



जनवरी, 2022 ■ वर्ष : 67 ■ अंक : 04 ■ पृष्ठ: 60 ■ मूल्य : ₹ 50

अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अणुप्रत

2022

नया वर्ष
नयी आशा
नये संकल्प...



Nationwide campaign to encourage creativity
and positivity in the new generation



COMPETITIONS

WRITING

DRAWING

SINGING

SPEECH

THEME

Protection of Environment
Our Responsibility Every Moment

Last date for first phase of school level competition

15 January, 2022

Attractive Awards at National Level

Group-1 : Class 3-5, Group-2 : Class 6-8, Group-3 : Class 9-12

For
more
information

<https://anuvibha.org/acc>

acc@anuvibha.org

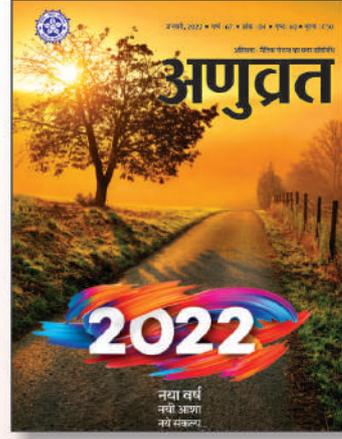
+91-91166-34514



Anuvrat Vishwa Bharati Society

Associate
Partners





वर्ष 67 • अंक 04 • कुल पृष्ठ 60 • जनवरी, 2022

सम्पादक
संचय जैन

सह-सम्पादक
मोहन मंगलम

संयोजकीय टीम

प्रमोद घोड़ावत (संयोजक, प्रकाशन), शांतिलाल पटावरी (संयोजक, पत्रिका प्रसार)
ललित गर्ग (संयोजक, अणुव्रत लेखक मंच), रजनीकांत शुक्ल (सह संयोजक, अणुव्रत लेखक मंच)
इन्द्र बैंगानी (संयोजक, समाचार संपादन)

टाइपसेटिंग व लेआउट - मनीष सोनी कवर क्रिएटिव - आशुतोष रॉय चित्रांकन - मनोज त्रिवेदी

कार्यालय

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

:: 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
योगक्षेमी (15yrs)	- ₹ 11000	केनरा बैंक
		A/c No. 0158101120312
		IFSC : CNRB0000158

:: ऑनलाइन सदस्यता हेतु ::

<https://rzp.io/avbp> पर लॉगिन करें

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



अणुव्रत के द्वारा आज समाज में नैतिकता, आस्थाशीलता और चरित्र-गठन का जो कार्य हो रहा है, उसमें कुछ भी मदद कर सकूँ तो वह करना मेरा धर्म है। मैं जहाँ तक समझता हूँ, अणुव्रत धर्म का सही तत्व फैलाने का एक उपक्रम है।

- मोरारजी भाई देसाई



अनुक्रमणिका

प्रेरणा पाथेय

- | | |
|------------------------|----|
| * शरीर और मन का संतुलन | 06 |
| आचार्य तुलसी | |
| * कार्यक्षेत्रीय कौशल | 08 |
| आचार्य महाप्रज्ञ | |

आलेख

- | | |
|---------------------------------|----|
| * अध्यात्म की पृष्ठभूमि | 12 |
| साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा | |
| * भारतीय परिवेश में मौन... | 14 |
| राजेन्द्र बोड़ा | |
| * झूठ बोलने की आदत कैसे छोड़ें? | 16 |
| डॉ. संतोष तिवारी | |
| * ये है गीता का ज्ञान | 18 |
| जिनेन्द्र कोठरी | |
| * कला, संस्कृति और साहित्य | 20 |
| द्वारिका प्रसाद अग्रवाल | |
| * स्कूल में अहिंसा के प्रयोग | 22 |
| उमाशंकर तिवारी | |
| * मातृशक्ति का शंखनाद | 24 |
| डॉ. रेणु रघुवीर | |
| * 'The Meaning of Anuvrata... | 30 |
| Dr. Rudi Jansma | |

कहानी

- | | |
|----------------|----|
| * रिहाई | 26 |
| मुरलीधर वैष्णव | |

कविता

- | | |
|-------------------------------|----|
| * बजे प्रेम की बीन | 15 |
| डॉ. रामनिवास 'मानव' | |
| * करुणा रस बरसाता चल | 21 |
| डॉ. दिलीप धींग | |
| * समय का जो कहा समझे | 25 |
| ओमप्रकाश यती | |
| ❖ संपादकीय | 05 |
| ❖ बापू की वाणी | 11 |
| ❖ संवेदन | 29 |
| ❖ कदमों के निशां | 33 |
| ❖ अतीत के झरोखे से | 34 |
| ❖ परिचर्चा | 38 |
| ❖ अणुव्रत समाचार | 40 |
| ❖ जीवन विज्ञान दिवस : रिपोर्ट | 41 |
| ❖ बरार में मतदान से शराबबंदी | 46 |
| ❖ अणुव्रत सम्पर्क यात्रा | |
| ❖ असम-बिहार-बंगाल | 49 |
| ❖ विविध समाचार | 56 |
| ❖ अणुव्रत संदेश स्थल | 57 |
| ❖ परिणाम Q10 प्रतियोगिता | 58 |



छोटे प्रयास बड़े बदलाव

विश्व नयी आशाओं के साथ नववर्ष में प्रवेश कर रहा है। महामारी से उबरने की आशा, आर्थिक मजबूती हासिल करने की आशा, जीवन को नये नजरिये से देखने की आशा, प्रकृति के कहर से बचने की आशा, संबंधों को नये अर्थ देने की आशा, हिंसा और नफरत से पार पाने की आशा, धर्म और विज्ञान को पुनर्परिभाषित करने की आशा...और इंसान के इंसान बने रहने की आशा।

कहते भी हैं, आशा पर ही दुनिया चलती है। आशा न हो तो जीवन कितना निरर्थक सा लगने लगेगा। आशा में एक खासियत भी है, यह हमेशा सकारात्मक होती है। आशा के अभाव में शायद जीवन में सकारात्मकता ही कहीं खो जायेगी। आशा विश्वास जगाती है और आगे बढ़ने की प्रेरणा देती है। आशा बदलाव का मार्ग भी प्रशस्त करती है।

प्रश्न है, हमारी आशा की दिशा क्या है?

एक दिशा यह हो सकती है कि दुनिया इस तरह बदल जाये कि जीवन में समस्याओं से मुझे निजात मिल जाये। हम जिस नजरिये से दुनिया को देखते हैं, अनगिनत कमियां हमें नजर आती हैं जो हमें पग-पग पर अखरती हैं। हम पल-पल इस दुनिया को, इसकी कमियों को कोसते हैं और अपनी मुसीबतों के लिए इसे ही दोषी पाते हैं। काश! यह दुनिया सुधर जाये और मैं सुकून से जी सकूँ।

हमारी आशा की दूसरी दिशा यह भी हो सकती है कि दुनिया के प्रति मैं अपना नजरिया इस कदर बदल लूँ कि कोई समस्या मुझे समस्या ही न लगे। इसमें आशा का केंद्र-बिंदु व्यक्ति स्वयं है, दुनिया नहीं। यह दिशा इस सिद्धांत पर आधारित है कि दुनिया वैसी नहीं है जैसी आपको दिखती है, दुनिया वैसी है जैसे आप हैं, यानी जैसा आप दुनिया के बारे में सोचते हैं।

दुनिया को, या अपने आसपास की परिस्थितियों को बदलने की आशा कितनी फलीभूत हो सकती है, यह कहना मुश्किल है क्योंकि यह एक अकेले व्यक्ति के हाथ में कदापि नहीं है। लेकिन स्वयं को बदलने की, या स्वयं के सोच को बदलने की दिशा में यदि व्यक्ति कदम बढ़ा देता है तो आशा को यथार्थ में बदलने से दुनिया की कोई ताकत रोक नहीं सकती।

अणुव्रत दर्शन इसीलिए महत्त्वपूर्ण है कि यह व्यक्ति-बदलाव की आधारभूमि तैयार करता है जो अंततः सृष्टि-बदलाव का मार्ग प्रशस्त कर देती है। नववर्ष के प्रति संजोयी गयी हमारी प्रत्येक आशा को फलीभूत करने की ताकत अणुव्रत दर्शन में है, बशर्ते इसे वैचारिक स्तर से व्यवहार के धरातल पर उतारने के प्रति हम गंभीर हों।

किसी भी विचार को व्यवहार में उतारने पर दुनिया में अनेक शोध हुए हैं और पुस्तकें लिखी गयी हैं। आज यह एक स्थापित तथ्य है कि किसी भी बड़े लक्ष्य को हासिल करने के लिए उसे सुनियोजित तरीके से बहुत ही छोटे-छोटे लक्ष्यों में विभाजित करके निरंतर आगे बढ़ते रहना ही सफलता की कुंजी है। स्टेनफोर्ड यूनिवर्सिटी में बिहेवियर डिजायन लैब के संस्थापक बी जे फोग की पुस्तक 'टाइनी हैबिट्स' उन लोगों के लिए व्यावहारिक समाधान प्रस्तुत करती है जो अणुव्रत दर्शन को अपने जीवन में उतारना चाहते हैं।

अणुव्रत रूपी छोटे-छोटे प्रयास जीवन के प्रति हमारी आशाओं को फलीभूत कर बड़े बदलाव का आधार बन सकते हैं।

यह वर्ष आपके लिए आशाओं के फलीभूत होने का वर्ष बने, इन्हीं शुभकामनाओं के साथ...

सं.जै.

sanchay_avb@yahoo.com

प्रश्न कौंधा –
दुनिया मुझे बनाती है
या फिर
मैं दुनिया को बनाता हूँ?

समाधान मिला –
यह तुम पर निर्भर है
यदि तुम दुनिया के
बनाये
बनते और बिगड़ते हो
तो तुम हो
बस एक कठपुतली
और यदि
तुम दूसरों के प्रभाव से
अपने को बचा पाने का
माद्दा रखते हो
तो तुम
अपने आप को
खुद गढ़ते हो
और दुनिया को भी
अपने स्वयं के पैमाने
पर
परखते हो,
खुद अपनी दुनिया
गढ़ते हो।



शरीर और मन का संतुलन

आचार्य तुलसी

सामान्यतः प्रार्थना शब्द से याचना का बोध होता है। किन्तु जहां परमात्मा या विशिष्ट सत्ता के प्रति प्रार्थना का प्रसंग हो, वहां उसका अर्थ है आदर्श को सामने प्रस्तुत करना। जिन विशिष्ट योग्यताओं और क्षमताओं को प्राप्त करना है, उनकी किसी प्रतीक के माध्यम से स्मृति होती है। पुनः पुनः स्मरण गुण-संक्रमण का मुख्य हेतु है। जिन गुणों की ओर व्यक्ति आकृष्ट होता है, वह उन्हें आत्मसात देखना चाहता है। उसका ध्यान बार-बार उसी दिशा में एकाग्र होता है। एकाग्रता का अर्थ है उस प्रधान आलम्बन पर मन को स्थापित करना। मन की संलग्नता आंशिक या पूर्ण उपलब्धि में सहायक सिद्ध होती है। इसीलिए कहा जाता है—

योगि—देहे तथाध्यानात् जायते गुणसंक्रमः।

योग-विद्या में शक्ति-संप्रेषण और शक्तिपात की जो

व्यवस्था है, वह और क्या है? साधक जिस क्षण अपने आराध्य के प्रति सर्वात्मना लीन हो जाता है, आराध्य की समताओं में आकण्ठ निमग्न हो जाता है, उसमें वैसी ही स्थिति पैदा हो जाती है। व्यक्ति की अपनी योग्यता या साधना के बिना शक्तिपात का सिद्धान्त भी घटित नहीं हो सकता।

प्रार्थना का अर्थ है भावों का उत्कर्ष। भावों का उत्कर्ष तदनुरूप परिणति कर देता है। स्थूल रूप से देखने वाला सोचता है — माँगने से मिल गया। किन्तु माँगने से ही मिले तो हर व्यक्ति मनोनुकूल वातावरण निर्मित कर सकता है। जब तक याचना के साथ तादात्म्य भाव स्थापित नहीं होता, वैसी स्थिति प्राप्त नहीं हो सकती। इसलिए अणुव्रत-साधना के सन्दर्भ में प्रार्थना का अर्थ है— लक्ष्यानुरूप आदर्श में एकाग्र होना। एक दृष्टि से यह संकल्प-साधना का एक प्रकार है। संकल्प फलवान होते हैं और व्यक्ति को अपनी प्रार्थना का सुफल मिल जाता है।

लोग कई बार संकल्प-साधना या तल्लीनता को प्रार्थना से जोड़ देते हैं तो फिर ध्यान का अर्थ क्या है? ध्यान का अर्थ है चिन्तन की एकाग्रता। चिन्तन का सर्वथा निरोध करना ध्यान का विशिष्ट रूप है। किन्तु हर व्यक्ति हर स्थिति में ऐसा कर नहीं सकता, इसलिए एकाग्र चिन्तन का भी अपना महत्व है।

ध्यान की दो स्थितियां हैं—विचारों की एकाग्रता और विचारों की शून्यता। सामान्यतः ये दोनों स्थितियां कठिन हैं किन्तु असंभव नहीं हैं। कुछ व्यक्ति अपनी सहज क्षमता से और कुछ अभ्यास-निष्पन्न क्षमता से इन स्थितियों को ही प्राप्त कर सकते हैं। एकाग्रता या विचार-शून्यता आत्मस्थ बनने की सहज और सीधी प्रक्रिया है। एकाग्रता के लिए एक विषय का सतत चिन्तन अपेक्षित है। जप में बार-बार आवृत्ति होती है, किन्तु वह ध्यान नहीं है।

ध्यान में एक केन्द्र की परिधि में चिन्तन चलता है और जप में मात्र शाब्दिक आवृत्ति होती है। जप ध्यान की पृष्ठभूमि हो सकता है, क्योंकि पुनरावर्तन का चरम रूप तल्लीनता निष्पन्न करता है। स्वाध्याय भी ध्यान की स्थिति में सहायक बन सकता है। इसी प्रकार संकल्प-साधना या प्रार्थना भी ध्यान की सहायक सामग्री है। इस क्रम में जिस क्षण एकाग्रता की अनुभूति हो, वह ध्यान के अन्तर्गत आ जाता है।

प्रश्न उठता है कि सामान्यतः व्यक्ति दिन-भर दूसरे-दूसरे कामों में व्यस्त रहता है। ऐसी स्थिति में कुछ समय ध्यान के लिए बैठने से ध्यान सध सकता है क्या? ध्यान की सीधी-सी प्रक्रिया क्या है?

दरअसल ध्यान के लिए मन को प्रशिक्षित करना जरूरी है। जिस व्यक्ति का मन सध जाता है, उसके लिए ध्यान स्वाभाविक हो जाता है। अन्यायपूर्ण कार्यों में व्यस्त रहने वाला व्यक्ति भी अपने मन को प्रशिक्षण देकर उसका



इच्छानुरूप नियोजन कर सकता है। ध्यान के लिए मुख्य रूप से सहायक तत्व है आन्तरिक अभिरुचि। आन्तरिक अभिरुचि तीव्र हो तो कोई भी स्थिति किसी कार्य में बाधक नहीं बन सकती। प्रारम्भिक अभ्यास करने वालों के लिए ध्यान-साधना का बहुत सीधा क्रम है। साधक घड़ी सामने रखकर एक-एक मिनट देखता रहे। जितने क्षण स्थिरता रहे, उसे सफलता की ओर गति मानकर उत्तरोत्तर अभ्यास करता रहे। जिस क्षण स्थिरता का भंग हो, वहां से फिर प्रारम्भ करे। दृढ़ निष्ठा और निरन्तरता बहुत शीघ्र ही सहज स्थिति का निर्माण कर सकती है।



प्राणवायु को साधने का नाम है प्राणायाम। प्रकारान्तर से प्राणायाम का अर्थ है श्वास के क्रम को बदल देना। रेचक, पूरक और कुम्भक द्वारा दीर्घ में श्वास-निरोधक का अभ्यास किया जाता है। समवृत्ति प्राणायाम में श्वास-निःश्वास प्रक्रिया समान है।

श्वास-दर्शन की प्रक्रिया भी इसी क्रम के अन्तर्गत है। अन्य सब बातों को विस्मृत करके केवल श्वास के आगमन और निर्गमन को देखते रहने से एकाग्रता का अभ्यास हो जाता है। किसी बिन्दु पर दृष्टि टिकाकर अथवा अन्य किसी भी माध्यम से एकाग्रता निष्पन्न हो सकती है।

जो व्यक्ति अपनी शक्ति का उपयोग करना चाहता है, उसके लिए ध्यान-साधना अनिवार्य अपेक्षा है। ध्यान नहीं करने वाले व्यक्ति भी काम करते हैं और सफल भी होते हैं किन्तु वे ध्यान के आलम्बन से अपने कर्म-क्षेत्र में और अधिक निष्णात बन जाते हैं। कुछ व्यक्ति ऐसा मानते हैं कि ध्यान से बौद्धिक परिश्रान्ति दूर होती है किन्तु मेरे अभिमत से मानसिक और शारीरिक दृष्टि से थके हुए व्यक्ति भी इससे लाभान्वित होते हैं। ध्यान-साधना जीवन के सर्वांगीण विकास की प्रशस्त दिशा है। असन्तुलन और संक्लेश की स्थिति का यह सही समाधान है।

ध्यान की प्राथमिक भूमिका में कुछ स्थितियों का विशेष अभ्यास करना होता है क्योंकि ध्यान के लिए शरीर की स्थिति और समस्थिति अनिवार्य है। स्थिरता के बिना एक आसन में लम्बे समय तक बैठना असंभव हो जाता

है। शारीरिक कठिनाइयां ध्यान में बाधक न बनें, इसलिए आरम्भ में शरीर को साधा जाता है। शारीरिक स्वास्थ्य मानसिक एकाग्रता का बहुत बड़ा हेतु है। अस्वस्थ शरीर में ध्यान की मनःस्थिति बन नहीं पाती, इसलिए योगासनों का महत्त्व स्वयं सिद्ध हो जाता है। इसके अतिरिक्त ध्यान के भी कुछ विशेष आसन और मुद्राएं होती हैं।

सामान्यतः सुखासन, पद्मासन, स्वस्तिकासन, सिद्धासन आदि आसन हर व्यक्ति के लिए सहज हो सकते हैं। वैसे जिस व्यक्ति को जो आसन अनुकूल प्रतीत हो, ध्यान का आसन बन सकता है। सधे हुए योगी जिस आसन और मुद्रा में बैठते हैं, वही उनके लिए सिद्धिकारक हो जाता है। किन्तु जब तक शरीर और मन नियंत्रण में नहीं आते हैं, विधिवत अभ्यास के द्वारा उन्हें प्रशिक्षित करने की अपेक्षा है। आसन के बाद प्राणायाम का क्रम आता है।

प्राण शरीर से भी अधिक महत्त्वपूर्ण तत्व है। जो व्यक्ति प्राण पर अधिकार कर लेता है, वह बहुत कुछ पा लेता है। प्राण के स्तर पर घटित होने वाली घटनाओं पर उसका प्रभुत्व हो जाता है। प्राणवायु के नियंत्रण से सुषुप्त चित्त के उद्घाटन में सहायता मिलती है तथा इसका नियंत्रण न हो तो शारीरिक और मानसिक स्तर पर अनेक बाधाएं उपस्थित हो जाती हैं।

प्राण का मूल सम्बन्ध जीवनी शक्ति से है। श्वासोच्छ्वास से प्राप्त वायु इसे गति देता है, इसलिए उसे प्राण-वायु या स्थूल प्राण भी कहते हैं। शरीर और मन का संचालन प्राणवायु से होता है। शरीर की स्वस्थता और मन का संतुलन प्राणवायु से सापेक्ष है। योग के आचार्यों ने मन और प्राण को दूध-पानी की तरह एकात्मक माना है। जहां मन और प्राण एक हो जाते हैं, वहां प्राणवायु की बात मन नहीं टाल सकता और प्राणवायु मन के बिना नहीं टिक सकता। हमारे शरीर में मन का जितना महत्त्व है, उतना ही प्राणवायु का।

प्राणवायु को साधने का नाम है प्राणायाम। प्रकारान्तर से प्राणायाम का अर्थ है श्वास के क्रम को बदल देना। रेचक, पूरक और कुम्भक द्वारा दीर्घ में श्वास-निरोधक का अभ्यास किया जाता है। समवृत्ति प्राणायाम में श्वास-निःश्वास प्रक्रिया समान है। अग्रिम भूमिका पर प्राणायाम के और भी अनेक प्रयोग होते हैं।

निष्कर्ष की भाषा में कहा जा सकता है कि प्राण का नियोजन प्राणायाम है। प्राण के सम्यक् नियोजन से शरीर और मन व्यवस्थित तथा सन्तुलित रहते हैं। सन्तुलित और व्यवस्थित शरीर स्थिति एवं इच्छानुरूप मनः स्थिति में साधना की भूमिका स्वयं प्रशस्त हो जाती है। प्रार्थना, ध्यान, आसन, प्राणायाम आदि सारी प्रक्रिया साधना की निर्विघ्नता के लिए है। अणुव्रती अपनी साधना में निर्विघ्न गति करता रहे, बस इसलिए यह सब उसके लिए करणीय है। ■



कार्यक्षेत्रीय कौशल

आचार्य महाप्रज्ञ

हर व्यक्ति अपने कार्य क्षेत्र का चुनाव करता है। कार्य करना अलग बात है और दक्षता के साथ करना बिल्कुल अलग बात। एक व्यक्ति डॉक्टर है, एक इंजीनियर है, प्रोफेसर अथवा वैज्ञानिक है। अलग-अलग कार्यक्षेत्र हैं और हर क्षेत्र में हजारों-हजारों व्यक्ति लगे हुए हैं।

एक व्यक्ति अपने कार्य में सफल होता है और बड़ी दक्षता के साथ कार्य करता है। एक व्यक्ति कार्य ठीक नहीं कर पाता, असफल हो जाता है। केवल चिकित्सा में कुशल होना ही पर्याप्त नहीं है, उसके साथ कार्यक्षेत्रीय दक्षता भी होनी चाहिए। डॉक्टर ने रोगी को देख लिया। उसे दवा देनी है। मन में संशय हो गया— यह दवा दूँ या नहीं, इससे ठीक हो जायेगा या नहीं, बस इसी में चिंत उलझ जाता है। ऐसा चिकित्सक सफल नहीं हो सकता।

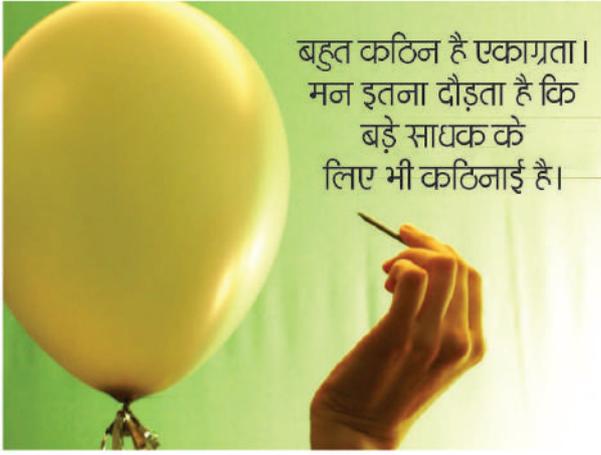
आत्मविश्वास

कार्यक्षेत्रीय कौशल के लिए आवश्यक है आत्मविश्वास। यदि आत्मविश्वास नहीं है तो व्यक्ति सफल नहीं हो सकता। एक डॉक्टर अपने कार्य में, चिकित्सा में तो बहुत कुशल था किन्तु उस क्षेत्र का कौशल उसको प्राप्त नहीं था। उस चिकित्सक ने तीन दिन जीवन विज्ञान का प्रयोग किया। उसे अनुभव हुआ—आत्मविश्वास बढ़ा है और जो संशयशीलता की वृत्ति थी, उसमें परिवर्तन आया है।

निर्णय की शक्ति

सफलता का दूसरा सूत्र है निर्णायक शक्ति का विकास। कई लोग निर्णय नहीं ले पाते। निर्णय की शक्ति कमजोर होती है। एक अधिकारी को किसी संदर्भ में निर्णय लेना है। सहयोगी इस प्रतीक्षा में हैं— इसका





बहुत कठिन है एकाग्रता।
मन इतना दौड़ता है कि
बड़े साधक के
लिए भी कठिनाई है।

निर्णय जल्दी होना चाहिए, किन्तु दिन पर दिन बीतते जाते हैं और निर्णय हो ही नहीं पाता। आत्मविश्वास और निर्णय लेने की शक्ति—ये दोनों सफलता के लिए बहुत जरूरी हैं। जो निर्णय लेना हो, वह तत्काल लिया जाये। दो मिनट का अन्तराल बहुत बड़ी गड़बड़ी कर देता है। निर्णय की शक्ति का विकास, यह सफलता का बहुत बड़ा सूत्र है।

एकाग्रता का विकास

तीसरा सूत्र है एकाग्रता। एक व्यक्ति कार्य करने बैठा, एक काम शुरू किया। यदि एकाग्रता नहीं है तो कुछ देर में दूसरा काम शुरू कर देगा, फिर तीसरा काम शुरू कर देगा। अनेक लोग इस समस्या के कारण सफल नहीं हो पाते। जिस समय जो काम करें, उस समय उसी कार्य के प्रति समर्पित हो जाना, दत्तचित्त हो जाना, अवधान करना, बहुत बड़ी बात है। जैन मुनियों में अवधान विद्या का प्रयोग चलता है। अवधान, प्राणिधान और समाधान—एकाग्रता का एक प्रयोग है। सौ प्रश्न पूछे गये। घण्टा—दो घण्टा या चार घण्टे बाद सारे प्रश्नों को उत्तरित कर देना, समाहित कर देना, एकाग्रता का प्रयोग है। कार्यक्षति का बहुत बड़ा हेतु है मन का विक्षेप। चंचलता की समस्या आम है। जिस कार्य को करने में एक घण्टा का समय लगना चाहिए, मन की चंचलता है तो चार घण्टे का समय लग जायेगा। यदि मन की एकाग्रता है तो उसी कार्य को आधे घण्टे में ही पूरा किया जा सकता है।

अभ्यास से सधती है एकाग्रता

बहुत कठिन है एकाग्रता। मन इतना दौड़ता है कि बड़े साधक के लिए भी कठिनाई है। एक विद्यार्थी के लिए यह बहुत बड़ी समस्या है। यदि विधिवत प्रयोग किया जाये तो एकाग्रता का विकास संभव है। अर्जुन ने योगिराज कृष्ण से पूछा— मन बहुत चंचल है। उसका निग्रह करना वायु को पकड़ने जैसा है। कृष्ण ने उत्तर दिया— अर्जुन ! उसको पकड़ने के दो उपाय हैं—अभ्यास और वैराग्य। यह अपेक्षा नहीं की जा सकती कि हर विद्यार्थी वैरागी होगा, विरक्त होगा, किन्तु अभ्यास

सर्वसाधारण के लिए हो सकता है। अभ्यास किया जाये तो मन को पकड़ा जा सकता है, मन की एकाग्रता साधी जा सकती है। जीवन विज्ञान में इनके प्रयोग निर्दिष्ट हैं कि अभ्यास के द्वारा मन की चंचलता को कैसे कम किया जाये और कैसे एकाग्रता को साधा जाये ?

स्मृति का विकास

चौथा तत्त्व है स्मृति का विकास। स्मृति की प्रखरता कार्यक्षेत्रीय कौशल के लिए आवश्यक है। कार्यक्षेत्र में वह व्यक्ति सफल होता है, जिसकी स्मृति अच्छी होती है। स्मृति कमजोर है तो व्यक्ति सफल नहीं हो सकता। स्मृति प्रखर होनी चाहिए। जो व्यक्ति मन के रहस्यों को समझ लेता है, उसकी एकाग्रता भी अच्छी होती है, स्मृति भी अच्छी रहती है।

संवेग संतुलन

पाँचवां तत्त्व है संवेग संतुलन। यह कार्यक्षेत्रीय कौशल का सबसे प्रभावी सूत्र है। जो व्यक्ति अपने संवेगों को संतुलित रखना नहीं जानता, वह कार्य में सफल नहीं हो सकता। सबसे कठिन है संवेग का संतुलन। कार्य में अस्त—व्यस्तता, लड़ाई—झगड़े, पारिवारिक और संस्थागत कलह—ये सब असंतुलित संवेगों के परिणाम हैं। दो व्यक्ति हैं, दोनों का लक्ष्य एक है। दोनों कार्य की सफलता चाहते हैं, पर दोनों का अहं ऐसा टकराता है कि असफलता हाथ लगती है। अहं का टकराव कार्य में सबसे ज्यादा विघ्न और बाधा उपस्थित करने वाला तत्त्व है। मनुष्य जानता है कि इससे काम बिगड़ जायेगा, किन्तु फिर भी वह इस अहं वृत्ति को छोड़ नहीं पाता। यदि विद्या के क्षेत्र में, शिक्षा के क्षेत्र में कुछ करना है तो सबसे पहले अध्यापक, विद्यार्थी और अधिकारी—इन सबको संवेग संतुलन का अभ्यास करना चाहिए।

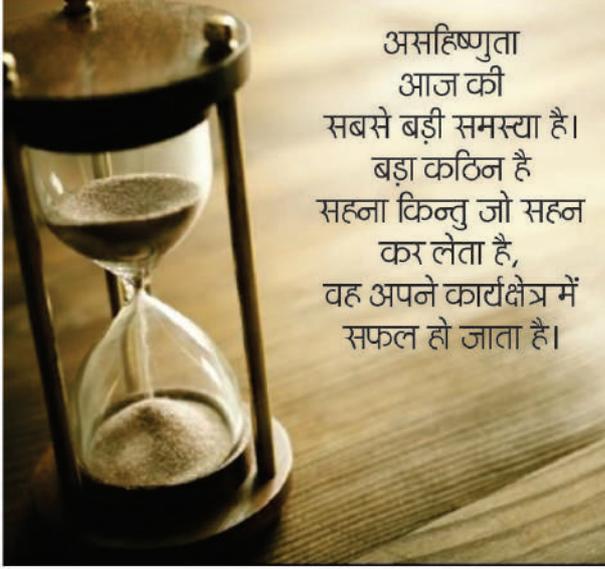
संतुलन की प्रक्रिया

शिक्षा के संदर्भ में या कार्यक्षेत्रीय कौशल के संदर्भ में एक बड़ा तत्त्व है संवेग का संतुलन। प्रश्न होगा कि यह संतुलन कैसे हो ? यही शिक्षा का महत्त्वपूर्ण बिन्दु है। इस



सबसे कठिन है
संवेग का संतुलन।
जो व्यक्ति अपने
संवेगों को संतुलित
रखना नहीं जानता,
वह
कार्य में सफल
नहीं हो सकता।





असहिष्णुता
आज की
सबसे बड़ी समस्या है।
बड़ा कठिन है
सहना किन्तु जो सहन
कर लेता है,
वह अपने कार्यक्षेत्र में
सफल हो जाता है।

बिन्दु का स्पर्श न करें तो शिक्षा शाब्दिक और बौद्धिक विकास के लिए बन जायेगी, किन्तु वह चरित्र का विकास और व्यक्तित्व का निर्माण करने वाली नहीं बनेगी। इस बिन्दु पर ही जीवन विज्ञान की उपयोगिता हमारे सामने आती है। कुछ लोग कहते हैं—हम एक महापुरुष की जीवनी पढ़ा देंगे तो विद्यार्थी अच्छा बन जायेगा। हम इसको अस्वीकार नहीं करते। गांधी के साहस की एक घटना पढ़ेंगे तो साहस का विचार स्फुरित होगा। कर्तव्यपरायणता, ईमानदारी की कोई घटना पढ़ेंगे तो दिमाग में एक बिजली कौंध जायेगी, एक तरंग पैदा हो जायेगी। किन्तु यह मानव मस्तिष्क भी अजीब है। क्या यह कह सकते हैं—एक बार जो तरंग आयी, वह मस्तिष्क में छापी रह जायेगी? समुद्र में कितनी ही तरंगें उठती हैं, किन्तु वापस गिर जाती हैं। तरंग टिकती कहां है? उसे टिकाने की कोई प्रक्रिया खोजें।

पहली आवश्यकता

संवेग संतुलन सबसे पहली आवश्यकता है। आदमी का संपूर्ण जीवन ही संवेग के आधार पर चलता है। मनुष्य ऊपर से शान्त दिखाई देता है, किन्तु उसके भीतर संवेगों का एक ज्वार है। संवेगों से प्रभावित आदमी मकड़ी के जाल—सा ताना—बाना बुनता रहता है। आश्चर्य तो यह है कि शिक्षा के क्षेत्र में भी संवेगों की प्रक्रिया पर बहुत कम ध्यान दिया गया। प्रशासनिक परीक्षाओं में प्रशिक्षण का लम्बा कोर्स है किन्तु उसमें भी संवेग—संतुलन का कोर्स समुचित नहीं है। पूज्य गुरुदेव जयपुर में विराज रहे थे। प्रशासनिक परीक्षा के डायरेक्टर दर्शन करने आये। उन्होंने कहा—‘हम राजस्थान प्रशासनिक सेवा के विद्यार्थियों को दो सप्ताह के लिए प्रेक्षाध्यान का प्रयोग करवाना चाहते हैं।’ गुरुदेव ने अनुमति प्रदान कर दी। प्रशिक्षण के पश्चात् अपने अनुभव सुनाते हुए विद्यार्थियों ने कहा— हमारा कोर्स बहुत बड़ा है। भारी तनाव रहता था। नींद की गोलियां लेकर सोते थे। इससे हमारा स्वास्थ्य भी प्रभावित होता था। हमने दो

सप्ताह का प्रयोग किया। अब हमारी मन की एकाग्रता बढ़ गयी है, बहुत थोड़े समय में हम अपना कोर्स पूरा कर लेते हैं। नींद की गोलियों की अब आवश्यकता नहीं रही, सिरदर्द की समस्या भी दूर हो गयी।

असहिष्णुता की समस्या

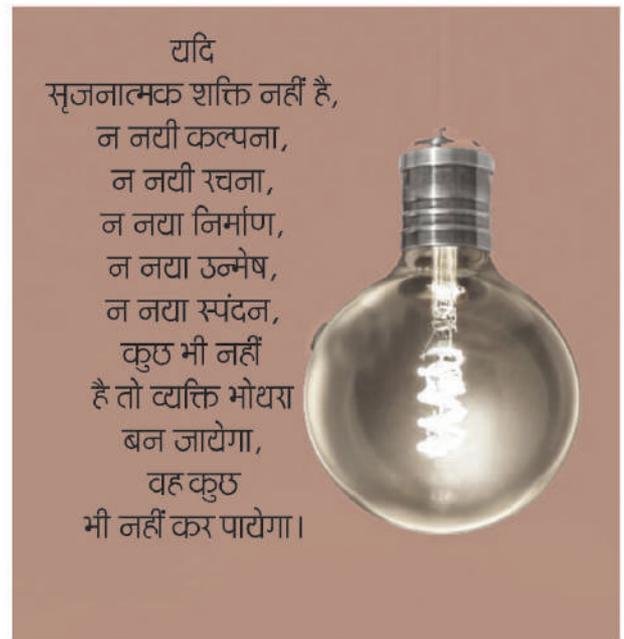
असहिष्णुता आज की सबसे बड़ी समस्या है। बड़ा कठिन है सहना किन्तु जो सहन कर लेता है, वह अपने कार्यक्षेत्र में सफल हो जाता है। यदि सहनशीलता बढ़ जाये तो हजारों सफलताएं हमारे साथ हैं। अहं, क्रोध, भय, असहिष्णुता, लोभ, वासना—ये जो संवेग हैं, इन्हें संतुलित करना और इन पर नियंत्रण पाना सफलता का हेतु बनता है। कार्यक्षेत्रीय कौशल के लिए ये सबसे आवश्यक तत्त्व हैं।

कर्मजा शक्ति का विकास

कार्यक्षेत्रीय कौशल का छटा सूत्र है—कर्मजा शक्ति का विकास। इसके अभाव में कुशलता की बात ही बेमानी है। यदि शिक्षा के द्वारा विद्यार्थी में कर्मजा शक्ति का विकास नहीं होता है तो उस शिक्षा को व्यर्थ मानना चाहिए। यदि पढ़ा—लिखा आदमी अकर्मण्य, निकम्मा, निठल्ला और आलसी बनता है, तो इससे बड़ी लज्जा की बात और कुछ नहीं हो सकती। उसमें कुछ करने की चेतना जागृत होनी चाहिए, उसकी कर्मजा शक्ति का विकास होना चाहिए।

सृजनात्मक शक्ति का विकास

कार्यक्षेत्रीय कौशल का सातवां सूत्र है—सृजनात्मक शक्ति का विकास। यदि सृजनात्मक शक्ति नहीं है, न नयी कल्पना, न नयी रचना, न नया निर्माण, न नया उन्मेष, न नया स्पंदन, कुछ भी नहीं है तो व्यक्ति भोथरा बन जायेगा, वह कुछ भी नहीं कर पायेगा।



यदि
सृजनात्मक शक्ति नहीं है,
न नयी कल्पना,
न नयी रचना,
न नया निर्माण,
न नया उन्मेष,
न नया स्पंदन,
कुछ भी नहीं
है तो व्यक्ति भोथरा
बन जायेगा,
वह कुछ
भी नहीं कर पायेगा।



आज शिक्षा के क्षेत्र में मूल्यों की चर्चा है। हम पुस्तकों के माध्यम से कर्तव्यबोध, दायित्वबोध, राष्ट्रीय एकता आदि का पाठ कितना ही पढ़ा दें, तब तक इनकी कोई सार्थकता नहीं होगी, जब तक इनकी अनुप्रेक्षा नहीं करायी जायेगी।

आज की एक ज्वलंत समस्या है—शिक्षा लेने के बाद हर विद्यार्थी कुर्सी पर बैठना चाहता है। वह ऑफिस में जाकर काम करना चाहता है, खेत-खलिहान में काम करना पसंद नहीं करता। बड़ी विचित्र बात है—किसान का बेटा भी नौकरी करना पसंद करेगा, खेती करना पसंद नहीं करेगा। कोई भी अपने पुश्तैनी धंधे से जुड़ना नहीं चाहता। बाबूगीरी का इतना प्रबल आकर्षण है। इसका कारण क्या है? एक ऐसा मानदण्ड बन गया, बड़प्पन की झूठी कसौटी बन गयी कि खेती करने वाला छोटा होता है। वास्तव में यदि कर्म की दृष्टि से देखा जाये तो खेती करने वाला सबसे उत्तम आदमी होता है। कहा गया है—

उत्तम खेती मध्यम बान, निषिध चाकरी भीख निदान।

किन्तु आज युग इतना बदल गया है कि व्यक्ति घर में निकम्मा बैठ जायेगा, लेकिन खेती करना नहीं चाहेगा, जबकि खेती ही जीवन का आधार है। सारे खाद्य-पदार्थ खेती से ही निःसृत हैं। कृषि के बिना कुछ होता ही नहीं है। आज के मनुष्य ने कृषि को हेय मान लिया। इसका परिणाम है— बेरोजगारी की समस्या। शिक्षा के साथ यह जो अहं और बड़प्पन की झूठी बात चल पड़ी, इससे शिक्षा दूषित हुई है।

आज शिक्षा के क्षेत्र में मूल्यों की चर्चा है। हम पुस्तकों के माध्यम से कर्तव्यबोध, दायित्वबोध, राष्ट्रीय एकता आदि का पाठ कितना ही पढ़ा दें, तब तक इनकी कोई सार्थकता नहीं होगी, जब तक इनकी अनुप्रेक्षा नहीं करायी जायेगी। जब तक स्वतःसूचन या सर्जैस्टोलॉजी के प्रयोग नहीं कराये जायेंगे, कायोत्सर्ग की मुद्रा में शिथिलीकरण कराकर उन शब्दों को हृदयंगम नहीं करा दिया जायेगा और वह भी एक बार में नहीं, महीनों तक निरंतर सातत्य की प्रक्रिया नहीं चलेगी, तब तक जो पढ़ाया जा रहा है, उसके साथ तादात्म्य स्थापित नहीं होगा।

कार्यक्षेत्रीय कौशल के क्षेत्र में जीवन विज्ञान के प्रयोग बहुत सार्थक हैं। आत्मविश्वास के लिए कौन-सा प्रयोग होना चाहिए, निर्णयशक्ति बढ़ाने के लिए कौन-सा प्रयोग करें, स्मृति-विकास और एकाग्रता के लिए कौन-सा प्रयोग करें। इन सबके विकास के लिए जीवन विज्ञान के प्रयोग निर्धारित हैं। उनका दीर्घकालिक अभ्यास बहुत जरूरी है। अगर ऐसा होता है तो कार्यक्षेत्र में ही नहीं, हर क्षेत्र में व्यक्ति सफलता का अनुभव कर सकता है। ■



बापू
की वाणी...

