नवम्बर 2023 ■ वर्ष : 69 ■ अंक : 02 ■ पृष्ठ : 60 ■ मूल्य : ₹ 60

अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अणुव्रत

75
1949 - 2024

अणुव्रत आंदोलन

अणुव्रत अमृत महोत्सव

उज्ज्वल भविष्य का साझा संकल्प

अणुविभा

अणुव्रत पुरस्कार 2023

श्री रतन टाटा

मूल्य आधारित जीवनशैली और मानवता की सेवा में उत्कृष्ट योगदान के लिए वर्ष 2023 का अणुव्रत पुरस्कार श्री रतन टाटा को प्रदान किया जाएगा। श्री रतन टाटा ने व्यावसायिक, सार्वजनिक व व्यक्तिगत जीवन में सिद्धांतप्रियता का अनुकरणीय उदाहरण प्रस्तुत कर सम्पूर्ण विश्व को प्रेरित किया है।

85 वर्षीय उद्योगपति तथा समाजसेवी श्री रतन टाटा ने वैश्विक स्तर पर फैले अपने व्यावसायिक प्रतिष्ठानों में प्रामाणिकता और मूल्य आधारित आचार संहिता को लागू करने में अग्रणी भूमिका निभायी है। श्री टाटा का व्यक्तिगत जीवन भी सरलता, सादगी, सद्भाव, सेवा और नैतिकता का पर्याय रहा है।

अणुव्रत दर्शन में सन्निहित मानवीय मूल्यों से अपने व्यक्तिगत, सामाजिक एवं व्यावसायिक जीवन को अनुप्राणित करने वाले श्री रतन टाटा को अणुव्रत पुरस्कार - 2023 प्रदान करने की घोषणा कर अणुविभा परिवार प्रसन्नता व गौरव की अनुभूति करता है।

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

■ ■ ■

'अणुव्रत' की कल्पना बहुत सुंदर है। देश में नैतिकता की गहरी कमी दिखायी पड़ती है। उसमें परिवर्तन करने के लिए अणुव्रत आंदोलन सहायक हो सकता है।
आचार्य श्री तुलसी अणुव्रत आंदोलन की सफलता के लिए हम सबकी श्रद्धा और सहयोग के अधिकारी हैं।

- राजर्षि पुरुषोत्तमदास टण्डन

■ ■ ■

वर्ष 69 ● अंक 02 ● कुल पृष्ठ 60 ● नवम्बर, 2023

सम्पादक
संचय जैन

सह–सम्पादक
मोहन मंगलम

■ ■ ■

टाइपसेटिंग व लेआउट
मनीष सोनी

क्रिएटिव्स
आशुतोष रॉय

चित्रांकन
मनोज त्रिवेदी

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

प्रकाशन मंत्री
देवेन्द्र डागलिया
संयोजक, पत्रिका प्रसार
सुरेन्द्र नाहटा

:: सदस्यता शुल्क विवरण ::

एक अंक	–	₹ 60
एक वर्षीय	–	₹ 750
त्रैवर्षीय	–	₹ 1800
पंचवर्षीय	–	₹ 3000
दसवर्षीय	–	₹ 6000
योगक्षेमी (15 yrs.)	–	₹ 15000

:: बैंक विवरण ::

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

:: ऑनलाइन भुगतान के लिए ::

इस क्यूआर कोड को स्कैन करें

अणुविभा

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

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

अनुक्रमणिका

प्रेरणा पाथेय

- अणुव्रत है सम्प्रदाय-विहीन धर्म 06
  आचार्य तुलसी
- कैसे करें संस्कारों का निर्माण? 10
  आचार्य महाप्रज्ञ
- सर्वगुणसंपन्नता से क्या मिलेगा? 14
  आचार्य महाश्रमण

आलेख

- मित्ती मे सव्वभूएसु 18
  साध्वी आरोग्यश्री
- अणुव्रत चरित्र निर्माण... 21
  मुनि कमलकुमार
- अच्छाइयों से होता है... 22
  अखिलेश आर्येन्दु

