनन करेंगे कि आखिर जीवन का मक्सद क्या है? हम क्यों जी रहे हैं? क्या पाना चाहते हैं? इस अनमोल जीवन के समाप्त हो जाने से पहले समाज को क्या दे पाएँगे?

पत्रिका को टटोलते-पढ़ते हुए साफ पता चलता है कि सम्पादक संचय जैन और सह सम्पादक मोहन मंगलम ने अत्यधिक मेहनत की है। चित्रकार मनोज त्रिवेदी ने भी अथक मेहनत की है। पत्रिका को रचनात्मक सजावट आशुतोष रॉय ने दी है। कागज उम्दा है। मोटा है। छपाई आकर्षक है। जिल्ड भी शानदार है।





विशेषांक विमर्श

अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक के संदर्भ में हमें अनेक प्रतिक्रियाएं प्राप्त हो रही हैं। अणुव्रत अनुशास्ता की षष्ठिपूर्ति के पावन अवसर पर प्रकाशित इस उद्देश्यपूर्ण ग्रंथ में अणुव्रत दर्शन को एक उत्कृष्ट जीवनशैली के रूप में प्रस्तुत किया गया है।

एक ऐसी जीवनशैली जो वर्तमान वैश्विक और वैयक्तिक समस्याओं का स्थायी समाधान देते हुए एक अहिंसक और शांतिप्रिय समाज निर्माण का मार्ग प्रशस्त कर सके। प्रस्तुत हैं कुछ विचार संक्षेप –

आप द्वारा प्रेषित 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' जब आया था, तब से मेरे सीटिंग एरिया में ही रखा हुआ है। हर महीने पत्र-पत्रिकाओं की भीड़ आती है। वे सब रिटायर होकर यथास्थान चली गयी हैं, पर अणुव्रत पत्रिका का मई-जून अंक मेरे लिए अहम है। जब भी फ्री होता हूँ, उठा लेता हूँ और पढ़कर आत्मतोष का अनुभव करता हूँ। मजे की बात है कि जो पृष्ठ खुलता है, वह उतना ही वजनदार होता है जितने अन्य। आज जीवनशैली ही प्रश्नों के घेरे में है। समय की आँधी के थपेड़े 'जीवनशैली' को अस्त-व्यस्त करने पर तुले हुए हैं। कैसे बच पाएंगे इससे, यह छोटा प्रश्न नहीं है। आपने जो सामग्री परोसी है, वह मौजूदा संकट को कम करने में मददगार हो सकती है। सभी लेखकों ने कड़ी मेहनत की है और विषय की तह तक जाने का प्रयास किया है।

– पदमचंद पटावरी, राजसमंद

आप द्वारा प्रेषित 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' प्राप्त हुआ है, एतदर्थं धन्यवाद। अणुव्रत अनुशास्ता की षष्ठिपूर्ति के पावन अवसर पर प्रकाशित विशेषांक अपने आपमें विशिष्ट गरिमा लिये हुए हैं। अणुव्रत जीवनशैली पर आपका संपादकीय आलेख एवं अन्य सामग्री का संकलन व संपादन समयोचित-सराहनीय है। हमारी जीवनशैली संयमित, मर्यादित और अनुशासित हो। अपनी संस्कृति और संस्कारों को हम कायम रखें, उपभोगवादी वृत्ति-प्रवृत्ति से बचें तथा अणुव्रत आचार संहिता को जीवन-व्यवहार में उतारें, यही इस विशेषांक का मूल संदेश प्रतीत हो रहा है।

ऐसे सुरुचिपूर्ण सामग्री युक्त विशेषांक के प्रकाशन हेतु संपादक मंडल एवं संयोजक महोदय को साधुवाद। अणुव्रत के इस तरह के विशेषांकों का इंतजार रहेगा। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी परिवार के प्रतियथेष्ट सम्मान भाव के साथ।

– तुलसी कुमार दूगड़, प्रबंध न्यासी
– सुरेन्द्र कुमार बोरड़, महामंत्री
जय तुलसी फाउंडेशन

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी ने अपनी 67 वर्ष से प्रकाशित होने वाली पत्रिका 'अणुव्रत' का मई-जून 2022 अंक 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' के रूप में प्रकाशित किया है। अणुव्रत अनुशास्ता की षष्ठिपूर्ति के ऐतिहासिक अवसर पर लगभग चार सौ पृष्ठों के इस सुमुद्रित अंक में पहला खण्ड अनुशास्ता-अभिवंदना का है। बाद के खण्डों में कहानी, गीत व काव्य रचनाएं संजोयी गयी हैं, लेकिन इस विशेषांक का मुख्य भाग है अणुव्रत जीवनशैली। इस भाग में विभिन्न क्षेत्रों के सुपरिचित और प्रतिष्ठित विद्वानों ने विभिन्न आयामों से अणुव्रत जीवनशैली की महत्ता और आवश्यकता पर प्रकाश डाला है। जीवन का शायद ही कोई पक्ष हो जिसे यहां स्पर्श न किया जा सका हो। अपने सम्पादकीय में श्री संचय जैन ने ठीक ही कहा है कि "जाति, धर्म, रंग, भाषा या क्षेत्र की सीमाओं से परे यह एक उदार जीवनशैली है जिसमें व्यक्ति अपनी सीमाएं स्वतः निर्धारित करता है और बिना बाहरी प्रभाव के एक सुखी, शांत जीवन की सुनिश्चितता हासिल करता है।"