- ❖ सत्य के प्रत्येक पुजारी के लिए मौन का सेवन इष्ट है। मनुष्य जाने-अनजाने भी प्रायः अतिशयोक्ति करता है अथवा जो कहने योग्य है उसे छुपाता है या दूसरे ढंग से कहता है। ऐसे संकटों से बचने के लिए भी मितभाषी होना आवश्यक है। कम बोलने वाला बिना विचारे नहीं बोलेगा, वह अपने प्रत्येक शब्द को तौलेगा।
- ❖ मेरी जबान या कलम से बिना सोचे-विचारे या बिना तौले शायद ही कोई शब्द कभी निकलता है।
- ❖ जो तुमसे कुर्ता माँगे, उसे अंगरखा भी दे दो। जो तुम्हारे दाहिने गाल पर तमाचा मारे, बायां गाल भी उसके सामने कर दो।
- ❖ स्वार्थ सबको अंधा बना देता है। राजा से लेकर रंक तक सभी लोग करारों के खुद को अच्छे लगने वाले अर्थ करके दुनिया को, खुद को और भगवान को धोखा देते हैं।
- ❖ तुम 'सभ्य' लोग सब डरपोक हो। महापुरुष किसी की पोशाक नहीं देखते। वे तो उसका दिल परखते हैं।
- ❖ अपनी संपत्ति का उपयोग तुम इस तरह करो कि जिससे दूसरे की संपत्ति को हानि न पहुँचे। यह एक धर्म वचन है।
- ❖ किसी भी संस्था का बारीकी से रखा गया हिसाब उसकी नाक है। इसके अभाव में वह संस्था आखिर गन्दी और प्रतिष्ठा-रहित हो जाती है। शुद्ध हिसाब के बिना शुद्ध सत्य की रक्षा असम्भव है।
- ❖ गुरु की खोज में सफलता निहित है, क्योंकि शिष्य की योग्यता के अनुसार ही गुरु मिलता है।
- ❖ तथ्य का अर्थ है, सच्ची बात। सच्चाई पर डटे रहने से कानून अपने-आप हमारी मदद पर आ जाते हैं।

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





अध्यात्म की पृष्ठभूमि

■ साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा ■

अणुव्रत जीवन का आधार है, जीवन का दर्शन है और है जीवन की ऊँचाइयों तक पहुँचने का माध्यम। यह अध्यात्म की पृष्ठभूमि है और नैतिक मूल्यों की प्रतिष्ठा है। मानव समाज में नैतिकता को प्रस्थापित करने के लिए अणुव्रत की दिशा में कदम बढ़ाना नितान्त अपेक्षित है। शताब्दियों से जमे हुए रूढ़ संस्कारों, अर्थहीन मानदण्डों और भौतिक परिवेश में पनपे मूल्यों को तोड़ने के लिए अणुव्रत परमाणु-विस्फोट से भी अधिक कार्यकारी हो सकता है।

अणुव्रत दर्शन अतीत और भविष्य-इन दो तटों के बीच बहने वाला सतत प्रवाही स्रोत है। जीवन की अवांछनीय वृत्तियों को अपने साथ बहाकर यह स्रोत की निर्मलता को सुरक्षित रखने के लिए प्रयत्नशील है।

अणुव्रत दमन में नहीं, शोधन में विश्वास रखकर चलता है। दमित वृत्तियाँ अवकाश पाते ही फिर उभर आती हैं और व्यक्ति को अपने पथ से भटका देती हैं। शोध जीवन-विकास की प्रशस्त प्रक्रिया है। इसमें अभीप्सित वृत्तियों के तार-तार खुल जाते हैं और वे रूपान्तरित होकर जीवन को उजागर कर देती हैं।

दमन में व्यक्तित्व दबता है और शोधन में वह वाष्प की तरह अधिक उपयोगी बन जाता है। जल का अनिरुद्ध प्रवाह प्रलय मचा देता है, वही वाष्पीकरण से अनेक कल-कारखानों का नियंत्रण बन जाता है। अणुव्रत-साधना से संशोधित वृत्तियों की गति अन्तर्मुखी हो जाती है। उससे जीवन में हल्कापन, उच्चता और उज्ज्वलता का प्रवेश होता है, जो हर अणुव्रत युग धर्म व्यक्ति के लिए काम्य है।

अणुव्रत आचार संहिता देश-काल आदि से अविच्छिन्न है। यह सूर्य के प्रकाश की भाँति सबके लिए सुलभ है। जाति, वर्ण, लिंग, रंग आदि सीमाओं को तोड़कर अणुव्रत ने धर्मक्रांति के लिए प्रशस्त-भूमिका का निर्माण करने में सफलता प्राप्त की है।

अणुव्रत के मंच से धर्मक्रांति के पाँच सूत्र उद्घोषित हुए—

- बौद्धिकता
- प्रायोगिकता
- समाधानपरकता
- वर्तमान प्रधानता
- धर्म-सद्भावना

इन पाँच सूत्रों में रूढ़िवादी धर्म को उस परिधि से मुक्त कर बुद्धिवाद और प्रयोग की कसौटी पर कसने का प्रयत्न किया गया है। इस प्रयत्न को जब तक समूह चेतना का धरातल प्राप्त नहीं होता है, जीवन विकास का क्रम आगे नहीं बढ़ सकता। एक कीमती वस्त्र पर स्याही गिरने पर बच्चे को डांटा गया कि तुमने दो सौ रूपयों का नुकसान कर दिया। बच्चा सहमता हुआ बोला—‘क्या स्याही इतनी महँगी होती है?’ बच्चा क्या जाने कि नुकसान स्याही का हुआ या वस्त्र का?

जब तक मनुष्य का दृष्टिकोण सम्यक् नहीं होता, वह यथार्थ से अवगत नहीं हो सकता। अणुव्रत दर्शन दृष्टि-निर्माण का दर्शन है। सम्यक् दर्शन उस स्वच्छ दर्पण के समान है, जो प्रत्येक वस्तु के सही प्रतिबिम्ब को ग्रहण कर लेता है।





अणुव्रत न अतिवादी आदर्श की कल्पना है और न व्यवहार का लोप है। वह यथार्थ के ठोस धरातल पर मनुष्य को जीवन की कला सिखाता है। अणुव्रत इस सदी का कोई नया आविष्कार नहीं है। युग-युग से विश्व-मानवता को त्राण देने वाले सार्वभौमिक और सार्वजनीन सत्त्यों का एक संक्षिप्त आकलन ही अणुव्रत है। वर्तमान में इसका जो स्रोत प्रवाहित है, उसका उत्स भगवान महावीर का वाङ्मय है।

भगवान महावीर ने आज से ढाई हजार वर्ष पहले महाव्रत और अणुव्रत की जो धाराएं प्रवाहित कीं, उनमें से एक धारा की वर्तमान परिवेश में प्रस्तुति अणुव्रत आन्दोलन के रूप में जानी जाती है। अणुव्रत का आधार समतावादी दृष्टिकोण है। जो व्यक्ति समता को समझ लेता है और समता से अनुप्राणित जीवन जीना चाहता है, वह न तो किसी का अहित कर सकता है, न किसी को सता सकता है। वह न आक्रमण कर सकता है और न आक्रामक नीति का समर्थन तथा तोड़फोड़ मूलक प्रवृत्तियों में भाग ले सकता है।

मानवीय एकता में विश्वास समतापरक मनोवृत्ति की फलश्रुति है। इस फलान्विति में व्यक्ति न किसी को धोखा दे सकता है, न किसी का शोषण कर सकता है, न वह सत्य और न्याय को नकार सकता है तथा न आत्म-विमुख होकर कोई गलत काम कर सकता है। वह जिसके प्रति असत् चेष्टा करने का चिन्तन करता है, उसे उसमें अपने असत् का बोध होता है। इस दृष्टि से अणुव्रत दर्शन समता का दर्शन है, मानवता का दर्शन है और जीवन का दर्शन है।

नैतिकता की नहर

आज एक राजनीतिज्ञ जनता की मनोवृत्ति बदली हुई देखना चाहता है तथा जनता चाहती है व्यवस्था और कानून में सुधार। दोनों ओर से सुधार की अपेक्षा है, पर वह है परापेक्ष। अपने पक्ष में बदलाव की बात जनता भी कम सोचती है और सरकार भी कम सोचती है। ऐसी स्थिति में राष्ट्रीय चेतना या जनचेतना का उत्कर्ष केवल संभावनाओं की मुद्रियों में बंद रह जाता है। परिस्थितियां किसके सामने नहीं होतीं? उनके आगे घुटने टेकने वाला व्यक्ति कभी उठ नहीं सकता क्योंकि वह अपने अस्तित्व पर परिस्थितियों को हावी होने का मुक्त अवसर दे देता है। उसकी चेतना कुंठित हो जाती है। वह अपने चारों ओर संत्रास का जाल बिछा हुआ देखता है। संत्रास, घुटन, कुंठा, तनाव आदि न जाने ऐसे कितने तत्व हैं जिनके कारण व्यक्ति मानसिक रूप से इतना दुर्बल हो जाता है कि वह अपने दायित्व को भी विस्मृत कर देता है।

इस स्थिति के निर्माण में बाहरी परिस्थितियों का जितना योग होता है, उससे भी अधिक निमित्त बनता है नैतिक मनोबल का अभाव। नैतिक बल क्षीण होने के बाद

थोड़ा-सा भी आघात असहनीय हो जाता है। इतिहास साक्षी है आज तक जितने राष्ट्रों का पतन हुआ है, उसमें सैन्यबल और शस्त्रबल का अभाव कम निमित्त बना, प्रमुखतम निमित्त रहा है नैतिक मनोबल का अभाव। परिस्थितियों के दबाव से टूटते हुए मनोबल को संजोकर रखना बहुत आवश्यक है।

परिवर्तन की प्रक्रिया

अणुव्रत नव-निर्माण की चेतना का संवहन और संवर्धन करने वाला आंदोलन है। भारतवर्ष में कश्मीर से कन्याकुमारी तक इस आंदोलन के स्वर अनुगुंजित हो रहे हैं। यह आंदोलन पर-सुधार की अपेक्षा आत्म-सुधार के मुद्दे को अधिक महत्व देता है। इसमें व्यवस्था-परिवर्तन की बात गौण है और हृदय परिवर्तन का तत्व प्रमुख है। व्यवस्था बदल जाये और अंतःकरण न बदले तो वह किसी भी क्षण व्यवस्था का अतिक्रमण कर अपराधी बन सकता है। अपराध चेतना के विकास में समाज व्यवस्था का पूरा हाथ रहता है, फिर भी व्यवस्था ही सब कुछ नहीं है। सबसे महत्वपूर्ण बात है दृष्टिकोण का सम्यक्त्व और मनोवृत्ति का परिवर्तन।

आचार्य श्री तुलसी द्वारा प्रवर्तित और संचालित अणुव्रत आंदोलन आत्मलक्षी आंदोलन है। इसके केंद्र में व्यक्ति है और परिधि में है व्यवस्था आदि अन्य निमित्त। इसलिए व्यक्ति-व्यक्ति को प्रतिबोध देने की आवश्यकता है। अणुव्रत इस दिशा में सक्रिय है। उसके परिपार्श्व में नये उन्मेष आते रहें तो नैतिक मनोबल स्वयं प्रबल हो सकता है।

नैतिक उन्नति का आधार है नैतिक विचार। विचार का प्रभाव आचार पर होता है और आचार विचार से पुष्ट होता है। विचार और आचार दोनों की पवित्रता के लिए संकल्प शक्ति को विकसित करने की आवश्यकता है। संकल्प शक्ति का विकास होने से ही विचार आचार में प्रतिबिंबित होता है अन्यथा मन के नभ पर विचारों के सतरंगी इंद्रधनुष टंगते हैं और बिखर जाते हैं।

मनुष्य का स्वभाव ही कुछ ऐसा है कि वह अपने स्वर्णिम अतीत की यादों में खोया रहता है अथवा भविष्य की सुखद कल्पनाओं में विहार करता रहता है किंतु वर्तमान की निष्ठा और क्रियाशीलता के बिना अतीत और भविष्य का क्या मूल्य हो सकता है? अणुव्रत अतीत की स्मृतियों और भविष्य की कल्पनाओं से मुक्त होकर वर्तमान को नीतिमान बनाने का दर्शन देता है। इस दर्शन को आधार मानकर चलने से ही जीवन के मरुस्थल में नैतिकता की नहर आ सकती है। ■



भारतीय परिवेश में मौन की परंपरा

■ राजेंद्र बोड़ा ■

घनी समस्या में गांधीजी मौन हो जाते थे। भगवान महावीर को जब कैवल्य ज्ञान तथा गौतम बुद्ध को बुद्धत्व प्राप्त हुआ तो वे मौन हो गये। आचार्य रजनीश जो बाद में अपने को ओशो कहने लगे थे, 15 वर्ष तक प्रवचन देने के बाद 1981 से तीन साल तक मौन रहे। अनेक आम भारतीय कभी-कभी मौन व्रत रखते हैं। वास्तव में मौन एक कला है। वह केवल ध्वनि की अनुपस्थिति नहीं है। भारतीय परिवेश में मौन एक आध्यात्मिक परंपरा है। भारतीय परंपरा में मौनी अमावस्या का व्रत भी है जिस दिन लोग मौन रखते हैं। मौन का सनातन समाज में सदा से आध्यात्मिक महत्व रहा है। इस परंपरा में मौन में ही व्यक्ति सत्य की खोज के लिए खुद में उतरता है। इसीलिए शहीदों या किसी प्रिय की स्मृति में दो मिनट का मौन रखने का भी हमारे यहां प्रचलन है।

मौन उस अवस्था को कहते हैं जो वाक्य और विचार से परे होती है। एकदम शून्य में उतरना होता है। ध्यान की अवस्था में पहुँचना होता है। मनीषियों ने कहा है कि मौन में अनंत वाणी की ध्वनि होती है। जब हम मौन में होते हैं तब हम अस्तित्व के साथ अकेले में होते हैं। कह सकते हैं कि ईश्वर मौन में हमसे बात करता है और प्रार्थना उसे सुनाने की शुरुआत होती है।

जैन दर्शन में क्रोध भी एक प्रकार की हिंसा मानी गयी है। जैन दर्शन से अहिंसा को अपनाने वाले महात्मा गांधी का कहना था कि क्रोध का सबसे बेहतर जवाब मौन है। वे कहना चाह रहे थे कि कलह से निबटने में मौन से बड़ा कोई शस्त्र नहीं हो सकता। वे कहते थे कि तभी बोलो जब आपके पास कहने को मौन से कुछ बेहतर हो।

रमण महर्षि ने चार प्रकार के मौन बताये हैं— वाणी का मौन, नेत्र का मौन, श्रवण का मौन तथा मस्तिष्क का

मौन। उनका अनुभव था कि शरीर के सभी संवेदी अंगों का स्थिर हो जाना ही मौन है। अथर्व वेद कहता है, मौन में ही परमात्मा का साक्षात्कार होता है। वह परमात्मा जो आँखों से देखा नहीं जा सकता तथा जो वाणी से व्यक्त नहीं हो सकता। इसीलिए मौन को आत्मा की वाणी कहा गया है। जब पाँचों इंद्रियां स्थितप्रज्ञ अवस्था में आती हैं तभी परमात्मा प्रकट होता है। इसीलिए लाओत्से कहते हैं, अपने आपको पूरी तरह खाली कर दो। इस रिक्तता की चरम अवस्था में मौन गूँजता है।

गीता में श्रीकृष्ण कहते हैं, सभी प्रकार के रहस्यों में मैं मौन हूँ। आदि शंकराचार्य ने बताया कि मौन आध्यात्मिक जगत में प्रवेश करने की पहली खिड़की है। बुद्ध ने कहा, मौन शून्य के आकाश में स्थिर होता है। इसी आकाश में हम जाग्रत अवस्था में होते हैं।

कहते हैं कि मुस्कान और मौन में जीवन की बहुत-सी समस्याओं के समाधान छुपे होते हैं। जहां मुस्कान से हमारी बहुत सी समस्याएं हल हो जाती हैं तो मौन से हम बहुत-सी समस्याओं से बच सकते हैं। इसीलिए कहा गया है कि जब कोई मौन में हो तो दुनिया की कोई ताकत उसे नहीं हरा सकती। मनुष्य की फितरत ही ऐसी है कि वह अपने आपको घाव देता है। मगर जब वह मौन में होता है तब वह अपने ही घावों को भर रहा होता है। मौन की भी अपनी ध्वनि होती है। किसी शायर ने शायद इसीलिए कहा है :

*"बेचैन कर जाऊँगा मैं भी
खामोशी से गुजर जाऊँगा मैं भी।"*

मार्टिन लूथर किंग जूनियर ने इसे कुछ इस तरह कहा, "किसी विवाद के अंत में हमें अपने दुश्मनों के शब्द याद नहीं रहेंगे परंतु दोस्तों की चुप्पी याद रहेगी। किसी ने ठीक ही कहा है कि मौन हो कर काम करें, आपकी सफलता अपना शोर खुद ही मचा देगी।"



रहस्यवादी रूमी तो मौन को ईश्वर की भाषा बताते थे और कहते थे कि बाकी सब उसका अनुवाद भर है। उनका कहना था कि जितने अधिक आप मौन में उतरते हैं, उतने ही आप सुनने में सक्षम हो पाते हैं।

मौन की कोई विधि नहीं हो सकती है। सच में तो वह सभी विधियों को छोड़ देने से मिलता है। विधियों को छोड़ना ही साधना होती है। इस साधना की शिक्षा भारतीय मनीषी और ऋषि-मुनि लगातार देते रहे हैं।

शास्त्र कहते हैं कि जहां शब्द समाप्त होते हैं, वहां से सत्य की खोज शुरू होती है। हम जानते हैं कि बाद में बुद्ध बोले, यह सोचकर कि उनके शब्द शायद दूसरों में मौन का सृजन कर सकेंगे, साधना की राह पर चलने की याद दिला सकेंगे।

मौन होना आसान नहीं है। मौन होना एक क्रांतिकारी घटना है। मौन करुणा को जगाता है। हमारे चारों तरफ शब्दों का कोलाहल है। कोलाहल में मानव सत्य की राह से भटक जाता है। शब्दों का कोलाहल या शोर बाहर ही नहीं, खुद अपने अंदर भी होता है, किसी चाह में, आकांक्षा में, न मिलने की उलझन में। जबकि मौन शांति में पैदा होता है। वह अतीव नीरवता की स्थिति होती है। मौन में जाकर ही विराट जीवन को अनुभव किया जा सकता है, सृष्टि के साथ एकाकार हुआ जा सकता है। मौन का अर्थ यह नहीं कि होठ बंद हो गये। मौन का अर्थ है, भीतर भाषा बंद हो गयी, भाषा गिर गयी। जब भाषा गिर जाये तो जो मौन भीतर बनेगा, वह स्वभाव होगा।

जयपुर में रहने वाले लेखक करीब 50 वर्ष से पत्रकार के रूप में संचार के सभी माध्यमों में सक्रिय रहे हैं। विज्ञान, अर्थशास्त्र तथा कला जगत में वे विशेष रुचि रखते हैं।

प्रेरक प्रसंग

विश्वास

शाम का समय था। एक व्यक्ति अपनी छोटी बेटी को घुमाने के लिए ले जा रहा था। रास्ते में एक नदी पड़ी, उस पर संकरा और पुराना पुल था। उस पर भी पानी बह रहा था। पिता ने बेटी से कहा, "डरो मत, तुम मेरा हाथ पकड़ लो।"

बेटी ने कहा, "नहीं पिताजी! आप मेरा हाथ पकड़ लीजिए।"

पिता ने पूछा, "बेटी! इसमें क्या फर्क है?"

बेटी ने उत्तर दिया— "बहुत फर्क है पिताजी! मेरे हाथ पकड़ने पर हो सकता है मेरा ध्यान इधर-उधर चला जाये और मैं हाथ छोड़ दूँ, लेकिन जब आप मेरा हाथ पकड़ेंगे तो मुझे किसी सूरत में छोड़ेंगे नहीं।"



बजे प्रेम की बीन

■ डॉ. रामनिवास 'मानव' ■

वरिष्ठ साहित्यकार एवं शिक्षाविद्— नारनौल

प्रेम-भाव का हम करें, जग में नित्य विधान।
मानवता का हम बनें, सुंदर-सा प्रतिमान।।

चाहे कुछ न मिले हमें, पाये सब संसार।
अपना भी दे दें उसे, ऐसा बने विचार।।

दुनिया सुख की पूर हो, बचे न कोई दीन।
जीवन महफिल-सा सजे, बजे प्रेम की बीन।।

क्यों कोई प्राणी रहे, निर्बल औं निश्चेष्ट।
सोयें सब संतुप्त हो, खाकर नित भरपेट।।

रोग, शोक, सब व्याधियां, रहें मनुज से दूर।
मस्ती औं उल्लास से, जीवन हो भरपूर।।

खिले फूल-सा मन रहे, करे प्रेम की बात।
वैर परस्पर का मिटे, संवरें सब हालात।।

मर्यादित रिश्ते रहें, हों लघु-गुरु अनुकूल।
छंद मधुर परिवार हो, दोषों के प्रतिकूल।।

समता को संबल मिले, ममता को आधार।
मानवता की विश्व में, बने कसौटी प्यार।।

प्रेम-स्पर्श पाकर बने, पत्थर भी भगवान।
बार-बार कहता यही मीरा का आख्यान।।

दीपक से दीपक जले, फैले नव आलोक।
जग-जीवन उज्ज्वल बने, मानव बने अशोक।।





झूठ बोलने की आदत कैसे छोड़ें?

■ डॉ० संतोष कुमार तिवारी ■

आदमी छोटे-छोटे असत्य से बड़े असत्य की ओर बढ़ता है। यदि हम इन छोटे-छोटे झूठ बोलने से बच सकें, तो बड़े झूठ और उनके दुष्परिणामों से भी बच सकेंगे। ये छोटे झूठ क्या होते हैं :

अपनी आयु और आमदनी गलत बताना। किसी दुकान में कुछ खरीदने जाना, तो दुकानदार से यह झूठ बोलना कि अमुक चीज तो दूसरी दुकान में सस्ती मिल रही है। अपने दोषों को हमेशा छुपाना और दूसरे की थाह लेने के चक्कर में रहना आदि। यह सब करते-करते व्यक्ति को झूठ बोलने की आदत पड़ जाती है।

इसका सबसे बड़ा दुष्परिणाम यह होता है कि व्यक्ति अपने चारों ओर झूठ का एक ऐसा जाल बुन लेता है कि वह स्वयं उसमें फँसता चला जाता है, जैसे मकड़ी अपने द्वारा बनाये जाल में फँसी रहती है। कुछ लोग अपने बारे में झूठ बोलकर विवाह कर लेते हैं और बाद में जब उनकी पोल खुलती है, तो जीवन नरक हो जाता है। ऐसे ही कुछ लोग झूठे सर्टिफिकेट लगाकर नौकरी पा लेते हैं

और जब पकड़े जाते हैं तो बदनामी तो होती ही है, दूसरी जगह नौकरी के भी लाले पड़ जाते हैं। यदि न भी पकड़े जायें तो भी वे जीवन भर भयभीत रहते हैं कि हमारा झूठ कहीं खुल न जाये।

कोई व्यक्ति झूठ क्यों बोलता है? इसका सबसे बड़ा कारण तो यह है कि झूठ बोलने की आदत जब पड़ जाती है, तो वह आसानी से जाती नहीं है। इसके लिए बड़ी इच्छा शक्ति की आवश्यकता होती है।

दूसरा कारण यह है कि व्यक्ति झूठ बोलता है अपना और अपने परिवार वालों का मान-सम्मान बढ़ाने के लिए। अपना और अपने परिवार की अधिकाधिक आर्थिक सुरक्षा के लिए। अपने दुश्मनों को नीचा दिखने के लिए। उनका सर्वनाश करने के लिए। या यूँ कहें कि व्यक्ति राग-द्वेष में फँसा रहता है, इसलिए वह झूठ बोलता है। राग-द्वेष से मुक्ति ही सर्वोच्च ज्ञान है और यही मुक्ति-मार्ग है।

सत्य बोलने के लाभ

- ✓ अच्छा-बुरा समय सभी के जीवन में आता है, चाहे सत्य बोलो या असत्य बोलो। परन्तु सत्य बोलने वाले में जो आत्मबल होता है, वह असत्य बोलने वाले में नहीं होता है। सत्य बोलने वाला जानता है कि कोई भी सुख या दुःख अस्थायी है।
- ✓ सत्य बोलने का एक लाभ यह भी है कि आपके आस-पास अच्छे चरित्र-व्यवहार वाले ही टिक सकेंगे। दुष्चरित्र लोग आपसे दूर हो जायेंगे। वे आपके संपर्क में रहना पसंद नहीं करेंगे। सत्य एक तरह का तप है। जैसे सोना चमकता है तपने के बाद, हीरा चमकता है घिसने के बाद, मेहंदी रंग लाती है पिसने के बाद। सत्य के तपस्वी के व्यक्तित्व और आभा मण्डल के सामने झूठा व्यक्ति नहीं टिक सकता। जैसे सूरज के सामने तारे नहीं टिक पाते।

अतुलनीय ख्याति और सम्मान

आपने देखा होगा कि न्यायालयों में झूठ को सच और सच को झूठ सिद्ध करने के तमाम तिकड़म होते रहते हैं। हमारे देश के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेंद्र प्रसाद ने एलएल.एम. किया था और कानून के विषय में ही डॉक्टर भी की थी। वकालत के दौरान वे कोई ऐसा मुकदमा अपने हाथ में नहीं लेते थे जिसमें उन्हें झूठ को सच साबित करने का प्रयास करना पड़े। नतीजा यह था कि उनकी ऐसी ख्याति थी कि यदि कोई मुकदमा वे लड़ रहे हैं, तो वे सच के ही पक्षधर होंगे। ऐसी ख्याति और सम्मान अर्जित करना प्रायः वकीलों के बस की बात नहीं है। डॉ. राजेंद्र प्रसाद ने पैसे अधिक नहीं कमाये, परन्तु सम्मान बहुत कमाया।



सत्य का एक आधुनिक उदाहरण

दिसम्बर 2012 में स्पेन में वर्ल्ड क्रॉस कंट्री रेस हो रही थी। अंतिम दौर में केवल दो धावक बचे थे। स्पेन का 24 वर्षीय इवान फर्नांडिस और केन्या (अफ्रीका) का 23 वर्षीय एबेल किप्रोप मुताई। मुताई रिबन छूने के करीब पहुँच गया था। तभी उसके पैर मंद पड़ गये। वह समझा कि मंजिल पार कर गया है।

उसके ठीक दो-ढाई फीट पीछे स्पेन का तेज धावक इवान था। इवान जान गया कि मुताई को कुछ समझ का फेर हो रहा है। वह चीखकर बोला, "दौड़ो, बढ़ो आगे।" पर मुताई स्पेनिश नहीं जानता था। वह किंकर्तव्यविमूढ़ सा रह गया। तभी इवान ने मुताई की पीठ पर हथेली जोर से लगायी। धक्का दिया... और मुताई रिबन पार कर अंतिम लक्ष्य तक पहुँच गया और विजयी घोषित हुआ।

असत्य संभाषण से बचने के उपाय

- ❑ आप हिन्दू हों, मुसलमान हों, सिख, जैन, ईसाई कोई भी हों, ईश्वर को मानते हों या न मानते हों, असत्य संभाषण से बचने का एक ही उपाय है कि प्रत्येक क्षण इस बात के लिए सतर्क रहें कि मुँह से कोई झूठ बात न निकल जाये। इस सतर्कता के लिए आदत डालनी पड़ेगी।
- ❑ रोजाना सोने के पहले पूरे दिन के घटना क्रम पर विचार करें और यह देखें कि आज किसी से कोई छोटा-सा झूठ भी तो नहीं बोला था। यदि बोला था तो उसे एक डायरी में नोट कर लें और यह प्रण करें कि आइंदा से झूठ नहीं बोलेंगे।
- ❑ जितना आवश्यक हो उतना ही बोलें। व्यर्थ की भलाई-बुराई में न पड़ें। व्यर्थ की भाषणबाजी भी न करें। सबको ठीक करने के चक्कर में न रहें। पहले खुद ठीक हो जायें, फिर आपके साथ रहने वाले लोग अपने आप धीरे-धीरे ठीक होने लगेंगे।
- ❑ सत्य बोलने वाले को हिंसा और कपट से खूब सावधानी रखनी चाहिए। हिंसा और कपट – ये दोनों ही सत्य में कलंक लगाने वाले हैं। अतः जिस सत्य में हिंसा और कपट का थोड़ा-सा भी अंश रहता है वह सत्य शब्दों से सत्य रहने पर भी झूठ ही समझा जाता है।
- ❑ जिस सत्य भाषण से किसी की हिंसा होती हो, तो वह सत्य सत्य नहीं है। ऐसे अवसर पर सत्य-भाषण की अपेक्षा मौन रहना अथवा न बतलाना ही श्रेष्ठ है। हां, अपनी या दूसरों की प्राण रक्षा के लिए झूठ बोलना पड़े तो वह सत्य तो नहीं समझा जाता, परंतु उसमें पाप भी नहीं माना गया है।

...फिर मैं माँ को क्या मुँह दिखाता

पेवेलियन में रिपोर्टरों ने इवान से पूछा "आपने ऐसी हरकत क्यों की?" इवान का उत्तर था, "स्पर्धा के अलावा भी जीवन में बहुत कुछ है। जैसे सामुदायिक सौहार्द।" पत्रकार का अगला प्रश्न था, "मगर केन्या के उस धावक को आपने जीतने क्यों दिया?" इवान बोला, "मैंने उसे जीतने नहीं दिया। वह तो जीत ही रहा था।" फिर सवाल था, "मगर आप तो आसानी से जीत सकते थे। मुताई के कदम तो थम ही रहे थे।" इवान ने आखिरी जवाब में अपने मन की बात साफ कर दी, "ऐसी जीत के मायने क्या होते? वह पदक मुझे जीत का असली सुख नहीं दे पाता। फिर मेरी माँ क्या कहती? जीवन भर मेरी माँ मुझे संस्कारी बनाती रही और मैं किसी असहाय को धुपल में हराकर उसका इनाम हथिया लेता!"