कहानी

- रूपांतरण 24
  प्रभाशंकर उपाध्याय

कविता

- अणुव्रत के हम... 9
  वसीम अहमद नगरामी
- निर्भय होकर चलना है... 20
  डॉ. रमेश मिलन

लघुकथा

- लक्ष्मी का आगमन 13
  मीरा जैन
- दीये की नीति 13
  राजेश अरोड़ा

- संपादकीय 05
- कदमों के निशां 28
- गौरवशाली अतीत के झरोखे से... 29
- पुरस्कारों की घोषणा 36
- अणुव्रत प्रबोधन शिविर 37
- अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह : एक रिपोर्ट 38
- क्यू 10 45
- पूर्वांचल अणुव्रत कार्यकर्ता संगोष्ठी 46
- अणुव्रत वाटिका शुभारंभ 48
- डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम 50
- अणुव्रत बालोदय किडजोन 51
- अणुव्रत की बात 53
- अणुव्रत बालोदय शिविर 54
- अणुव्रत गीत महासंगान 55
- अणुव्रत समाचार 56

- 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।

नये क्षितिज की ओर

अन्तर मन के तम से कैसे
उबर सकूँ वो पथ दिखला दो,
श्वेत किरण का सिंहद्वार
बन पाऊँ ऐसा गुर सिखला दो।

कलुष हटेगा, रोशन होगा
उद्घाटित होगा नव संसार,
देख सकूँगा बहती है कहाँ
निर्मल जल की कल-कल धार।

पुष्पित उपवन, सुरभित सरगम
इन्द्र धनुष के सप्त रंग,
अन्तर के उस विरल जगत में
फैली चहुँदिश दिव्य तरंग।

वो दिव्य दृष्टि, वो आत्म शक्ति
वो सक्षमता में पा जाऊँ,
बस मार्ग मुझे वो दिखला दो
खुद से ऊपर में उठ जाऊँ।

नवम्बर का यह महीना विशिष्ट हो चला है। एक तरफ अणुव्रत अमृत महोत्सव की ऐतिहासिक पृष्ठभूमि में अणुव्रत अनुशास्ता के पावन सान्निध्य में 74वां अणुव्रत अधिवेशन आयोजित हो रहा है, वहीं अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक महान संत आचार्य श्री तुलसी का 110वां जन्मदिवस पूरे देश में अणुव्रत दिवस के रूप में मनाया जा रहा है। इसी बीच दीपों का पर्व मानो अणुव्रत के जीवन-दर्शन को एक नया अर्थ प्रदान कर रहा है।

अणुव्रत आंदोलन अपने अमृत महोत्सव के स्वर्णिम पलों में नये क्षितिज की ओर देख रहा है। मानवता के उज्ज्वल भविष्य के लिए देशभर से अणुव्रत कार्यकर्ता साझा संकल्प के साथ 18-19-20 नवम्बर को मुम्बई में अधिवेशन स्थल पर एकत्र हो रहे हैं। 15 नवम्बर को अणुव्रत दिवस और 16-17 नवम्बर को अणुव्रत लेखक सम्मलेन - मानो अणुव्रत का साप्ताहिक अनुष्ठान! यह आवश्यक है और समय की माँग भी है। जब चारों ओर अंधेरे का साम्राज्य बढ़ रहा हो तब रोशनी की नन्ही-सी किरण भी उम्मीदों की बहार बन जाती है। घनघोर अंधेरे में ही छोटे-से दीपक की सबसे अधिक कीमत होती है।

आज जब प्रकाश पैदा करने वाले एक से बढ़ कर एक यंत्र आविष्कृत किये जा चुके हैं, यहाँ तक कि कृत्रिम सूरज बना लेने की बात हो रही है, उस दौर में दीपावली का पर्व आज भी हमें दीपक से जोड़े रखता है। हम इस सच्चाई के गवाह बनते हैं कि कैसे एक प्रकाशमान दीप, एक से एक दीप जला कर दीपमाला को आकार देता है और अंधेरे पर प्रकाश की विजय की घोषणा करता है। अंधकार से लड़ने का यह जीवन-दर्शन अमूल्य है, अमोघ और अद्वितीय है, भले ही वह अंधकार प्रकाश के अभाव में फैला हो या फिर अच्छाई के बढ़ते अभाव में अनीति और अनाचार के रूप में फैला हो।