कुशल और दृष्टि सम्पन्न सम्पादन के कारण यह अंक इतना समृद्ध और सार्थक बन गया है कि इसे हर घर में न केवल होना चाहिए, अधिकाधिक लोगों द्वारा इसे आद्यांत पढ़ा भी जाना चाहिए। विशेषांक न केवल अपनी सामग्री की दृष्टि से उत्कृष्ट है, इसका प्रस्तुतीकरण भी उतना ही उम्दा और आकर्षक है। सम्पादक श्री संचय जैन और सह सम्पादक श्री मोहन मंगलम तथा समस्त अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी इस शानदार विशेषांक के लिए हमारी बधाई और कृतज्ञता की पात्र है।

– डॉ. दुर्गाप्रियसाद अग्रवाल, जयपुर

बड़े-बड़े समाचार पत्र और अन्य प्रकाशन संस्थानों से इतर भी अच्छी और पठनीय पत्रिका निकाल पाना संभव है, इसे साबित किया है अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी ने। अपने उच्च कलेवर तथा उम्दा प्रस्तुतीकरण के साथ इस संस्थान की मासिक पत्रिका



'अणुव्रत' पिछले कुछ समय से पाठकों की अत्यंत प्रिय पत्रिका बन गयी है। अणुव्रत जीवनशैली पर 'अणुव्रत' पत्रिका ने अपना पूरा एक अंक निकाला है जो असामान्य रूप से बेहद रोचक और पठनीय बन पड़ा है। विभिन्न पक्षों पर वैविध्यपूर्ण आलेखों से सुसज्जित यह विशेषांक आचार्य श्री महाश्रमण की षष्ठीपूर्ति के अवसर पर प्रकाशित हुआ है। पत्रिका का यह भारी-भरकम अंक एक ग्रंथ ही बन गया है जिसमें आध्यात्मिक महापुरुषों के अलावा समाज के सभी वर्गों के सुधी लोगों, मनीषियों तथा साहित्यकारों ने अपने-अपने आलेखों में बताया है कि संयम की अणुव्रत जीवनशैली अपना कर व्यक्ति किस प्रकार एक सफल और आनंदमय जीवन जी सकता है।

धर्म को सम्प्रदाय के संकुचित दायरे से निकाल कर समग्र मानव जीवन का दर्शन दिया था आचार्य तुलसी ने। भौतिक समृद्धि के समुद्र में दुःख और तनाव से परिपूर्ण भेगवादी जीवनशैली के मुकाबले आचार्य तुलसी ने 1949 में 'अणुव्रत' का ऐसा दिव्य दर्शन दिया जो आज भी उतना ही प्रासंगिक है जितना तब था। उनकी अणुव्रत की अवधारणा को लोगों ने जिस उत्साह से अपनाया, वह ऐतिहासिक है। वास्तव में प्रत्येक मनुष्य को आज अणुव्रत के दर्शन की पहले से कहीं अधिक जरूरत है। 'अणुव्रत' पत्रिका ने इस विषय पर नयनाभिराम प्रस्तुतीकरण एवं छपाई के साथ श्रेष्ठ कलेवर वाला विशेषांक निकाल कर समाज की बड़ी सेवा की है।

– राजेन्द्र बोडा, जयपुर

'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' के 'अनुशास्ता अभिवंदना' खण्ड में पूज्य आचार्य श्री की साधनामय जीवन-यात्रा के अनेक प्रेरणादायी पड़ाव उजागर हुए। अणुव्रत गौरव डॉ. महेन्द्र कर्णावट जी के संस्मरणात्मक निबंध सहित सभी रचनाएँ विशिष्टता लिये हुए हैं। अणुव्रत जीवनशैली खण्ड में विभिन्न रचनाकारों के निबंध, कविता, गीत, कथा, लघुकथा आदि विधाओं में रचनाओं का एक अणुव्रत ज्ञानकोश ही तैयार कर लिया गया है। रचना के अनुरूप चित्र संयोजन आदि विशेषताएँ पाठक का ध्यान आकर्षित करती हैं।

ऐसे विशेषांक समय नियोजित करके धीरे-धीरे तथा विषय व अवसर के अनुरूप पुनः पढ़ने चाहिए। संजोकर रखने चाहिए। आशा है कि अहिंसा और नैतिकता से दूर खड़े लोगों तक अणुव्रत का उजाला पहुँचाने में यह विशेषांक भी अपनी भूमिका का निर्वहन कर सकेगा।

आचार्य हस्ती के विद्वान शिष्य श्रमणसंघीय संत श्री ज्ञानमुनि हैदराबाद में विराजित हैं। उन्होंने विशेषांक को बहुत पसंद किया है। आपके संपादन में यह विशेषांक आपके जीवन की भी एक उपलब्धि है। आपको हार्दिक बधाई और बहुत-बहुत शुभकामनाएँ।

– डॉ. दिलीप धींग, चेन्नई

आचार्य तुलसी के अनुसार, आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक, धार्मिक, शैक्षणिक, पारिवारिक और वैयक्तिक सभी क्षेत्रों में घुसी हुई विकृतियों का सुधार करना अणुव्रत का लक्ष्य है। आज जीवन का कोई भी पक्ष निर्मल नहीं रहा है। अर्थप्रधान दृष्टिकोण ने सिद्धांतों और नीतियों को भी ताक पर रख दिया है। स्वार्थ चेतना का सूरज इतना तेज प्रकाश फेंकता है कि मनुष्य की आँखें चुंधिया गयी हैं। इसे अणुव्रत जीवनशैली अपना कर ही दूर किया जा सकता है।

अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक में समाहित सभी आलेख संस्कार, संयम, नैतिक मूल्यों की स्थापना, रिश्तों-नातों की जीवन में महत्ता और उन्हें संयोजित रखने के उपाय सुझाने वाले हैं। मूर्धन्य लेखक, विचारक, साहित्यकारों के आलेख पढ़कर आत्मिक सुख के साथ वैचारिक धरातल भी निर्मल हो जाता है। जीवनोपयोगी कहानियां, लघुकथाएं, गीत व काव्य रचनाएं भी पाठक के दिलो-दिमाग में श्रेष्ठ जीवनशैली के भाव व विचार को पुष्ट करती हैं। इनका एक-एक शब्द जीवन में उतारने लायक है। विशेषांक के श्रेष्ठ प्रकाशन के लिए संपादक मण्डल एवं अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी से जुड़े सभी श्रेष्ठजनों को हार्दिक बधाई एवं साधुवाद।

– रामस्वरूप रावतसरे, शाहपुरा (जयपुर)

जन-जन के जीवन में सत्य, संकल्प और अनुशासन लाने के उद्देश्य की पूर्ति में संलग्न 67 वर्षों से प्रकाशित पत्रिका 'अणुव्रत' का नवीनतम अंक 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' के रूप में हमारे सामने है। आर्ट पेपर पर छपा 384 पृष्ठों का यह अंक बहुत पठनीय और प्रेरक सामग्री लिये हुए है। सुंदर, सुरुचिपूर्ण और सार्थक जीवनशैली को व्याख्यायित एवं रेखांकित करते निबंध-लेख, कहानियां, लघुकथाएं, गीत-ग़ज़ल-दोहे – सभी पठनीय और ग्राह्य हैं।

– राजेन्द्र वर्मा, लखनऊ

अणुव्रत पत्रिका का मई-जून 2022 अंक मिला, धन्यवाद। 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' के रूप में यह अंक जीवन, प्रकृति, धर्म, मूल्य व विद्या के अनेक संदर्भों, विषयों, घटनाओं, संवेदनाओं और व्यवहारों को समेटता है। 'अणुव्रत जीवनशैली : एक परिचय' शीर्षक आलेख में मानव जीवन के अनेक संदर्भों और फलकों को समेटा गया है। आचार्य तुलसी द्वारा लिखित 'युग-चेतना की दिशा : अणुव्रत' में मानव द्वारा अपनायी जाने वाली आचार संहिता और कर्तव्यों की विवेचना अत्यंत ज्ञानवर्धक है। आचार्य श्री महाप्रज्ञ के विचारों का मैं वर्षों से प्रशंसक रहा हूँ। उनके अत्यंत उच्च कोटि के विचार 'अणुव्रत जीवनशैली' शीर्षक आलेख के अंतर्गत पढ़ने को मिले। एतदर्थ संपादकीय टीम का आभार।

– आचार्य अखिलेश आर्यन्दु, दिल्ली





अणुवृत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट 2022

■ ■ राष्ट्रीय संयोजक राजेश चावत की रिपोर्ट ■ ■

- अणुव्रत विश्व भारती की ओर से नयी पीढ़ी में रचनात्मकता और सकारात्मकता को प्रोत्साहित करने के राष्ट्रीय अभियान के तहत अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट का आयोजन किया जा रहा है।
 - कक्षा 3 से कक्षा 12 तक के विद्यार्थियों के लिए तीन वर्ग में आयोजित इस कॉन्टेस्ट का विषय है - 'पर्यावरण का संरक्षण, दायित्व हमारा हर क्षण।' इसका मूल उद्देश्य है नयी पीढ़ी में पर्यावरण सुरक्षा की जागरूकता के साथ ही उसके मन में इस कार्य के लिए भाव जगाना।
 - इसी को ध्यान में रखते हुए अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष संचय जैन, वरिष्ठ उपाध्यक्ष अविनाश नाहर, महामंत्री भीखम सुराणा एवं सभी पदाधिकारी व कार्यकारिणी सदस्य अपने-अपने स्तर से इस राष्ट्रव्यापी कार्यक्रम से अधिक से अधिक नौनिहालों को जोड़ने में जुटे हैं।
 - देश भर में फैली अणुव्रत समितियां भी इसके प्रचार-प्रसार के लिए अपने स्तर से अपना विशेष योगदान दे रही हैं। कई स्थानों पर राजनीतिक एवं विशेष प्रबुद्ध व्यक्तियों का सहयोग भी लिया जा रहा है। छोटे-छोटे शहरों से लेकर बड़े-बड़े महानगरों तक में बच्चों को इससे जोड़ा जा रहा है।
 - वहीं इस कार्य की मॉनिटरिंग के लिए देश के उत्तर, दक्षिण, पूर्व, पश्चिम एवं मध्य भाग में अलग-अलग राज्य प्रभारियों को मनोनीत किया गया है।
 - जैसे बूँद-बूँद से सागर बनता है, ठीक वैसे ही प्रत्येक कार्यकर्ता के प्रयासों से यह कार्यक्रम संपूर्ण भारत में एक मिसाल बनेगा। अनेक जूम मीटिंग के माध्यम से हुई चर्चाओं के बाद इस कार्य में और निखार लाने के लिए सभी का पूर्ण सहयोग मिल रहा है।
 - स्कूलों और ज्ञानशालाओं के माध्यम से भारत के एक लाख से अधिक बच्चों को संगीत, लेखन, भाषण, चित्रकला के माध्यम से इसमें शामिल करने का लक्ष्य है। पहले चरण की प्रतियोगिताओं में जीतने वाले बच्चों को आगे जिला, राज्य और राष्ट्रीय स्तर की प्रतियोगिता में हिस्सेदारी का मौका मिलेगा और विजयी रहने पर उन्हें आकर्षक इनाम भी दिये जाएंगे।
 - इस राष्ट्रव्यापी अभियान के मुख्य सौजन्यकर्ता हैं उदारमना समाजसेवी श्री दलपत लोढ़ा, लोढ़ा इंपैक्स, जयपुर।

अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट 2022 का मोबाइल एप लांच

अणुव्रत समाचार



अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी की पावन सत्रिधि में 18 जुलाई को छापर में अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट 2022 का मोबाइल एप लांच किया गया। साध्वीप्रमुखाश्री विश्रुतविभा जी, मुख्यमुनिश्री महावीरकुमार जी, साध्वीवर्याश्री सम्बुद्धयशा जी, आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार जी को एप की जानकारी प्रदान की गयी।

इस अवसर पर अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष अविनाश नाहर, महामंत्री भीखमंचंद सुराणा, चतुर्मास व्यवस्था समिति के महामंत्री नरेंद्र नाहटा, भानुकुमार नाहटा, तनसुख बैद, छापर अणुव्रत समिति के अध्यक्ष प्रदीप सुराणा सहित अन्य गणमान्यजन उपस्थित थे।



भीलवाड़ा के स्कूल में जीवन विज्ञान का पाठ्यक्रम लागू

भीलवाड़ा। व्यक्ति निर्माण की आज सबसे अधिक आवश्यकता है। एक बालक को सही शिक्षा देना एक व्यक्ति का निर्माण करना है। जीवन विज्ञान व्यक्ति निर्माण के साथ-साथ जीवन निर्माण की एक वैज्ञानिक प्रक्रिया है, जीवन को संतुलित बनाने का उपाय है। प्रारम्भ से ही बच्चे जीवन निर्माण की बातें सीखें और अपने जीवन को संस्कारित बनाएं, इसी उद्देश्य के साथ अणुव्रत समिति भीलवाड़ा के जीवन विज्ञान विभाग के प्रयासों से शास्त्री नगर स्थित महाप्रज्ञ पब्लिक स्कूल में जीवन विज्ञान का पाठ्यक्रम लागू करवाया। स्कूल की प्रधानाचार्य दीपा पेशवानी ने बताया कि आज के इस अराजकता के दौर में बच्चों में नैतिक मूल्यों का संवर्धन बहुत आवश्यक है। इसे प्रत्येक वर्ष पाठ्यक्रम में समिलित किया जाएगा और जीवन विज्ञान भाग 1 का अध्ययन करीब 60 विद्यार्थी करेंगे। विद्यालय प्रशासन के साथ हुई बैठक में अणुव्रत समिति अध्यक्ष आनंदबाला टोडरवाल, मंत्री राजेश चौराड़िया, जीवन विज्ञान संयोजक उषा सिसोदिया, सह संयोजिका स्वीटी नेनावटी और अणुविभा के राज्य प्रभारी अभिषेक कोठारी उपस्थित थे।

जीवन विज्ञान एवं योग कार्यशाला का आयोजन

भीलवाड़ा। अणुव्रत समिति की ओर से अंतरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष में शास्त्री नगर के महाप्रज्ञ पब्लिक स्कूल में जीवन विज्ञान एवं योग कार्यशाला का आयोजन किया गया। स्कूल में चल रहे समर कैम्प के दौरान योग सिखाया गया था। योग प्रशिक्षिका अनिता हिरण ने बच्चों से अलग-अलग मुद्रा बनवायी जिसकी सभी ने प्रशंसा की।

अणुव्रत समिति अध्यक्ष आनंदबाला टोडरवाल एवं तेरापंथी सभा अध्यक्ष जसराज चौराड़िया ने सभी का स्वागत किया। जीवन विज्ञान विभाग संयोजक उषा सिसोदिया ने जीवन विज्ञान के बारे में बताया। समिति की ओर से विद्यालय की प्रिंसिपल दीपा पेशवानी का सम्मान किया गया।

कार्यक्रम संचालन मंत्री राजेश चौराड़िया ने किया तथा जीवन विज्ञान विभाग सह संयोजक स्वीटी नेनावटी ने आभार व्यक्त किया।



कार्यक्रम में महिला मंडल अध्यक्ष मीणा बाबेल, मंत्री रेणु चोरडिया, तेयुप मंत्री राजकुमार कर्णावट, उपाध्यक्ष सुमित नाहर, समिति सहमंत्री पुनीत बोहरा, कोषाध्यक्ष जितेश बोथरा, सदस्य गरिमा कोठारी, पवन जीरावला, गणपत पितलिया संरक्षक निर्मल गोखरू, शुभकरण चोरडिया, बाबूलाल पितलिया, भेरुलाल चौरडिया, नीलेश चिप्पड आदि उपस्थित थे।

विद्यालयों में जीवन विज्ञान पाठ्यक्रम लागू करने का आश्वासन

गुवाहाटी। अणुव्रत समिति, गुवाहाटी के प्रतिनिधियों ने असम में हिंदुस्तानी केंद्रीय विद्यालयों के सचिव एस. पी. राय (अधिकर्ता) से मुलाकात कर जीवन विज्ञान पाठ्यक्रम को उनके विद्यालयों में लागू करने का निवेदन किया। उन्होंने इस पर विचार करने का आश्वासन दिया।