- ❑ सत्य बोलने वाला निर्भय हो जाता है। जो सर्वथा सत्य को जीत लेता है, वह क्षमाशील होता है, वह क्रोध के वशीभूत नहीं होता।

ऐसे कर सकते हैं शुरुआत

सप्ताह में कम से कम एक निर्धारित दिन अर्थात् लगातार चौबीस घंटे असत्य न बोलने का व्रत लें। फिर इस व्रत की अवधि को धीरे-धीरे बढ़ायें। यदि किसी कारण से व्रत टूटता है, तो एक दिन मौन रहकर या उपवास करके उसका प्रायश्चित्त अवश्य करें।

लखनऊ निवासी लेखक झारखण्ड केन्द्रीय विश्वविद्यालय के सेवानिवृत्त प्रोफेसर हैं। मानवीय मूल्यों को बढ़ावा देने वाले इनके आलेख पत्र-पत्रिकाओं में प्रकाशित होते रहते हैं।



ये है गीता का ज्ञान

■ जिनेन्द्र कोठारी ■

श्रीमद्भगवद्गीता भारतीय दर्शन एवं धर्म की सर्वाधिक पढ़ी जाने वाली पुस्तक है। इसमें मानवीय जीवन के आध्यात्मिक उत्कर्ष के सहज सरल सूत्र दिये गये हैं, जिनका पालन कर प्रत्येक जीवात्मा ऊर्ध्व गति में गमन करती है। श्रीमद्भगवद्गीता की जितनी समीक्षाएं, अर्थ एवं टिप्पणियां की गयी हैं, उतनी शायद ही विश्व के किसी धर्मग्रंथ की की गयी हों।

श्रीमद्भगवद्गीता प्रमुख रूप से कर्म योग की शिक्षा प्रदान करती है। इस भौतिक जगत में हर प्राणी को किसी न किसी प्रकार के कर्म में प्रवृत्त होना पड़ता है। ये कर्म ही उसे इस जगत से बाँधते हैं या मुक्त करते हैं। भगवान श्रीकृष्ण ने निष्काम कर्म को बंधन से मुक्ति का उपाय बताया है। फल के प्रति अनासक्ति एवं निष्काम भाव से परमात्मा की प्रसन्नता के लिए कर्म करना ही निष्काम कर्म है। अनुकंपा, लोभ, प्रतिफल की इच्छा इत्यादि से किये गये कर्म बंधनकारक हैं, मुक्तिकारक नहीं। निष्काम कर्म को हम अनासक्ति योग भी कह सकते हैं।

श्रीमद्भगवद्गीता में आत्मा की सनातनता, अमरता, शाश्वतता के विषय में स्पष्ट घोषणा की गयी है —

'न जायते म्रियते वा कदाचिन्नायं भूत्वा भविता वा न भूयः' अर्थात् यह आत्मा किसी काल में न जन्म लेती है और न मरती है। शरीर के नाश होने पर भी इसका नाश नहीं होता है क्योंकि यह अजन्मा, नित्य, सनातन और पुरातन है, जैसे मनुष्य 'जीर्णानि वासांसि' यानी जीर्ण-शीर्ण पुराने वस्त्रों को त्याग कर नये वस्त्र धारण करता है, वैसे ही जब शरीर के संस्कार शिथिल होते हैं तो शरीर छूट जाता है और आत्मा नया शरीर धारण करती है।

वर्ण व्यवस्था के बारे में प्रचलित रूढ़ियों एवं अंधविश्वासों ने भारतीय समाज एवं सनातन धर्म को बहुत नुकसान पहुँचाया है। श्रीमद्भगवद्गीता में जाति आधारित वर्ण व्यवस्था को पूरी तरह नकारा गया है। यथार्थ गीता में स्वामी श्री अड़गडानंद जी इसकी व्याख्या करते हुए बताते हैं, "भगवान ने साधकों को उनकी स्वभाव-क्षमता के अनुसार चार श्रेणियों में बाँटा है— शूद्र, वैश्य, क्षत्रिय और ब्राह्मण। साधना की प्रारंभिक अवस्था में प्रत्येक साधक शूद्र अर्थात् अल्पज्ञ है, इस स्थिति से

सद्गुणों का विकास कर वह वैश्य की श्रेणी में आता है। आत्मिक संपत्ति ही स्थिर संपत्ति है, वह संग्रह और गोपालन अर्थात् इंद्रियों की सुरक्षा करने में सक्षम हो जाता है। काम-क्रोध इत्यादि से इंद्रियों की हिंसा होती है तथा विवेक-वैराग्य से इसकी सुरक्षा होती है। क्रमशः उन्नति करते-करते साधक अंतःकरण में तीनों गुणों को काटने की क्षमता अर्थात् क्षत्रियत्व पा जाता है। इसी स्तर पर प्रकृति और उनके विकारों को नाश करने की क्षमता आ जाती है, क्रमशः साधना करके साधक ब्राह्मणत्व की श्रेणी में बदल जाता है।"

श्रीकृष्ण कहते हैं, *'चातुर्वर्ण्यं मया सृष्टं गुणकर्मविभागशः'* अर्थात् चार वर्णों की सृष्टि मैंने की है, गुणों के माध्यम से कर्म को चार भागों में बाँटा है। गुण परिवर्तनशील हैं, साधना की उचित प्रक्रिया द्वारा इनको ऊर्ध्व गति की ओर ले जाया जा सकता है।

गीता में ज्ञान मार्ग तथा भक्ति मार्ग की विशद विवेचना है। दोनों ही मार्ग की मंजिल एक है—परम परमात्मा में स्वयं का विलीनीकरण। कर्म दोनों ही मार्ग में करने पड़ते हैं। ज्ञानमार्गी साधक अपनी क्षमता-शक्ति समझकर, अपने पर निर्भर रहकर कर्म करता है। इस मार्ग का साधक जानता है कि आज मेरी यह स्थिति है, आगे इस भूमिका में प्राप्त होकर, अंततः फिर परम तत्व को प्राप्त हो जाऊँगा। साधक अपनी स्थिति का ज्ञान रखकर साधना करता है, अतः इसे ज्ञान मार्ग कहा जाता है। भक्ति मार्ग पर चलने वाला, समर्पण के साथ उसी कर्म में प्रवृत्त होता है, लेकिन लाभ-हानि, फल, यश-अपयश का निर्णय अपने इष्ट पर छोड़ देता है। निष्काम कर्म योगी अपने इष्ट पर आश्रित होकर कर्म करता है। यही निष्काम कर्मयोग भक्ति मार्ग है। वस्तुतः दोनों मार्ग की क्रियाएं एक हैं, कामनाओं का त्याग दोनों मार्ग में करते हैं, परिणाम भी दोनों मार्ग में एक ही है, केवल कर्म करने का दृष्टिकोण अलग-अलग है।

भगवान श्रीकृष्ण ने बताया कि सतोगुण, रजोगुण और तमोगुण—प्रकृति से उत्पन्न ये तीनों गुण अविनाशी जीवात्मा को इस शरीर से बाँधते हैं। सतोगुण निर्मल होने के कारण जीवात्मा को सुख और ज्ञान की आसक्ति से शरीर को बाँधता है। रजोगुण राग का स्वरूप है जो आत्मा को शरीर से कर्म और उसके फल की आसक्ति से



बाँधता है। तमोगुण अज्ञान—प्रमाद—मोह से आत्मा को शरीर से बाँधता है। इन तीनों गुणों से परे जाकर वीतरागता की स्थिति में जीवात्मा परमधाम को प्राप्त करती है। गुणातीत या वीतराग कौन है? जो मान—अपमान में सम है, मित्र—शत्रु में सम है, निरंतर आत्म भाव में स्थित है, सुख—दुख में सम है, जिसके लिए मिट्टी और सोना एक समान है, जो निंदा—स्तुति में सम है।

भगवान श्रीकृष्ण ने आहार, दान एवं तप को भी तीन भागों में बाँटा है—सात्विक, राजस और तामस। आयु, बुद्धि, आरोग्य एवं आत्मिक शांति वाले भोज्य पदार्थ सात्विक हैं, जो कि साधक को करने चाहिए। कड़वे—खट्टे, अधिक नमकीन, तीखे एवं अत्यंत गरम अहार राजसी व्यक्ति को प्रिय होते हैं। गतरसं (रस रहित, बासी) आहार तामस व्यक्ति को प्रिय होते हैं। यह स्पष्ट है कि कोई पदार्थ सात्विक, राजसिक या तामसिक नहीं होता। उसका प्रयोग एवं देश—काल, प्रकृति उसे इस श्रेणी में लाती है। भगवान ने कहा है कि 'युक्ताहार विहारस्य' जो आहार भजन में सहायक है, वही आहार ग्रहण करना चाहिए।

निष्काम भाव से, मन की प्रसन्नता, इष्ट के अतिरिक्त अन्य विषयों का स्मरण न हो, ऐसा तप है सात्विक। दम्भाचरण एवं फल के उद्देश्य से किया गया तप राजस एवं अज्ञान, श्रद्धा रहित, बदले की भावना से किया गया तप तामस है। जो दान स्थान, भाव, काल एवं सत्पात्र को, बदले में उपकार की भावना से रहित होकर दिया जाये, वह सात्विक या वास्तविक दान है। जो दान, क्लेश पूर्वक, प्रति उपकार की भावना (मैं दान दूँगा तो मुझे यह फल मिलेगा) या फल को उद्देश्य बनाकर दिया जाये वह दान राजस है। बिना सत्कार, अयोग्य पात्र, अनाधिकारियों को दिया गया दान तामस है। देह—गेह के महत्व को त्याग कर, अपना सम्पूर्ण समर्पण, वासनाओं से हटाकर मन का इष्ट के प्रति पूर्ण श्रद्धामय होना यानी संपूर्ण रूप से परमात्मा को समर्पित हो जाना सर्वोत्कृष्ट दान है।

श्रीमद्भगवद्गीता को आदि शास्त्र कहा जाता है। वस्तुतः यह ऐसा ग्रंथ है जिसमें साधक, गृहस्थ सबके लिए आध्यात्मिक—सामाजिक उन्नति के सहज, सरल सूत्र हैं। अन्य धर्म दर्शन जैसे कि जैन, बौद्ध, इस्लाम, ईसाई धर्म के सिद्धांतों एवं गीता के ज्ञान में अद्भुत साम्य है। इनका तुलनात्मक अध्ययन किया जाये तो एक ऐसा नवनीत निकलेगा, जो संप्रदाय, धर्म, जाति की समस्याओं को हल कर देगा।

अंकलेश्वर में रह रहे लेखक जैन विश्व भारती लाडनू में समण संस्कृति संकाय के निदेशक रहे हैं। विभिन्न सामाजिक संगठनों में सक्रिय सहभागिता के साथ ही समसामयिक मुद्दों पर इनके आलेख प्रकाशित होते रहते हैं।

लघुकथा



फायदा

■ अखिलेश श्रीवास्तव चमन ■

चौराहे पर चल रही पुलिस की जाँच को उसने दूर से ही देख लिया था। सड़क के कट से यू टर्न लेकर भागने ही वाला था कि उस पर एक सिपाही की नजर पड़ गयी। सिपाही ने आगे बढ़कर रोक लिया और बाइक समेत उसको सड़क के किनारे खड़े सब इंस्पेक्टर के पास ले गया।

“क्यों मिस्टर, हेलमेट क्यों नहीं पहना है?” बगैर हेलमेट बाइक चलाते देख सब इंस्पेक्टर ने प्रश्न किया।

“वो क्या है सर... जल्दबाजी में भूल गया।” बाइक सवार ने हकलाते हुए उत्तर दिया।

“भूल गये तो चलो भूलने का दण्ड भुगतो। एक हजार रुपये जुर्माना भरो तो आगे से कभी नहीं भूलोगे।” सब इंस्पेक्टर ने कहा और चालान बुक खोलने लगा।

“सर...प्लीज, चालान मत काटिए। यह रख लीजिए और मुझे जाने दीजिए।” बाइक सवार ने धीमी आवाज में कहा और जब से पाँच सौ का एक नोट निकालकर सब इंस्पेक्टर की तरफ बढ़ा दिया।

“अच्छा...तो मुझको घूस देना चाहते हो? तुम सोच रहे हो कि हमलोग अवैध कमाई करने के लिए यहाँ धूप में खड़े हैं। आखिर इतनी सीधी—सी बात तुम लोगों की समझ में क्यों नहीं आती मेरे भाई कि यह धर—पकड़ हम अपने फायदे के लिए नहीं, बल्कि तुम्हारे फायदे के लिए कर रहे हैं। हेलमेट पहनकर चलोगे तो तुम्हारी जान सुरक्षित रहेगी।”

“आप ठीक कह रहे हैं सर। इस बार छोड़ दीजिए...दोबारा ऐसी गलती नहीं करूँगा।”

“अच्छा चलो, चालान नहीं काटता हूँ। लेकिन ऐसा करो कि इस पाँस सौ में दो सौ और मिलाओ। उधर देखो, वहाँ हेलमेट बिक रहा है। सात सौ में ठीक—ठाक हेलमेट मिल जायेगा। मेरे सामने हेलमेट खरीदो और पहनकर जाओ। तुम्हारा तीन सौ का फायदा फिर भी हो जायेगा।” सब इंस्पेक्टर ने चौराहे से थोड़ी दूर पेड़ की छाया में बैठे हेलमेट बेचनेवाले की तरफ इशारा करते हुए कहा।

लखनऊ निवासी लेखक उत्तर प्रदेश शासन में अपर महानिरीक्षक निबंधन के पद से सेवानिवृत्ति के बाद साहित्य—सृजन में संलग्न हैं।



कला, संस्कृति और साहित्य

■ द्वारिका प्रसाद अग्रवाल ■

विज्ञान ने हमारी सुविधा के लिए मशीनें बनायीं और उन मशीनों ने धीरे-धीरे मनुष्य को ही मशीन बना दिया। अब उसके पास ललित कलाओं के लिए समय नहीं बचा। परिणामस्वरूप मनुष्य में मनुष्यता के लक्षण कमजोर पड़ते जा रहे हैं और धनोपार्जन की कामना बलवती होती जा रही है। दरअसल, कला की साधना से हमारी कल्पनाशीलता का विकास होता है। रचना हमारे लिए मनोरंजन मात्र नहीं है, वरन् यह हमें व्यवस्थित ढंग से जीने के उपाय भी सिखाती है।

हाथों में खेलते ऊन के गोले, अंगुलियों के बीच उलझे क्रोशिया के धागे, लकड़ी के फ्रेम में कसे कपड़े पर सुई की नोक से चुभकर निखरते रंगीन धागों के मनोरम चित्र और वे खुशियां आज हमसे बहुत दूर चली गयी हैं। आंगन-चौबारे और घर के बाहर की दीवारों को गोबर या मिट्टी से लीपने के बाद सफेद मिट्टी से की जाने वाली चित्रकारी अब गाँव-देहात में ही सिमट गयी, शहर में इन कलाकृतियों के दर्शन अब दुर्लभ हो गये हैं। हां, शहरों में रंगोली ने अपना असर अब भी बनाये रखा है जो त्यौहारों में दिख जाता है। नववर्ष व दीपावली पर हाथ से बनाये खूबसूरत बधाई कार्ड अब इतिहास की बात बनकर रह गये हैं क्योंकि बधाई संदेश देने के लिए मोबाइल और लैपटॉप जैसे आधुनिक उपकरण हमारे पास उपलब्ध हैं जो सरस्ते तथा उपयोग करने में आसान हैं और तीव्रगामी भी। ऐसे में ललित कलाएं बहुत तेजी से हमसे दूर होती जा रही हैं जिसके कारण हम सहज मानवीय भावनाओं से भी दूर होते जा रहे हैं।

कला से जुड़ने का अर्थ है-स्वयं के व्यक्तित्व का विकास, ऐसा विकास जो अपने साथ-साथ दूसरों के लिए प्रेरणा बन सके और सहज मनोरंजन का साधन भी। पहले दक्षिण भारत में विवाह योग्य युवतियों को नृत्य में निपुण होने पर अन्य लड़कियों की स्पर्धा में अधिक पसंद किया जाता था, वहीं बंगाल में गायन और उत्तर भारत में सिलाई-कढ़ाई को प्राथमिकता मिलती थी। पाक कला में दक्षता तो सभी परिवारों की अनिवार्य चाहत रही है। इस तरह कलाएं स्वयं ही पनपती और विकसित होती थीं। बदलते परिवेश में ये बातें कमजोर पड़ गयी हैं क्योंकि धन-कमाऊ पत्नी और पति अब विवाह की अनिवार्यता हो गयी है। पैसे के महत्व ने अब कला को गौण कर दिया है। कला सीखने की क्या जरूरत है?

जरूरत होगी तो कलाकृति खरीद लेंगे, जेब में पैसा होना चाहिए।

ऐसे उदाहरण अक्सर दिखायी देते हैं कि प्रशासनिक अधिकारी, चिकित्सक, इंजीनियर या व्यापारी साहित्य सृजन कर रहे हैं क्योंकि उन्हें उनकी अपनी अभिरुचि को विकसित करने का यथोचित अवसर नहीं मिला। वे ऐसे काम में फँस गये जिसकी खाहिश उन्हें नहीं थी किन्तु वे उस समय अपने माता-पिता की इच्छा पूरी करने के लिए प्रतिबद्ध थे। 'कॅरियर' बनाने के चक्कर में वे इस तरह उलझे कि उनकी मौलिक प्रतिभा घुट-घुट कर कहीं दबी रह गयी और अब जगह खोज कर इधर-उधर से प्रस्फुटित हो रही है। यह उस अंधी दौड़ का परिणाम है जिसने इनसे पूछा था, "कविता लिख रहे हो, कहानी लिख रहे हो, चित्र बना रहे हो, खेल रहे हो, योग-प्राणायाम-ध्यान कर रहे हो, पर यह तो बताओ कि अपना घर कैसे चलाओगे?"

सवाल यह उठता है कि क्या पेट भरना ही जीवन का एकमात्र उद्देश्य है? तो आज के युग का जवाब है- "हां।" कुछ 'सिरफिरे' अपवादों को छोड़ दें तो शेष विश्व के लोगों की सबसे बड़ी समस्या है- पेट भरने की समस्या। ऐसे में कला, संस्कृति और साहित्य को कैसे विकसित किया जा सकता है?

हालाँकि ऐसा भी नहीं है कि सब कुछ हाथ से निकल गया हो। अभी भी ऐसे जागरूक साधक हैं जो कला, संस्कृति और साहित्य की ज्योति को जलाये और बचाये रखे हुए हैं। नृत्य, गायन, संगीत, लेखन, चित्रकला, नाटक, और फिल्मांकन के क्षेत्र में अनेक लोग मनोयोग से साधनारत हैं लेकिन लोकप्रियता के एक स्तर को प्राप्त करने के बाद उनकी ऊर्जा भटकने लगती है। प्रवीणता निखारने के स्थान पर अपनी कीमत लगवाने और बढ़वाने में केन्द्रित हो जाती है। परिणामतः कला में पारंगत होने वाला मनुष्य गणित के ऐसे सवालों में उलझ जाता है जिसके कारण उसकी तथा उसके जरिए दूसरों को ललित कला से जोड़ने की सम्भावनाएं कम होती जाती हैं। देश की इतनी बड़ी आबादी और कला, संस्कृति और साहित्य की ओर कम होता रुझान देश के मानसिक स्वास्थ्य के लिए खतरे की घंटी बजने जैसा है।

व्यवहार विज्ञान के प्रशिक्षक तथा बिलासपुर (छत्तीसगढ़) में रहते हुए होटल व्यवसाय के साथ ही लेखन में भी सक्रिय। अब तक सात किताबें प्रकाशित हो चुकी हैं।



करुणा रस बरसाता चल

■ डॉ. दिलीप धींग ■

कवि एवं विचारक – चेन्नई

क्रूर बना मानव देखो तो, उजड़ा धरती माँ का आँचल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

कभी यहाँ बहा करती थीं, घी-दूध की नदियाँ कलकल।
अब जल की नदियाँ भी सूखी, जल के लिए मची है हलचल।
धरती पर, धरती के अन्दर, सदा प्रवाहित हो शीतल जल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

कटते जंगल, घटते जंगल, वन्यजीव आवास हुए कम।
दूषित परिवर्तित जलवायु, मनमौजी विद्रोही मौसम।
पिघला अपना हृदय अन्यथा, हिमगिरि कहीं न जाये पिघल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

चहचहाहट नहीं चिड़िया की, घर में गोरेया नहीं आती।
कहाँ तितलियाँ रंग-बिरंगी, प्यारी बुलबुल गुनगुनाती ?
धरती की रौनक लौटाये, पशु-पक्षियों की चहल-पहल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

भीतर करुणा, बाहर करुणा, करुणा जीवन का विस्तार।
सेवा, प्रेम, अहिंसा, संयम, सारा करुणा का परिवार।
यह परिवार बचाता सबको, दुःख हरता है करता मंगल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

जिसका हृदय भरा करुणा से, देख नहीं पाता संहार।
देख तड़पते-मरते प्राणी, उमड़ पड़े करुणा रसधार।
देवतुल्य करुणामय मानव, से भूषित होता है भूतल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

बच्चे बेबस बिलख रहे हैं, माँ-बहनों पर अत्याचार।
छीना-झपटी लूटपाट में, हित-अहित का नहीं विचार।
भय अन्याय मिटाने हेतु, घट करुणा का लेकर चल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

फैला है आतंक प्रदूषण, हिंसा की लपटें झुलसातीं।
होड़ मची है हथियारों की, नफरत की खेती की जाती।
शस्त्र क्षमा समता का लेकर, धरती को सरसाता चल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

कभी अचानक धरा काँपती, कभी गगन फट जाता है।
आँख मीचकर खोलें तब तक, सारा वैभव मिट जाता है।
नमन उन्हें जो घोर कष्ट में, परहित हेतु पड़े निकल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

मूक प्राणियों की गर्दन पर, खटखट निशदिन छुरियाँ चलतीं।
इसीलिए विपदाएँ आतीं, टालें नहीं बलाएँ टलतीं।
समाधान की राह अहिंसा, स्थायी श्रेष्ठ निरापद हल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।

करुणा मानवता की थाती, यह नैतिकता का आधार।
सच्चे करुणामय जो होते, सब जीवों से करते प्यार।
शाकाहार और सदाचार का, पावन परचम फहराता चल।
फिर से धरा चमन करने को, करुणा रस बरसाता चल।।



स्कूल में अहिंसा के प्रयोग

■ उमाशंकर तिवारी ■



मनुष्य खदान से निकले हीरे के समान है। खदान से निकला हीरा भी सामान्य पत्थर की तरह ही होता है। बाद में जौहरी उसमें पहलू उभारता है। जो अनावश्यक विजातीय तत्व उसे घेरे रहता है, उसे हटाकर उसमें सार्वकालिक सार्वभौमिक मूल्य प्रदान करता है। उस साधारण से पत्थर को कोहिनूर बना देता है। गुरु (शिक्षक नहीं जो वेतन भोगी कार्मिक होता है) भी एक कुशल जौहरी की तरह बच्चे में सारे विजातीय संस्कार जो उसने समाज से सीखा है, हटाकर पूर्ण मानव बना देता है। फिर ऐसा आदमी समाज को दिशा प्रदान करता है। ऐसे ही व्यक्ति को प्रकाश पुंज – प्रेरणा स्रोत कहते हैं। ऐसा ही आदमी जीवन में स्वाद भर देता है।

समस्त मानवीय मूल्यों का विकास एवं संवर्धन विद्यालयों में होता है। हो रहा है या नहीं...यह एक विवाद का विषय है। आज तो मनुष्य का मूल्यांकन उसके बैंक बैलेंस, पद, ऐश्वर्य, विभव, वैभव से होने लगा है। इसी का परिणाम है कि प्रामाणिक आदमी खो गया है। दुनिया की सात अरब से अधिक जनसंख्या में प्रामाणिक आदमी नहीं मिल रहा। मनुष्य अपने कुछ गुणों के कारण पशु से अपनी श्रेष्ठता सिद्ध करता है। उन मूल्यों से च्युत होकर वह पशु ही है। महान विचारक अरस्तू ने मनुष्य को पशु ही परिभाषित किया है— SocialAnimal सामाजिक प्राणी। अगर उसमें सामाजिक भावना नहीं तो फिर वह पशु ही है। वहीं, पशुओं में भी कुछ सामाजिकता होती है, अतः उन्हें अर्धचेतन प्राणी कहा जाता है।

मनुष्य पूर्ण चेतन प्राणी है। मनुष्यता के इस शिखर तक पहुँचने के लिए उसमें जिन गुणों की आवश्यकता होती है, वे गुण हैं— सदाशयता, सौशील्य, करुणा, प्रेम सावचेता, सहानुभूति, अहिंसा, दया। इनमें अहिंसा सबसे प्रमुख है। सिर्फ अहिंसा की वृत्ति जग जाये तो उपरोक्त सारे गुण अपने आप आ जाते हैं। अगर हिंसा की आग भड़की तो इन मूल्यों का भवन भस्मीभूत हो जायेगा।

बच्चों को विद्यालयों में इस तरह की शिक्षा दी जाये जिससे उनके हृदय में अहिंसा का पादप पल्लवित, पुष्पित हो। क्या विद्यालयी शिक्षा इस क्षेत्र में किंचित योगदान कर रही है? अगर अन्यथा न लें तो विद्यालयों में हिंसा की घुट्टी पिलायी जाती है। आप एक ओर परस्पर प्रेम और बंधुत्व की रेत की दीवार खड़ी करते हैं। दूसरी तरफ छात्रों को कठोर संवेदना हीन प्रतियोगिता में उतारते हैं। तुम सबको पछाड़कर आगे आओ, तुम्हें प्रथम आना है। जब छात्रों में प्रतियोगिता में प्रथम आने का भाव भर देंगे तो वे इस दौड़ में अहिंसक कैसे हो सकेंगे? उनमें द्वैत जो हिंसा का मूल बीज है, अंकुरित होगा। फिर वे समाज में जब उतरेंगे तो महाभारत की सृष्टि करेंगे। लाक्षागृह बनायेंगे और चीरहरण करेंगे। अर्जुन को सर्वश्रेष्ठ सिद्ध करने की स्पृहा ने कौरवों और पांडवों में यह दूरी बनायी। बाद में जो और कारण आये, वे गौण हैं। ऐसे में प्रतियोगिता आधारित परीक्षा समाप्त करनी पड़ेगी। श्रीराम, श्रीकृष्ण ने न तो कभी विद्यालय में और न वशिष्ठ के यहां न संदीपन के यहां टॉप किया। प्रथम आने की अभीप्सा आप में द्वैत पैदा करेगी। जाने—अनजाने हिंसा का रंग आप पर चढ़ जायेगा।

आज जिस पाठ्यक्रम से बच्चों को शिक्षित एवं दीक्षित किया जा रहा है, वह विषमिश्रित अन्न की तरह घातक है। आप यह जानकर हैरान होंगे कि चीन समेत कई देशों ने अपने अतीत के इतिहास को जला दिया। उनको लगा कि अतीत का वह काला पक्ष क्यों अपने बच्चों को पढ़ायें। अतीत के इतिहास नयी पीढ़ी के लोगों में कुंठा, द्वेष, हिंसा की आग भड़कायेंगे। मगर हमारे यहां अतीत का इतिहास आज भी विद्यालयों में पढ़ाते हैं।



इतिहास ही नहीं उसका निगेटिव पहलू पढ़ाते हैं। औरंगजेब का वह पक्ष पढ़ाते हैं जिसमें वह मंदिर विध्वंसक दिखलायी देता है। फिर यह क्यों नहीं पढ़ाते कि वह कामाख्या देवी के मंदिर को प्रतिवर्ष एक लाख रुपये देता था। अकबर जन्माष्टमी मनाता था। उसने द्वारकाधीश मंदिर को 200 बीघा जमीन दान दी थी। मीना बाजार का इतिहास ही पढ़ाते रहेंगे तो युवा मस्तिष्क हिंसक हो उठेगा। क्यों नहीं पढ़ाते कि एक मुस्लिम सूफी संत ने ही स्वर्ण मंदिर का शिलान्यास किया। अमरनाथ की गुफा और हिमानी बाबा को एक मुसलमान गड़रिया ने खोजा था। आज भी उस पवित्र यात्रा में छड़ी मुबारक आगे-आगे चलती है।

मुगल काल के काले पक्ष को परोसकर आप देश का हित नहीं कर रहे हैं। उनके बहुमूल्य योगदान की भी चर्चा करें। आपके लिबास में पाजामा-कमीज-मिरजई उन्हीं की देन है। भवन निर्माण में ईरानी शैली, चित्रकला में तैलचित्र, संगीत में गजल, ठुमरी, रुबाइयां, कव्वाली उन्हीं की देन हैं। सारंगी, तबला, हारमोनियम उन्हीं के द्वारा आया। आपकी रसोई में तसमई, पुलाव, कोपता मुगलकालीन व्यंजन हैं। इतिहास अगर पढ़ाना है तो यह सब पढ़ायें अन्यथा इतिहास पढ़ाकर बच्चों में हिंसा के बीज न डालें।

आज की शिक्षा आत्म-उन्नति और चेतना के विकास पर आधारित नहीं है। सामाजिक अभियंत्रण के लिए विद्यालय कल-पुर्जे ढालने का काम करता है। विद्यालय से निकलने वाला छात्र मात्र एक उपकरण रह जाता है। उपकरण की स्वतंत्रता नहीं होती, प्रयोगकर्ता अपने स्वार्थ में उनका इस्तेमाल करता है। इसी से पढ़े-लिखे युवा आतंकवादी बनते हैं। अपने आकाओं के इशारे पर पत्थरबाजी करते हैं। विश्व में आतंकवादी संगठन में सारे आका पूर्ण शिक्षित हैं। ओसामा बिन लादेन सुशिक्षित उच्च कोटि का कंप्यूटर इंजीनियर था। जाकिर नाईक असीम प्रतिभा का धनी है। अगर उसे सही दिशा में लगाया गया होता तो समाज को बहुत कुछ दे पाता। अब तो वह केवल देश बाँट रहा है। ऐसे कई नाईक हैं और ये सब के सब विद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों के उत्पाद हैं।

विद्यालयों में परिणाम के आधार पर ही क्रिया का मूल्यांकन किया जाता है। पाठ्यक्रम को लेकर, शिक्षकों के मनोविकार को लेकर कहीं कमी है, जिसके परिणामस्वरूप हम एक भी प्रामाणिक व्यक्ति नहीं पैदा कर पा रहे हैं। आज शिक्षा को रोजगारपरक बना दिया गया है। डॉक्टर को धरती का भगवान कहा जाता है। आदमी या तो भगवान के सामने हाथ जोड़ता है या फिर डॉक्टर के, किन्तु आज डॉक्टरों की संवेदनहीनता की खबरें आये दिन पढ़ने को मिलती हैं। यही नहीं, किडनी एवं मानव अंगों की तस्करी भी यही धरती के भगवान करते हैं। दरअसल अर्थ केंद्रित रोजगार ही अनर्थ का

मूल है। अतः अर्थमूलक शिक्षा के बजाय विद्यालयों में मूल्य आधारित शिक्षा दी जानी चाहिए। फिर संवेदना, सौशील्य, करुणा का संस्कार जगेगा। हिंसा समाप्त होगी। अहिंसा की सुगंध चारों ओर फैलेगी।

अब तो स्लीप टीचिंग तथा मेमोरी प्लान्टेशन के प्रयोग चल रहे हैं। कुछ दिनों के बाद छात्र पढ़ने नहीं, सोने के लिए स्कूल जायेगा। वहाँ शिक्षक उसके



अवचेतन में सारा पाठ्यक्रम उतार देगा। यानी आपके विचार भी छात्रों को प्रभावित करते हैं। विद्यालयों में छात्रों को गधा, मूर्ख आदि कहना बंद करें अन्यथा वह छात्र हीन ग्रंथि का शिकार होगा। जीवन में द्वंद्व के कारण हिंसा की ओर मुड़ जायेगा। विद्यालय के वातावरण को परिवार जैसा सुखद और सहज बनायें।

विद्यालय का माहौल घर की तरह वात्सल्य, प्रेम पूर्ण हो। विद्यार्थी परिवार की तरह अध्यापकों के साथ खुल सके, उसका यही खुलापन उसके जीवन के तमाम आयाम खोल देगा। ऐसा विद्यार्थी फिर कभी हिंसा में उतरेगा नहीं। आज तो अध्यापक हिटलर की छवि से विद्यार्थियों के मध्य खड़ा होता है। बीच में इतनी खाई है कि सुसंवाद नहीं हो पाता। अगर अध्यापक मदर टेरेसा की भाँति ममतामय, वात्सल्यमय व्यक्तित्व के साथ उतरेगा तो छात्र कभी हिंसक नहीं हो सकेगा। प्रेमिल वातावरण में हिंसा पनपती ही नहीं। विद्यालय की काया और आत्मा दोनों में बहुत सुधार अपेक्षित है। इन सुधारों के साथ अहिंसा सार्वजनिक उपलब्धि हो जायेगी।

बहराइच स्थित पैतृक गाँव में रहने वाले लेखक उत्तर प्रदेश में इंटर कॉलेज में प्रवक्ता पद से सेवानिवृत्ति के बाद समाज में मानवीय मूल्यों के संवर्धन में संलग्न हैं।



मातृशक्ति का शंखनाद



■ डॉ. रेणु रघुवीर ■



वह संसार कैसा होगा जिसमें नारी न हो। कल्पना करने से ही मन में अनेक प्रश्न जन्म लेते हैं और उन सभी प्रश्नों का घूम-फिर कर एक ही जवाब आता है कि नारी वह विभूति है जो संसार को गरिमामय बनाती है। नारी शक्ति व ऊर्जा का अपार स्रोत है। नारी ही है जो संस्कारों का बीजारोपण करती है। उसका लालन-पालन कर पोषित करती है, पुख्ता बनाती है।

यह तो सर्वमान्य तथ्य है ही। माँ ही हमारी पहली गुरु होती है जो हमें जीवन के सभी गुर बखूबी सिखाती है। वह हमें कर्तव्यों व अधिकारों तथा संस्कारों से रूबरू करवाती है। हमें ज्ञान का पाठ तो पढ़ाती ही है, जीवन की चुनौतियों को दृढ़ता से सामना करने का सबक भी सिखाती है।

कोरोना महामारी ने सब कुछ बदल कर रख दिया। कोई बेरोजगार हो गया तो कोई अवसाद का शिकार हो गया, लेकिन ऐसे विषम हालात में भी नारी शक्ति ने अपना धैर्य नहीं खोया। वह आगे बढ़ती रही बिना थके, बिना रुके। आंकड़े बताते हैं कि कोरोना महामारी के बाद भी महिलाओं ने ऑनलाइन कार्य करना सीखा। 44 प्रतिशत महिलाएं सन् 2021 में नयी टेक्नोलॉजी अपनाने में आगे रहीं जबकि 2019 में ऑनलाइन लर्निंग 37 प्रतिशत ही थी। कोरोना काल में दुनिया सहम गयी थी, तब भी नारी ने मोर्चे संभाल रखे थे। बेखौफ होकर उसने गृहिणी, नर्स, डॉक्टर, वैज्ञानिक, टीचर, सफाई, कर्मचारी के रूप में अपने कर्तव्य का निर्वहन बखूबी किया।

मातृशक्ति ने शंखनाद कर दिया है कि वह बदल रही है। वह हर चुनौती का सामना करने को तत्पर व आतुर नजर आ रही है। यदि स्त्री ने ठान लिया है किसी कार्य को करने का, तो दुनिया की कोई ताकत उसे पीछे नहीं

धकेल सकती। गत वर्षों में महिला सशक्त होकर उभरी है। राजनीतिक, आर्थिक, सामाजिक, पारिवारिक, शैक्षिक, सांस्कृतिक, खेलकूद, पर्वतारोहण के साथ ही सेना में भर्ती होकर देश की सुरक्षा के लिए भी महिलाओं ने अपनी मजबूत पकड़ की मिसाल पेश की है। आम तौर पर हमारे समाज में पुजारियों का क्षेत्र केवल पुरुषों का माना जाता है, मगर उसमें भी महिलाओं ने अपनी महत्वपूर्ण उपस्थिति दर्ज करवायी है। पश्चिम बंगाल में तो युवा वर्ग महिला पुजारियों से ही शादी करवाना पसंद कर रहा है।

फोर्ब्स की रिपोर्ट में कहा गया है कि चुनौतियों से निपटने में महिलाएं आगे रहती हैं। इमोशनल सपोर्ट व लीडरशिप देने में महिलाएं माहिर होती हैं। पुरुषों ने खुद माना है कि वर्क प्लेस पर महिला बॉस के साथ काम करने में वे ज्यादा सहज व कम्फर्टबल महसूस करते हैं। एक अन्य शोध में भी यह पाया गया कि लेडी बॉस कर्मचारियों को इमोशनल सपोर्ट देती हैं। वे टीम के कर्मचारियों का तनाव कम कर उनके साथ अच्छा व्यवहार कर टीम को बेहतर कार्य करने के लिए प्रेरित करती हैं। वे कठोर निर्णय लेने में भी हिचकिचाती नहीं हैं।