आज विश्व में बढ़ रहे अनैतिकता के अंधकार को दूर करने के लिए अणुव्रत प्रकाश के लघु दीप जला-जला कर विशाल दीपमाला के रूप में दुनिया को नैतिकता, सदाचार और सद्भाव के प्रकाश से रोशन कर रहा है। अणुव्रत आंदोलन का मंत्र है - अणुव्रत का प्रत्येक कार्यकर्ता स्वयं दीपक बने और फिर एक-से-एक दीपक जला कर दीपमाला बनाये। अणुव्रत कहता है - अंधेरे को कोसना निरर्थक है, स्वयं दीपक बनो। किसी और से दीपक बनने की अपेक्षा करने से पहले स्वयं से शुरुआत करो। यही अणुव्रत है। यही अणुव्रत का सार है।

15 नवम्बर, भैया दूज का दिन अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक परम पूज्य आचार्य श्री तुलसी का 110वां जन्मदिवस है जिसे हम प्रतिवर्ष अणुव्रत दिवस के रूप में मनाते हैं। अणुव्रत के माध्यम से आचार्य श्री तुलसी ने संयम को मानव जीवन की सफलता में केंद्रीय स्थान प्रदान किया था। अतः अणुव्रत दिवस के दिन उपवास के रूप में संयम का संकल्प आचार्य श्री तुलसी के प्रति आमजन की भावांजलि का ही एक रूप है। संयम हमारे जीवन के हर एक हिस्से का साथी बने, यही अणुव्रत दिवस का संदेश है।

उस महान आत्मा के प्रति अनन्त नमन!

सं. जै.
sanchay_avb@yahoo.com

आचार्य तुलसी

अणुव्रत है सम्प्रदाय-विहीन धर्म

अणुव्रत को स्वीकार करने वाला व्यक्ति अणुव्रती होता है, फिर चाहे वह किसी भी जाति, वर्ग, मजहब, लिंग, रंग और भाषा से संबंधित हो। मानवीय मूल्यों में आस्था अणुव्रती बनने वाले की न्यूनतम योग्यता है। जो लोग यह मानते थे कि सम्प्रदाय के बिना धर्म नहीं हो सकता, अणुव्रत उनके सामने सम्प्रदाय-विहीन धर्म का प्रतीक बन गया।

नितान्त लौकिक क्षणों में जीने वाला व्यक्ति भी अलौकिक अनुभूति के खूबसूरत पलों की प्रतीक्षा करता है। वे पल उसकी चेतना को भीतर से छूते हैं और उसमें जीवन के प्रति नयी आस्था पैदा करते हैं। उस अरूप सत्ता और शक्ति का अनुभव करने के बाद वह एक नयी सोच को विकसित करता है। एक दृष्टि तक अपना अनुभव उसके साथ नहीं जुड़ता है, तब तक उसको स्वाभाविक स्वीकृति नहीं मिल सकती। भीतर का वह अनुभव बाहर प्रकट होता है, तब उसकी पहचान धर्म के रूप में की जाती है।

इस संसार में धर्म चलता है और धर्म-सम्प्रदाय भी चलते हैं, बल्कि मानना चाहिए कि धर्म से अधिक धर्म-सम्प्रदाय चलते हैं। आज कोई भी व्यक्ति धर्म के कारण धार्मिक नहीं कहलाता, सम्प्रदाय के नाम पर धार्मिक कहलाता है। एक ओर धार्मिक मूल्यों का ह्रास हो रहा है, दूसरी ओर धार्मिकों की संख्या बढ़ती जा रही है। पतनशील धार्मिक मूल्यों के बीच में क्या कोई धार्मिक बना रह सकता है? यह एक ऐसा सवाल है, जो तह में उतरकर सोचने के लिए विवश करता है।