15 दिवसीय योग शिविर का आयोजन

लाडनुं। अणुव्रत समिति लाडनुं के तत्वावधान में 15 दिवसीय प्रेक्षाध्यान योग शिविर का आयोजन 6 जून से 20 जून तक किया गया। स्थानीय भवन में आयोजित इस शिविर में 120 लोगों ने सहभागिता की। समापन समारोह में मुख्य अतिथि एसडीएम अनिल कुमार ने कहा कि स्वस्थ जीवन के लिए योग जरूरी है। योग विशेष दिन ही नहीं बल्कि जीवनशैली का अंग बनना चाहिए। योग करके ही व्यक्ति स्वस्थ जीवन जी सकता है। विशिष्ट अतिथि भारतीय जनता पार्टी के जिलाध्यक्ष गजेन्द्र सिंह ने कहा कि योग भारत की प्राचीन संस्कृति है। आज सम्पूर्ण विश्व योग का अभ्यास कर रहा है।

अणुव्रत समिति के अध्यक्ष शांतिलाल बैद ने स्वागत भाषण दिया। मंत्री डॉ. वीरेंद्र भाटी मंगल ने शिविर की रिपोर्ट प्रस्तुत करते हुए योग के महत्व पर प्रकाश डाला। योगाचार्य डॉ. अशोक भास्कर ने प्रतिदिन योग का अभ्यास करवाया। छात्रा दिव्या भास्कर ने योगासनों का शानदार प्रदर्शन किया। शिविर में नियमित सहभागी रहे शिविरार्थियों को एसडीएम अनिल कुमार, तहसीलदार डॉ. सुरेंद्र भास्कर, नायब तहसीलदार आदि ने सम्मानित किया। इस अवसर पर योगाचार्य डॉ. अशोक भास्कर का समिति द्वारा सम्मान किया गया। कार्यक्रम में अब्दुल हमीद मोयल, अंजना शर्मा, शांतिलाल

रैगर, विनोद बोकडिया, निर्मला चौरडिया, प्रेम बैद, व्यापार मंडल के अध्यक्ष सुशील पीपलवा, डॉ. पुरुषोत्तम शर्मा, डॉ. लूणकरण शर्मा सहित नगर के गणमान्य लोग उपस्थित रहे। शिविर का संयोजन डॉ. वीरेंद्र भाटी मंगल ने किया।

अणुव्रत जीवनशैली का प्रशिक्षण

लाडनुं। अणुव्रत समिति लाडनुं के तत्वावधान में स्व. अभिनव बैद की सृजनी में 15 दिवसीय अणुव्रत जीवनशैली प्रशिक्षण एवं योग शिविर का आयोजन 2 जुलाई से 16 जुलाई तक स्थानीय सनराइज स्कूल में किया गया। समिति अध्यक्ष शांतिलाल बैद की अध्यक्षता में आयोजित इस शिविर में प्रतिभागियों को अणुव्रत जीवनशैली का प्रशिक्षण देने के साथ ही योग का नियमित अभ्यास भी करवाया गया।

अणुव्रत जीवनशैली का प्रशिक्षण देते हुए डॉ. वीरेंद्र भाटी मंगल ने कहा कि अणुव्रत मानवीय मूल्यों से प्रेरित जीवन दर्शन है। इस संयम प्रधान व्यापक दर्शन को जीवन में धारण कर व्यक्ति अपने जीवन को आध्यात्मिक बना सकता है। मुख्य अतिथि जेठानन्द व्यास ने कहा कि विकृतियों से समाज व राष्ट्र कमज़ोर होता है। अणुव्रत को जीवन में उतारें। संकल्प लेकर काम करें तो सफलता मिलती है।

शिविर में डॉ. अशोक भास्कर ने प्रतिदिन योग का प्रशिक्षण देते हुए योगाभ्यास करवाया। उन्होंने योग की नियमितता पर बल दिया। निःशुल्क सेवाएं देने वाले डॉ. भास्कर का शॉल, साहित्य बैंट कर सम्मान किया गया। शिविर में कांग्रेस ब्लॉक अध्यक्ष रामनिवास पटेल, भाजपा के जिला उपाध्यक्ष हनुमानमल जांगीड़, समिति के उपाध्यक्ष अब्दुल हमीद मोयल, व्यापार मंडल अध्यक्ष सुशील पीपलवा, आयुर्वेद विभाग के सेवानिवृत्त उपनिदेशक पुरुषोत्तम शर्मा, भाजपा नेता डॉ. लूणकरण शर्मा, रामाकिशन पंसारी, दशहरा मेला समिति के अध्यक्ष ललित वर्मा, विनोद बोकडिया सहित दर्जनों लोगों ने नियमित सहभागिता की।



नशा छोड़ने का संकल्प दिलाया

बारडोली। अणुव्रत समिति द्वारा स्थायी प्रकल्प के रूप में नशामुक्ति केंद्र चलाया जा रहा है। इसके तहत टेन गाँव के दो राहगीरों को नशे से जीवन में आने वाली कठिनाइयों के बारे में बताने के साथ ही उन्हें नशा नहीं करने का संकल्प कराया गया। समिति की अध्यक्ष पायल चोरडिया ने सनसिटी के पास मजदूरी करके जीवन