वहीं, यह भी सच है कि समाज में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने तथा गरिमामयी उपस्थिति दर्ज करवाने तथा अथाह संभावनाओं को खुद में समेटे होने के बाद भी महिला को अभी वह सम्मान नहीं मिल पा रहा है, जिसकी वह अधिकारिणी है।

अफसोसनाक यह भी है कि बलात्कार, सामूहिक बलात्कार, एसिड अटैक, अपहरण, हत्या, मारपीट के मामले अभी रुके नहीं हैं, रोज होते हैं। मगर इन घिनौनी हरकतों के खिलाफ समाज के हर तबके ने विरोध किया,



आवाज उठायी। परिणामस्वरूप कई अपराधियों को कठोर से कठोर सजा दी गयी व दी जा रही है।

समाज बदल रहा है, सोच बदल रही है, परिस्थितियाँ बदल रही हैं, स्त्री स्वयं बदल रही है, समय अवश्य लग सकता है लेकिन स्त्री-शक्ति को अब लक्ष्य प्राप्ति से कोई नहीं रोक सकता। समाज बहुत बदला है। पुरुषों में सकारात्मक सोच आयी है तो स्त्रियों में भी अपनी पहचान बनाने का जज्बा मुखर हुआ है। स्त्री को समाज में सम्मानजनक स्थान मिलना प्रारंभ हो चुका है। किंतु सदियों से जो स्थिति स्त्रियों की रही, उसे सुधारने में समय लग सकता है। समाज के हर व्यक्ति की सोच में बदलाव अपेक्षित है। अणुव्रत आचार संहिता का सूत्र कि "मैं मानवीय एकता में विश्वास करूँगा" तभी संभव हो पायेगा जब हम स्त्री को भी मानव अधिकारों का हकदार समझेंगे।

स्त्रियों के प्रति सम्मान, समानता का भाव तथा संवेदनशीलता अपनाने के लिए इन प्रयासों की दिशा में कदम बढ़ाने की जरूरत है—

- ☞ पुरुष स्त्रियों के व्यक्तित्व पर नियंत्रण करने के विचार को ही मन से निकाल दे।
- ☞ समाज भ्रूण हत्या का सर्वथा त्याग कर दे।
- ☞ समाज हर स्त्री को उसके जीवन जीने के तरीके के चुनाव की स्वतंत्रता दे।
- ☞ स्त्री को आर्थिक स्वतंत्रता प्राप्त हो।
- ☞ स्त्रियों के प्रति नकारात्मक विचारों को, विकृत मानसिकता को न पनपने दें।
- ☞ महिलाएं स्वयं आत्मविश्वास से परिपूर्ण रहें। सबल बनें। दूसरों पर निर्भर रहने की आदत छोड़ दें।
- ☞ बलात्कार पीड़िता या अन्य तरीके से प्रताड़ित महिला को हीन निगाह से न देखें। उसे समाज में उचित स्थान मिलना चाहिए।
- ☞ महिलाएं अपने निर्णय स्वयं लें। समाज को आगे बढ़ाने में सकारात्मक, प्रगतिशील फैसलों को क्रियान्वित करें।
- ☞ जब भी किसी महिला को लगे कि उसके साथ भेदभाव हो रहा है या कुछ गलत हो रहा है तो वह तुरंत बिना संकोच के अपनी आवाज बुलंद करे व उचित कार्रवाई के लिए कदम उठाये।
- ☞ वहीं, पुरुष ये कभी न भूलें कि उनकी माँ भी एक स्त्री है। इसलिए वे महिलाओं के साथ मर्यादित व्यवहार करें।
- ☞ महिलाओं को अपने अधिकारों और कानून की जानकारी होना आवश्यक है। तभी वे उनकी माँग कर पायेंगी।

- ☞ महिला ही महिला की शत्रु है, इस कथन को झुठलाने का हरसंभव प्रयास करना होगा।
- ☞ स्त्रियाँ स्वयं अपनी शिक्षा, स्वास्थ्य एवं रुचियों के प्रति जागरूक रहें।
- ☞ महिलाएं अपने आपको आत्मनिर्भर बनायें, पुरुषों पर आश्रित बनने को ही अपनी नियति न समझें।
- ☞ महिलाएं सृजनशील होती हैं। अपनी इस शक्ति को वे नयी उड़ान दें।
- ☞ समान काम के लिए समान वेतन की माँग कई वर्षों से उठ रही थी, जो अब क्रियान्विति के स्तर पर है। ऐसे में महिलाएं समान काम के लिए समान वेतन की आवाज जरूर उठायें।

समय ने करवट ली है, रूढ़िवादी, पारिवारिक व्यवस्थाओं में जकड़े रहने की अपेक्षा स्त्री ने नया मुकाम तलाश लिया है। अपने गुणों व असीमित संभावनाओं को तलाशने की छटपटाहट ने आहट दे दी है। स्त्री अपने को साबित करने के लिए कटिबद्ध है तो कोई कारण नहीं कि इसमें सफल न हो। कई बार उसके पाँव डगमगायेंगे, संतुलन खोने लगेगा, आत्मविश्वास कमजोर पड़ने लगेगा, किंतु अगले ही पल वह पुनः अपने कदमों को साध कर मंजिल पा ही लेगी।

उदयपुर में रहने वाली लेखिका जिला शिक्षा अधिकारी पद से सेवानिवृत्त हैं। शिक्षा तथा अन्य ज्वलंत मुद्दों पर इनके आलेख विभिन्न पत्र-पत्रिकाओं में प्रकाशित होते रहते हैं।

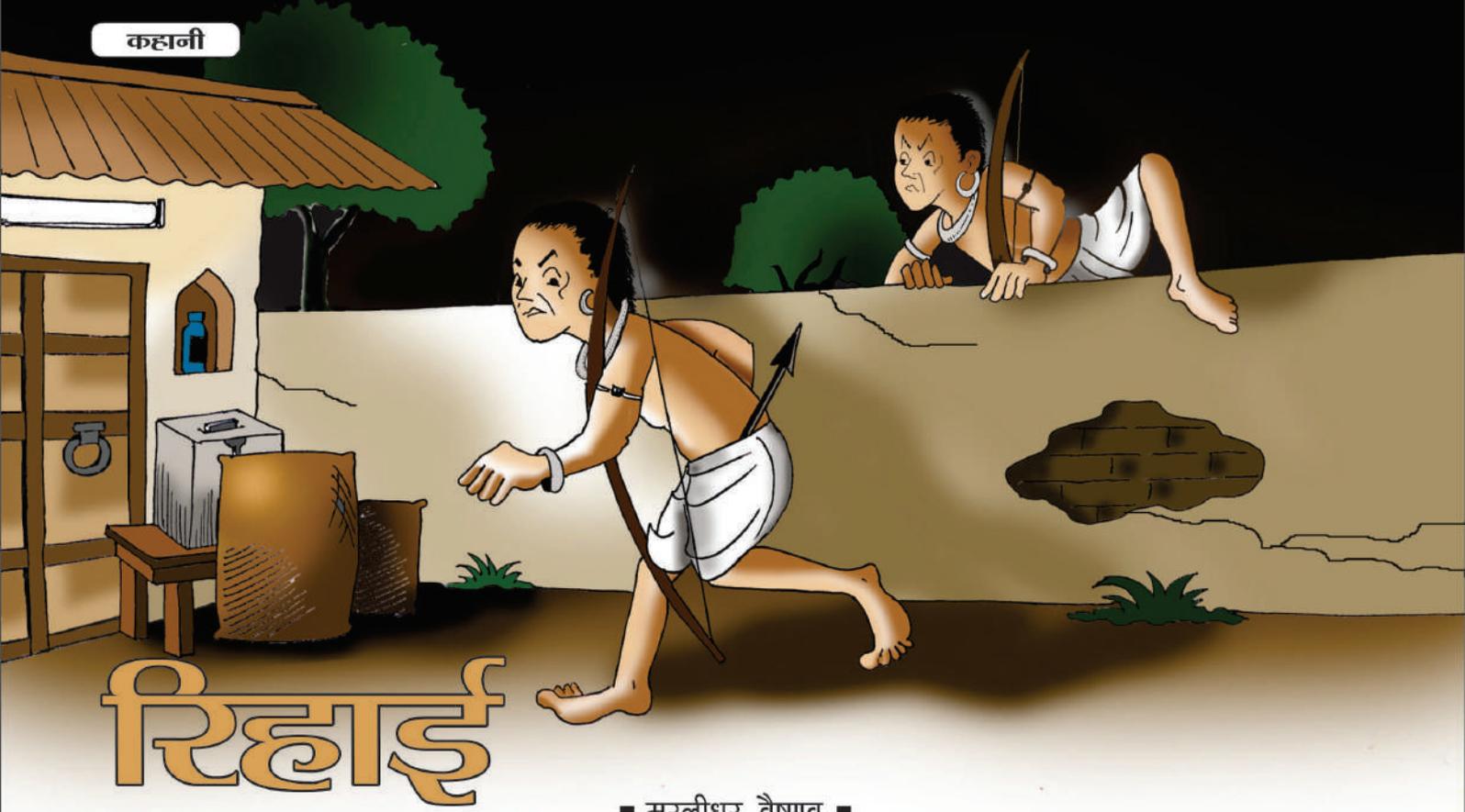
समय का जो कहा समझे

■ ओमप्रकाश यती ■

वरिष्ठ गज़लकार— नोएडा

सफलता पायेगा वो ही समय का जो कहा समझे। नहीं रखे कदम इक भी बिना सोचे बिना समझे। कभी देखा नहीं हो ज़िंदगी में जिसने दुःख कोई किसी के दर्द को फिर शख्स वो कैसे भला समझे। निकल पाना गुमों के दौर से होगा बड़ा मुश्किल अगर इंसान अपनी ज़िंदगी को ही सज़ा समझे। कहे को तो समझ लेना बहुत आसान होता है मगर है बात तब जब तू किसी का अनकहा समझे। बड़ा खुद को समझने से बड़प्पन आ नहीं जाता बड़ा है, सामने वाले को अपने जो बड़ा समझे। मेरे बारे में ऐसी राय रखते हैं न था मालूम अरे भाई! कहा था मैंने क्या और आप क्या समझे। हकीकत क्या है उसकी, इस ज़माने को पता सब है भले दौलत के बल पर शख्स वो खुद को खुदा समझे।





रिहाई

■ मुरलीधर वैष्णव ■

एक ओर मध्यप्रदेश व दूसरी ओर गुजरात को छूता हुआ राजस्थान का दक्षिणतम, टापूनुमा आदिवासी अंचल—कुशलगढ़। इसके चारों ओर नदी ऐसे बहती है जैसे इस अंचल को उसने प्यार से बाँहों में भर रखा हो। यहां की लगभग नब्बे प्रतिशत आबादी आदिवासियों की है। लेकिन सकुशल यहां सिवाय आदिवासी के बाकी सभी हैं। आदिवासी भी कभी थे सकुशल जब इस इलाके का संस्थापक उनका अपना सरदार कुशला भील हुआ करता था। तब वनवासी रंग में रंगी, प्रकृति मां की गोद में खेलती यह प्रकृति—संतान अति प्रसन्न थी।

कहा जाता है कि एक दिन जोधपुर का एक वीर सरदार बड़ी सैनिक टुकड़ी लिये उधर से गुजरा और कुशला भील तथा उसके रक्षकों पर हमला कर उस इलाके को आनन—फानन में अपने कब्जे में ले लिया। फिर अनेक वर्षों तक पहले राजशाही तथा अब आजाद हिन्दुस्तान के बहुरंगी 'राजाओं' और उनके प्यादों के शोषण से त्रस्त हैं यहां के आदिवासी। मगर आश्चर्य है कि इतना सब होते हुए भी इन आदिवासी स्त्री—पुरुषों के अपनी ही मस्ती में लोकगीतों पर थिरकते कदम जारी हैं। तनाव नहीं है इनके जीवन में।

अभी कोई छह माह ही तो हुए हैं मुझे यहां आये हुए और काफी कुछ जान चुका हूँ इनके बारे में। मुंसिफ मजिस्ट्रेट के रूप में यहां की तैनाती का आदेश जब मुझे मिला तो सबसे पहले राजस्थान के नक्शे में मैंने

कुशलगढ़ को ढूँढा। जोधपुर से कुल बाईस घंटे की निरंतर बस यात्रा। पहुँचते—पहुँचते हालत खस्ता हो जाये। फिर किसी ने यह भी बता दिया था कि यहां मध्यप्रदेश के आदिवासी—डकैत यदा—कदा लूटपाट मचाने आ जाते हैं। ऐसे में युद्धग्रस्त सीमा पर जाने वाले जवान की भाँति मैं अपने सभी निकट सम्बन्धियों से मिलकर ही कुशलगढ़ के लिए रवाना हुआ था। पता नहीं कब लौटना नसीब हो और फिर हो भी या...।

यहां इस बार लगातार तीसरा वर्ष है अकाल का। भूखे अर्द्धनग्न आदिवासी स्त्री—पुरुष जंगल से लकड़ी, गोंद आदि लेकर अपनी दैनिक जरूरत का सामान जुटाने के लिए कस्बे में आते हैं। अर्द्धनग्नता इनकी सांस्कृतिक पहचान जरूर है, लेकिन भूख किसी मानव संस्कृति की पहचान नहीं हो सकती। यह केवल मजबूरी है।

सुबह ठीक साढ़े दस बजे मेरी अदालत की कार्यवाही आरम्भ हो गयी।

“सर, एक चोरी का मुलजिम है। चालान भी साथ में पेश कर रहा हूँ।” कस्बे के थानेदार ने मुझे कड़क सैल्यूट मारते हुए निवेदन किया।

मैंने आरोप—पत्र और अन्य कागजात पर सरसरी नजर दौड़ायी। केवल पन्द्रह किलो मक्की चोरी का मामला था। अचानक मुझे कुछ याद आया। केवल पन्द्रह किलो मक्की की चोरी? कहीं यह वही तो नहीं! मैं

मुलजिम को देखने के लिए अधीर हो उठा। उसे तुरंत पेश करने का आदेश दिया। दो सिपाहियों की अभिरक्षा में उसे अदालत में लाया गया। उसने गर्दन झुका रखी थी। कद, रंग, उम्र से तो वही लगता है, मैंने सोचा।

“तुम्हारा नाम सुका है?” मैंने उससे पूछा।

“जी।” कहते हुए उसने अपनी गर्दन उठायी, लेकिन मुझे देखते ही उसके चेहरे पर हवाइयां उड़ने लगीं। तुरंत ही वह सहज होने का प्रयास करने लगा। शायद उसे विश्वास था कि मैंने उसे नहीं पहचाना। फिर भी निपुण चोर या अपराधी न होने से उसके मन के अपराध भाव उसके चेहरे पर आ ही गये थे। सर्दी का मौसम होते हुए भी उसके माथे पर पसीने की बूँदें उभर आयीं। उधर सुका को पहचानते ही मेरे मन में भी अचानक क्रोध से बिजली—सी कौंध गयी।

यह वही सुका था। 18—20 वर्ष की उम्र, अर्द्धनग्न, नाटा कद, काला—कलूटा, घुंघराले बाल। करीब दो माह पहले की एक भयावह रात का सारा दृश्य मेरे स्मृति पटल पर सजीव हो उठा। उस रात मैं कुशलगढ़ के सरकारी क्वार्टर के आंगन में मच्छरदानी ताने खाट पर लेटा था। कोई बारह बजे का समय था। दोपहर में सो लेने के कारण मुझे नींद नहीं आ रही थी। अचानक आंगन की चारदीवारी पर से कूदकर दो मानव आकृतियां एक के बाद एक आंगन के भीतर उतरतीं। आश्चर्य था कि उनके कूदने की कोई खास आहट तक नहीं हुई। करीब 18—20 वर्ष की उम्र, काले, नाटे, घुटनों तक सफेद धोती पहने हुए नंगे बदन, तीर—कमान कंधे पर लटकाये दो आदिवासी युवक, हाथों से एक—दूसरे को कुछ इशारा कर रहे थे। मैं इस अप्रत्याशित दृश्य को देखकर घबरा गया। स्थिति की नजाकत को देखते हुए मैं कभी आँखें मूँदे व कभी कुछ खोलकर उन्हें देखते हुए निश्चेष्ट पड़ा रहा। एक युवक ने कमान पर तीर चढ़ा लिया और मेरी ओर तानकर सावधान मुद्रा में खड़ा रहा। मुझे लगा अब वह मच्छरदानी का एक कोना उठाकर मुझे अच्छी तरह देख रहा है। मेरी घबराहट चरम पर थी। डर यह था कि हड़बड़ाहट में मैं कोई मूर्खता भरी हरकत न कर बैदूँ। मेरी स्थिति आँखें मूँदे उस कबूतर जैसी थी जिसके सामने बिलाव खड़ा हो। तरह—तरह के विचार आने लगे। मेरी कुछ भी हरकत हुई नहीं कि उसके साथी का तीर मेरे जिगर के पार उतरा नहीं। निशानेबाजी और चपलता में इनका कोई मुकाबला नहीं। इस अनजान क्षेत्र में मैं बेमौत मारा जाऊँगा। हरि सुमिरन के अलावा मेरे पास कोई चारा नहीं था, सो मन ही मन मैं हनुमान चालीसा का पाठ करता रहा।

एक युवक आंगन में बने टिनशेड की ओर बढ़ा। शायद वह आश्वस्त हो गया था कि मैं गहरी नींद में सोया हूँ। मैंने डरते—डरते आँखें थोड़ी—सी खोलीं और तिरछी नजर से उसे देखने लगा। वे कोई व्यावसायिक व निपुण चोर नहीं थे। टिनशेड के नीचे मेरा खुला रसोईघर

था। रसोई के सामान पर पास की गली के बिजली के खंभे की ट्यूबलाइट का प्रकाश पड़ रहा था। सो उस युवक का चेहरा मुझे साफ दिखायी दे गया। निश्चित ही यह सुका ही था। उसने आटे के पीपे में घी का डिब्बा डाला और पीपे व पास पड़े करीब पन्द्रह—बीस किलो मक्की के कट्टे को उठाकर अपने साथी की ओर बढ़ा। देखते ही देखते दोनों युवक सामान लेकर पिछवाड़े की दीवार कूदकर अदृश्य हो गये।

मैंने राहत की साँस ली। मैं हौले से उठा और अपनी खाट अंदर कमरे में ले गया। बरामदे का दरवाजा बंद कर भीतर से ताला लगाया और कमरे में आकर लेट गया, लेकिन नींद कहां आनी थी। इधर गर्मी, उधर मन इस हादसे से उत्पन्न भय, अपमान और खिन्नता से अशांत था। किसी पड़ोसी को जगाकर भी क्या करता? किसी को कहने से हँसी और बदनामी अलग होती। कस्बे में बात और फैल जायेगी। मुंसिफ मजिस्ट्रेट के घर में चोरी? और वह भी आटा, अनाज और मामूली घी की? इतने बड़े अफसर के घर में और कुछ था नहीं क्या चुराने के लिए?

भोर के समय मेरी आँख लगी ही थी कि कालू चपरासी ने घंटी बजाकर मुझे जगा दिया। इससे पहले कि वह रसोई की तैयारी के लिए सामान सम्भालता, मैंने यह कहकर उसकी छुट्टी कर दी कि आज मेरा खाना डॉ. सिद्दीकी के यहां है और शाम को ही मैं एक सप्ताह की छुट्टी जा रहा हूँ।

छुट्टी के दौरान व कुशलगढ़ लौटने के बाद भी काफी दिनों तक मैं उस हादसे को भूल नहीं पाया। आज सुका को देखकर उस रोमांचक रात की हर बात मेरे दिमाग में जीवन्त हो उठी थी। आज मुझे उस अपमान, परेशानी और क्षति का पूरा बदला लेना था।

सरकारी वकील को मैं आज बहुत असहज लग रहा था। असहज तो मैं था ही।

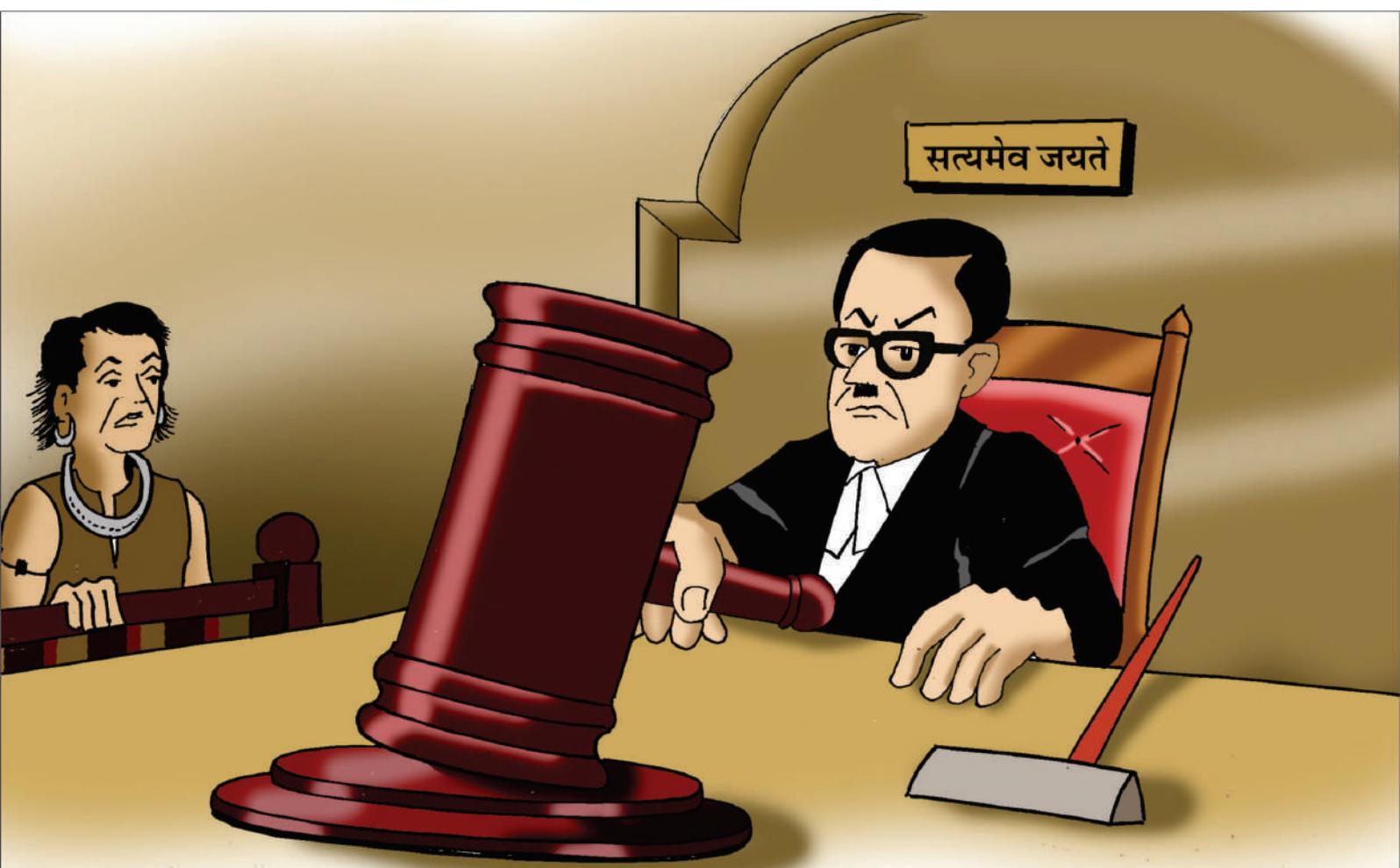
“सर आपकी तबीयत कुछ ठीक नहीं लग रही है। आप फरमायें तो मैं कुछ देर बाद हाजिर होऊँ।” वह मेरी ओर गौर से देखते हुए बोले।

“नहीं, नहीं, मैं बिल्कुल ठीक हूँ। आप बहस सुनाइए।” लेकिन मैं कहां ठीक था। मैं दूसरों को सच बोलने की शपथ दिलाने वाला सरकारी वकील से झूठ बोल गया।

सरकारी वकील ने सुका के विरुद्ध पुलिस की ओर से बहस की। सुका का कोई वकील नहीं था। मैं सरकारी वकील को ध्यान से सुनने का अभिनय मात्र कर रहा था। वस्तुतः मैं अभी भी उस रात के रोमांच में भटक रहा था।

“लंच के बाद आदेश होगा।” कहकर मैं चैम्बर में चला गया। इस बार सुका की पत्रावली का मैंने ध्यानपूर्वक अध्ययन किया।





चैम्बर में मैं अकेला होते हुए भी अकेला कहां था। एक ओर मैं, क्रोध और प्रतिशोध से प्रेरित अधीर, अशांत व्यक्ति और दूसरी ओर मेरे भीतर बैठा शांत, सम्यक्, धीर-गंभीर न्यायाधीश। दोनों के बीच असली बहस तो अब होने लगी थी।

“सुका के विरुद्ध शून्य साक्ष्य का मामला है। उसे पन्द्रह किलो मक्की चुराते किसी ने नहीं देखा। इसका भी कोई प्रमाण नहीं है कि सुका के कथित कब्जे से बरामद मक्की वही हो जो तुम्हारे यहां चोरी हुई थी। उसे रिहा किया जाना चाहिए।” मेरे भीतर का न्यायाधीश बोला।

“लेकिन मैं जानता हूँ कि यह चोर है, इसका एक साथी भी चोर है। मैंने स्वयं इसे मेरे घर से आटा, मक्की और घी चुराते देखा है। तीर-कमान लेकर घुसे थे।” मैं मन ही मन चिल्लाया।

“वह एक दूसरा, तुम्हारा अपना मामला था। तुम यदि उसकी रिपोर्ट करते तब तुम स्वयं साक्षी वाले कठघरे में गवाह होते और न्यायाधीश कोई और होता। तुम्हारी अपनी गवाही इस न्यायिक आदेश का हिस्सा नहीं बन सकती। उसे इस मुकदमे में देखना विधि और न्यायसंगत नहीं है।” मेरे भीतर से आवाज आयी।

“विधि और न्यायसंगत ! क्या मुझ पर जो बीती, वह न्यायसंगत थी? सुका चोर है...मेरा विश्वास मेरे अपने प्रत्यक्ष प्रमाण पर आधारित है। मैं प्रथम श्रेणी मजिस्ट्रेट की शक्तियां रखता हूँ। तुम अपना उपदेश बंद करो।” मैं संतुलन खो बैठा।

“शक्तियां..... हः, ह हः..., यह एक भ्रामक शब्द है मेरे भाई। यह तभी सार्थक है जब इसका दुरुपयोग किया जाये। अन्यथा यह तो न्याय प्रदान करने का एक साधन मात्र है। इस समय तुम मात्र न्यायाधीश हो। तुम्हारा अपना व्यक्तित्व और अपनी व्यथा सब बेमाने हैं। केवल इस मुकदमे में उपलब्ध साक्ष्य को निरपेक्ष, निर्लिप्त भाव से गुण-अवगुण के आधार पर आंक कर निर्णय देना ही तुम्हारा धर्म है। न्यायाधीश पद की दिव्य गरिमा और पवित्र दामन पर अपने व्यक्तिगत राग, द्वेष, क्रोध व प्रतिशोध के छींटे लगाना पाप होगा। आगे तुम जानो।” मेरा न्यायाधीश गंभीर हो गया।

मेरा माथा चकराने लगा।

“तो क्या उसे मेरे यहां की गयी चोरी के दण्ड से बचाना उचित होगा ?” मैंने प्रश्न किया।

“जब तुमने उस घटना को एक लम्बे अर्से तक स्वेच्छापूर्वक छिपाये रखा तो अब सुका के उस दुष्कृत्य को क्षमा भाव से भूलकर सब कुछ ईश्वर पर छोड़ देना ही श्रेयस्कर है।” न्यायाधीश का मत था। मैं अब भी उद्विग्न था। लंच का समय पूरा हो गया था। मैं अदालत कक्ष में लौटा। सुका अभियुक्त वाले कठघरे में नतमस्तक खड़ा था।

“तुम क्या धन्धा करते हो ?” मैंने सुका से पूछा।

“कुछ नहीं।” वह धीरे से बोला।

“अकाल राहत की मजदूरी क्यों नहीं करते ?” मैंने सुझाया।

“मेट रखता नहीं है।”

“घर में और कौन है?” मैंने पूछा।

“बेइर (पत्नी) तो दूसरे के साथ भाग गयी। बूढ़ी मां है।” वह बोला।

मुझ पर अब न्यायाधीश हावी होने लगा था।

सुका के विरुद्ध चोरी के आरोप का प्रसंज्ञान लेने का कोई सबूत नहीं था। इसलिए और प्रश्न करके समय गंवाना व्यर्थ था।

“मुलजिम सुका के विरुद्ध चोरी का आरोप निराधार होने से उसे रिहा किया जाता है।” मैंने निर्णय सुनाया।

सुका को अपने कानों पर विश्वास नहीं हुआ। उसके वीभत्स चेहरे पर कुछ अजीब भाव थे। वह अचानक भाव-विह्वल हो चिल्लाने लगा, “बाबजी मने जेल भेजो। मैंने तो आपके...” वह पूरी बात कहता, उससे पहले ही मैंने उसका आशय भांपकर उसे चुप रहने का संकेत किया।

“मैं जानता हूँ।” मैंने उससे कहा।

सुका अब और भी चकित था। उसकी अश्रुधारा तेज हो चली। मुझे लगा वे उसके आँसू नहीं, उसके भीतर से शायद पश्चाताप का लावा निकल रहा था।

रिहाई केवल सुका की ही नहीं हुई थी। कुछ क्षणों के लिए अपने व्यक्तिगत क्रोध व प्रतिशोध के कलुषित घेरे में स्वयं मैं भी तो कैद हो गया था।

जोधपुर में रहने वाले लेखक वरिष्ठ साहित्यकार हैं। इनकी एक दर्जन से अधिक पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं। न्यायाधीश पद से सेवानिवृत्त होने के बाद सम्प्रति अदालतों में जरूरतमंदों के लिए निःशुल्क पैरवी करते हैं।



संवेदन

संस्कार निर्माण : एक प्रयोग

अहिंसा और करुणा एक-दूसरे के पर्याय हैं। सत्य, प्रेम, सहिष्णुता, शांति, समता, सहयोग सभी का अवतरण अहिंसा और करुणा में हो जाता है। आज चरित्र-विकास के लिए इन्हीं मूल्यों के संवर्द्धन की आवश्यकता है। इसके लिए गौली मिट्टी के समान बालमन सबसे ज्यादा उपयुक्त होता है क्योंकि हम उन्हें जैसे संस्कार देना चाहें, दे सकते हैं।

ऐसा ही एक प्रयोग मैंने अपनी छह वर्षीया पौत्री पर किया। दो वर्ष पहले वह यूके से भारत इसी शर्त पर आयी कि दादा-दादी उसका जन्मदिन बड़ी धूमधाम से पाश्चात्य तरीके से मनायेंगे। हालांकि मुझे अच्छा नहीं लग रहा था फिर भी मैंने अपनी सहमति दे दी। हमने उसका जन्मदिन दो तरीके से मनाया। सवेरे हमने एक प्रज्ञाचक्षु विद्यालय के बच्चों को फल व मिठाई वितरित की तथा उनके साथ लगभग दो-तीन घंटे रहे। उन बच्चों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम भी प्रस्तुत किये। मेरी पौत्री को उन बच्चों के बीच बहुत अच्छा लगा। वह इतनी अभिभूत हो गयी कि उसने पाश्चात्य ढंग से जन्मदिन मनाने से मना कर दिया। फिर भी हमने उसे मनाया ताकि वह दोनों का महत्व समझ सके।

कार्यक्रम के पश्चात् हमने उससे दोनों तरीकों के बारे में बात की तथा उसे समझाया कि आधुनिक तरीके से जो हमने जन्मदिन मनाया, उसमें आप सभी बच्चों ने किस तरह से केक आदि खाने-पीने का सामान आधा खाया, आधा फेंका, गुब्बारे फोड़े तथा आइसक्रीम, चॉकलेट आदि सामान बर्बाद किया, क्या वह सही था? उन्होंने ऐसा क्यों किया? क्योंकि उन्हें यह सब जब चाहें तब मिल जाता है। अगर यह सब सामान हम अनाथ और वंचित बच्चों को देते तो कितना अच्छा होता। इसके बाद मेरी पौत्री का हृदय इतना द्रवित हो गया कि उसने प्रण कर लिया कि वह अपना जन्मदिन हमेशा दिव्यांग व वंचित बच्चों के बीच उनकी सहायता करके ही मनायेगी। यह बात उसने अपने अध्यापकों व सहपाठियों को भी बतायी। उसकी इस बात से कुछ बच्चे प्रेरित भी हुए।

—विजयलक्ष्मी मुंशी, उदयपुर



मानवीय मूल्यों का संचार अणुव्रत आंदोलन का उद्देश्य है। इसकी शुरुआत यदि बच्चों में अच्छे संस्कारों के बीजारोपण से की जाये तो क्या कहने! अभिभावक इस दिशा में प्रयत्न भी करते हैं। अपने अनुभव लिख भेजिए। 'अणुव्रत' को आपके संवाद का इंतजार रहेगा।





The Meaning of Anuvrata for the World at Large

■ Dr. Rudi Jansma ■

While the world in this spiritually dark age-which has already traversed several millennia and will still last many millennia-is struggling with war and crime, fear and ignorance, frustration and the cultural misunderstandings between countries and continents, there have always been at least a few who came to help, to show us the way to a happier and more elevated living, to guide us during our long and often arduous pilgrimage and evolution towards the accomplishment of what we really are: humans in the best sense of the word. Deep within us is a knowing, a wisdom that wants to speak to us. It does so via the impulses of our heart which we recognize as unselfish love, compassion and the wish to be like a radiant star consoling and helping all living beings. It also speaks through our minds, by inspiring us to lofty ideas of how to accomplish a better and happier and nobler world in practice. Our mind allows us to understand the world around us, the secrets of the universe, and ultimately the real, true nature of all phenomena, of existence itself.

Our lowest mind can make us do something worse and a million times more terrifying than even the cruelest animal. But our higher mind can lead us to the portals which give entrance to the realms of the immortals, call them gods or spiritual conquerors if you like.

A few examples of such humble workers for the benefit of those directly around them and for the benefit of the whole of humankind - indeed for all realms of nature where sentient beings live - are the late Acharya Tulsi and his successors and their many helpers who feel inspired by their approach. In their concern for the world in its present stage they laid down a modern version of the anuvratas (atomic or small vows) which were formulated in the days of the Jains' 24th Tirthankara (the supreme sanctified preceptor) Mahavira, who lived some 2600 years ago...Acharya Tulsi's original challenge was to recognize and reorganize the old vows in such a way that Indian people in modern society could understand and apply them. In India this idea has found widespread recognition and appraisal, and thousands actually took the vows.

I was born and raised in Europe, in the so-called western part of the world (though I never understood how one can call one part of a round globe in endless space "west" and another "east"). Now I live in India.

An obstacle for the materially often extremely wealthy countries is that people have become used to an unreal easiness of life, where there seems to be a technical solution for every problem. This has led to large scale spiritual indifference and to an attitude that wants to put the whole of nature and even



'God' under its personal willpower. People feel rather "happy" with their gadgets and physical and emotional freedom, and numbed as they have become they are unaware that the real happiness of inner freedom and knowledge is something infinitely greater than the everyday happiness in which we usually live. Indeed this "happiness" is pure suffering from the viewpoint of an enlightened being. We have become attached to and are "satisfied" with the glass pearls of the mundane world and are not willing to believe the stories of the pure diamonds of the spirit.

But during lecturing and travelling I have experienced that in spiritually developed countries like India, people lean on age-old cultural experience and teachings. In the west though, especially in America which is still a young country, people can be very open to new ideas. Many spiritual seekers drink the eastern values like nectar or amrita. But it is also a part of the western culture to accept nothing on authority; indeed a necessary precaution and protection against falsehoods entering a spiritually young and error-prone culture. Things must be weighed and judged by the logical mind against the background of scientific fact, and must be acceptable to the awakening intuitive heart that has already been prepared for this task.