भारतवर्ष बड़ी आबादी का देश है। भारतीय संस्कृति धर्मप्रधान संस्कृति है। यहां शत-प्रतिशत नहीं तो कम-से-कम नब्बे प्रतिशत व्यक्ति धार्मिक हैं। जैन, बौद्ध, ईसाई, सनातनी, मुस्लिम सभी तो स्वयं को धार्मिक मानते हैं। इनकी धार्मिकता मजहबी धार्मिकता है। अब अगर यह सर्वे किया जाये कि इन नब्बे प्रतिशत धार्मिकों में प्रामाणिक कितने हैं? संभव है, इस प्रश्न के उत्तर से जुड़ने वाले लोग एक प्रतिशत भी नहीं मिलेंगे। यह स्थिति दोहरे मूल्यों की संस्कृति को पनपा रही है। अन्यथा किसी धार्मिक व्यक्ति के जीवन पर अप्रामाणिकता की छाया ही कैसे पड़ सकती है? सबसे अधिक आश्चर्य की बात यही है कि व्यक्ति अपने आपको धार्मिक मानने या दिखाने में जितने गौरव का अनुभव करता है, उतना ही गौरव उसे भ्रष्टाचार और बेईमानी करते समय भी उपलब्ध हो जाता है। इस द्वन्द्व को कैसे दूर किया जाये?

सामान्यतः धर्म का सम्बन्ध आचरण के साथ न जोड़कर कुल-परम्परा के साथ जोड़ा जाता है। व्यक्ति जिस कुल या वर्ग में पैदा होता है, उस कुल या वर्ग के धर्म का अनुयायी वह कुछ किये बिना ही हो जाता है। कुल-परम्परा से प्राप्त धर्म का क, ख, ग न जानने पर भी वह जैन, बौद्ध या सनातनी कहलाता है। यह विसंगति जीवन को खोखला बना रही है क्योंकि धर्म कहलाने या दीखने का तत्त्व है ही नहीं। वह तो एक जीवनशैली है, जो अनुभव में आनी चाहिए। अप्रामाणिक या अनैतिक जीवन में

सामान्यतः धर्म का सम्बन्ध आचरण के साथ न जोड़कर कुल-परम्परा के साथ जोड़ा जाता है। व्यक्ति जिस कुल या वर्ग में पैदा होता है, उस कुल या वर्ग के धर्म का अनुयायी वह कुछ किये बिना ही हो जाता है। यह विसंगति जीवन को खोखला बना रही है। अप्रामाणिक या अनैतिक जीवन में धार्मिक होने का दावा फटे टाट में रेशमी पैबन्द लगाने जितना हास्यास्पद है।

धार्मिक होने का दावा फटे टाट में रेशमी पैबन्द लगाने जितना हास्यास्पद है।

एक धार्मिक कहलाने वाला व्यक्ति चरित्रहीन हो, हिंसा पर उतारू हो, आक्रांता हो, धोखाधड़ी करने वाला हो, मिलावट करता हो, छुआछूत के मानदण्ड में उलझा हुआ हो, दुर्व्यसनों में फँसा रहता हो, शराब पीता हो, खान-पान की शुद्धि का ध्यान न रखता हो और भी अनेक अनैतिक आचरण करता हो, क्या वह धार्मिक कहलाने का अधिकारी है? ऐसा धार्मिक व्यक्ति धर्म की सच्चाइयों को आत्मसात् कैसे करेगा?