यापन करने वाले एक ही परिवार के सात सदस्यों को नशे से दूर रखने के उपाय बताते हुए संकल्प दिलाया कि वे कभी नशा नहीं करेंगे। इस कार्य में समिति की प्रचार-प्रसार मंत्री संजू मेहता व धैर्य चोरड़िया का भी सहयोग रहा।

विद्यार्थियों को जीवन विज्ञान का नियमित प्रशिक्षण

सूरत। भगवान महावीर इंटरनेशनल स्कूल में कक्षा 3 - 8 तक के विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास हेतु उन्हें अन्य विषयों के समान ही जीवन विज्ञान का प्रशिक्षण भी नियमित रूप से प्रदान किया जाता है। जीवन विज्ञान प्रशिक्षण के लिए विद्यालय ने विशेष कक्ष मुहैया कराया है। जीवन विज्ञान की पुस्तकें भी विद्यार्थियों को उपलब्ध करा दी गयी हैं। विद्यार्थी पूरे मनोभाव एवं उत्साह से इन कक्षाओं का लाभ ले रहे हैं। जीवन विज्ञान प्रशिक्षिका रेणु नाहटा ने बताया कि मुनिश्री कमल कुमार के प्रयासों से 1 अगस्त 2019 को विद्यालय में जीवन विज्ञान प्रशिक्षण की शुरुआत की गयी थी।



जरूरतमंद बच्चों को शिक्षण सामग्री वितरित

मुंबई। अणुव्रत समिति मुंबई के अंतर्गत अणुव्रत बुक बैंक प्रोजेक्ट में उपसमिति रायगढ़ द्वारा स्लम एरिया में जरूरतमंद विद्यार्थियों को लगभग 150 टेक्स्टबुक एवं नोटबुक्स, 6 स्कूल बैग, 50 पातच, 40 कंपास बॉक्स तथा 6 वाटर बॉटल वितरित की गई। कॉलेज के छात्र अपना अमूल्य समय निकालकर स्लम एरिया में इन विद्यार्थियों को पढ़ाते हैं। वहीं, अणुव्रत बुक बैंक एवं रोटरी क्लब ऑफ पनवेल एलीट के साथ (हैप्पी विलेज) प्रोजेक्ट में रायगढ़ के पेण क्षेत्र आदिवासी गाँव गांगोड़ के एक स्कूल में आसपास के 11 स्कूलों के 205 बच्चों को उपसमिति रायगढ़ ने 300 बुक्स, 150 पेन वितरित किये। रोटरी क्लब ने सभी 205 बच्चों को टायफाइड की वैक्सीन लगवाने के साथ ही उन्हें स्कूल बैग, सैंडल्स, वाटर बॉटल, कंपास, स्टेशनरी एवं छतरी वितरित की। इन कार्यक्रमों में क्लब चेयरमैन डॉ. स्वाति लिखिते, सेक्रेटरी आदित्य जोशी, हैप्पी

विलेज डायरेक्टर राजेश मेहता, प्रोजेक्ट चेयरमैन दीपा पंजाबी, जयेश सामर, सीमा बाबेल, प्रमोद डांगी एवं रोबिनहुड आर्मी टीम के दिव्यांशु घुंडियाल, झलक डेडिया, अनिकेत गोदाविंदे व अन्य सदस्य तथा रोबिनहुड आर्मी पनवेल क्षेत्र के हेड एडवोकेट हार्दिक शाह उपस्थित थे।



स्कूल प्रांगण में पौधे लगाये

मुंबई। अणुव्रत समिति के अंतर्गत उपसमिति रायगढ़ द्वारा जिला परिषद के एक स्कूल परिसर में 45 पौधे लगाये गये। स्कूल के प्रबंधक और शिक्षकों ने इन पौधों की देख-रेख करने का आश्वासन दिया। इस अवसर पर अणुव्रत बुक बैंक प्रोजेक्ट के अंतर्गत बच्चों के लिए दो कंयूटर भी प्रदान किये गये। विभाग प्रभारी सीमा बाबेल ने बच्चों और शिक्षकों को अणुव्रत के बारे में बताया। कार्यक्रम में जितेंद्र बाबेल, आशीष मेहता, पंकज सोनी, कृष्ण जैन, दर्पण जैन, समृद्धि जैन के साथ रोटरी क्लब ऑफ पनवेल एलीट की प्रेसिडेंट स्वाति लिखिते, सेक्रेटरी आदित्य जोशी व पदाधिकारियों की उपस्थितिरही।

शिक्षकों के लिए योग प्रशिक्षण कार्यक्रम

मुंबई। 21 जून 2022 से चल रहे योग सप्ताह के अंतर्गत अणुव्रत उपसमिति डॉंबिवली के तत्वावधान में शिक्षकों के लिए योग प्रशिक्षण कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस अवसर पर क्रीड़ा शिक्षक प्रवीण खाडे ने बताया कि योग प्रशिक्षण सभी के लिए बहुत ही आवश्यक है। मैं इसे अपने स्कूल में और परिसर के स्कूलों में सभी क्रीड़ा शिक्षकों के साथ मिलकर आगे बढ़ाने का प्रयास करूँगा। योग शिक्षिका चौधरी मैडम ने भी अपने अनुभव सुनाये। शिक्षक प्रशिक्षण प्रेरक जॉथले स्कूल के पूर्व प्राचार्य मगन सूर्यवंशी रहे। कार्यक्रम में दादर, चेंबूर, थाने, उमरा, दीवा, डॉंबिवली, कल्याण आदि के स्कूलों के शिक्षकों ने हिस्सा लिया। प्रशिक्षक श्रीपाल मेहता, तेरापंथ सभा अध्यक्ष गणपत हिंगड़, तेयुप प्रातःकालीन दर्शन गुप आदि कार्यकर्ताओं ने कार्यक्रम सफल बनाने के लिए सहयोग दिया। संयोजक हेमलता मुनोत ने कुशल संचालन किया।





अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक भेंट

जोधपुर। अणुव्रत समिति जोधपुर की अध्यक्ष सुधा भंसाली, भूपेश तातेड़ आदि ने पावटा स्थित हनवंत गार्डन में शासन श्री साध्वी कुंथु श्री जी को 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' भेंट किया। साथ ही अणुव्रत समिति की अध्यक्ष डॉ. सुधा भंसाली एवं स्वाति जैसलमेरिया ने जोधपुर के मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी बी. आर. खीचड़ को अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक भेंट किया। जिला शिक्षा अधिकारी ने आभार व्यक्त करते हुए कहा कि संयम ही जीवन है, हम सभी को इसका अनुकरण करना चाहिए।



यूपी के नगर विकास मंत्री को अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक भेंट

कानपुर। अणुव्रत समिति कानपुर के अध्यक्ष टीकम चन्द सेठिया और सदस्य मुकंद मिश्रा लखनऊ में प्रदेश के नगर विकास मंत्री व ऊर्जा मंत्री अरविंद कुमार शर्मा से उनके आवास पर मिला तथा

चारित्रिक व नैतिक अणुव्रत आन्दोलन के 75वें अमृत महोत्सव के बारे में जानकारी देने के साथ ही उन्हें 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' भेंट किया। श्री शर्मा ने कहा कि अणुव्रत आन्दोलन निश्चित ही देश में नैतिक व चारित्रिक वातावरण बनाने में सहायक होगा।



केन्द्रीय मंत्री अर्जुनराम मेघवाल को अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक भेंट

नयी दिल्ली। अणुव्रत पत्रिका का 'अणुव्रत जीवनशैली विशेषांक' केन्द्रीय संस्कृति राज्य मंत्री व अणुव्रत संसदीय मंच के राष्ट्रीय संयोजक अर्जुनराम मेघवाल को अणुविभा के न्यासी पंचशील जैन एवं संगठन मंत्री डॉ. कुसुम लुनिया ने नयी दिल्ली में उनके निवास स्थान पर भेंट किया। माननीय मंत्री जी ने विशेषांक के पन्ने पलटते हुए कहा कि अणुव्रत अनुशास्ता को समर्पित यह अंक तो महाविशेषांक जैसा लग रहा है। निश्चित रूप से यह एक संग्रहणीय विशेषांक है जो अणुव्रत अनुशास्ता व अणुव्रत आन्दोलन के संदेशों को जन-जन तक पहुँचाने में उपयोगी होगा। इस अवसर पर राज्यसभा सांसद रामकुमार वर्मा भी उपस्थित रहे।



राजलदेसर में रत्नगढ़ के विधायक श्री अभिनेश महर्षि से अणुव्रत विशेषांक पर चर्चा करते हुए अणुविभा अध्यक्ष संचय जैन साथ में अमृतवाणी के महामंत्री श्री अशोक पारख एवं श्री नवरत्न पारख।

अणुव्रत के परिप्रेक्ष्य में आजादी का अमृत महोत्सव

आइए, आत्मावलोकन करें कि आजादी के 75 वर्षों की परिसम्पन्नता पर हम क्या असली आजादी हासिल कर पाये हैं? भारत की आजादी के बाद सन् 1949 में अणुव्रत आन्दोलन का प्रवर्तन करते समय आचार्य श्री तुलसी ने "असली आजादी अपनाओ" का आह्वान किया था। अनुशासन, नैतिकता, चारित्रिक उच्छयन, मानवीय एकता, धार्मिक सहिष्णुता, प्रामाणिकता, पर्यावरण की सुरक्षा, नशामुक्ति की दृष्टि से हम कहाँ पहुँचे हैं? आजादी का अमृत महोत्सव हमें अवसर देता है समीक्षा करने का असली आजादी के इन पैमानों पर। इस उद्देश्य से अणुविभा द्वारा सभी अणुव्रत समितियों से निवेदन है कि उक्त विषयक चर्चा को जन-जन के बीच आगे बढ़ाएँ।

"आजादी के अमृत महोत्सव पर आत्मावलोकन : अणुव्रत की नजर से"

- 14 अगस्त, 2022 (रविवार) से 21 अगस्त, 2022 (रविवार)
- प्रस्तावित कार्यक्रम : परिचर्चा, गोष्ठी, कवि सम्मेलन, सांस्कृतिक संध्या, वाद-विवाद प्रतियोगिता आदि
- सभी अणुव्रत समितियां कम से कम एक या अधिक कार्यक्रम अवश्य आयोजित करें
- कार्यक्रम में अणुव्रत आचार संहिता को व्याख्यायित कर संभागियों को संकल्प अवश्य ग्रहण करवाएँ
- अणुव्रत संकल्प पत्र भरवाकर अणुव्रत समितियाँ अणुव्रत के प्रचार-प्रसार में अपनी पूरी शक्ति का नियोजन करें
- अणुव्रत संकल्प पत्र आप दिल्ली कार्यालय से मंगवा सकते हैं- सम्पर्क सूत्र 9116634512