The heart is connected with the innermost nature, with the divine soul even, and it knows no dogmas or commandments. It is connected with direct and real knowledge. People have wandered far away though from listening to the inner "voice of the silence", and therefore wise people have designed helpful support in the form of spiritual teachings, myths and stories, rules and vows, none of which were ever meant to become dogmas! We can see the harm done by dogmas everywhere in the world around us.

So, what is actually a "vow" (a vrata)? As I see it, vows can be accepted on subsequent levels of increasing helpfulness. Even when only reading or hearing them once, even when they do not stick to our conscious memory,

“What is a vow really? It is more than a good intention. It is more than a promise or commitment in everyday society. A real vow is an unbreakable promise—unbreakable without facing the dire consequences.”

they leave some imprint. They act as seeds which may sprout in the future, near or far. Though our personal mentality may not accept them, in the depth of our being there is some recognition.

A next and most fruitful step is when one not merely takes notice of the vows, but takes them seriously into consideration in one's mind. Better still, one meditates calmly and analytically on them, so that they become part of one's realm of thought.

On another level we accept them only as "good intentions." Good intentions often do not hold very long though. They have to be continuously remembered and repeated to bear any fruit. Better is better to think and meditate first. If not followed up, good intentions even hold the danger of killing the young sprout of spiritual elevation -though the essence of the seed can never be killed.

Good intentions or half-hearted vows may be partial. For "beginners" this might be the easier way, when stern decisions are too demanding for now. For example one decides to become a vegetarian, but not in all circumstances, or excluding fish or poultry or eggs. A decision like that is not at all useless. It avoids the suffering of at least some animals, and as far as our own karma is concerned, no good action remains unrewarded, and it brings about some elevation and strength to our own character.

One can think out similar examples for the other atom-vows. Another option is that one accepts a number of vows, but not all of them: one vows to refrain from stealing and lying, but one regards abstinence from non vegetarian food as too difficult in the present circumstances of life. Also one should consider that vows are

more effective for those who have to put more effort in maintaining them. For example 'not taking what has not been given' may be more challenging for people in the commercial sector, or in an environment soaked with corruption. When such vows are preserved they make one into a light-bearer in his or her environment, and the positive consequences stretch much farther than betterment of one's own character alone.

Vows regarding abstinence from sexuality may not be too difficult when you are eighty and therefore of little value if limited to this lifetime only, but when you are twenty things are different. Special vows may be meditated upon according to the circumstances in which you live. Taking drugs and/or alcohol is staggering among young people, especially in the "developed" world, and these habits need much consideration for the people involved. In special circumstances or professions one may think out useful vows for oneself.

For someone with a responsible position in the army, a vow of non-violence or non-killing (or ordering others to do so) is almost impossible. But one can use his position to avoid worse and do everything to prevent suffering as much as possible under given circumstances for the "enemy" as well as for friends. Naturally one realizes that the objective experience of suffering is the same for fighters and their family on both sides. Special vows have been formulated by Acharya Tulsi for various categories of people: relating to social class, students, teachers, businessmen, officers/employees, workers, peasants, and, most significantly in our "globalizing" civilization: an international code of conduct.

More courageous people with a deeper understanding may take real vows. When someone has reached a stage in which he or she recognizes the deeper values in actual reality of which the formulated vows are reflections, the taking of a vow becomes a natural and happy event. Taking a vow is not meant to suppress nature, thus making men or

women depressive; it is meant to support one's higher inner nature, which will eventually lead to conquest of everything in us that is illusionary and leads to suffering. Vows lead to happiness, not sadness.

What is a vow really? It is more than a good intention. It is more than a promise or commitment in everyday society. A real vow is an unbreakable promise-unbreakable without facing the dire consequences. For those who accept God or gods or enlightened beings as a reality, a vow is a promise before this highest Being. For those who follow a guru, as is so often the case in India, a vow is taken before that highly respected person - as the embodied representation of truth or god or Buddha. A vow is a contract with truth; and truth is unshakeable, unrodible, absolute. Breaking a contract with truth is only harmful to the transgressor, not to truth or God, Buddha or Jina itself. It is like throwing dirt against the wind; it will only contaminate the thrower. The returning "dirt" in this case will be mental confusion, falling back into illusion, with all its painful consequences.

Written vows and spiritual teachings are means to help us. But it will be clear from the above that the highest and most real vows are taken inwardly, in the silent recesses of our being and nobody has to know about our decision. This is not easy, because the external world will misinterpret our behaviour. We know that we have made our promise to the divine side of nature as it really is. The vows themselves will deepen and evolve when we make progress on the silent inner path.

Our inner Being is waiting with infinite patience and benevolence until our minds consciously take the decision to obey and go for this sacred quest. Why should we let this Being wait longer still?

 *Late Dr. Rudi Jansma was Honorary Professor of Religious Studies associated with the Intercultural Open University (IOU), the Netherlands. He authored the classic book entitled Global Philosophical and Ecological Concepts.*



कदमों के निशां



आचार्य तुलसी ने कहा था,
अणुव्रत चरित्र निर्माण का
आंदोलन है। अणुव्रत पुरस्कार
की स्थापना के पीछे उद्देश्य है
उन लोगों का आदर जो चरित्र
निर्माण के लिए कृत संकल्प हैं।

अणुव्रत के आदर्शों के प्रति
जिनके मन में गहरी निष्ठा है।
ऐसी विभूतियों की प्रतिष्ठा से
समाज में नैतिक मूल्यों के प्रति
आस्था बढ़ेगी।

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

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

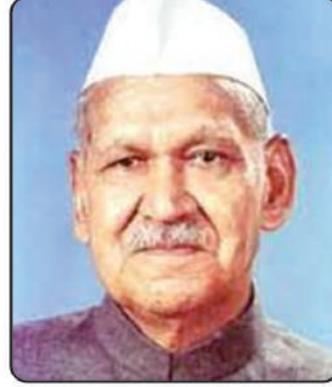
वर्ष 1981 में अणुव्रत पुरस्कार की
शुरुआत की गयी। तब से 26
विभूतियों को इस पुरस्कार से
सम्मानित किया जा चुका है।
अणुव्रत पुरस्कार के अंतर्गत
प्रशस्ति पत्र, प्रतीक चिह्न और
एक लाख इक्यावन हजार रुपये
की राशि प्रदान की जाती है।

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 बढ़ायें, इसी
उद्देश्य से अणुव्रत पुरस्कार से
सम्मानित विशिष्ट व्यक्तियों का
परिचय यहां क्रमशः प्रकाशित
किया जा रहा है।

अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित

डॉ. शंकर दयाल शर्मा

विद्वता, राष्ट्रप्रेम और समर्पण के प्रतिरूप



डॉ. शंकर दयाल शर्मा मध्य प्रदेश के पहले ऐसे व्यक्ति रहे, जो अपनी विद्वता, सुदीर्घ राजनीतिक समझ-बूझ, समर्पण और राष्ट्रप्रेम के बल पर भारत के राष्ट्रपति बने। इन्होंने स्वतंत्रता संग्राम में भी हिस्सा लिया था।

शंकरदयाल शर्मा का जन्म 19 अगस्त, 1918 ई. को भोपाल में हुआ था। इनके पिताजी का नाम पंडित श्री खुशीलाल शर्मा वैद्य और माताजी का नाम श्रीमती सुमित्रा देवी था। शंकर दयाल ने लखनऊ विश्वविद्यालय से हिन्दी, अंग्रेजी और संस्कृत साहित्य में एम.ए. की डिग्री प्रथम स्थान के साथ प्राप्त की। उन्होंने एल.एल.एम. की डिग्री भी लखनऊ विश्वविद्यालय से प्रथम स्थान के साथ प्राप्त की थी। उन्हें लखनऊ विश्वविद्यालय से समाज सेवा में चक्रवर्ती स्वर्ण पदक भी प्राप्त हुआ था। विधि में पीएच.डी. की उपाधि कैम्ब्रिज से प्राप्त की। उन्होंने लखनऊ विश्वविद्यालय तथा कैम्ब्रिज में विधि का अध्यापन कार्य भी किया। श्री शंकर दयाल शर्मा ने लिंगोन इन से बैरिस्टर एट लॉ की डिग्री ली। उनको वहां पर मानद बेंचर तथा मास्टर चुना गया था। वे फिट्जविलियम कॉलेज के मानद फ़ैलो रहे। कैम्ब्रिज विश्वविद्यालय ने उन्हें मानद डॉक्टर ऑफ लॉ की डिग्री देकर सम्मानित किया।

1940 के दशक में वे भारत के स्वतंत्रता आंदोलन में शामिल हो गये। इस हेतु उन्होंने कांग्रेस पार्टी की सदस्यता ले ली। 1952 में भोपाल के मुख्यमंत्री बने और इस पद पर 1956 तक रहे जब भोपाल का विलय अन्य राज्यों में कर मध्यप्रदेश की रचना हुई। मध्य प्रदेश राज्य में कैबिनेट स्तर के मंत्री के रूप में उन्होंने शिक्षा, विधि, सार्वजनिक निर्माण कार्य, उद्योग तथा वाणिज्य मंत्रालय का कामकाज सम्भाला था। साथ ही केंद्र सरकार में संचार मंत्री के रूप में पदभार संभाला।

डॉ. शंकरदयाल शर्मा 25 जुलाई 1992 को भारत के नौवें राष्ट्रपति बने। अपने अन्तिम कार्य वर्ष में उन्होंने तीन प्रधानमंत्रियों को शपथ दिलायी। इससे पहले वे भारत के आठवें उपराष्ट्रपति भी थे। वे संसदीय मानकों का सख्ती से पालन करते थे। डॉ. शर्मा राज्यसभा में एक मौके पर इसलिए रो पड़े थे कि क्योंकि राज्यसभा के सदस्यों ने एक राजनीतिक मुद्दे पर सदन की कार्यवाही बाधित कर दी थी।

डॉ. शर्मा धार्मिक प्रवृत्ति के व्यक्ति थे। अणुव्रत के प्रति प्रारम्भ से ही उनका रुझान था। अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी से उनका निकट का सम्पर्क था। 1955 में अणुव्रत के उज्जैन अधिवेशन में डॉ. शर्मा प्रमुख अतिथि थे। 1990 में उन्हें अणुव्रत पुरस्कार से अलंकृत किया गया था। डॉ. शर्मा ने अंग्रेजी में आठ और हिन्दी में 15 पुस्तकों की रचना की, जिनमें मंजूषा, हमारे पथ प्रदर्शक, शिक्षा के आधार प्रमुख हैं। 26 दिसम्बर 1999 को दिल्ली में उनका निधन हो गया।



अतीत के झरोखे से...

इस स्तम्भ में 'अणुव्रत' पत्रिका के अर्द्धशती पूर्व के अंकों से चयनित सामग्री पुनर्प्रकाशित की जा रही है ताकि अणुव्रत आंदोलन के स्वर्णिम इतिहास को हम वर्तमान से जोड़कर भविष्य की दिशा तलाश सकें। इस अंक में प्रकाशित चार पृष्ठ की यह सामग्री 'अणुव्रत' पाक्षिक के जनवरी 1972 के अंक से ली गयी है।

व्यक्ति का चरित्र और राष्ट्र रक्षा

मुनिश्री विद्यानन्द

शत्रु दो प्रकार के होते हैं। बाहरी और भीतरी। क्रोध, मान, माया, लोभ इत्यादि भीतरी शत्रु हैं और बाहर से प्रहार करने वाले बाहरी शत्रु हैं। राष्ट्र शरीर में जो छल-कपट से, मायाचार से, अनैतिकता से, विश्वासघात से रोग उत्पन्न करते हैं, वे राष्ट्र के भीतरी शत्रु हैं और इस पर बाहर से आक्रमण करने वाले, अपनी दूषित नीति को, धर्मान्धता को, लालच देकर, मिथ्या प्रवचन कर देश के ऊपर बलपूर्वक थोपने वाले बाह्य शत्रु हैं।

जैसे कोई सिर पर लाठी मारने चले तो दोनों हाथ आगे आकर शरीर की रक्षा करते हैं, उसी प्रकार अपने बलिदान से भी राष्ट्र की रक्षा करने का प्रयत्न करना चाहिए। अहिंसा, सत्य, अचौर्य, अपरिग्रह, ब्रह्मचर्य इन महाव्रतों के पालन का प्रयत्न करते हुए राष्ट्र में फैले हुए भ्रष्टाचार को समूल नाश करना हमारा स्वधर्म होना चाहिए। ऐसा चरित्र यदि प्रत्येक व्यक्ति पालने लगे तो राष्ट्र समृद्ध, उन्नत और स्वतन्त्र रहता है।

व्यक्ति जिस राष्ट्र में रहता है उसकी सर्वतोमुखी रक्षा अभिवृद्धि का उत्तरदायित्व उस पर होता है। यह कर्तव्य बोध उसे शब्दों अथवा अनुशासन से देने की आवश्यकता नहीं, यह उसका स्वचिन्तित, आत्मानुशासन से निर्धारित कर्तव्य है।

उस पर राष्ट्र में जन्म लेने, पोषण पाने और जीवन यापन की सुविधा प्राप्त करने के एवज में आया हुआ यह सहज कर्तव्य है। अतः मन, वचन, कार्य से अथवा तन-मन-धन से राष्ट्रोन्नति में प्रवृत्त रहना हमारा नैतिक कर्तव्य है।

जैसे शरीर के हाथ, पैर, कान, नाक इत्यादि अनेक अंग हैं, उसी प्रकार राष्ट्र रूपी शरीर के भी पंजाब, बंगाल, गुजरात, राजस्थान आदि अनेक अंग हैं। जैसे हम अपने सम्पूर्ण शरीर को समान प्रेम करते हैं, उसी प्रकार हमें अपने राष्ट्रदेव के शरीर के सभी अंगों को प्रेम करना चाहिए, इससे एकत्व की भावना बढ़ती है और देश बलवान होता है।

जिस राष्ट्र में चरित्रवान, बुद्धिवान और धनवान व्यक्ति होंगे, वह सर्वतोमुखी उन्नति करेगा। हमें अपने राष्ट्र की उन्नति में सहयोग देने के लिए परिश्रमी विद्वान् और नैतिकता के प्रति

जागरणशील रहना चाहिए। जो व्यक्ति अपनी योग्यता के अनुसार ईमानदारी से कर्तव्य करता है, चाहे वह खेतों में अन्न बो रहा है, या कारखाने में यन्त्र बना रहा है या सीमा पर खड़ा शत्रु को ललकार रहा है, अपने-अपने स्थान पर ये सभी छोटे-बड़े राष्ट्र की सेवा कर रहे हैं। कर्तव्यपालन कर रहे हैं।

जैसे पिता अपनी सन्तान पर विश्वास करता है और जैसे पुत्र अपने पिता के प्रति विश्वासी होने की शपथ नहीं लेकर भी अत्यन्त विश्वसनीय समझा जाता है, उसी प्रकार हमें उस देश के प्रति सदैव विश्वास करने योग्य अपने आपको प्रमाणित करना चाहिए, जिसकी धूलि में हमारा जीवन खड़ा मुस्कुरा रहा है।

सूर्य समय पर उगता है और अन्धकार मिटाकर प्रकाश देता है। चन्द्रमा भी रात्रि में आकर दिन भर के थके-हारे प्राणों को शीतल छाया देता है।

विस्तारें
अपने को
प्रीतमसिंह बागरेचा

विस्तारें अपने को, जितना आकाश
सूरज को बाँह में झुलाये
बोल कुछ न पायें तब कण्ठ से लगायें।
खिल जाये अंग-अंग फूल की मिठास
गन्धों में डूब, सब भुलायें
चुप-चुप हम आँसू की भाषा में गायें।
मिटकर हम हो जायें मेघ का विकास
पत्थर में प्राण को उगायें
अंधियारी घाटी में रोशनी बहायें।



अतीत के झरोखे से...

फूल छोटा-सा है, किन्तु अपने विकास के समय पर अपनी जगह खड़ा खिल उठता है और पास-पड़ोस को सुगन्धि देता है। इन्हें कर्तव्यों के पाठ पढ़ने नहीं होते। उसी प्रकार हमें जो योग्यता मिली है, उसका पूरा उपयोग राष्ट्र के लिए करें, किसी के कहने की अपेक्षा किये बिना ही कार्य में लगे रहना कर्तव्य पालन है। डंडे से तो पशुओं को हांका जाता है। मनुष्य को हांकने के लिए तो उसी का अपना विवेक है।

जीवन और मृत्यु का सौन्दर्य

हरिकृष्ण दास गुप्त 'हरि'

जीवन का सौन्दर्य कहां है?

जीवन का सौन्दर्य उसके जीवन-नित्यता की उपलब्धि,

न, न, उपलब्धि तो है ही वह,

उस उपलब्धि-बोध के लिए जीने में है।

और मृत्यु का सौन्दर्य?

मृत्यु का सौन्दर्य है मृत्यु के मृत्यु न मालूम पड़ने में -

मालूम न पड़ना क्या, है ही जो असलियत,

उसका साक्षात्कार करते हुए मरने में।

संकल्प-शक्ति

मुनिश्री मोहनलाल 'शार्दूल'

मानव! तुम्हारा संकल्प-बल बहुत कमजोर है। हर निर्णय बर्फ की तरह पिघल रहा है। गिरगिट की तरह प्रतिपल प्रत्येक विचार रूप बदलता रहता है। अपने चिन्तन पर सुस्थिर तो तुम एक पलक भी नहीं रह पाते। एक मिनट पहले जो निश्चय किया था, उसको तुमने कपूर की तरह उड़ा दिया। उसका कोई चिह्न भी नहीं छोड़ा। यही कारण है कि तुम किसी भी कार्य को नहीं कर पा रहे हो।

सफल होने के तुम बहुत सपने देखते हो। योजनाएं भी सुन्दर बनाते हो। तुम्हारी कल्पना सृष्टि को देखकर तुम्हीं क्या, कोई भी महत्वाकांक्षी मनुष्य सफलता के सागर में गोते लगाने लग सकता है। तुम्हारा मनोनिर्मित रंगीन महल बहुत रमणीय तथा मोहक होता है। तुम तो उस पर सर्वथा निष्ठावर होते ही हो, पर वह औरों को भी विमुग्ध बनाने में पर्याप्त होता है, किन्तु वह सब होती काल्पनिक उड़ान ही है। उसका अर्थ कुछ नहीं

निकलता। क्योंकि जितनी स्फूर्ति से तुम जो कुछ खड़ा करते हो, उससे भी अधिक त्वरता से उसको मिट्टी में मिला देते हो।

अभी दो क्षण पहले बहुत गहरे चिन्तन पूर्वक जो निश्चय किया था और उस निश्चय को निभाने की सजगता पूर्वक शपथ ली थी, बैठे-बैठे ही तुमने अंजलि के पानी की तरह उसे टपका दिया है।

जब तुम निर्णयों के बल्बों से जिन्दगी के मकान को चमकाते हो, तब मन प्रसन्नता से नाच उठता है और सफलता की देवी चरण चूमती दृष्टिगोचर होती है। पर खेद है कि तुम तत्काल उल्टा स्विच दबा देते हो और अन्धेरे की सृष्टि कर देते हो। इस प्रकार तुम अपने जीवन से अठखेलियां कर रहे हो, अपने अस्तित्व से आँख-मिचौनी करके मन बहला रहे हो।

मैंने देखा है तुम्हारा प्रत्येक संकल्प बालू के रेत के लड्डू के सदृश होता है।

जैसे रेत के लड्डू को बिखरते तनिक भी देर नहीं लगती, वैसे ही तुम्हारे संकल्प को भी विलीन होते एक क्षण भी नहीं लगता। लहर की तरह इधर उठा और उधर गिरा। बोलो, इतनी अस्थिरता से कोई काम हो सकता है ?

तुमने अपने निर्णयों की स्थिति लुहार की धौंकनी के समान बना रखी है। वह जैसे इधर भरी और उधर खाली, वैसे ही तुम्हारा संकल्प भी इधर बना और उधर टूटा। मन की यह चंचलता तुम्हें एक भी कार्य नहीं करने देगी। तुम्हारा अच्छे से अच्छा निर्णय जल पर उठे बुलबुलों के समान होता चला जा रहा है।

मैं सोचता हूँ बुलबुले नहीं उठने चाहिए। रेत में लकीर खींचने से समय-व्यय के अतिरिक्त कोई लाभ नहीं होगा। रेखा अगर खींचनी है तो पत्थर पर खींचो, जो इतिहास कायम करे। कच्चे और निर्बल निर्णय कभी किसी गांठ को नहीं खोल पाते हैं। गांठ खोलने के लिए पक्के और पैने



अतीत के झरोखे से...

निर्णय चाहिए।

आज तक तुमने अनगिन संकल्प किये हैं, पर वे तिनके की तरह टूटते रहे, कली की डली की तरह बिखरते रहे। अगर वे सब पक्के होते तो अनुपम कार्य करते, जीवन का भव्य भवन खड़ा हो जाता। तुम किसी निर्णय को छोटा मत समझो, छोटा मानकर उसकी अवज्ञा मत करो। छोटी-छोटी बून्दों से विशाल समुद्र बना है। लघु का मूल्यांकन करो,

उसकी गरिमा को पहचानो। सूक्ष्म का खंडन करने से विराट मिट जायेगा, कण न मानने से मण समाप्त हो जायेगा।

तुम्हारा हर लघु निर्णय जीवन की घड़ी का पुर्जा है। इन पुर्जों को फेंक दिया तो घड़ी खोखला ढांचा मात्र रह जायेगी। उसमें प्राण नहीं रहेगा। समय सूचना की शक्ति से विहीन घड़ी का कोई मोल नहीं है।

उठो, सम्भलो, अब भी उचित और सुदृढ़ संकल्प करो। ऐसा संकल्प

जो तूफानों को थमा दे, पर्वतों को हिला दे, सागरों को मथ दे और जीवन को उन्नयन का प्रशस्त पथ दे।

ऐसा संकल्प जो हवा से बातें करे, प्रेम की बरसात करे और जिससे चेतना चमके तथा संस्कृति दमके। ऐसा संकल्प हो, जो वज्र-सा पक्का हो, गंगाजल-सा पवित्र हो, मेरु-सा उन्नत और अडिग हो, श्रमण के ध्यान-सा निर्लिप्त हो और देवपादप की ज्यों सब से अभिषिक्त हो।

दहेज : एक विषैला सर्प

कु. पुखराज मौनत 'प्रभा'

आज का समाज कई-कई रूढ़ियों व बुराइयों से घिरा हुआ है। ये रूढ़ियां व्यक्ति को आगे बढ़ने से रोकती हैं। अगर कोई व्यक्ति आगे बढ़ने का प्रयत्न करता है तो ये रूढ़ियां उसे इस कदर जकड़ लेती हैं कि वह जिस लक्ष्य पर पहुँचना चाहता है, वहाँ पहुँच ही नहीं सकता। इन रूढ़ियों में दहेज भी एक है।

इस गौरवशाली भारतवर्ष में दहेज के कारण विवाह संस्कार एक पवित्र बन्धन न होकर लेन-देन वाला पैसों का बैंक बन गया है। विवाह के प्रसंग में सदा से लड़कों का पक्ष सबल तथा लड़कियों का दुर्बल माना जाता रहा है और इसीलिए विवाह विवाह न रहकर कन्या पक्ष के शोषण का प्रबलतम साधन बन गया है। जाति एवं वर्ण व्यवस्था की मर्यादाओं में बँधे रहने के कारण अभिभावक अपनी कन्या के

लिए उपयुक्त वर नहीं ढूँढ पाते हैं तथा अपनी प्रतिष्ठा के लिए वे अपनी कन्या का हाथ अयोग्य वर के हाथ में दे देते हैं। तब उनकी आत्मा चीत्कार कर उठती है, पर वे चिल्ला-चिल्ला कर इस अन्याय के विरुद्ध आवाज नहीं उठा सकते, क्योंकि उनके इर्द-गिर्द घिनौनी परिस्थितियों का जाल बिछा रहता है, जिससे वे मुक्ति नहीं पा सकते हैं।

कुछ ही परिवार ऐसे होंगे जो दहेज की महामारी से ग्रसित नहीं होंगे। एक कन्या के हाथ पीले करने हैं और अगर व्यक्ति गरीब है तो उसे अनेक अनैतिक कार्यों का सहारा लेना पड़ता है। उसकी नाक में तो दम आ ही जाता है, किन्तु कई व्यक्तियों की आँखों में पानी भी आ जाता है। पुत्र के ससुराल से प्राप्त धनराशि से क्या किसी का जीवन चला है ? अथवा कोई

माता-पिता उसके हिस्सेदार बने हैं? फिर समझ में नहीं आता कि पुत्र के बड़े होने पर माता-पिता के मुँह में पानी क्यों भर आता है ? वे दहेज में धन लेने के लिए इतने लालायित क्यों होते हैं ? दहेज प्राप्ति की भौतिक एषणा ही पुत्र-पुत्री में वैषम्य पैदा करती है। वर्तमान समय में लोगों ने दहेज का अर्थ लड़कियों की खरीद-फरोख्त से या लड़कों के मूल्य से लगा लिया है।

दहेज जो हजारों हजारों युवा लड़कियों की मांग में सिन्दूर भर जाने में बाधक है और जो कई लड़कियों को हमेशा के लिए अकाल काल की गोद में सुला देता है। यदि देश व समाज की युवा पीढ़ी आगे बढ़कर दहेज न लेने व ठहराव न करने का साहसिक- किन्तु न्यायिक निर्णय ले ले तो देश के नारी समाज को विवशता, हीनता एवं दीनता के कलंक से मुक्त कर सकेंगे।



अतीत के झरोखे से...

आंदोलन समाचार

राष्ट्रीय संकट की घड़ी में अणुव्रतियों का योग

भारत-पाक युद्ध के समय अ. भा. अणुव्रत समिति, अणुव्रत मिशन, अणुव्रत महिला परिषद् आदि विभिन्न संस्थाओं ने राष्ट्र को उल्लेखनीय योग दिया है। युद्ध न केवल सीमा पर जवानों द्वारा लड़ा जाता है बल्कि उस संकट के समय देश के आम नागरिकों का नैतिक स्तर ऊँचा बनाये रखना भी बहुत महत्वपूर्ण तथा आवश्यक होता है।

अखिल भारतीय अणुव्रत समिति ने इस अवसर पर विशेष रूप से परिपत्र प्रकाशित कर समग्र भारत में प्रेषित किये तथा विद्यार्थियों, महिलाओं, व्यापारियों आदि सभी वर्गों को अपने कर्तव्य पालन के लिए आह्वान किया। राजधानी के मुख्य-मुख्य बाजारों तथा मार्गों पर सैकड़ों बड़े-बड़े पोस्टर चिपकवाकर भी लोगों से अपना नैतिक और चारित्रिक स्तर कायम रखने का निवेदन किया गया। व्यापारी वर्ग से इस संकट काल में अतिरिक्त मुनाफाखोरी न करने की प्रार्थना की गयी।

अणुव्रत के मुद्रक और दिल्ली अणुव्रत समाज के मुख्य कार्यकर्ता श्री राजेन्द्र कुमार जैन तथा उनके परिवार ने राष्ट्र रक्षा कोष में प्रधानमंत्री श्रीमती इन्दिरा गांधी को ग्यारह हजार रुपये भेंट किये। अणुव्रत में निष्ठा रखने वाले विभिन्न कार्यकर्ता अपने-अपने क्षेत्र में अपने-अपने ढंग से कार्य करते रहे।

भारत ने महान अहिंसावादी परंपरा को पुनर्जीवन दिया है : तुलसी

भारत-पाक युद्ध विराम के अनन्तर युग प्रधान अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री तुलसी ने राष्ट्र के नाम अपने संदेश में कहा-भारतीय नेता और सेना ने भारत के महान आदर्शों को एक बार फिर विश्व के सामने उजागर किया है। वे आदर्श हैं अहिंसा और अनासक्ति। 'नर संहार न हो, व्यर्थ का रक्तपात न हो'-थल सेनाध्यक्ष मानिक शाँ, की इस घोषणा ने युद्ध में अहिंसा के भारतीय आदर्श को नया प्राण दिया है। 7 दिसम्बर को आचार्य श्री का नोखा में दीक्षा दिवस मनाया गया। इस अवसर पर मुनिश्री नथमलजी के विशेष प्रवचन के अतिरिक्त तेरापंथी महासभा के प्रधानमंत्री श्री खेमचन्द सेठिया, साध्वीश्री कनकप्रभा तथा साध्वियों, तेरापंथी किशोर मंडल के सदस्यों व कन्यामंडल की सदस्याओं ने भी आपका अभिनंदन किया।

18 दिसम्बर को आचार्य श्री के सान्निध्य में गंगाशहर में नगर पार्षदों का सम्मेलन हुआ। इस अवसर पर आचार्य श्री ने कहा, पार्षदों को गलत नीतियों से बचना चाहिए, निःस्वार्थ सेवाभावना को अधिक से अधिक प्रोत्साहन देना चाहिए, अपने मुहल्ले को, अपने नगर को अपने घर के समान समझना चाहिए। कार्यक्रम में गंगाशहर नगरपालिका के अध्यक्ष श्री शुभकरण चोरडिया, श्री उम्मेद सिंह, श्री भंवर लाल कोठारी, मधुमति के सम्पादक तथा नगरपार्षद एवं बीकानेर के नगरपिता श्री श्रीगोपाल जोशी ने भी विचार प्रस्तुत किये। 19 दिसम्बर को आचार्य श्री के सान्निध्य में जैन सम्मेलन सम्पन्न हुआ। इसमें विभिन्न समाजों के प्रतिनिधियों तथा विद्वानों ने प्रेरणादायी विचार व्यक्त किये। 22 दिसम्बर को एक कवि सम्मेलन भी हुआ, जिसमें स्थानीय कवियों के साथ मुनि कवियों ने भी कविता पाठ किया। 25 दिसम्बर को 'नई पीढ़ी : 'नया चिन्तन' विषय पर विचार गोष्ठी हुई।

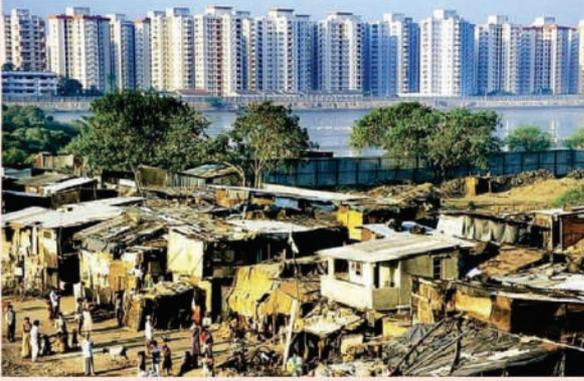
मद्रास में दक्षिण भारतीय अणुव्रत सम्मेलन

सन् 1971 की परिसमाप्ति और सन् 1972 के नव वर्ष प्रवेश पर भारतीय मूल्यों के अनुरूप नैतिक शक्ति के संगठन और विकास के लिए तमिलनाडु अणुव्रत समिति द्वारा दक्षिण भारतीय अणुव्रत सम्मेलन का आयोजन कर एक क्रान्तिकारी दिशा की ओर राष्ट्रीय अभियान प्रारम्भ किया गया।

यह सम्मेलन 1-2 जनवरी को तमिलनाडु की राजधानी मद्रास में हुआ। सुप्रसिद्ध विचारक एवं राज्यपाल श्री के. के. शाह ने सम्मेलन का उद्घाटन किया। अ. भा. अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री जय सुख लाल भाई हाथी ने अध्यक्षता कर अपने बहुश्रुत व्यक्तित्व और प्रेरणाओं से सम्मेलन को उत्प्रेरित किया। सम्मेलन में कर्ल, मैसूर, आंध्र, पांडिचेरी एवं तमिलनाडु के लगभग 200 प्रतिनिधि एवं अणुव्रती कार्यकर्ता उपस्थित थे। सम्मेलन में अणुव्रत क्रान्ति को सुयोजित रूप से विस्तृत करने एवं नैतिक शक्ति के विकास के लिए अनेक महत्वपूर्ण विचार प्रस्तुत हुए और उसके संदर्भ में कुछ क्रान्तिकारी निर्णय भी लिये गये।



आर्थिक असमानता का कब मिटेगा दंश



हमारे देश के वीरों ने अपने प्राणों की आहुति देकर मां भारती को परतंत्रता की बेड़ियों से मुक्त कराया। उनका सपना था कि आजादी के बाद हमारे देश में समृद्धि का जो सूरज उगेगा, उसकी किरणें झोपड़ी से लेकर पक्के मकानों तक को समान रूप से रोशन करेंगी। सत्ता की बागडोर सम्भालने के बाद नीति नियंताओं ने इस दिशा में प्रयास भी किये, मगर अफसोस, आज जब हमारा देश स्वतंत्रता का अमृत महोत्सव मना रहा है, हालात कतई संतोषजनक नहीं हैं। हमारे देश में अमीरी तो बढ़ी है, लेकिन वह मुट्ठीभर लोगों तक ही पहुँची है। आज भी

भारत में गरीबों की संख्या दुनिया के किसी भी देश से ज्यादा है। हमारे देश के कई जिले ऐसे हैं, जिनमें आधे से ज्यादा लोगों को पेट भर रोटी भी नहीं मिलती। वे दवा के अभाव में ही दम तोड़ देते हैं।

ताजा विश्व असमानता रिपोर्ट में कहा गया है, "भारत एक समृद्ध अभिजात्य वर्ग के साथ एक गरीब और बहुत ही असमान देश के रूप में खड़ा है"। भारत में राष्ट्रीय आय का 57 फीसदी हिस्सा मात्र 10 फीसदी अमीरों की पॉकेट में चला जाता है। वहीं, गरीबी में जीने वाली देश की 50 फीसदी आबादी के हिस्से में मात्र 13 फीसदी आय आती है। चिंता की बात यह है कि गरीब और अमीर के बीच का यह अंतर हाल के वर्षों में बढ़ा है। भारत को सबसे अधिक युवकों का देश माना जाता है, मगर देश के 50 फीसदी युवाओं की मासिक आय पाँच हजार रुपये से भी कम है। बेहतर स्वास्थ्य सेवाएं हों या शिक्षा के अवसर, अब भी वे अमीरों के पक्ष में हैं।

आखिर क्यों हैं ऐसे हालात? कहां रह गयी कमी? कौन हैं इसके जिम्मेदार? कैसे कम किया जा सकता है अमीरी और गरीबी की बढ़ती खाई को? सम्पूर्ण मानवता को प्रभावित करने वाले इस विषय पर अपने रचनात्मक विचारों को अभिव्यक्ति दें और अधिकतम **200 शब्दों** में लिख भेजें हमें **15 जनवरी** तक **9116634512** पर व्हाट्सएप के माध्यम से। चयनित विचार फरवरी अंक में प्रकाशित किये जायेंगे।

—सं.

नशे को ना : कैसे बनेगी बात?