धार्मिक व्यक्ति की यह दोहरी भूमिका धर्म के माथे पर एक ऐसा कलंक है, जिसे धोने के लिए धार्मिक अंधविश्वासों और कुरीतियों को यथार्थ के नजरिये से देखने की जरूरत है, सम्प्रदायों को गौण कर धर्म को उसके अपने रूप में परखने की जरूरत है। यह जरूरत आज जितनी है, पहले भी इतनी ही थी। बल्कि उस समय अधिक थी। उन दिनों देश में विदेशी दासता का उमस भरा माहौल था। राष्ट्रीयता के प्रेम में डूबे हुए कुछ लोगों ने गांधीजी के नेतृत्व में अहिंसात्मक बगावत की। उसे कुचलने का निर्मम प्रयत्न हुआ, पर आखिरी जीत अहिंसा की हुई। वह समय देशवासियों के लिए संक्रांति का समय था। संक्रांतिकाल में राजनैतिक, सामाजिक और धार्मिक सभी मूल्यों में गिरावट की संभावना को नकारा नहीं जा सकता। धार्मिक मूल्यों को नया परिवेश देने का दायित्व धर्म-गुरुओं पर होता है। इसी बात को ध्यान में रखकर हमने देश की आजादी के साथ-साथ सम्प्रदाय-विहीन धर्म अथवा एक नैतिक आंदोलन की शुरुआत की, जो आज 'अणुव्रत' के नाम से अपनी अच्छी पहचान बना चुका है।

'अणुव्रत' इस नाम का चयन बहुत सोच-विचार के बाद किया गया। हमने सोचा - नाम ऐसा होना चाहिए, जो सीधा हो, छोटा हो और त्याग के महत्व को उजागर करने वाला हो। अणुव्रत नाम इस चिन्तन के फ्रेम में फिट बैठ गया। अणुव्रत का विधान बनाते समय विशेष रूप से लक्ष्य रखा गया कि यह किसी सम्प्रदाय का रूप न ले ले। अणुव्रत को स्वीकार करने वाला व्यक्ति अणुव्रती होता है, फिर चाहे वह किसी भी जाति, वर्ग, मजहब, लिंग, रंग और भाषा से संबंधित हो। मानवीय मूल्यों में आस्था अणुव्रती बनने वाले की न्यूनतम योग्यता है। जो लोग यह मानते थे कि सम्प्रदाय के बिना धर्म नहीं हो सकता, अणुव्रत उनके सामने सम्प्रदाय-विहीन धर्म का प्रतीक बन गया।

सम्प्रदाय-विहीन धर्म की बात किसी नये युग या नये चिन्तन की उपज नहीं है। महावीर वाणी में हमने यह बात पढ़ी। स्थानांग सूत्र में चार प्रकार के पुरुषों की चर्चा करते हुए बताया गया है-

- कुछ पुरुष धर्म का त्याग कर देते हैं, गणसंस्थिति का त्याग नहीं करते।
- कुछ पुरुष गणसंस्थिति का त्याग कर देते हैं, धर्म का त्याग नहीं करते।
- कुछ पुरुष धर्म का भी त्याग कर देते हैं और गणसंस्थिति का भी त्याग करते हैं।
- कुछ पुरुष न धर्म का त्याग करते हैं और न गणसंस्थिति का त्याग करते हैं।

उक्त चौभंगी में दूसरा भंग सम्प्रदाय-विहीन धर्म का प्रतिपादन करता है। यदि सम्प्रदाय बिना धर्म टिकता ही नहीं तो ऐसा नहीं कहा जाता कि कुछ पुरुष गणसंस्थिति का त्याग कर देते हैं, पर धर्म का त्याग नहीं करते। यहां धर्म शब्द का अभिप्राय जीवन की पवित्रता या आचरण की उच्चता से है।

अणुव्रत आन्दोलन के प्रारम्भ में अणुव्रत को अनेक प्रकार की आशंकाओं के घेरे में रहना पड़ा। हम स्वयं भी इसकी संभावनाओं के प्रति पूरी तरह से आश्वस्त नहीं थे। क्योंकि सही तत्त्व को भी संकीर्ण नजरिये से देखने पर उसमें साम्प्रदायिकता का पुट लगाया जा सकता था। किन्तु अणुव्रत ने लोक-मानस पर एक छाप छोड़ी। जनता ने उसको अपनाया और जन-समर्थन के कारण ही वह देशव्यापी आन्दोलन बन गया।

अणुव्रत की असाम्प्रदायिकता इस बात से प्रमाणित नहीं है कि डॉ. राजेन्द्र प्रसाद, डॉ. राधाकृष्णन एवं बी. डी. जत्ती जैसे व्यक्तियों ने अणुव्रत के प्रति अपनी निष्ठा व्यक्त की। उन जैसे सहज