निबन्ध प्रतियोगिता

आजादी के अमृत महोत्सव पर राष्ट्रीय स्तर एक निबन्ध प्रतियोगिता आयोजित की जा रही है। आप अपना निबन्ध हिन्दी / अंग्रेजी भाषा में लिखकर/टाइप करके मय पते एवं आयु प्रमाण के साथ डाक/कोरियर या मेल पर **31 अगस्त, 2022** तक भेज सकते हैं (head.office@anuvibha.org)। डाक/कोरियर द्वारा निबन्ध आप इस पते पर प्रेषित करें :- अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी, चिल्ड्रन'स पीस पैलेस, राजसमंद - 313326 (राजस्थान)

- विषय : "आजादी के अमृत महोत्सव पर आत्मावलोकन : अणुव्रत की नजर से"
- प्रतियोगिता दो आयु वर्ग में आयोजित होगी।
25 वर्ष तक : शब्द सीमा 300 25 वर्ष से ऊपर : शब्द सीमा 500
- दोनों आयु वर्ग में प्रथम स्थान प्राप्त करने वाले विजेता को 3 वर्ष, द्वितीय स्थान प्राप्त करने वाले को 2 वर्ष एवं तृतीय स्थान प्राप्त करने वाले को 1 वर्ष के लिए अणुविभा द्वारा प्रकाशित होने वाली मासिक पत्रिका 'अणुव्रत' निःशुल्क भेजी जाएगी।
- चयनित रचनाओं को अणुव्रत पत्रिका में प्रकाशित भी किया जा सकेगा।

अधिक जानकारी हेतु सम्पर्क करें
राष्ट्रीय संयोजक श्री सुबोध दुगङ 9414263586





अणुव्रत के परिप्रेक्ष्य में



आज़ादी का अमृत महोत्सव



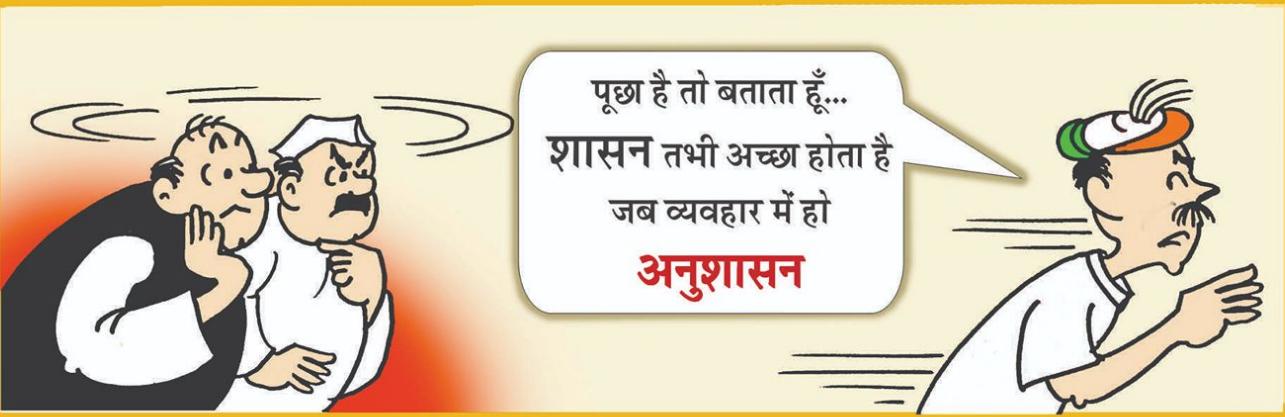
आह्वान... असली आज़ादी अपनाओ

14 से 21 अगस्त, 2022

देशभर में अणुव्रत समितियों द्वारा
विभिन्न कार्यक्रमों का आयोजन

अणुव्रत की बात

होज
निवेदि





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



लेखन

चित्रकला

गायन

भाषण

विषय पर्यावरण का संरक्षण दायित्व हमारा हर क्षण

प्रथम चरण

विजेता प्रतिभागियों की प्रविष्टि अपलोड की
अंतिम तारीख 15 अगस्त 2022

राष्ट्रीय स्तर पर आकर्षक पुरस्कार



ग्रुप-1: कक्षा 3-5
प्रथम : कीबोर्ड पियानो
द्वितीय : बच्चों का
सारिगमा कारबां
तृतीय : साइंस किट

ग्रुप-2: कक्षा 6-8
प्रथम : टैबलेट
द्वितीय : किंडल रीडर
तृतीय : ब्लूटूथ ईयर फोन

ग्रुप-3: कक्षा 9-12
प्रथम : टैबलेट
द्वितीय : किंडल रीडर
तृतीय : ब्लूटूथ ईयर फोन



अधिक
जानकारी
के लिए

<https://anuvibha.org/acc>
 acc@anuvibha.org
 +91-91166-34514
+91-91166-34517



अनुव्रत विश्व भारती सोसायटी

सहयोगी
प्रकल्प



दलों का
देश



मुख्य संयोजकर्ता
LODHA
IMPEX
JAIPUR-MUMBAI

अणुव्रत संकल्प शृंखला

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 भूष-हत्या नहीं करूंगा। ■

मैं आक्रमण नहीं करूंगा।

■ आक्रामक नीति का समर्थन नहीं करूंगा। ■

■ विश्व-शान्ति तथा निःशस्त्रीकरण 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।

■ साध्यदायिक 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 रुद्धियों 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। ■



अणुव्रत विश्व भारती

www.anuvibha.org/pledge