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

साहित्य से ही आयेगी जनजागृति

नशीले पदार्थों में एक प्रकार का सम्मोहन होता है। धनवान और धनहीन दोनों इसकी ओर खिंचे चले जाते हैं। किसी नियम-कानून की लाठी से उन्हें नहीं हांका जा सकता। जब तक जनजागृति नहीं आयेगी, तब तक नशा उन्मूलन नहीं हो सकता। साहित्य ही वह कारगर उपाय है जो विवेकहीन को विवेकशील बनाकर जनजागृति ला सकता है। साहित्य की विधाएं चिंतन को दिशा देती हैं। समस्या दिखाकर समाधान दिखाती हैं। नुक्कड़ नाटक, कहानी, लेख, काव्यधारा जड़मति को भी सुजान कर सकती हैं। राजा हरिश्चंद्र का नाटक देख कर महात्मा गांधी का हृदय परिवर्तन हुआ और वे झूठ बोलना छोड़कर जीवन पर्यंत सत्य की राह पर चलते रहे।

—डॉ. सुधा गुप्ता अमृता, कटनी

बहस-विवाद से नहीं, संवाद से बनेगी बात

यदि हम चाहते हैं कि हमारे बच्चे नशे की ओर आकर्षित न हों तो उनकी बातें ध्यान से सुननी होंगी। उनसे बहस या विवाद करने के बजाय उनके साथ संवाद कायम करना होगा। समझना होगा कि उन्हें किस तरह की परेशानी का सामना करना पड़ रहा है। और जो नशे की गिरफ्त में आ चुके हैं, उन्हें सच्ची सहानुभूति और आत्मीय प्यार के साथ नशामुक्ति केन्द्र की राह दिखानी होगी। अभिभावकों के साथ ही धर्मगुरुओं, शिक्षकों, पुलिसकर्मियों और समाज सुधारकों को आगे आना होगा। लोगों में जागरुकता फैलानी होगी। उन्हें इस बात का बोध कराना होगा कि नशा से किसी का भी भला नहीं होता है।

—संगीता बैद, गुवाहाटी

नशीले पदार्थों के निर्माण पर लगे रोक

जनहित में हमारी सरकार को सामाजिक नेतृत्व की भूमिका निभाते हुए नशीले पदार्थ बनाने पर पूर्ण रूप से रोक लगा देनी चाहिए ताकि 'न रहे बांस न बजे बांसुरी' वाली कहावत चरितार्थ हो जाये। ऐसा करने से सरकार को टैक्स व राजस्व से मिलने वाले धन की हानि भले ही होगी, मगर नशीले पदार्थों की रोक के प्रचार-प्रसार पर खर्च होने वाले धन की बचत भी होगी। साथ ही सभी धर्मों का मानवीय संदेश 'भलाई का बदला भलाई' सही साबित हो जायेगा, अन्यथा 'बुरे काम का बुरा नतीजा' वाली कहावत प्रलय आने तक बरकरार रहेगी। इसे कोई नहीं मिटा सकेगा।

—चांद मोहम्मद घोसी, मेड़ता सिटी

घर से करनी होगी शुरुआत

नशा आज के युग की सबसे बड़ी चुनौती के रूप में हमारे सामने खड़ा है। आधुनिकता के चक्कर में हमारी युवा पीढ़ी तरह-तरह के नशे की शिकार होती जा रही है। ऐसे में इस समस्या से मुँह मोड़ना भविष्य से मुँह मोड़ने जैसा ही होगा। शुरुआत हमेशा घर से होती है, इसलिए यदि हमारे घर में कोई भी सदस्य किसी भी तरह के नशे का सेवन कर रहा है तो सबसे पहले उसे ही रोकने का प्रयास करना होगा। यदि हमारी कॉलोनी में किसी भी प्रकार के नशे की बिक्री होती है, उसे बंद कराने का प्रयास करना होगा। इसके लिए एकजुट होकर संघर्ष करना होगा।

—नीलम राकेश, लखनऊ

साम-दाम-दंड-भेद या फिर हृदय परिवर्तन

न जाने कितने परिवार नशे की वजह से तबाह हो गये। आज अधिकतर परिवार ऐसे मिल जायेंगे जहां किसी न किसी तरह के नशे का सेवन होता है। परिवार से समाज, समाज से राष्ट्र बनता है तो प्रश्न उठता है कि पूरे परिवार के परिवार नशे ने लील लिये हैं तो समाज और राष्ट्र का क्या हश्र होगा? ऐसे में सरकार के सामने बस दो ही विकल्प हैं, या तो वह साम-दाम-दंड-भेद अपनाकर नशा बंद करवाये या फिर हृदय परिवर्तन के सिद्धांत को विभिन्न तरीकों से समाज के सामने प्रस्तुत करे ताकि लोग स्वयं ही नशे के बारे में जानकर उससे दूर होने का प्रयास करें।

—नीलम बोथरा, फारबिसगंज

अभिभावकों को भी देना होगा ध्यान

आज किशोरावस्था पार करते-करते ही लोग नशे की चपेट में आ रहे हैं, क्योंकि उनकी आकांक्षाएं बहुत बड़ी हो गयी हैं। अभिभावकों को इस पर ध्यान देना होगा। बच्चों के साथ समय बिताना होगा। उनकी समस्याओं का समाधान करना होगा। जब उन्हें पारिवारिक सपोर्ट मिलेगा तो वे इन बुराइयों से बहुत हद तक दूर रह सकते

हैं। बिहार और गुजरात की शराबबंदी सिर्फ कागजों पर ही धरी रह गयी। वहां अवैध रूप से शराब बेची जा रही है। जहरीली शराब से कितने ही लोगों की जानें चली गयीं, मगर दोषियों को सजा नहीं मिल पा रही है। ऐसे में सरकार को कुछ ठोस कदम उठाने होंगे। नशीले पदार्थों की उपलब्धि भी कम करानी होगी। ऐसा कानून लागू करना होगा कि शराब पीना तो दूर, इस बारे में सोचने से भी लोग कतराने लगें।

— नैना प्रशांत कोठारी, चेंबूर, मुंबई

नशाखोरी के खिलाफ छेड़ें आंदोलन

नशा भारत के लिए नासूर बनता जा रहा है। आये दिन नशे के कारण होने वाली दुर्घटनाओं की खबरें सुनने-पढ़ने को मिलती हैं। नशे की लत बड़ों में तो थी ही, आज बड़े पैमाने पर बच्चे भी नशे की जकड़ में हैं। हाल के वर्षों में ड्रग्स, शराब, बीड़ी, सिगरेट आदि के रूप में नशे ने भारत में विकराल रूप धारण कर लिया है। जहां शराब के कारण सैकड़ों मौतें हुई हैं, वहीं हजारों हँसते-खेलते परिवारों की शांति भंग हो गयी है। ऐसे हालात में हमें समाज को जागरूक करना होगा। नशे को जड़ से उखाड़ फेंकना होगा। इसके लिए युवा आगे आये और नशाखोरी के खिलाफ आंदोलन छेड़ें। यदि भारत से नशा जायेगा तो समाज और परिवारों में रौनक वापस आयेगी।

—डॉ. उमेशचन्द्र सिरसवारी चंदौसी

त्वरित सुनवाई कर सुनायी जाये कड़ी सजा

नशीले पदार्थों का सेवन किसी भी रूप में व्यक्ति, समाज और राष्ट्र के हित में नहीं है। इसके खिलाफ व्यापक स्तर पर जागरूकता अभियान चलाया जाना चाहिए। नशीले पदार्थों के सेवन के खिलाफ कठोर कानून बनाये जायें तथा पुलिस व प्रशासन पूरी तत्परता एवं ईमानदारी से इन्हें लागू करवाये। न्यायालयों को भी चाहिए कि नशीले पदार्थों की तस्करी व नशे के कारण हुए अपराधों के मामलों में त्वरित सुनवाई करते हुए अपराधियों को कड़ी से कड़ी सजा दें।

—अवधेश कुमार दूबे, रक्सौल

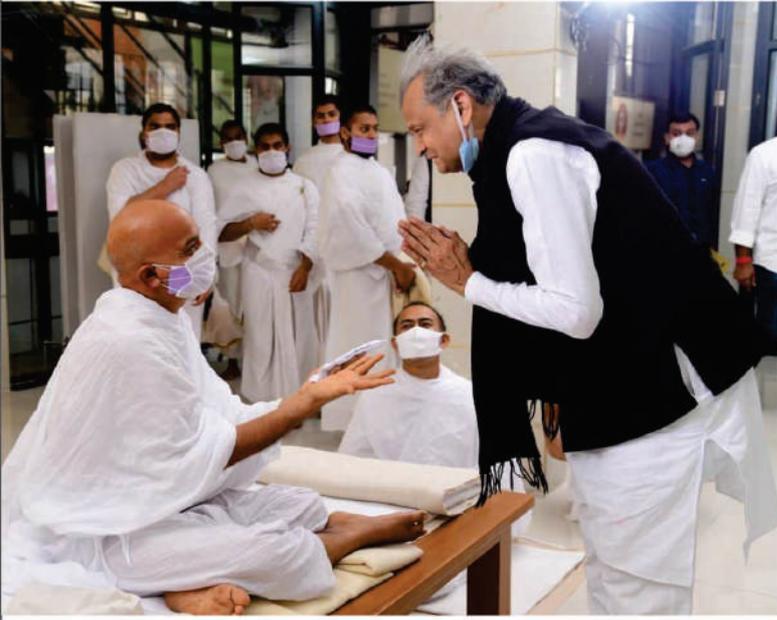
युवाओं को आगे आना होगा

आज हर किसी पर किसी न किसी चीज का नशा चढ़ता जा रहा है। किसी को पैसे का नशा, तो किसी को पावर का नशा, तो किसी को नशीले पदार्थों का। आज भारत का अधिकतर युवा नशे (शराब, ड्रग्स आदि) की जकड़ में है। इस सबके लिए जिम्मेदार सरकार नहीं बल्कि हम सब खुद हैं। सबसे ज्यादा दोष तो उन माता-पिता का है जो अपने बच्चों पर ध्यान ही नहीं देते। उन्हें पता ही नहीं है कि उनका बच्चा क्या कर रहा है। समाज में व्याप्त इस घातक बुराई के खात्मे के लिए युवाओं को आगे आना होगा।

—अनुज पाल 'सार्थक', सम्भल



मुख्यमंत्री अशोक गहलोत ने किये आचार्य श्री के दर्शन



भीलवाड़ा। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने 15 नवम्बर को कहा कि सत्संगति का अत्यधिक महत्व है। चातुर्मास भी सत्संगति का एक सुंदर अवसर होता है। जहाँ चारित्रात्माएँ या ज्ञानी-ध्यानी लोग प्रवास करते हैं, उनके संपर्क में आने वालों को अनेक आध्यात्मिक, धार्मिक, जीवनोपयोगी जानकारियाँ प्राप्त हो सकती हैं। समझाने और समझने की कला का योग हो तो सफलता प्राप्त हो सकती है।

राजस्थान के मुख्यमंत्री श्री अशोक गहलोत, विधानसभा अध्यक्ष श्री सी. पी. जोशी तथा अन्य कई गणमान्य नेताओं ने आचार्य श्री के दर्शन कर मंगल आशीर्वाद प्राप्त किया। आचार्य श्री ने मुख्यमंत्री को अहिंसा यात्रा के समापन कार्यक्रम, चातुर्मास पश्चात् जयपुर आगमन की जानकारी के साथ अहिंसा यात्रा के संकल्पों के बारे में बताया। आचार्य श्री से मंगल प्रेरणा व शुभाशीष प्राप्त कर स्वयं को धन्य महसूस करते हुए मुख्यमंत्री अपने काफिले के साथ रवाना हो गये।

राजस्थान की पूर्व मुख्यमंत्री वसुंधरा राजे सिंधिया ने आचार्य श्री के दर्शन किये जीवन में त्याग-संयम रखें : अणुव्रत अनुशास्ता

बरुंदनी (भीलवाड़ा)। अणुव्रत अनुशास्ता तथा अहिंसा यात्रा के प्रणेता आचार्य श्री महाश्रमण 23 नवम्बर को प्रातः लगभग 10 किमी का विहार कर श्रीमुनि कुल ब्रह्मचर्याश्रम वेद संस्थानम् पधारे। यहां प्रेरणा पाथेय प्रदान करते हुए उन्होंने कहा कि आदमी सुखी जीवन जीना चाहता है। सुविधा को भोगना एक बात है, भीतर से सुखी होना एक बात है। अणुव्रत दर्शन के मूल सिद्धांत 'संयमः खलु जीवनम्' की व्याख्या करते हुए आचार्य श्री ने कहा कि जीवन में जितना त्याग-संयम हो, रखें। सादगी रखें। भौतिक साधनों का भी आवश्यकतानुसार उपयोग करना पड़ सकता है, पर आदमी का रुझान संयम की चेतना में रहे। विद्यार्थी में भी संयम हो तभी ज्ञान प्राप्त हो सकता है। विद्या के साथ घमंड नहीं आना चाहिए। ज्ञान तो अहंकार को हरने वाला हो। विद्या विनय से शोभित होती है। साथ में विवेक भी हो। विद्या, विनय और विवेक की त्रिवेणी में स्नान करने से जीवन अच्छा बन सकता है।

25 नवम्बर को बेगूं में आचार्य श्री महाश्रमण ने प्रेरणा पाथेय प्रदान करते हुए कहा कि हमारे जीवन में ज्ञान का बहुत महत्व है। ज्ञान होता है, तो आदमी का आचार भी सम्यक् हो सकता है। आदमी को इस बात का ज्ञान हो कि मेरी आत्मा का कल्याण कैसे होगा, मुझे कौन-से रास्ते पर चलना चाहिए तो आदमी वैसा आचरण कर सकता है। ज्ञान सम्यक् हो तो सही आचरण की संभावना बन सकती है। हमारी दुनिया में कितने ग्रंथों में कितना ज्ञान भरा पड़ा है, पर सार भी समझ में आ जाये तो कल्याण हो सकता है।



वेद-पुराण-कुरान के सारे अक्षर धोय।

प्रेम-प्रेम लिख डालिए, कुछ नुकसान न होय।।

आचार्य श्री ने कहा कि सार की बात है, प्रेम की भावना, अहिंसा-मैत्री। ज्ञान अनंत है। समय कम है। जीवन काल में बीच में बाधाएँ भी आ जाती हैं। सारभूत को पढ़ लो, जैसे हंस पानी को छोड़ देता है और दूध को ग्रहण कर लेता है। अहिंसा-मैत्री हमारे जीवन में आये। सभी प्राणियों के प्रति मैत्री भाव रहे।

राजस्थान की पूर्व मुख्यमंत्री वसुंधरा राजे सिंधिया ने आचार्य श्री के दर्शन किये। उन्होंने कहा कि आज मेरे लिए खुशी का अवसर है कि मुझे आचार्य श्री के दर्शन हुए। दस वर्ष पहले आपका मेवाड़ में पदार्पण हुआ तब आपका स्वागत किया था। आचार्य प्रवर के तीन संदेशों को हमने भी अपनाने की कोशिश की है। राजस्थान को आगे बढ़ाने के लिए ये संदेश बहुत महत्वपूर्ण हैं।

देश भर से प्राप्त जीवन विज्ञान समाचार

आचार्य श्री महाप्रज्ञ का 44वां अलंकरण दिवस 17 नवम्बर को जीवन विज्ञान दिवस के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग के तत्वावधान में देशभर की अणुव्रत समितियों ने कार्यक्रम आयोजित किये। जीवन विज्ञान विभाग के सहायक निदेशक श्री हनुमानमल शर्मा की रिपोर्ट:



लाडनूँ

जीवन विज्ञान सिखाता है जीने की कला

जैन विश्व भारती के भिक्षु विहार में मुनिश्री अमृतकुमार जी ने विमल विद्या विहार के विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा कि जीवन विज्ञान जीने की कला सिखाने वाला ज्ञान है। यह शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक एवं भावात्मक विकास में संतुलन स्थापित करते हुए विद्यार्थी के सर्वांगीण विकास का मार्ग प्रशस्त करता है। इससे पहले स्थानीय संस्कार उ. मा. विद्यालय में जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला हुई। इन कार्यक्रमों में जीवन विज्ञान योग विभाग, जैन विश्व भारती संस्थान के विभागाध्यक्ष डॉ. प्रद्युम्न सिंह शेखावत ने कहा कि जीवन विज्ञान शिक्षा पद्धति में निर्दिष्ट योग एवं ध्यान के प्रयोगों से जीवन को बदला जा सकता है।

जीवन विज्ञान विभाग के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने 'प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान' के प्रयोगों का अभ्यास करवाया। कार्यक्रम में समिति के अध्यक्ष श्री शान्तिलाल बैद, उपाध्यक्ष श्री अब्दुल हमीद मोयल, जीवन विज्ञान प्रभारी अंजना शर्मा, जै.वि.भा. के मुख्य कार्यकारी अधिकारी श्री कमलसिंह धाड़ेवा उपस्थित रहे।



सादुलपुर

सादुलपुर-राजगढ़

कविता वाचन प्रतियोगिता आयोजित

अणुव्रत समिति द्वारा कॉस्मिक चिल्ड्रन एकेडमी के

निदेशक श्री रमेशचन्द्र कालीरावणा की अध्यक्षता में समारोह का आयोजन हुआ। समिति अध्यक्ष एवं जीवन विज्ञान संयोजक श्री कमल बोथरा ने विद्यालय निदेशक को 'प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान' की लघु पुस्तिकाएं भेंट कीं तथा इसमें निर्दिष्ट विभिन्न प्रयोगों का अभ्यास करवाया। इस अवसर पर आयोजित कविता वाचन प्रतियोगिता की विजेता सुश्री कविता को पुरस्कृत किया गया। विद्यालय निदेशक ने विद्यालय में जीवन विज्ञान की गतिविधियों के संचालन का आश्वासन दिया।



जोधपुर

जोधपुर

जीवन विज्ञान के प्रयोगों का अभ्यास

अणुव्रत समिति की ओर से सरदारपुरा के तातेड़ गेस्ट हाउस में आयोजित समारोह में मुनिश्री तत्त्वरुचि 'तरुण' ने जीवन विज्ञान के विभिन्न प्रयोगों का अभ्यास कराते हुए इनके महत्व पर प्रकाश डाला। वहीं, अल्पभाषा राजमहल विद्यालय, चौपासनी हाउसिंग बोर्ड में समिति अध्यक्ष डॉ. सुधा भंसाली एवं मंत्री डॉ. स्वाति भंसाली ने विद्यार्थियों को इम्युनिटी, एनर्जी एवं मेमोरी पावर बढ़ाने के उपाय बताये। प्रधानाचार्य श्री ललित कुमार ने समिति के प्रति आभार प्रकट किया।

नवीन उच्च माध्यमिक विद्यालय में आयोजित जिला शिक्षा सम्मेलन में अणुव्रत समिति की अध्यक्ष डॉ. सुधा भंसाली ने स्कूल प्रधानाचार्यों से बच्चों की प्रार्थना सभा में अणुव्रत गीत को सम्मिलित करने की अपील की। इस अवसर पर मुख्य जिला शिक्षा अधिकारी श्री भल्लूराम खीचड को नशा मुक्ति, पर्यावरण बचाओ, बिजली बचाओ, पानी बचाओ आदि के पोस्टर भेंट किये गये। कार्यक्रम में उपस्थित सभी लोगों से अणुव्रत आचार संहिता के संकल्प पत्र भरवाये गये तथा जीवन विज्ञान की पुस्तकें भेंट की गयीं। जीवन विज्ञान के प्रशिक्षक हनुमानमल



शर्मा ने कैसे स्वस्थ रहकर जीवन जीये के प्रयोग भी करवाये। सम्मेलन में अणुविभा के प्रकल्प संयोजक श्री मर्यादा कुमार कोठारी, समिति मंत्री शर्मिला भंसाली, प्रो. अयूब खान, गणपतसिंह चौहान, डॉ. राजूराम चौधरी, मोहम्मद रफीक खान, झूमरलाल पालीवाल, शीला आसोपा, भवानीसिंह खींची, किशोर कुमार, निजामुद्दीन, नजाहिर सुल्तान जयी सहित बड़ी संख्या में लोग मौजूद थे।



बेंगलुरु

सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास का उपक्रम

महारानी कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में जीवन विज्ञान संयोजक श्री ललित आच्छा ने जीवन विज्ञान को सर्वांगीण व्यक्तित्व विकास का उपक्रम बताया। समिति अध्यक्ष श्री शान्तिलाल पोरवाल ने सभी का स्वागत किया। पूर्व अध्यक्ष श्री रामलाल गन्ना, कॉलेज प्राचार्य डॉ. प्रकाश, निदेशक डॉ. रामचन्द्र एवं व्याख्याता रूपा जी ने भी विचार व्यक्त किये। कार्यक्रम में कॉलेज की 150 छात्राओं की उपस्थिति रही।

राजराजेश्वरी नगर के तेरापंथ भवन में आयोजित कार्यक्रम में शासनश्री साध्वीश्री कंचनप्रभाजी ने अणुव्रत, प्रेक्षाध्यान एवं जीवन विज्ञान को राष्ट्रसंत आचार्य तुलसी एवं युगप्रधान आचार्य महाप्रज्ञ का महान अवदान बताया। शासनश्री साध्वीश्री मंजुरेखाजी ने कहा कि आचार्य महाप्रज्ञ एक आत्म विजेता थे जिन्होंने ध्यान जगत् में सार्थक दिशाएं ढूंढीं। साध्वीश्री उदितप्रभाजी, साध्वीश्री निर्भयप्रभा जी, साध्वीश्री चेलनाश्रीजी, सभा अध्यक्ष श्री मनोज डागा, तेयुप अध्यक्ष श्री सुशील भंसाली, पूर्व अध्यक्ष श्रीमती कंचन छाजेड़ एवं श्री छत्रसिंह सेठिया ने भी विचार व्यक्त किये।

बालोतरा

नाटिका का मंचन

स्थानीय तेरापंथ भवन में आयोजित कार्यक्रम में साध्वीश्री मंजुशशाजी ने कहा कि आचार्य श्री महाप्रज्ञ 'प्रज्ञा' के धनी थे। उन्होंने मानव जाति के कल्याण हेतु प्रेक्षाध्यान, जीवन विज्ञान, अहिंसा प्रशिक्षण आदि अनेक आयाम प्रस्तुत किये। जीवन विज्ञान जीने की कला है। व्यक्ति इसको जीवन से जोड़े तो कभी दुःखी नहीं हो सकता। साध्वीश्री चिन्मयप्रज्ञाजी एवं साध्वीश्री



चारुप्रज्ञाजी ने भी विचार व्यक्त किये। मुमुक्षु दीप्ति बाई तथा श्री पुष्पराज कोठारी ने जीवन विज्ञान के प्रयोगों का अभ्यास करवाया। समिति अध्यक्ष श्री जवेरीलाल सालेचा ने आभार ज्ञापित किया। स्थानीय कन्या मण्डल द्वारा प्रस्तुत नाटिका ने सभी का मन मोह लिया।



सिरसा

विचारों के साथ संस्कारों का निर्माण

अणुव्रत समिति द्वारा आयोजित समारोह में साध्वीश्री मंजुप्रभाजी ने कहा कि जीवन विज्ञान से विचारों के साथ संस्कारों का निर्माण होता है। संस्कार संपन्नता जीवन विज्ञान का प्राणतत्व है। साध्वीश्री गुरुयशाजी ने इसे शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक, भावनात्मक एवं सामाजिक विकास का सोपान बताया। साध्वीश्री जयन्तप्रभाजी ने कहा कि जीवन विज्ञान से आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व का निर्माण होता है। जैन कन्या स्कूल की पूर्व अध्यापिका श्रीमती सुमन धींगड़ा, वरिष्ठ श्रावक श्री बलवन्तराय जैन, सिरियारी संस्थान के न्यासी एवं अणुव्रत हरियाणा प्रभारी श्री मकखनलाल गोयल ने भी विचार व्यक्त किये। सेठ सागरमल सुराना जैन कन्या वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में आयोजित जीवन विज्ञान प्रश्नमंच प्रतियोगिता में 60 छात्राओं ने भाग लिया।

कार्यक्रम में श्रद्धानिष्ठ श्रावक श्री हनुमानमल गुजरानी, सभा अध्यक्ष श्री देवेन्द्र डागा, महिला मण्डल अध्यक्ष सुमन गुजरानी, तेयुप अध्यक्ष श्री कमल सुराना आदि उपस्थित थे। मंच संचालन अणुव्रत समिति के निवर्तमान अध्यक्ष श्री चम्पालाल जैन ने किया।

राजलदेसर

वर्तमान युग में जीवन विज्ञान परम आवश्यक

अणुव्रत समिति के तत्वावधान में स्थानीय तेरापंथ



भवन में आयोजित समारोह में साध्वीश्री (डॉ.) परमयशजी ने कहा कि वर्तमान युग में जीवन विज्ञान की परम आवश्यकता है, जो जीने की कला सिखाता है। साध्वीश्री मुक्ताप्रभा जी ने स्मरण शक्ति विकास के लिए महाप्राण ध्वनि, शशांकासन आदि का प्रायोगिक अभ्यास करवाया। विद्यालय व्यवस्थापक श्री भुवनेश्वर शर्मा ने विद्यालय की प्रार्थना सभा में पधार कर जीवन विज्ञान के प्रयोगों का अभ्यास करवाने का निवेदन किया। स्थानीय तेरापंथी सभा की ओर से विद्यालय स्टाफ का साहित्य प्रदान कर सम्मान किया गया।

बरपेटा रोड

स्वस्थ जीवन जीने के गुर सिखाये

बरपेटा अणुव्रत समिति के जीवन विज्ञान संयोजक श्री अनिल बैंगानी ने स्थानीय के.के.दास स्मारक गर्ल्स हाई स्कूल, श्री हिन्दी माध्यमिक विद्यालय तथा उत्तर बरपेटा रोड माध्यमिक विद्यालय में विभिन्न आसन, प्राणायाम, यौगिक क्रियाओं एवं मुद्राओं का प्रायोगिक अभ्यास करवाते हुए स्वस्थ एवं कलात्मक जीवन जीने के गुर सिखलाये। इन विद्यालयों के शिक्षकों, प्रधानाचार्य श्री इमरान अली एवं प्रधान अध्यापक उत्तर बरपेटा मा. विद्यालय ने जीवन विज्ञान को विद्यालय में नियमित लागू करने पर जोर दिया। समिति द्वारा विद्यालयों में स्वस्थ जीवनशैली के पेम्फलेट्स का वितरण भी किया गया।



अम्बिकापुर

महाप्राण ध्वनि का प्रयोग करवाया

स्थानीय सरस्वती शिशु मंदिर के यदुनारायण सिंह हॉल में आयोजित समारोह में विशिष्ट अतिथि राष्ट्रीय स्वयं संघ की कार्यकर्ता श्रीमती शीला छाजेड़, श्रीमती मयुरी पटेल और श्रीमती भारती वैष्णव ने विद्यार्थियों के

लिए जीवन विज्ञान की शिक्षा को आवश्यक बताया। अणुव्रत समिति की जीवन विज्ञान संयोजिका श्रीमती ममोल कोचेटा ने विद्यार्थियों को अणुव्रत, जीवन विज्ञान एवं प्रेक्षाध्यान की जानकारी देने के साथ ही प्रायोगिक अभ्यास भी करवाये। श्रीमती आरती पाण्डे ने योगाभ्यास एवं महाप्राण ध्वनि के प्रयोग करवाये। विद्यालय प्राचार्या श्रीमती मीरा साहू ने आभार व्यक्त किया।



दलखोला

जीवन विज्ञान पर भाषण प्रतियोगिता

अणुव्रत समिति द्वारा आयोजित समारोह में स्थानीय तेरापंथी सभा अध्यक्ष श्री सुजानमल सेठिया ने योग की विभिन्न क्रियाओं का अभ्यास करवाया। इस अवसर पर जीवन विज्ञान विषयक भाषण प्रतियोगिता में संजू बैद को प्रथम, वंदना बैद को द्वितीय तथा कविता गधैया एवं प्रेमलता जैन को तृतीय स्थान प्राप्त हुआ। स्थानीय हाई स्कूल के अध्यापक भूपेन्द्रनाथ घोष एवं श्रीमती कान्ता गधैया ने निर्णायक की भूमिका निभायी। तेमम अध्यक्ष श्रीमती सुमन गधैया व तेयुप अध्यक्ष श्री पवन दुधेड़िया ने विचार रखे। अणुव्रत समिति अध्यक्ष श्री नागराज गधैया ने सभी का स्वागत किया। धन्यवाद ज्ञापन मंत्री प्रेमलता जी जैन ने किया।

अहमदाबाद

खुद को बदलने का साधन है जीवन विज्ञान

अणुव्रत समिति द्वारा आयोजित समारोह में शासनश्री साध्वीश्री सरस्वतीजी ने फरमाया कि हम यदि



स्वयं को बदलेंगे तो समस्याओं का समाधान स्वतः होगा और स्वयं को बदलने का साधन है जीवन विज्ञान। साध्वीश्री संवेगप्रभाजी ने आचार्य महाप्रज्ञ को प्रज्ञावतार बताते हुए मधुर गीतिका प्रस्तुत की। साध्वीश्री परमार्थप्रभाजी ने स्मरण शक्ति विकास के लिए ध्यान एवं अनुप्रेक्षा के प्रयोग करवाये। उपासक श्री धनराज छाजेड़ ने विभिन्न यौगिक क्रियाओं का अभ्यास करवाया। इस अवसर पर अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट 2020 की विजेता संभागी कनिषा जैन को मोमेन्टो प्रदान कर सम्मानित किया गया। आभार ज्ञापन समिति के मंत्री श्री मनोज सिंघी एवं मंच संचालन ममता संकलेचा ने किया।



सरदारशहर

योगासन एवं प्राणायाम का प्रदर्शन

स्थानीय राजेन्द्र विद्यालय में आयोजित समारोह में साध्वीश्री प्रभावनाश्री जी व साध्वीश्री सोमप्रभाजी ने जीवन विज्ञान को जीने की कला बताते हुए प्रेक्षाध्यान के प्रयोगों का महत्व समझाया। मुख्य अतिथि स्थानीय तेरापंथी सभा अध्यक्ष श्री सिद्धार्थ चिण्डालिया और समारोह की अध्यक्ष श्रीमती सुमन भंसाली ने भी विचार व्यक्त किये। विद्यार्थियों ने योगासन एवं प्राणायाम का प्रदर्शन किया। इस अवसर पर अणुव्रत समिति अध्यक्ष श्री पृथ्वीसिंह कल्याणपुरा, व्यवस्थापक श्री राजेश बुच्चा, सभा मंत्री श्री पारस बुच्चा, संगीता चिण्डालिया, गुवाहाटी समिति के मंत्री श्री पवन जम्मड़ सहित अनेक महानुभाव उपस्थित थे।

बीकानेर

मानसिक एवं भावनात्मक विकास पर जोर

अणुव्रत समिति बीकानेर द्वारा राजकीय बालिका उच्च माध्यमिक विद्यालय में आयोजित संगोष्ठी में समिति



के जीवन विज्ञान प्रभारी श्री सुन्दरलाल झाबक ने कहा कि जीवन विज्ञान वर्तमान शिक्षा पद्धति के अधूरेपन को पाटते हुए विद्यार्थी के मानसिक एवं भावनात्मक विकास पर जोर देता है। समिति अध्यक्ष श्री भंवरलाल गोलछा, उपाध्यक्ष श्री सूरजाराम पुरोहित, कार्यकारिणी सदस्य श्री ज्ञानचन्द कोठारी, कार्यक्रम के मुख्य अतिथि श्री जैन कन्या कॉलेज के व्याख्याता श्री धनपत रामपुरिया, इंजीनियरिंग कॉलेज के सहायक प्रोफेसर डॉ. चक्रवर्ती श्रीमाली ने आचार्य श्री महाप्रज्ञ के अवदानों पर प्रकाश डाला। विद्यालय प्रधानाचार्य श्रीमती जाग्रति पुरोहित ने विद्यालय हॉल में मेटिंग लगवाने की घोषणा हेतु अणुव्रत समिति का अभिनन्दन एवं आभार ज्ञापन किया। संगोष्ठी का सफल संचालन श्री जैन बाबूलाल महात्मा ने किया।



नाथद्वारा

जीवन विज्ञान – योग प्रशिक्षण कार्यशाला

राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय गाडरियावास, इन्द्रप्रस्थ पब्लिक स्कूल एमडी एवं कांकरोली रेलवे स्टेशन स्थित इंटरनेशनल पब्लिक स्कूल में जीवन विज्ञान – योग प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन हुआ। इन कार्यशालाओं में उपस्थित शिक्षक एवं छात्रों को हाजी साबिर शुक्रिया ने प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान के विविध आसन-प्राणायाम आदि प्रयोगों का अभ्यास करवाया। विद्यालय प्रधानाचार्य श्री राधेश्याम, श्री भरतकुमार तथा श्री मुकेश सोनी ने जीवन विज्ञान के इन प्रयोगों को विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में उपयोगी माना।

जयपुर

स्कूलों में हुए प्रेरणात्मक कार्यक्रम

अणुव्रत समिति, जयपुर द्वारा शहर के विभिन्न स्कूलों में प्रेरणात्मक कार्यक्रम हुए। परशुराम सीनियर



सैकण्डरी स्कूल में आयोजित चित्रकला प्रतियोगिता में 70 बच्चों ने भाग लिया। बाल कल्याण परिषद के सचिव श्री एल. एन. बांगर मुख्य अतिथि थे। जयपुर पब्लिक स्कूल प्रांगण में श्री कृष्णकुमार गुप्ता ने लघु परेड और प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान की गतिविधियों का अभ्यास करवाया। अणुव्रत समिति की मंत्री डॉ. जयश्री सिद्धा ने राजकीय उच्च प्राथमिक विद्यालय में प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण देते हुए जीवन में जीवन विज्ञान के महत्व पर प्रकाश डाला।



मुंबई

जीवन विज्ञान शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला

महाराष्ट्र राज्य शिक्षक परिषद और अणुव्रत समिति मुंबई, क्षेत्र डॉंबिवली की ओर से तेरापंथ भवन सभागृह में 23 नवंबर को जीवन विज्ञान शिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला आयोजित की गयी। इसमें जीवन विज्ञान प्रशिक्षक पंडित मुकेश मेहता ने जीवन विज्ञान के ध्येय, वैज्ञानिकता का आधार, अनुप्रयोग के क्षेत्र, स्वस्थ व्यक्तित्व का निर्माण समेत अन्य महत्वपूर्ण मुद्दों की सैद्धान्तिक जानकारी देने के साथ ही प्रायोगिक अभ्यास भी करवाये। श्री विनोद राठौड़ ने आसनों का अभ्यास करवाया। समणी जिन प्रज्ञा जी ने अपने विदेशों के अनुभव के माध्यम से विद्यार्थियों को 6 घंटे विद्यालय में प्रसन्न रखने एवं स्वयं की भी थकान, तनाव दूर करने के तरीके प्रयोग द्वारा समझाये। उन्होंने मानसिक तनाव कम करने तथा भावात्मक संवेदनशीलता बढ़ाने के उपाय भी बताये। शिक्षकों का कहना था कि जीवन विज्ञान को शाला के अभ्यासक्रम में समाविष्ट किया जाना चाहिए तथा शासन को इसे मान्यता देनी चाहिए। इससे छात्र तनावमुक्त होकर केवल पाठ्यक्रम ही नहीं अपितु संस्कार, व्यवहार, स्वास्थ्य, आरोग्य भी प्राप्त कर सकेंगे।

ग्रेटर सूरत

जीवन विज्ञान के प्रयोगों को अपनाने पर बल

अणुव्रत समिति, ग्रेटर सूरत द्वारा सिटीलाइट में आयोजित कार्यक्रम में साध्वीश्री लब्धिश्री जी ने बुद्धि को कुण्ड का पानी बताते हुए कहा कि इसमें से उतना ही निकाला जा सकता है जितना डाला जाये, लेकिन प्रज्ञा कुएं के पानी के समान अनन्त है जो कभी समाप्त नहीं

होता। उन्होंने प्रज्ञावान बनने की प्रेरणा देते हुए जीवन विज्ञान के प्रयोगों को अपनाने पर बल दिया। जीवन विज्ञान संयोजक श्री गौतम गादिया ने सभी का स्वागत किया। कार्यक्रम में करीब 400 व्यक्तियों की उपस्थिति रही।



बाढ़

जीवन विज्ञान प्रेक्षाध्यान योग प्रशिक्षण शिविर

स्थानीय फौजदार सिंह उच्च माध्यमिक प्लस टू स्कूल प्रांगण में 20 दिसम्बर को पांच दिवसीय जीवन विज्ञान योग प्रशिक्षण शिविर शुरू हुआ। उद्घाटन अवसर पर मुख्य अतिथि अथमलगोला थाना के थाना अध्यक्ष श्री राजीव कुमार सिंह ने जीवन में योग की महत्ता, माता-पिता के प्रति विद्यार्थियों के कर्तव्य तथा अनुशासन की आवश्यकता पर प्रकाश डाला।

विशेष अतिथि भारत विकास परिषद के अध्यक्ष सत्येंद्र प्रसाद सिंह ने जीवन विज्ञान की विशेषताओं की जानकारी दी। समाजसेवी शत्रुघ्न प्रकाश सिंह ने कहा कि समाज में आज जो तनाव व्याप्त है, उसे दूर करने के लिए योग का प्रशिक्षण बहुत जरूरी है। विद्यालय के प्राचार्य डॉ. सतीश कुमार ने भी विचार रखे। जीवन विज्ञान योग के प्रशिक्षक प्रोफेसर साधु शरण सिंह सुमन ने प्रशिक्षण सत्र का संचालन किया। कैंप में विद्यालय के 150 से अधिक विद्यार्थी हिस्सा ले रहे हैं।

इन अणुव्रत समितियों का ट्रस्ट रजिस्ट्रेशन पूर्ण हो चुका है-

- ❖ जयपुर
- ❖ चेन्नई
- ❖ बंगलुरु
- ❖ भिवानी
- ❖ हिसार
- ❖ भीलवाड़ा
- ❖ सिलीगुड़ी
- ❖ बारडोली
- ❖ हांसी
- ❖ अजमेर

बरार में मतदान से शराबबंदी

अणुव्रत प्रवक्ता
डॉ. महेन्द्र कर्णावट की रिपोर्ट

नशीले-मादक पदार्थ घातक हैं, फिर भी भारत की केंद्र-राज्य सरकारें इनका उत्पादन कर रही हैं और घर-घर पहुँचा रही हैं। नशे से स्वास्थ्य पर विपरीत प्रभाव हो रहे हैं, इसे जानते हुए भी सरकार राजस्व के लालच में घर-घर शराब पहुँचाने को उतावली है। विगत वर्षों में हमारे देश में शराब की दुकानों के लाइसेंसों की बंदरबाँट हुई जिसके कारण आज हर गाँव-नगर में देशी-विदेशी शराब पहुँच गयी और युवा पीढ़ी उसके जाल में फँस गयी।

राष्ट्रपिता महात्मा गांधी ने कहा था- "शराब रूषी लाल पानी में गिरना धधकती भट्टी या बाढ़ में गिरने से भी अधिक खतरनाक है। मैं हजारों लोगों के शराबी होने के स्थान पर भारत का कंगाल राज्य के रूप में परिणत होना पसंद करूँगा।" भारतीय संविधान के अनुच्छेद 47 में स्पष्ट लिखा हुआ है कि सरकार शराबबंदी के लिए प्रयास करेगी। मगर अफसोस, आजादी के सातवें दशक में भी देश के सभी राज्य शराबबंदी के लक्ष्य को प्राप्त नहीं कर सके। राज्य सरकारों का एक ही रोग है- राजस्व का घाटा। जनता का स्वास्थ्य सरकारों के लिए कोई महत्व नहीं रखता ?