धार्मिक लोग धर्म के मौलिक सिद्धांतों से जुड़ी हुई किसी भी प्रवृत्ति को अपना समर्थन ही नहीं, प्रोत्साहन दे सकते हैं। किंतु पंडित जवाहरलाल नेहरू, प्रोफेसर गोरा, कामरेड यशपाल, गोपालन, डांगे जैसे व्यक्ति जिनकी किसी मजहब के प्रति आस्था नहीं थी, अणुव्रत के प्रति आस्थाशील बने, यह महत्वपूर्ण बात है।

अणुव्रत किसी भी व्यक्ति की व्यक्तिगत धार्मिक आस्था में कोई हस्तक्षेप नहीं करता। कौन व्यक्ति किसकी उपासना करता है, कौन किसका नाम जपता है, कौन मन्दिर में जाता है; कौन मस्जिद में जाकर नमाज पढ़ता है, कौन साधु-संतों के पास जाता है और कौन आत्मा, परमात्मा या मोक्ष में विश्वास करता है, इन सब बातों में अणुव्रत को कोई अभिरुचि नहीं है। यह तो केवल इसी बात पर बल देता है कि व्यक्ति अपने जीवन को पवित्र और आचरण को उन्नत रखे। धर्म की पुस्तकों, धर्म के टेम्पलों, धर्म की पाठ-पूजा, धर्म-तीर्थों की यात्रा और धर्म के बाह्य चिह्नों से कोई सरोकार नहीं है। यह धर्म को व्यवहार में उतरा हुआ देखना चाहता है।

अणुव्रत को न प्राचीनता से चिढ़ है और न नवीनता से व्यामोह है। वह शाश्वत और सामयिक मूल्यों में सामंजस्य बैठाकर चल रहा है। उसका उद्देश्य है सही इंसान का निर्माण। नये जीवन-दर्शन को जीने वाले मनुष्य का निर्माण। मनुष्य के पास जीवन का कोई दर्शन नहीं होता, वह अपने भविष्य के प्रति आश्वस्त नहीं हो सकता। इसी बात को ध्यान में रखकर अणुव्रत ने एक छोटी-सी आचार संहिता दी, जो मानवीय आचार संहिता के रूप में प्रसिद्ध है।

अणुव्रत को आचार संहिता का रूप देकर हमने देश के विभिन्न अंचलों में अणुव्रत पदयात्रा शुरू की। कुछ साधु-साध्वियां और अणुव्रतनिष्ठ कार्यकर्ता साथ जुड़े। कुल मिलाकर एक वातावरण बन गया और अणुव्रत भारत का नैतिक आंदोलन कहलाने लगा।

देश के कई नेताओं को विदेश जाने पर पूछा गया कि भारत में कोई नैतिक आंदोलन चल रहा है क्या? इस प्रश्न के उत्तर में अनायास ही अणुव्रत का नाम उभरकर सामने आ जाता।

अणुव्रत का प्रथम अधिवेशन दिल्ली में हुआ। उसकी पहली मीटिंग वहां के कांस्टीट्यूशन क्लब में हुई। वहाँ राजधानी के अनेक पत्रकार उपस्थित थे। उस मीटिंग में पत्रकारों ने अनेक प्रश्न किये। उनका पहला प्रश्न था - आप अणुव्रत की बात कर रहे हैं। जो व्यक्ति अणुव्रती बनेगा, उसे जैन या तेरापंथी बनना पड़ेगा क्या? मैंने कहा- अणुव्रत नैतिकता के नियम हैं। इनका पालन करने के लिए किसी भी सम्प्रदाय से जुड़ना जरूरी नहीं है। उनका दूसरा प्रश्न था–जो व्यक्ति अणुव्रती बनेगा, क्या उसके लिए आपको गुरु मानना और नमस्कार करना अनिवार्य होगा? मैंने कहा– कोई गुरु माने या नहीं, नमस्कार करे या नहीं, पर जो अणुव्रत आचार संहिता का पालन करेगा, वह अणुव्रती कहलाएगा। इस प्रकार के कुछ अन्य प्रश्नों ने इस तथ्य को स्पष्ट कर दिया कि अणुव्रत पूरी तरह से असाम्प्रदायिक आन्दोलन है।