राजस्थान आबकारी नियम के अनुसार यदि किसी गाँव-नगर के निवासी अपने यहां शराब की दुकान नहीं चाहते हैं तो उन्हें ग्रामसभा आयोजित कर मतदाता सूची पर अधिक से अधिक मतदाताओं के हस्ताक्षर करा शराब दुकान बंद कराने का प्रस्ताव ज्ञापन के रूप में जिला कलेक्टर को सौंपना होता है। जिला कलेक्टर विशेष ग्राम सभा में हस्ताक्षर सत्यापन कराने का आदेश देते हैं। कुल मतदाताओं के 20 प्रतिशत हस्ताक्षरों का सही सत्यापन पाये जाने पर आबकारी आयुक्त अग्रिम कार्यवाही करते हैं और जिला कलेक्टर को अंतिम मतदान कराने को कहते हैं। अंतिम मतदान में कुल मतदाताओं में से यदि 51 प्रतिशत मतदाता शराब की दुकान बंद करवाने के पक्ष में मतदान करते हैं तो फिर उस गाँव-नगर में नये वित्तीय वर्ष में शराब की दुकान आवंटित नहीं की जाती।



राजीव सेवा केंद्र बरार के समक्ष गणेश कच्छारा, संजय जैन, डॉ. महेन्द्र कर्णावट, हवलदार बन्नासिंह, मास्टर गिरधारीसिंह, कार्यकर्ता एवं भीमराज कोठारी

राजसमंद जिले की भीम तहसील की काछबली ग्राम पंचायत में 29 मार्च 2016 को इस लोकतांत्रिक तरीके का प्रथम प्रयोग कर शराब की दुकान बंद करायी गयी। काछबली की अनुगूँज चहुँओर हुई और 20 जनवरी 2019 को मंडावर, 9 अप्रैल 202 को थानेटा और 13 नवम्बर 2021 को बरार तथा हामेला की वेर में जनता जनार्दन ने मतदान के द्वारा शराब की दुकानें बंद करवायीं।

बरार अभियान

अरावली पर्वतमालाओं की नन्ही पहाड़ियों, छोटे-छोटे खेतों में बसा बरार ग्राम राष्ट्रीय राजमार्ग आठ पर भीम तहसील मुख्यालय के निकट अवस्थित है। संभवतः यह राजसमन्द जिले की दूसरी सबसे बड़ी पंचायत है जहाँ 5600 से अधिक मतदाता हैं। जनवरी 2015 के पंचायत चुनाव में बरार ग्राम के सरपंच पद पर निर्वाचित हुई पंकजा सिंह। पंकजा सिंह से मेरी पहली भेंट होती है टाडगढ़ मार्ग पर अवस्थित पीपलाज माता मंदिर के नीचे आयोजित रावत सम्मेलन में। पंकजा सिंह एम.बी.ए. हैं। सरपंच निर्वाचित होते ही उन्होंने शराबमुक्त बरार का सपना संजोया। महिलाओं से चर्चा की। विशेष ग्राम सभा का आयोजन कर शराब ठेका हटाने का प्रस्ताव पारित कर मतदाता सूची पर मतदाताओं के हस्ताक्षर करवा कर फरवरी 2017 में मेरी उपस्थिति में जिला कलेक्टर राजसमंद को ज्ञापन सौंपा। इसके साथ ही पंकजा ने बरार में शराब के विरुद्ध वातावरण बनाना प्रारंभ किया। मोहल्लों में जन सभाएँ कर महिलाओं को साथ में

लिया। गांधी सेवा सदन के लोककर्मियों ने बरार की यात्राएँ कर जनमानस को शराब के विरुद्ध खड़ा होने को प्रेरित किया तथा नशामुक्ति संबंधित साहित्य घर-घर पहुँचाया।

25 अप्रैल 2017 को बरजाल, मंडावर, बरार तीनों ही गाँवों में हस्ताक्षर सत्यापन का क्रम रहा। बरजाल और मंडावर दोनों ही पंचायतों ने 23 फीसदी से ज्यादा के हस्ताक्षर सत्यापन कर शराबबंदी का हक पाने की पहली लड़ाई जीती। बरार पंचायत के कुल 5632 मतदाताओं में से 966 लोगों ने हस्ताक्षर सत्यापन किया जो कुल मतदाताओं के बीस प्रतिशत से कम रहा और बरार पंचायत इस परीक्षा में असफल हुई।

हस्ताक्षर सत्यापन क्रम में हुई पराजय भी कर्मठ युवा पंकजा सिंह के आत्मविश्वास को नहीं हिला सकी। उन्होंने फिर से प्रयास किया। 14 फरवरी 2018 को शराबबंदी के लिए पुनः विधिवत ज्ञापन जिला कलेक्टर राजसमंद को सौंपा गया। जिला प्रशासन ने 24 जून 2019 को दूसरी बार हस्ताक्षर सत्यापन की प्रक्रिया की। हस्ताक्षर सत्यापन के द्वितीय दौर में बरारवासी सफल हुए। लम्बे समय तक अंतिम मतदान की तिथि घोषित नहीं होने पर हाईकोर्ट की शरण ली। आबकारी विभाग और जिला प्रशासन ने नियमों का हवाला देते हुए अनसुनी कर दी।



शराबबंदी हेतु मतदान के लिए कतार में खड़ी महिलाएँ।

इसी बीच 16 नवम्बर 2019 को बरार ग्राम पंचायत का विभाजन कर हामेला की वेर ग्राम पंचायत का गठन किया गया। 23 जनवरी 2020 को सम्पन्न हुए पंचायत चुनाव में पंकजा सिंह पुनः बरार की सरपंच निर्वाचित हुईं तथा हामेला की वेर के सरपंच पद पर युवा राकेश सिंह आसीन हुए। दोनों सरपंचों ने शराबबंदी मुहिम को आगे बढ़ाया। जन सम्पर्क कर मतदाताओं के आत्मविश्वास को बनाये रखा। कानूनी संघर्ष और दीर्घकालीन प्रतीक्षा के उपरांत 15 अप्रैल 2021 को बरार में शराबबंदी के लिए अंतिम मतदान निर्धारित हुआ लेकिन यकायक 12 अप्रैल 2021 की संध्यावेला में जिला प्रशासन ने कोरोना महामारी का हवाला देते हुए बरार में मतदान स्थगित कर दिया। इससे बरारवासी निराश और हताश हो चले। यह कैसी विडम्बना रही कि कोरोना महामारी के चलते पंचायत चुनाव, विधान सभाओं के चुनाव हुए, लेकिन जनहित से जुड़ी शराबबंदी पर मतदान नहीं।



मतदान स्थल पर दिनभर गहमागहमी बनी रही।

जिला प्रशासन राजसमंद ने 13 नवम्बर 2021 को शराबबंदी के लिए मतदान कराने की पुनः घोषणा की। दीपावली पर्व के उपरांत एक सप्ताह तक दोनों ग्राम पंचायतों में जनसम्पर्क अभियान चलाया गया। गांधी सेवा सदन द्वारा नशामुक्ति विषयक अणुव्रत नारों को पुनः दीवारों पर लेखन कराया गया। 'नशा है जानलेवा' पुस्तिका तथा पेम्फलेट पुनः वितरित किये गये। 10 नवम्बर को बरार एवं हामेला की वेर में नुक्कड़ सभाओं का आयोजन हुआ।

मैंने, मास्टर गिरधारी सिंह बरजाल, भगवानसिंह रावत कामलीघाट, पंकजा सिंह, राकेश सिंह एवं अन्य सरपंचों ने सभाओं को संबोधित कर शराबबंदी मुहिम को सफल बनाने का अनुरोध किया। सभाओं के मध्य मुझसे महिलाओं ने एक ही प्रश्न किया— शराब की दुकान बंद कराने के लिए वोट पड़ेंगे या नहीं?

11 नवम्बर को बरार ग्राम में विशाल शराबबंदी रैली का आयोजन हुआ। रैली उपरांत जनसभा को विधायक सुदर्शन सिंह, शंकरसिंह, पूजा छाबड़ा, सरपंचों ने संबोधित किया। सभा समाप्ति के बाद बैठकों और जनसम्पर्क का क्रम रहा। 13 नवम्बर को प्रातः आठ बजे राजीव सेवा केन्द्र में मतदान प्रारंभ हुआ। ग्रामवासियों ने उत्साह के साथ

मतदान किया। अणुविभा अध्यक्ष संचय जैन, गणेश कच्छारा, भीमराज कोठारी रीछेड़, डालचंद सौलंकी दिवेर के साथ मैं प्रातः 11.30 राजीव सेवा केन्द्र पहुँचा। वहाँ मेले जैसा माहौल था। बूथ के सामने लम्बी कतारें। दोनों पंचायतों के 15 वार्डों के 5632 मतदाता शराब की बोटल पर हमेशा के लिए ढक्कन लगाने को उत्सुक दिखे। इनमें से 2775 महिला मतदाता हैं। महिलाओं में अपूर्व उत्साह था।

राजीव सेवा केन्द्र के बाहर विधायक सुदर्शन सिंह, पूजा छाबड़ा, पंकजा सिंह, राकेश सिंह, भगवान सिंह, मास्टर गिरधारी सिंह, सूबेदार बन्ना सिंह, कमलाबाई, कैप्टन मोहन सिंह, शंकर सिंह भीम इत्यादि लोक प्रचेता मतदान प्रक्रिया पर नजर रखे थे। मैंने संचय भाई का सभी से परिचय कराया और गति-प्रगति की जानकारी ली। निर्धारित समय तक 64.35 प्रतिशत मतदाताओं ने मतदान किया, उनमें से 59.5 प्रतिशत ने शराब ठेके को बंद कराने के पक्ष में वोट डाला। कुल 5632 मतदाताओं में से 3624 मतदाताओं ने मतदान किया, उनमें से 3261 लोगों ने शराबबंदी के लिए कहा 'हाँ', 162 मतदाताओं ने कहा 'ना' और 162 वोट खारिज हुए। इस तरह बरार-हामेला की वेर के मतदाताओं ने एकतरफा मतदान के जरिये शराब की दुकान पर पाबंदी की मुहर लगा दी। इसी के साथ युवा महिला सरपंच पंकजा सिंह का शराबमुक्त बरार का छह वर्ष पुराना सपना साकार हुआ।

मैं शराबबंदी आंदोलन से पहले दिन से ही जुड़ा हुआ हूँ। विगत छह वर्षों में इन गाँवों की अनगिनत यात्राएँ की हैं और पचासों सभाओं को संबोधित कर अणुव्रत आंदोलन के नशामुक्ति अभियान का संदेश जन-जन तक पहुँचाया है। इस अभियान में गांधी सेवा सदन राजसमंद के लोककर्मी, शिक्षक-विद्यार्थी, अणुव्रत के डालचंद सौलंकी दिवेर-भीमराज कोठारी रीछेड़ मेरे सतत सहयोगी रहे हैं। मगरा क्षेत्र के शराबबंदी अभियान को आगे बढ़ाने में भीम के पूर्व विधायक श्री हरी सिंह, वर्तमान विधायक सुदर्शन सिंह, रावत समाज के समाज प्रचेता भगवान सिंह कामलीघाट, मास्टर गिरधारी सिंह बरजाल का महत्वपूर्ण योगदान रहा है। विधायक सुदर्शन सिंह का सपना है कि भीम तहसील, मेरा समाज शराब से दूर रहे। इसी को लक्ष्य कर उन्होंने बरार, थानेटा की अनेक बार यात्राएँ कर वहाँ के लोक मानस को शराबबंदी के लिए प्रेरित किया।

बरार शराबबंदी अभियान में सरपंच पंकजा सिंह और राकेश कुमार के साथ मजदूर किसान शक्ति संगठन भीम के शंकर सिंह, रावत समाज की कमला देवी, चन्द्रा देवी, कंचन देवी, उमी देवी, सुशीला देवी, रूपी देवी, विमला देवी, कंचन देवी, अमर सिंह, लक्ष्मण सिंह, खुशाल सिंह, प्रवीण सिंह, आशु सिंह, सूबेदार बन्ना सिंह, कैप्टन मोहन सिंह, धन्ना सिंह, गौतम प्रजापत का अपूर्व सहयोग रहा। साहसी रावत महिलाओं ने समाज सुधार की दिशा में कदम बढ़ा पुरुष समाज को चौंका दिया है। बरार शराबबंदी अभियान का यही संदेश है कि राजस्थान सरकार राजस्व लाभ के मोह को त्याग कर जनस्वास्थ्य को प्रमुखता देते हुए प्रदेश में शराबबंदी का निर्णय ले। यदि ऐसा नहीं हुआ तो आने वाले समय में मगरा क्षेत्र के शराबबंदी आंदोलन की गूँज सर्वत्र सुनायी देगी और सैकड़ों गाँव मतदान का उपयोग कर शराबबंदी की दिशा में बढ़ेंगे।






◆◆ कार्यशाला आयोजन ◆◆

- ❑ अणुव्रत प्रबोधक त्रिदिवसीय कार्यशाला का आयोजन मार्च 2022 में अणुव्रत विश्व भारती मुख्यालय, राजसमंद में किया जा रहा है।
- ❑ अणुव्रत जीवन शैली को समझने और जीवन में अपनाने के लिए इन कार्यशालाओं का अपना खास महत्व है। कार्यशाला के माध्यम से हम अणुव्रत दर्शन की गहराई में उतर कर इसे जन-जन के लिए ग्राह्य बनाने में अपनी सक्रिय भूमिका निभा सकते हैं।
- ❑ कार्यशाला के प्रतिभागियों के लिए रहने, खाने की निःशुल्क व्यवस्था अणुव्रत विश्व भारती की तरफ से रहेगी।

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें :
श्री मर्यादा कोठारी 9414134340
 राष्ट्रीय संयोजक

अणुव्रत सम्पर्क यात्रा

असम – बिहार – बंगाल

वर्ष 2021 की जनवरी – फरवरी में राजस्थान, तमिलनाडु व कर्नाटक से प्रारम्भ हुआ अणुव्रत सम्पर्क यात्राओं का क्रम कोविड जनित परिस्थितियों के बावजूद अगस्त माह में असम और बिहार की यात्रा के रूप में जारी रहा। इस बीच सितम्बर में राजसमन्द में आयोजित अणुव्रत अधिवेशन में अनेक अणुव्रत समितियों के कार्यकर्ताओं से सार्थक मुलाकात और विचार-विमर्श के बाद नवम्बर माह का करीब आधा हिस्सा अणुव्रत सम्पर्क यात्रा के नाम रहा। इस दौरान राजस्थान, असम, पश्चिम बंगाल और बिहार की कई अणुव्रत समितियों के साथ संवाद का सुअवसर प्राप्त हुआ। दिसम्बर में यह क्रम महाराष्ट्र और गुजरात में जारी रहा। प्रस्तुत है असम, बिहार व बंगाल यात्रा की गत अंक से शेष रिपोर्ट—

अणुविभा अध्यक्ष
श्री संचय जैन की रिपोर्ट



22 नवम्बर, 2021 को हमारा पहला पड़ाव था **बरपेटा रोड**। बताये गये लोकेशन पर जब हम पहुँचे तो झोपड़ीनुमा लग रहे मकान के बाहर अणुव्रत समिति के अध्यक्ष **श्री अनिल बेंगानी** हमारा इंतजार कर रहे थे। हमने सोचा, शायद मीटिंग यहीं रखी गयी है। अंदर प्रवेश किया तो देखा यह अनिल जी का सुसज्जित बड़ा सा आवास था। उनकी माताजी सहित सभी परिवारजनों ने बड़े स्नेह से हमें नाश्ता कराया और हम सभा भवन पहुँचे। सभा के संरक्षक श्री रेंवतमल बेंगानी का पितृतुल्य स्नेह अभिभूत कर रहा था।

सभाध्यक्ष श्री दीपक बेंगानी सहित महिला मण्डल व युवक परिषद के पदाधिकारी व अच्छी संख्या में गणमान्यजन उपस्थित थे। समिति के मंत्री श्री रामानंद मण्डल स्थानीय समुदाय का प्रतिनिधित्व करते हैं। सुभाष साहा जब असमी भाषा में संयोजन कर रहे थे तो वहां की माटी की महक सुकून का एहसास करा रही थी। अनिल जी ने बड़ी साफगोई से अणुव्रत समिति का लेखा-जोखा प्रस्तुत किया। हमने भी अपनी बात कही। सबका समर्थन पाकर लगा कि पहले से ही सक्रिय यह समिति आने वाले समय में निश्चय ही कुछ विशिष्ट उपलब्धियों की तरफ अग्रसर होगी। श्री रेंवतमल जी की पहल पर यहां हमारे 'अणुदान' अभियान को भी समर्थन मिला और कई महानुभावों ने पाँच-पाँच हजार रुपये का अणुदान दिया। हमें सुखद आश्चर्य तो तब हुआ जब **श्रीमती सरोज देवी**

शामसुखा कार्यक्रम के पश्चात् हमारे पास आर्यी और **51 हजार का सहयोग** देने की इच्छा प्रकट की। यही वो क्षण होते हैं जो तपती दुपहरी में शीतल छाँव बनकर आते हैं और तमाम मुश्किलों को आसान बना देते हैं।



भारत के इस उत्तर-पूर्वी छोर पर हरियाली के बीच से गुजरते राष्ट्रीय राजमार्ग की सपाट सड़क से होते हुए हम **बंगाईगांव** पहुँच गये थे। यहां अणुव्रत समिति के अध्यक्ष **श्री बजरंगलाल लूणावत** के राजस्थान प्रवास पर होने की वजह से युवा व उत्साही मंत्री **श्री मनीष लखोटिया** हमें लेने पहुँचे। जब पता चला कि यहां **अणुव्रत सर्किल** भी बना है तो हम इसे देखने के आकर्षण से नहीं बच सके। मनीष जी के साथ हम सर्किल पर पहुँचे और कुछ फोटो भी खींचे। अणुव्रत समिति द्वारा आयोजित बैठक में अनेक गणमान्यजन उपस्थित थे। यहां दो सभा हैं, उत्तर सभा के अध्यक्ष श्री प्रकाश बैद और दक्षिण के श्री हंसराज पारख, तेयुप व महिला मण्डल के साथ ही मारवाड़ी सम्मेलन के श्री राजेश अग्रवाल सहित महिला शक्ति की उपस्थिति बंगाईगांव के व्यापक सामाजिक परिवेश को दर्शा रही थी। ममता जी दूगड़ ने कुशल संचालन किया। जीवन विज्ञान के प्रति यहां विशेष रुचि नजर आयी। दोपहर भोजन पर श्री अजीत भंसाली के स्नेहिल पारिवारिक आतिथ्य का आनंद हम सभी ने लिया। अजीत जी मंच से दूर रहते हुए भी आयोजन का केन्द्रीय दायित्व सम्भाले हुए थे।

आज के हमारे शेष दोनों पड़ाव थे – **बिलासीपाड़ा और धुबड़ी**। दोनों ही स्थानों पर अणुव्रत समिति नहीं





थी, लेकिन अच्छी संभावनाओं के दृष्टिगत यहां के गणमान्यजन से मुलाकात का टीम का निर्णय उपलब्धिपूर्ण सिद्ध हुआ। बिलासीपाड़ा हम कुछ देर से पहुँच पाये लेकिन सभा अध्यक्ष श्री माणक महनोत, उपाध्यक्ष श्री बच्छराज सेठिया, मंत्री श्री नरेन्द्र सेठिया और महिला मण्डल से संगीता जी सेठिया सहित 20-25 लोगों की उपस्थिति ने हमें एहसास कराया कि कितनी जागरूकता और समर्पण भाव है यहां सामाजिक सरोकारों के प्रति। अविनाश जी और मैंने अपना संक्षिप्त वक्तव्य देने के बाद जब यहां अणुव्रत समिति के गठन की अपेक्षा व्यक्त की तो चंद्र मिनटों में ही 25 वर्ष का एक ऐसा चेहरा उभर कर सामने आया जिसे वहां उपस्थित प्रत्येक व्यक्ति अणुव्रत का झण्डा थमाने को उत्साहित था। इस युवा श्री कमल बोथरा ने समाज के गणमान्यों को निराश नहीं किया और अणुव्रत समिति के अध्यक्ष पद का दायित्व सम्भालने की स्वीकृति प्रदान की। हम अणुव्रत परिवार में एक 25 वर्षीय युवा के प्रवेश से गदगद थे। मैंने कमल को अणुव्रत समिति बिलासीपाड़ा के अध्यक्ष पद की शपथ दिलायी और अविनाश जी व छत्तर जी ने अणुव्रत अंगवस्त्र पहनाकर नये अध्यक्ष का स्वागत किया। इस यात्रा के दौरान हमें जो बात सबसे अधिक उत्साहित कर रही थी वह थी – अणुव्रत आंदोलन के साथ युवाओं और महिलाओं का बढ़ता जुड़ाव।



सुबह से 300 किलोमीटर का सफर पूरा कर जब हम धुबड़ी पहुँचे तो काफी विलम्ब हो चुका था। इंतजार लम्बा होता देख कुछ लोग घर लौट चुके थे। हम मन में अपराधबोध अनुभव कर रहे थे, लेकिन मजबूरी के अलावा

कुछ नहीं था। सभा अध्यक्ष श्री सुशील बेंगानी, उपाध्यक्ष श्री सोहनलाल धाड़ीवाल, मंत्री श्री मदन बुच्चा और तेयुप अध्यक्ष श्री विकास सेठिया सहित अन्य वरिष्ठजन श्रीमती शांति बरड़िया को अणुव्रत समिति अध्यक्ष पद हेतु सबसे उपयुक्त मान रहे थे। लेकिन उनकी अनुपस्थिति में निर्णय लेना उचित नहीं था। सबके आग्रह पर वे बैठक में आयीं। हर एक व्यक्ति का उनके प्रति विश्वास और स्नेह देखने योग्य था। शांति जी ने भी सबकी भावना को सम्मान दिया और अध्यक्ष का दायित्व स्वीकार कर धुबड़ी में अणुव्रत समिति के गठन का मार्ग प्रशस्त किया। मैंने उन्हें पद की शपथ दिलायी और अविनाश जी व छत्तर जी ने दुपट्टा पहनाकर उनका स्वागत किया।

भोजन के लिए हम सभा अध्यक्ष बेंगानी जी के घर पहुँचे और आतिथ्य के साथ-साथ लम्बी चर्चाओं का भी आनंद लिया। यहां एक ही मोहल्ले में कई परिवार बड़े ही अच्छे माहौल में रहते हैं। श्री कनक बुच्चा, श्री आनंद बरड़िया और श्री मनीष खटेड़ बराबर हमारे साथ रहे। सुबह मनीष जी के घर नाश्ता करके रवाना होने लगे तो उन्होंने यहाँ के प्रसिद्ध गुरुद्वारे के बारे में बताया। गुरुद्वारे में मत्था टेक कर और यहाँ के समृद्ध इतिहास से परिचित होकर हम अगले पड़ाव कूचबिहार के लिए बढ़ गये। इससे पहले सहमंत्री श्री छत्तर चोरड़िया पुनः गुवाहाटी लौट गये थे। तीन दिन तक उनके साथ रहकर उनकी सदाशयता को नजदीक से देखने का अवसर मिला। नाम से दूर रहकर काम के प्रति समर्पण भाव उनकी विशेषता है। उनकी सरलता और मृदुभाषिता अच्छी लगी।



23 नवम्बर की प्रातः कूचबिहार में पूर्वांचल के संगठन मंत्री श्री राकेश मालू और पश्चिम बंगाल के राज्य प्रभारी श्री सुरेन्द्र छाजेड़ हमारा इंतजार कर रहे थे। अणुव्रत संपर्क यात्रा में सहभागिता के लिए वे सिलीगुड़ी से यहां पहुँचे थे। अणुव्रत समिति अध्यक्ष श्री सुंदरलाल चोपड़ा के आग्रह पर उनके आवास पहुँचे और पारिवारिक आतिथ्य का सुअवसर प्राप्त किया। कुछ समय परिवार के बीच बिताने पर यह सुखद अनुभव होता है कि सामाजिक कार्यों में संलग्न व्यक्तियों को उनके परिवारजनों का कितना सहयोग मिलता है। भाभी जी ने हमें आत्मीयता के साथ नाश्ता तो करवाया ही, गोष्ठी में

शामिल सभी कार्यकर्ताओं के भोजन की व्यवस्था भी उन्होंने घर से ही कर रखी थी।

समिति मंत्री श्री आनंद बांठिया, सभा अध्यक्ष श्री प्रदीप दूगड़ और महिला मण्डल मंत्री कविता दफ्तरी के साथ ही बैठक में दिनहट्टा अणुव्रत समिति के मंत्री भाई राजा मालपानी व अन्य कार्यकर्ताओं की उपस्थिति विशिष्ट रही। हमारा दिनहट्टा जाने का कार्यक्रम था लेकिन यहां आकर इन्होंने हमारा काम कुछ आसान कर दिया। अणुव्रत के कार्यों को लेकर यहां अच्छा उत्साह नजर आया। प्रशासन से भी चोपड़ा जी आदि का अच्छा संपर्क है और जीवन विज्ञान का कार्य व्यवस्थित रूप में आगे बढ़ाने की पूरी संभावना है।



आज का हमारा दूसरा पड़ाव था भूटान सीमा पर स्थित मनोरम दृश्यावालिओं से भरपूर **जयगांव**। यहां सबसे पहले हम महासभा के आंचलिक प्रभारी श्री मांगीलाल बोथरा और श्री विनोद बोथरा के घर पहुँचे। भ्राताद्वय के आत्मीय स्नेह, जिंदादिली और मेहमाननवाजी ने चुम्बक की तरह हमें बाँधे रखा। अनेक विषयों पर चर्चा चली। इस यात्रा के दौरान मैं भाई अविनाश जी के व्यापक संपर्क और सभी के साथ उनके आत्मीय संबंधों का साक्षी बन रहा था। मेरे लिए निश्चय ही सीखने को बहुत कुछ था। जयगांव में अणुव्रत के कार्य को सुव्यवस्थित रूप देने के उद्देश्य से बुलायी गयी बैठक में अच्छी संख्या में स्थानीय गणमान्य जन मौजूद थे। अणुव्रत के सभी कार्यक्रम एक मंच पर आने से यहां के समाज में उत्साह था और वे अणुव्रत समिति के गठन के प्रति संकल्पित थे। आम सहमति बनी कि अणुव्रत समिति का **अध्यक्षीय दायित्व श्री चंदनमल चौरड़िया** को सौंपा जाये। चौरड़ियाजी उस समय अहमदाबाद में थे और रेलवे स्टेशन पर ट्रेन का इंतजार कर रहे थे। सभा अध्यक्ष श्री विनय जी ने उनसे बात की और आग्रहपूर्वक उनकी स्वीकृति प्राप्त की। सबकी राय को सम्मान देते हुए मैंने उन्हें फोन पर ही अध्यक्ष पद की शपथ दिलायी और इस प्रकार **जयगांव अणुव्रत समिति के नवगठन** का मार्ग प्रशस्त हुआ।

भारत-भूटान सीमा पर एक भव्य द्वार बना हुआ है। यहां के दृश्य को देखकर अंदाजा लगाना मुश्किल है कि यह दो देशों की सीमा है। द्वार के दोनों तरफ मकानों की



कतारें इस प्रकार नजर आ रही थीं कि सीमा रेखा को ढूँढ पाना मुश्किल था। आपसी संबंधों का क्या प्रभाव होता है, इसकी अनुभूति भूटान और पाकिस्तान के साथ लगती भारत की सीमाओं पर उपस्थित दृश्यों की तुलना के माध्यम से सहज

ही की जा सकती है। एक ओर शांति का सुकून और दूसरी ओर भय का आतंक। अहिंसा और हिंसा के बीच इस बुनियादी अंतर को अणुव्रत का दर्शन कितनी खूबसूरती से व्याख्यायित करता है!

जयगांव की सुखद स्मृतियों को दिल में समेटे हम **सिलीगुड़ी** के लिए निकल पड़े। रात 11 बजे सिलीगुड़ी सभा भवन पहुँचे तो यह देखकर विस्मय हुआ कि इतनी रात को भी अणुव्रत समिति अध्यक्ष **पुष्पा जी चिण्डालिया** और उनकी टीम के 14-15 सदस्य यहां उपस्थित थे। हमारी व्यवस्थाओं को लेकर उनकी आत्मीयता और जागरूकता प्रभावित करने वाली थी। चर्चाओं में कब एक-डेढ़ घण्टा बीत गया, पता नहीं चला। इसी बीच गुवाहाटी से महामंत्री **श्री भीखम जी सुराणा** भी पहुँच गये। दो दिन तक उनकी कमी खलती रही थी। काम के प्रति उनका समर्पण भाव और सुव्यवस्थित कार्यशैली उनके व्यक्तित्व की विशिष्ट पहचान है।



24 नवम्बर को मैं, अविनाश जी, भीखम जी, राकेश जी और सुरेन्द्र जी सुबह ही रवाना हो गये। आज छः स्थानों पर हमें जाना था। फारबिसगंज पहुँचते-पहुँचते 10 बज गये थे। कोलकाता से उपाध्यक्ष **श्री प्रताप दूगड़** भी यहां पहुँच गये। **फारबिसगंज अणुव्रत समिति** को

महिला शक्ति नेतृत्व प्रदान कर रही है। यहां अच्छी संख्या में महिलाएं और समाज के गणमान्यजन उपस्थित थे। अध्यक्ष **प्रभा जी सेठिया** ने समिति की गतिविधियों का परिचय दिया। **साध्वीश्री डॉ. पीयूषप्रभा जी** का चातुर्मास हाल ही में सम्पन्न हुआ था। साध्वीश्री का आशीर्वाद अणुव्रत के कार्य को गति प्रदान करने में योग्य बनाना। मंत्री नीलम बोथरा, सभाध्यक्ष श्री निर्मल मरोठी व मंत्री सुमन डागा, महिला मंडल कुसुम भंसाली व मंत्री समता जी दूगड़, देहदान समिति सदस्य पूनम जी मांडिया और मारवाड़ी युवा मंच के श्री आयुष अग्रवाल सहित अनेक महानुभावों ने अणुव्रत आंदोलन को आगे बढ़ाने में भरपूर योगदान देने का भरोसा दिलाया।



नहीं सके और उनके घर पर पिताश्री का आशीर्वाद व पारिवारिक स्नेह पाकर शीतलता का अनुभव किया।

अररिया कोर्ट में अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के निवर्तमान उपाध्यक्ष **भाई अमित जी नाहटा** समाज के वरिष्ठजनों के साथ सभा भवन में मौजूद थे। यहां अणुव्रत समिति तो थी लेकिन सीमित सदस्यता के कारण सक्रिय नहीं हो पा रही थी। समिति के अध्यक्ष श्री रूपचंद बरड़िया और मंत्री श्री नरेन्द्र हीरावत ने अपनी बात रखी और समिति के पुनर्गठन का सुझाव दिया। सभी के अनुरोध को स्वीकार करते हुए **श्री भंवरलाल बेगवानी** ने समिति के अध्यक्ष पद हेतु अपनी स्वीकृति प्रदान की। उपस्थित सभी सदस्यों ने उन्हें पूर्ण सहयोग देने का विश्वास दिलाया। शपथ ग्रहण की औपचारिकता पूर्ण कर यहां अणुव्रत समिति के पुनर्गठन का मार्ग प्रशस्त किया गया। भाई अमित जी के घर कुछ समय रुक कर, उनके आत्मीय स्नेह से आनन्दित हम दलखोला के लिए निकल पड़े। अमित जी नाहटा एक सुलझे हुए समर्पित कार्यकर्ता हैं। अविनाश जी के साथ भी अभातेयुप में वे बहुत सक्रिय रहे थे। ऐसे कार्यकर्ताओं का अणुव्रत आंदोलन से सक्रिय जुड़ाव इसे नयी गति दे सकता है।



हमारा अगला पड़ाव था **गुलाबाबाग**। गुलाबाबाग में अणुव्रत समिति नहीं थी, लेकिन श्री नेमचंद बैद के रूप में एक ऐसे व्यक्तित्व हमारे स्नेह-सेतु थे जिनका सक्रिय सहयोग बिहार में चुनावशुद्धि अभियान में अणुविभा को मिल चुका था। श्री नेमचंद जी बहुत ही सौम्य और सरल स्वभाव के कर्मठ व्यक्ति हैं। उनके आमंत्रण पर ही हमने गुलाबाबाग को अपनी यात्रा के क्रम में जोड़ा था और निश्चय ही हमारा यहां आना सार्थक रहा। विलम्ब के बावजूद 100 से अधिक व्यक्तियों की उपस्थिति में यहां अणुव्रत समिति का गठन किया गया और अनुभवी कर्मठ व्यक्तित्व **श्री डालचंद संचेती** को प्रथम अध्यक्ष के रूप में शपथ दिलायी गयी। निकटवर्ती क्षेत्र पूर्णिया और खुशकीबाग के भी वरिष्ठ कार्यकर्ता उपस्थित थे जिनका प्रतिनिधित्व भी इस अणुव्रत समिति में प्रस्तावित है।