अणुव्रत को न प्राचीनता से चिढ़ है और न नवीनता से व्यामोह है। वह शाश्वत और सामयिक मूल्यों में सामंजस्य बैठाकर चल रहा है। उसका उद्देश्य है सही इंसान का निर्माण। नये जीवन-दर्शन को जीने वाले मनुष्य का निर्माण।

अणुव्रत क्या है? इस प्रश्न को सूत्र शैली में उत्तरित किया जाये तो इसका उत्तर होगा-

- जीवन की न्यूनतम आचार संहिता अणुव्रत है।
- सम्प्रदाय-विहीन धर्म अणुव्रत है।
- मूल्य-परिवर्तन की दिशा में उठा हुआ एक कदम अणुव्रत है।
- कथनी और करनी की समानता का नाम अणुव्रत है।
- मानवीय एकता का आंदोलन अणुव्रत है।
- ज्ञान और आचरण की दूरी कम करने का नाम अणुव्रत है।
- अपराध-चेतना को बदलने का आंदोलन अणुव्रत है।
- चरित्र-निर्माण का आंदोलन अणुव्रत है।
- आत्म-निरीक्षण की पद्धति अणुव्रत है।

इन परिभाषाओं के परिप्रेक्ष्य में झांकने से अणुव्रती का एक नया ही रूप सामने आता है। इसके अनुसार अणुव्रती की पहचान इस प्रकार है - अणुव्रती वह है -

- जो तोड़-फोड़मूलक हिंसा में भाग नहीं लेता।
- जो अपनी ओर से किसी पर आक्रमण नहीं करता।
- जो धार्मिक सहिष्णुता में विश्वास करता है।
- जो किसी व्यक्ति, वर्ग या धर्म पर आक्षेप-प्रक्षेप नहीं करता।
- जो व्यवसाय की नीति का अतिक्रमण नहीं करता।
- जो मादक व नशीली वस्तुओं का सेवन नहीं करता।
- जो जाति, रंग आदि के आधार पर किसी को ऊँच-नीच नहीं मानता।
- जो किसी व्यक्ति को अस्पृश्य नहीं मानता।
- जो सामाजिक कुरूढ़ियों को प्रश्रय नहीं देता।
- जो चुनाव के सम्बन्ध में अनैतिक आचरण नहीं करता।
- जो देश में हिंसा और घृणा के भाव नहीं फैलाता।
- जो अलगाववाद को प्रोत्साहन नहीं देता।

अणुव्रती के उपर्युक्त आदर्शों को जीवनगत करने के साथ

व्यक्ति जिस क्षेत्र में काम करता है, उसमें भी उसको प्रामाणिक रहना जरूरी है। जैसे–

- अणुव्रती विद्यार्थी परीक्षा में गलत तरीकों से उत्तीर्ण नहीं होगा।
- अणुव्रती शिक्षक अवैध उपायों से किसी छात्र को उत्तीर्ण नहीं करेगा।
- अणुव्रती व्यापारी मिलावट नहीं करेगा। नकली को असली बताकर नहीं बेचेगा।
- अणुव्रती कर्मचारी रिश्वत नहीं लेगा।
- अणुव्रती अधिकारी अपने अधिकार का दुरुपयोग नहीं करेगा।
- अणुव्रती श्रमिक श्रम से जी नहीं चुराएगा।
- अणुव्रती कृषक आश्रित पशुओं के साथ दुर्व्यवहार नहीं करेगा। जमाखोरी नहीं करेगा।
- अणुव्रती विधायक वोटों की खरीद नहीं करेगा।