कार्यक्रम में अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के अध्यक्ष श्री पंकज डागा, महासभा के आंचलिक प्रभारी श्री नेमचंद बैद, महासभा कार्यकारिणी सदस्य श्री नवरत्न दूगड़, सभा मंत्री श्री सुनील भंसाली, महिला मण्डल मंत्री सीमा जी, परिषद अध्यक्ष श्री सुरेश सिंघी, टीपीएफ अध्यक्ष श्री पवन मालू, खुशकीबाग सभा अध्यक्ष अमरचंद जी सहित गणमान्य व्यक्तियों की उपस्थिति हमें आश्चर्य कर रही थी कि इस क्षेत्र में अणुव्रत का कार्य नयी सफलताओं का मार्ग प्रशस्त करेगा।

आगामी पड़ाव **अररिया कोर्ट** में हमारा इंतजार हो रहा था लेकिन भाई पंकज जी डागा का आग्रह हम टाल



दलखोला में प्रवेश से पहले एक रेलवे क्रॉसिंग पार करना होता है। यहां लगभग प्रतिदिन लगने वाले लम्बे जाम इस क्षेत्र की पहचान बन चुके हैं। चूँकि हम पहले ही विलम्बित चल रहे थे, इसलिए गाड़ी से उतरकर पैदल ही सभा भवन की ओर चल दिये। श्री नगराज गधैया दलखोला अणुव्रत समिति के अध्यक्ष हैं और प्रेमलता जी जैन मंत्री। समाज के गणमान्य जनों की उपस्थिति यहां की समिति की सक्रियता का परिचय दे रही थी। सभा के अध्यक्ष सुजानमल जी सेठिया व मंत्री सुनील जी बैद,

तेयुप अध्यक्ष पवन जी दुधेड़िया व मंत्री अमित जी नाहर, महिला मण्डल की अध्यक्ष सुमन देवी जी गधैया व मंत्री प्रेमलता जी जैन, अभातेयुप के क्षेत्रीय सहयोगी श्री हरीश बैद, श्री अमित सेठिया सहित अच्छी संख्या में उपस्थिति ने हमारे उत्साह को भी बढ़ा दिया। अणुव्रत प्रकल्पों पर चर्चा हुई व अणुव्रत आंदोलन को व्यापक स्वरूप देने पर जोर दिया गया।



जाम से बचते-बचाते पतली गलियों से होते हुए हम दलखोला से किशनगंज पहुँचे, तब तक 7 बज चुके थे। अणुव्रत समिति के युवा अध्यक्ष व मंत्री भाई संजय जी बैद व संदीप जी बाफना के साथ ही बड़ी संख्या में समाज के गणमान्य जन उपस्थित थे। सभा अध्यक्ष श्री विमल दपतरी, मंत्री श्री अजय बैद, तेयुप अध्यक्ष श्री अमित दपतरी, मंत्री श्री दिलीप सेठिया, महिला मण्डल अध्यक्ष संतोष जी दूगड़, मंत्री रचना जी बोथरा, नेपाल विभाग के महामंत्री श्री चैनरूप दूगड़ की उपस्थिति अणुव्रत आंदोलन के प्रति आपके समर्पण भाव व समर्थन को दर्शा रही थी।

अभातेयुप के निवर्तमान महामंत्री भाई मनीष जी दपतरी से उनके गृहनगर में मिलने का यह अवसर विशिष्ट था। आपका मुस्कुराता चेहरा और सहज-सरल स्वभाव मन में एक विशेष छवि उकेरता है। आपके पिता श्री राजकरण दपतरी अणुविभा के चुनावशुद्धि प्रकल्प के राष्ट्रीय संयोजक हैं। बिहार में आपके नेतृत्व में अच्छा काम हुआ था। उन्हें किसी विशेष कार्य से किशनगंज से बाहर जाना था लेकिन उन्होंने इंतजार किया और मिलने के बाद ही निकले।

रेडक्रॉस सोसायटी के अध्यक्ष श्री मिक्की शाह व मारवाड़ी सम्मेलन के कमल जी भी अणुव्रत गोष्ठी में उपस्थित थे। सार्थक चर्चा हुई। अनेक वक्ताओं ने अपनी बात कही। महिला मण्डल अध्यक्ष संतोष बाई पहले अणुव्रत समिति की अध्यक्ष थीं और अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट के लिए उन्होंने अच्छा कार्य किया था।

आज का हमारा अंतिम पड़ाव **इस्लामपुर** था और वहां से पुनः सिलीगुड़ी लौटना था। साढ़े नौ बज चुके थे, लेकिन इस्लामपुर की उत्साही महिला अध्यक्ष **शकुंतला जी**



और मंत्री **ममता जी बोथरा** अपनी टीम के साथ मौजूद थीं। सभा के मंत्री श्री राकेश लूणिया, उपाध्यक्ष श्री बच्छराज दूगड़, अखिल भारतीय युवा वाहिनी के श्री विकास बोथरा सहित अनेक कार्यकर्ताओं से चर्चा हुई। छोटे-छोटे क्षेत्रों में कैसे अणुव्रत कार्यकर्ता अपनी कर्मजा शक्ति का परिचय देते हैं, यह देखकर सुखद अनुभूति हुई। अणुविभा की हमारी पूरी टीम को जो स्नेह, सत्कार और सहकार हर स्थान पर प्राप्त हो रहा है, यह हमारे संगठन की सकारात्मक ऊर्जा को दर्शाता है।

हर पड़ाव पर हमें समय की सीमितता का एहसास हो रहा था। कुछ अधिक समय होता तो सबके स्नेह को हम अधिक सम्मान दे पाते और संवाद के लिए भी अधिक अवकाश रख पाते। शुकंतला जी के आवास पर पारिवारिक माहौल में भोजन का आनंद ले हम रात 11 बजे सिलीगुड़ी के लिए रवाना हुए।



25 नवम्बर का पूरा दिन **सिलीगुड़ी** के नाम था। यहां की अणुव्रत समिति अत्यंत उत्साही और सक्रिय है। कार्यक्रम की आयोजना में यह उत्साह झलक रहा था। बड़ा मंच सजाया गया था। बैनर पर बड़े-बड़े अक्षरों में हमारे नामों का उल्लेख कुछ असहज कर रहा था। यहां अणुव्रत समिति से बड़ा समुदाय जुड़ा हुआ है। कार्यक्रम में समिति अध्यक्ष पुष्पा जी चिण्डालिया और मंत्री जूली जी सिरोहिया के साथ ही विभिन्न संस्थाओं के पदाधिकारी उपस्थित थे। तेरापंथ प्रोफेशनल फोरम के राष्ट्रीय अध्यक्ष भाई नवीन पारख, सभाध्यक्ष श्री नोरतनमल घोषल, महिला मण्डल अध्यक्ष मनीषा जी सुराणा, टीपीएफ अध्यक्ष श्री विशाल बाफना, तेयुप अध्यक्ष श्री अनिल सेठिया सीआईआई अध्यक्ष श्री संजय टिबरीवाल, म्युनिसिपल कॉरपोरेशन के काउंसिलिंग श्री

देवप्रिय सेन गुप्ता, मर्चेन्ट एसोसिएशन के अध्यक्ष श्री करण मालू, जैन सोशल ऑर्गनाइजेशन के श्री बच्छराज बोथरा, एटीडीसी के श्री पंकज सेठिया सहित अनेक गणमान्यजनों की उपस्थिति में अणुव्रत आंदोलन को अधिक व्यापक व उद्देश्यपरक बनाने की दृष्टि से प्रभावी वक्तव्य हुए।

सिलीगुड़ी में अणुव्रत समिति अध्यक्ष पुष्पा जी के पतिदेव श्री जुगराज चिंडालिया तो अपने साथ 51 हजार के अनुदान का चेक लेकर आये थे। यह हमारे लिए एक विशिष्ट अनुभव था। इसी तरह समिति की मंत्री जूली जी जुगराज जी सिरोहिया ने भी स्वप्रेरणा से 31 हजार के सहयोग की घोषणा की। अणुव्रत समिति की तरफ से 1 लाख का सहयोग अलग से अणुविभा को प्रदान करने की भी घोषणा की गयी। मेरा मानना है कि सिलीगुड़ी अणुव्रत समिति की जागरुकता और रुचिशीलता का यह सुंदर उदाहरण है। कार्यक्रम के पश्चात् हम सभी ने महावीर इन्टरनेशनल के वृद्धाश्रम 'अपना घर' का अवलोकन किया और श्री बजरंग सेठिया के अध्यक्षीय दायित्व ग्रहण करने पर उन्हें बधाई दी। यहां अणुव्रत समिति द्वारा आवास व्यवस्था में सहयोग प्रदान किया गया है।

शाम को हमें कोलकाता के लिए ट्रेन पकड़नी थी। अतः जितना समय था, उसका उपयोग समाज के कुछ विशिष्ट जनों से मिलने में करने का चिंतन रहा। इसकी शुरुआत की नवरतनमल जी पारख और अमृतवाणी के महामंत्री अशोक जी पारख से मुलाकात के साथ। पारख साहब का स्नेह अभिभूत करने वाला था। आपने संस्था को अर्थ सहयोग भी प्रदान करने का विश्वास दिलाया। इसी कड़ी में हम श्री बाबूलाल जी लूणावत व श्री भोजराज जी लूणावत से मिले और आपकी आत्मीयता व सहयोग भावना से अत्यंत उत्साहित हुए। मनीषा जी संजय जी सुराणा के यहाँ भी जाना हुआ और उनके सहयोग के प्रति हम आश्वस्त हुए। मनीषा जी महिला मण्डल अध्यक्ष के रूप में काफी सक्रिय हैं। सभी ने अणुविभा की गतिविधियों को जाना और प्रसन्नतापूर्वक इसकी प्रगति में सहभागी बनने का भरोसा दिलाया। इस बीच युवक परिषद और आचार्य तुलसी डायग्नोस्टिक सेंटर के साथियों का स्नेह हमें इस सेंटर तक खींच लाया। इतनी आधुनिक लैब और व्यवस्थाएं देखकर आत्मिक गौरव की अनुभूति हुई।

सिलीगुड़ी का हमारा अंतिम पड़ाव रहा आस्था का एक ऐसा धाम जहां भक्तों की श्रद्धा को भव्य मंदिर में परिणत होते हुए साक्षात् देखा। यहां श्री विजयसिंह जी गोठी, श्री मोहनलाल जी कोठारी और दिलीप जी दूगड़ ने बहुत स्नेह व सम्मान से हमें मंदिर की जानकारी दी और हमारी यात्रा की सफलता के आशीर्वाद और सहयोग की स्वीकृति के साथ हमें विदा किया।



26 नवम्बर को सुबह-सुबह हम सियालदह स्टेशन पर उतरे तो हावड़ा अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री मनोज जी सिंधी व कोषाध्यक्ष श्री दीपक नखत जी प्लेटफॉर्म पर मौजूद मिले। सभा भवन में संगोष्ठी का आयोजन रखा गया था। अणुव्रत समिति हावड़ा के अध्यक्ष श्री मनोज सिंधी और मंत्री श्री राजेश बोहरा के साथ ही उत्तर हावड़ा सभा अध्यक्ष श्री राकेश जी संचेती, महिला मण्डल उत्तर हावड़ा की अध्यक्ष शांति जी श्रीमाल, मंत्री सुजाता जी दूगड़, तेयुप दक्षिण हावड़ा अध्यक्ष विरेन्द्र जी बोहरा, तेयुप उत्तर हावड़ा अध्यक्ष प्रवीण जी सिंधी, मंत्री विनीत जी कोठारी सहित बड़ी संख्या में गणमान्य जन उपस्थित थे।

महासभा के ट्रस्टी भीखमचंद जी पुगलिया, जैन कार्यवाहिनी संयोजक राजेन्द्र जी चोपड़ा और अणुविभा के मीडिया संयोजक भाई पंकज दुधोड़िया की विशेष उपस्थिति रही।

डॉ. प्रेमलता ने नशामुक्ति पर पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन के माध्यम से प्रभावी प्रस्तुति दी। हावड़ा के विधायक श्री गौतम चौधरी बड़े आत्मीय भाव से कार्यक्रम में आये और कहा कि आप स्कूलों में काम करिये, मैं आपके साथ आऊंगा। उन्होंने नशामुक्ति अभियान चलाने की बात कही। जन प्रतिनिधियों के मुक्त सहयोग से अणुव्रत के काम को निश्चय ही इस क्षेत्र में गति मिल पायेगी, ऐसा विश्वास है। यहां की युवा टीम में उत्साह है। बड़ी संख्या में महिलाओं की उपस्थिति अणुव्रत के प्रति उनके समर्थन को दर्शा रही थी।

कार्यक्रम का संयोजन श्री अमित तातेड़ ने किया। भाई दीपक जी नखत का स्नेह और आग्रह हमें उनका पारिवारिक आतिथ्य स्वीकारने को मजबूर कर रहा था। दीपक जी हाल ही में राजसमंद जाकर आये थे और चिल्ड्रन'स पीस पैलेस के प्रति उनके प्रशंसात्मक उद्गार मानो रोके नहीं रुक रहे थे।

इस बीच अविनाश जी के पिताजी अणुव्रत गौरव आदरणीय श्री जी. एल. नाहर की अस्वस्थता के समाचार चिंतित कर रहे थे। ये समाचार हमें सिलीगुड़ी से रवानगी

के साथ ही मिल गये थे लेकिन अविनाश जी ने समताभाव से उनके हॉस्पिटलाइजेशन की सारी व्यवस्थाएं फोन पर ही करायीं और हावड़ा की गोष्ठी में भाग लेकर फ्लाइट से जयपुर लौट गये। प्रभु कृपा रही, नाहर साहब स्वास्थ्य लाभ कर सप्ताह भर में घर लौट आये।

कोलकाता अणुव्रत समिति की गोष्ठी 27 नवम्बर को सायंकाल रखी गयी थी, अतः हमारे पास पर्याप्त समय था कि हम कुछ विशिष्टजनों से मुलाकात कर अणुविभा के लिए सहयोग और समर्थन प्राप्त कर सकें। इसकी शुरुआत हुई महासभा अध्यक्ष श्री सुरेश गोयल साहब से मुलाकात से जिन्होंने बड़े स्नेह से न सिर्फ हमें आमंत्रित किया और समय दिया वरन 5 लाख के अनुदान के साथ 'अणुव्रत सम्पोषक' की स्वीकृति प्रदान कर हमारा उत्साहवर्धन भी किया। भाई प्रताप जी, भीखम जी और कोलकाता समिति के अध्यक्ष प्रदीप जी सिंघी, हम सभी आत्मीयता का भाव लेकर वहां से निकले।

महासभा के पूर्व अध्यक्ष श्री सुरेन्द्र चौरड़िया, महासभा के पूर्व महामंत्री श्री विनोद बैद, अमृतवाणी के अध्यक्ष श्री प्रकाश जी बैद, जैन विश्व भारती के महामंत्री श्री प्रमोद जी बैद, महासभा के चीफ ट्रस्टी श्री भंवरलाल जी बैद, श्री प्रदीप जी कुण्डलिया, श्री जतन पारख, श्री विजय सिंह जी गोलछा, श्री प्रकाश जी बरमेचा से मुलाकात अत्यंत सार्थक और आत्मीयता से भरी रही। सभी अणुव्रत को पुनः नयी ऊँचाइयां छूते देखना चाहते हैं। अनेक सुझाव भी हमें मिले और सहयोग का भरोसा भी।

दूसरे दिन की हमारी शुरुआत हुई भाई प्रताप जी दूगड़ के घर नाश्ते के साथ। पिछले 5 दिनों से प्रताप जी के साथ रहकर उन्हें नजदीक से जानने का अवसर मिला। इतने सरल, सहज और स्पष्ट विचार तथा आत्मीयता से भरपूर व्यक्तित्व कम ही मिलते हैं। भाभीजी लीना जी भी सामाजिक कार्यों में उतनी ही सक्रिय हैं, यह जानकर अतिरिक्त प्रसन्नता हुई।

कोलकाता समिति की गोष्ठी महासभा के भिक्षु ग्रंथागार में आयोजित थी। लगभग 30 वर्षों बाद महासभा भवन में आना हुआ। महासभा के पूर्व महामंत्री और भाई

प्रदीप जी के पिताश्री भंवरलाल जी सिंघी का आशीर्वाद मिलना हमारा सौभाग्य था। मित्र परिषद के अध्यक्ष श्री मूलचंद जी डागा, राष्ट्रीय महानगर के प्रधान संपादक श्री प्रकाश जी चिंडालिया की विशिष्ट उपस्थिति रही।

समिति अध्यक्ष प्रदीप जी सिंघी के साथ ही कोलकाता सभा के मंत्री श्री अजय भंसाली, हावड़ा समिति के मंत्री श्री राजेश बोहरा, टालीगंज सभा अध्यक्ष श्री माणक डागा, टीपीएफ साउथ कोलकाता मंत्री श्री प्रवीण सिरोहिया, तेयुप साउथ कोलकाता मंत्री श्री रोहित दूगड़ सहित अनेक गणमान्य जन व जैन विद्यालय की शिक्षिकाएं कार्यक्रम में उपस्थित रहीं। श्री प्रकाश जी चिण्डालिया का विशेष वक्तव्य हुआ। कुशल संयोजन समिति उपाध्यक्ष डॉ. सुनीता जी सेठिया ने किया।



28 नवम्बर को यात्रा समाप्ति से पूर्व चारित्रात्माओं के दर्शन लाभ का सुअवसर इस यात्रा में पहली बार मिला। साध्वीश्री स्वर्णरेखा जी का प्रभावोत्पादक प्रवचन सुनकर कृत-कृत्य हो गये। ऐसे धाराप्रवाह और श्रद्धालुओं को बाँधे रखने वाले प्रवचन निश्चय ही सामाजिक बदलाव में महती भूमिका निभाते हैं। साध्वीश्री जी ने अणुव्रत के संदर्भ में अपनी बात रखी और पिताजी आदरणीय मोहनभाई को याद किया। उन्होंने संस्कार निर्माण समिति के दौर के गीत 'कुण ऊंचो कुण नीचो' और 'झागड़ बिलौवणो' की कुछ पंक्तियां भी सुनायीं।

कार्यक्रम के बाद जब उन्हें बताया कि ये गीत मैं ही गाया करता था तो वे हँस पड़ीं। साध्वीश्री जी का आशीर्वाद प्राप्त कर हमने भीखम जी सुराणा साहब की बहन सुशीला बाई राजकुमार जी दूगड़ के घर भोजन लिया और नेताजी सुभाषचंद्र बोस हवाई अड्डे की ओर चल पड़े। प्रताप जी दूगड़ ने एयरपोर्ट तक हमें साथ दिया और सुखद स्मृतियों के साथ हमने विदा ली।

संगठन मंत्री राकेश जी मालू और बंगाल प्रभारी सुरेंद्र जी का श्रम इस यात्रा की सफलता में योगभूत बना। आप दोनों का सहज सहयोग भाव और स्नेह हमें उत्साहित कर रहा था।



विविध समाचार



हैदराबाद

अणुव्रत समिति हैदराबाद की संगठन गोष्ठी

अणुव्रत समिति द्वारा अणुव्रत विश्व भारती के तत्वावधान में संगठन गोष्ठी 8 दिसम्बर को आयोजित की गयी। इसमें सबसे पहले कन्नूर में हेलिकॉप्टर दुर्घटना में दिवंगत सीडीएस जनरल बिपिन रावत व अन्य सैन्य अधिकारियों को श्रद्धांजलि अर्पित की गयी।

मुख्य अतिथि अणुविभा के महामंत्री श्री भीखम चंद सुराणा ने कहा कि अणुव्रत समिति हैदराबाद अणुव्रत के प्रचार-प्रसार के लिए काफी सक्रियता से कार्य कर रही है। यहां के सभी पदाधिकारी व कार्यकर्ता ऊर्जावान हैं व समर्पण भाव से कार्य कर रहे हैं। अणुव्रत के कार्यकर्ताओं को अपने अणुव्रती होने पर गर्व होना चाहिए। हमें कार्यक्रमों की ऐसी मिसाल पेश करनी चाहिए कि अन्य लोग स्वयं अणुव्रत के प्रति आकर्षित हों। उन्होंने अणुविभा के कार्यक्रमों का विवरण प्रस्तुत करते हुए कहा कि इनमें स्कूली विद्यार्थियों में जीवन विज्ञान को व्यापकता देने के साथ अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट के माध्यम से विद्यार्थियों में छिपी प्रतिभाओं को उजागर करना भी शामिल है।

अणुव्रत समिति हैदराबाद के अध्यक्ष श्री प्रकाश एच भंडारी ने स्वागत वक्तव्य के साथ ही समिति द्वारा विगत नौ माह में किये गये कार्यों का विवरण प्रस्तुत किया। मंत्री श्री अशोक मेड़तवाल ने धन्यवाद ज्ञापित किया।

इस अवसर पर श्री भीखम चंद सुराणा का अणुव्रत समिति की ओर से सम्मान किया गया। कार्यक्रम में अणुविभा के तेलंगाना प्रभारी श्री तिलोक सिपानी, अणुविभा कार्यकारिणी सदस्य श्री विकास दस्सानी, जयंती गोलछा सुराणा के साथ अणुव्रत समिति हैदराबाद के सह मंत्री श्री विजय आंचलिया, कार्यकारिणी सदस्य श्री राकेश सुराणा, श्री हुक्मी चंद कोटेचा व श्री कमल बरमेचा आदि की गरिमामयी उपस्थिति रही।



जसोल

स्कूली बच्चों के मध्य नशामुक्ति व ध्यान कार्यक्रम

मुनिश्री धर्मेशकुमार, मुनिश्री डॉ. विनोद कुमार और मुनिश्री यशवंत कुमार असाडा से विहार कर 30 नवम्बर को ओसवाल समाज भवन जसोल पधारे। इस अवसर पर तेरापंथ सभा जसोल व अणुव्रत समिति जसोल द्वारा सेंट पॉल स्कूल में आयोजित कार्यक्रम में मुनिश्री धर्मेश कुमार ने छात्र-छात्राओं को संबोधित करते हुए कहा कि नशा जीवन का नाश है, जिन्दगी में कभी भी झूठ नहीं बोलना, सत्य बोलना चाहिए। परीक्षा में नकल नहीं करनी चाहिए। मुनिश्री ने ध्वनि के प्रयोग तथा ध्यान केन्द्रित प्रयोग भी कराये।

अणुव्रत समिति अध्यक्ष श्री पारसमल गोलेच्छा ने भी विचार व्यक्त किये। स्कूल के प्राचार्य फादर रोनाल्ड लोबो ने मुनिश्री का स्वागत किया। इस अवसर पर तेरापंथ सभा के निवर्तमान अध्यक्ष श्री डुंगरचन्द सालेचा, सभा अध्यक्ष श्री मोतीलाल जीरावला, अणुव्रत समिति कोषाध्यक्ष श्री भीखचन्द छाजेड़, जीवन विज्ञान प्रभारी श्री पवनकुमार छाजेड़, ज्ञानशाला प्रभारी श्री सुरेंद्र बी सालेचा सहित कई संस्थाओं के सदस्य मौजूद थे।

सूरतगढ़

नशामुक्ति पर कार्यक्रम आयोजित

अणुव्रत समिति की ओर से तेरापंथ भवन में 12 दिसम्बर को नशामुक्ति पर कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर साध्वीश्री प्रतिभा जी ने नैतिकता की राह पर चलते हुए सद्भावना मय जीवन जीने के साथ ही सदा सत्य बोलने की प्रेरणा दी। कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि के रूप में शामिल पाँच डॉक्टरों ने कहा कि नशीले पदार्थों का ही नहीं, मोबाइल का भी नशा होता है। ऐसे में नशा चाहे किसी भी तरह का हो, उससे बचने का प्रयास करना चाहिए। इससे पहले समिति की अध्यक्ष श्रीमती सारिका रांका ने सभी का स्वागत किया। कार्यक्रम का कुशल संयोजन श्री भरत रांका ने किया।



विविध समाचार



अरुणाचल के राज्यपाल को भेंट की 'अणुव्रत' पत्रिका

अरुणाचल प्रदेश के राज्यपाल डॉ. बी. डी. मिश्रा को अणुव्रत विश्व भारती की संगठन मंत्री डॉ. कुसुम लुनिया व अणुविभा सदस्य डॉ. धनपत लुनिया ने बेंगलुरु में 6 दिसम्बर को अणुविभा के महत्वपूर्ण प्रकाशन 'अणुव्रत' व 'बच्चों का देश' पत्रिका भेंट की। राज्यपाल तथा उनकी पत्नी डॉ. नीलम मिश्रा ने वैश्विक समस्याओं का समाधान सुझाने वाली भारतीय संस्कृति और मानवीय मूल्यों से ओतप्रोत 'अणुव्रत' पत्रिका की मुक्त कण्ठ से सराहना की।



शिक्षा मंत्री डॉ. बी. डी. कल्ला को पत्रिकाएं भेंट

राजस्थान के शिक्षा मंत्री डॉ. बी.डी. कल्ला को अणुविभा की कार्यसमिति सदस्य डॉ. नीलम जैन ने अणुविभा की ओर से पत्रिका 'अणुव्रत' एवं 'बच्चों का देश' की प्रतियां भेंट कीं। विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग द्वारा आयोजित कार्यक्रम में शिक्षा मंत्री बतौर मुख्य अतिथि बीकानेर पधारे थे। समारोह में उपस्थित छात्र-छात्राओं को 'अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट' में भाग लेने को प्रेरित करने के लिए दोनों पत्रिकाएं वितरित की गयीं।



अणुव्रत संदेश स्थाल



- ❑ अणुव्रत सर्कल
- ❑ कांकरिया गेट नं. 2, जू गेट, शनि मंदिर के पास कांकरिया, मणिनगर, अहमदाबाद – 380008
- ❑ लोकार्पण की तिथि – 27 जून, 2010
- ❑ यह अहमदाबाद के सबसे प्रसिद्ध कांकरिया लेक के गेट नं. 2 (कांकरिया चिड़ियाघर) के सामने है यहाँ रोजाना हजारों लोग घूमने आते हैं।
- ❑ प्रायोजक : स्वर्गीय मंगतमलजी मनोहरी देवी दुग्ड़ की पुण्य स्मृति में श्री कन्हैयालाल, झूमरमल, आनंद कुमार, राजेश कुमार, प्रकाश कुमार दुग्ड़ परिवार
- ❑ वर्तमान में सार-संभाल करने वाले संस्थान तेरापंथ सभा कांकरिया मणिनगर एवं अणुव्रत समिति, अहमदाबाद

आप भी अपने क्षेत्र में स्थित ऐसे स्थलों की सूचना अणुविभा दिल्ली कार्यालय मोबाइल 9116634512 ईमेल anuvrat.patrika@anuvibha.org को यथाशीघ्र प्रेषित करें।





पाठकों के लिए विशेष प्रतियोगिता



आपको
करना है
बस इतना

❖ 'अणुव्रत पत्रिका' के
दिसम्बर 2021 अंक को
ध्यानपूर्वक आद्योपांत पढ़ना
❖ दिसम्बर 2021 अंक
पर आधारित 10 सरल प्रश्नों
के उत्तर प्रेषित करना

- ❖ ❖ जीवन विज्ञान दिवस कब मनाया गया ? (01)
- ❖ ❖ अणुव्रत का साधना पक्ष किसे कहा गया है ? (02)
- ❖ ❖ 2017 में सेकंड चांस की शुरुआत किसने की ? (03)
- ❖ ❖ आरामबाग का गांधी किसे कहा जाता है ? (04)
- ❖ ❖ पर्यावरण संरक्षण का मूल मंत्र क्या है ? (05)
- ❖ ❖ अणुविभा की दो राष्ट्रीय पत्रिकाएं कौन-सी हैं ? (06)
- ❖ ❖ आजादी के अमृत महोत्सव की शुरुआत कब हुई ? (07)
- ❖ ❖ शराबबंदी आंदोलन से चर्चित बरार पंचायत की सरपंच कौन हैं ? (08)
- ❖ ❖ अंग्रेजी हुकूमत के खिलाफ लड़ाई लड़ने वाली तमिलनाडु की पहली महारानी कौन थीं ? (09)
- ❖ ❖ शराबबंदी के लिए अनशन करते हुए अपने प्राण त्याग देने वाले व्यक्ति का क्या नाम है ? (10)

❖
दिसम्बर
2021
अंक
पर
आधारित
प्रश्न
❖

- ज्ञातव्य बिंदु —
- ❖ प्रतियोगिता के प्रश्न दिसम्बर 2021 के अंक पर आधारित।
 - ❖ परिवार के एक सदस्य की प्रविष्टि ही मान्य होगी।
 - ❖ प्रतिभागी उत्तर के साथ पता और मोबाइल नं. अवश्य उल्लेख करें।
 - ❖ उत्तर संक्षेप में दें। पत्रिका में उल्लेखित शब्द ही मान्य होंगे।
 - ❖ काट-छांट व शब्दों में त्रुटि होने पर अंक काट लिये जायेंगे।
 - ❖ सर्वाधिक सही उत्तर लिखकर भेजने वाला पाठक विजेता होगा।
 - ❖ एकाधिक विजेता होने की स्थिति में लॉटरी द्वारा निर्धारण होगा।
 - ❖ विजेता का नाम मय फोटो पत्रिका में प्रकाशित किया जायेगा।
 - ❖ सही उत्तरदाताओं के नाम का पत्रिका में उल्लेख होगा।

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

आकर्षक पुरस्कार

विजेता

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

प्रोत्साहन - दो

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

उत्तर प्राप्ति की अंतिम तिथि
15 फरवरी, 2022

नवम्बर 2021 अंक में प्रकाशित प्रतियोगिता के परिणाम

(अक्टूबर 2021 अंक पर आधारित)

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

विजेता



कमलेश जैन
हांसी

—: प्रोत्साहन पुरस्कार —:

प्रणत नाहर
जोधपुर
कुसुमलता वर्मा
जयपुर

अन्य सही उत्तरदाताओं के नाम :-

निलेश कुमार बैद	चंद्रकाता जैन	प्रकाश चंद जैन
सिद्धार्थ नाहर	सुरेंद्र कुमार गोलछा	सुशीला गोलछा
सुरेंद्र राज गेलडा	ज्योतिषा नाहर	कीर्ति जैन
सुधा भंसाती	प्रवीणता जैन	सोहनराज तातेड
अमित कुमार छाजेड	अंजना	मंजुदेवी छाजेड
कानिला जौहरी	रामविलास जैन	प्रेसा भंसाती
अनिता भंसाती	सोमन देवी	महावीर सालेवा
निकिता छाजेड	प्रमोद कुमार जैन	रेखादेवी लूकड
शशि लूकड	कमलसिंह बुच्चा	निधि संठिया
सायरदेवी भदानी	सुधा जैन	सिद्धि जैन
जिनेश चौपड़ा	चारुल चौपड़ा	संगीता चौपड़ा
सुरेश चौपड़ा	विजया चौपड़ा	सुमन जैन
भगवान दास	ममतादेवी संकलेचा	अलका संकलेचा
कमला बैद	शिकी गोलछा	सरोज जैन
पूजा जैन	आरती जैन	सुमन जैन
राजकुमार	शिकी जैन	शशिबाला जैन
संतोष जैन	प्रमलता जैन	रीता जैन
ए.पी. माधुर	सरला कोठारी	मंजू जोहरी
विमल कामसुखा	राजेन्द्र संकलेचा	निलेश जैन
कलपेश मेहता	खुशबू जैन	अजीत प्रसाद जैन
बजरंगलाल डामा	कपिल बाठिया	खुशबू देवी बाठिया
दीपिका बागरेवा	इन्द्रा देवी	हीना संकलेचा
ममतादेवी कांकरिया	विजय जैन	

अणुव्रत Q10
प्रतियोगिता

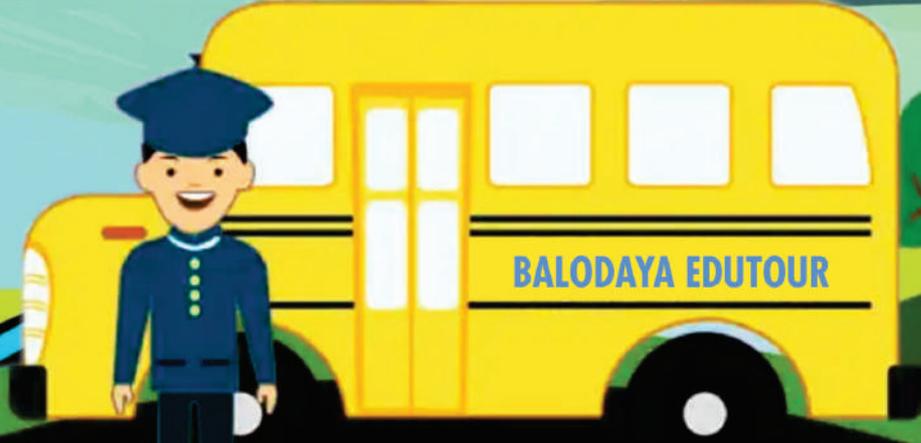
प्रश्नों के सही उत्तर

उत्तर 01	जीवन शैली	पृ. 20
उत्तर 02	डेनमार्क	पृ. 48
उत्तर 03	महात्मा गांधी	पृ. 12
उत्तर 04	ए.ए. स्वामीनाथन, बी.शिवरमण, नार्मन इ. बोर्लांग तथा विदबंस सुब्रमण्यम	पृ. 45
उत्तर 05	आवार	पृ. 47
उत्तर 06	अधिपैक कोठारी	पृ. 37
उत्तर 07	प्रवीण कुमार गोयल	पृ. 44
उत्तर 08	ईशापनिषद	पृ. 47
उत्तर 09	39	पृ. 32
उत्तर 10	जयपुर	पृ. 38



आपका स्कूल शैक्षिक भ्रमण पर जाने की योजना बना रहा है?
इसे मूल्यपरक, उपलब्धिपरक और यादगार बनाने के लिए प्रस्तुत है... ✓

'बालोदय एजुटूर'



सर्वांगीण बाल विकास के प्रति कृतसंकल्पित विद्यालयों को
राजस्थान के मेवाड़ अंचल के शैक्षिक भ्रमण का उत्कृष्ट अवसर
प्रमुख ऐतिहासिक स्थलों के भ्रमण का मौका



बालोदय एजुटूर की विशेषताएं

- राजसमन्द झील के निकट एक पहाड़ी पर प्राकृतिक दृश्यावलियों के बीच 'चिल्ड्रन 'स पीस पैलेस' में बेस कैम्प
- योगा सत्र, चित्र प्रदर्शनी, प्रश्नोत्तरी, फिल्म शो, सांस्कृतिक कार्यक्रम
- पीस पैलेस में सादगीपूर्ण आवास व सुरुचिपूर्ण भोजन की श्रेष्ठ व्यवस्था
- बस सुविधा उपलब्ध

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें-
अभिषेक कोठारी, संयोजक +917727867624
राजसमंद कार्यालय-
+91 91166 34513 • head.office@anuvibha.org



अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

<https://anuvibha.org>

GALAXY GROUP

Architectural marvels across 46 countries worldwide have used our stones.

We are proud to have contributed to the architectural world with these concept stores and outlets in Jaipur:

Stone Studio
By Galaxy

India's first concept store
for stone display

Tile Studio
By Galaxy

Finest Selection of
Premium Tiles

Light Studio
By Galaxy

Rajasthan's Largest Decorative
Lights Display

Landscape Studio
BY GALAXY

India's best collection of
Landscape Artefacts

The experience of three decades has helped us translate our vision for providing unparalleled lifestyle into -

The Urban Village by Galaxy Enclave, a fully integrated township next to Jaipur's business hub.

राजस्थान की राजधानी जयपुर की विश्व स्तरीय टाउनशिप में
बनायें अपने सपनों का आशियाना



RERA No: RAJ/P/2017/448; RAJ/P/2020/1364

GALAXY ENCLAVE THE URBAN VILLAGE

Modern Day Luxuries In Harmony With Nature

250 feet SEZ Road, Kalwara, Ajmer Road, Jaipur

TO KNOW MORE, CALL US ON

+91-90791-23572/ 88755-84455/ 88754-08875 or write to info@urban-village.co.in

www.urban-village.co.in