अणुव्रत कोई अतिवादी कल्पना नहीं है। इसके द्वारा समूचे विश्व को सुधारने का दम्भ कोई भी अणुव्रत का कार्यकर्ता नहीं भर सकता। वास्तव में यह एक दृष्टि है, जीवन का दर्शन है, इसे समझकर जीवन-व्यवहार में लाने वाला व्यक्ति सही अर्थ में इंसान बन सकता है। इंसान अपने वास्तविक अर्थ में इंसान बने, यही छोटा-सा लक्ष्य है अणुव्रत का। इसकी गति लक्ष्य के सम्मुख है। आशा और निराशा की दोनों अतियों के बीच में रहकर यह मनुष्य को अपने अस्तित्व और करणीय का बोध कराता रहे, ताकि वह यंत्र मानव की भाँति यांत्रिक जीवन न जीकर मानवीय मूल्यों को सार्थकता देता रहे।

अणुव्रत के हम सौम्य पखेरू...

वसीम अहमद नगरामी - लखनऊ

अणुव्रत के हम सौम्य पखेरू
फुरफुर उड़ते जाएं।

सत्य-अहिंसा-समरसता का
गुर सबको सिखलाएं।।
समय पे सोएं-समय से जागें
समय का रखें ध्यान,
समय पे ही हर काम करें हम
होता समय महान।
सुखमय जीवन का सबको ये
मूल मंत्र समझाएं।
अणुव्रत के हम सौम्य पखेरू
फुरफुर उड़ते जाएं।।

मानवता और सहनशीलता
हों अपने आभूषण,
बनें विवेकी अधिक न बोलें
मिले बुद्धि को पोषण।
संयम-नियम सरल जीवन के
सीखें और सिखाएं।
अणुव्रत के हम सौम्य पखेरू
फुरफुर उड़ते जाएं।।

मन या कर्म-वचन से कटुता
किसी के प्रति न पालें,
अच्छे कर्म समय पर कर लें
बुरी सोच को टालें।
लालच-लोभ-द्वेष-ईर्ष्या ये
कभी न छूने पाएं।
अणुव्रत के हम सौम्य पखेरू
फुरफुर उड़ते जाएं।।

आचार्य महाप्रज्ञ

कैसे करें संस्कारों का निर्माण?

हर व्यक्ति में अच्छाई और बुराई दोनों के बीज विद्यमान होते हैं। श्रेष्ठ आदमी के आचरण का दूसरे लोग अनुकरण करते हैं। इसलिए बड़े और श्रेष्ठ माने जाने वाले लोगों को अपने आचरण और अपनी जीवनशैली के प्रति विशेष रूप से सचेष्ट रहना चाहिए। दूसरे के संस्कारों का निर्माण करने से पहले स्वयं के संस्कारों का निर्माण जरूरी है।

व्यक्ति में अच्छाई और बुराई दोनों के बीज विद्यमान होते हैं। ऐसा कोई व्यक्ति नहीं होता, जिसमें केवल अच्छाइयां ही अच्छाइयां हों और ऐसा भी कोई व्यक्ति नहीं होता, जिसमें बुराइयां ही बुराइयां हों। एक छोटे बच्चे के भीतर भी इतना छिपा होता है, इतना भरा होता है, जितना कि एक बड़े में। अंतर सिर्फ यही है कि बड़े में वे सब बातें अभिव्यक्त हो जाती हैं। उसके भीतर जो कुछ भरा पड़ा है, वह वाणी के द्वारा, कर्म के द्वारा सामने आ जाता है। छोटे में वे अभिव्यक्त नहीं होतीं, छिपी रहती हैं। प्रश्न है-प्रकट क्या हो? सामने क्या आये? जीवन का अच्छा पक्ष प्रकट हो या बुरा पक्ष, यह हमारे पुरुषार्थ पर निर्भर है। यह निर्माता पर भी निर्भर है कि वह किस पक्ष को उभारे, जिससे संतान अच्छी बन सके। किस पक्ष को दबाये, जिससे बुराइयां उभर कर ऊपर न आ सकें और वे धीरे-धीरे शांत या क्षीण हो जाएं, यह है हमारा करणीय कार्य।

बच्चा क्या लेकर आया है, इस पर हमारा कोई वश नहीं है। करना इतना ही है कि उसमें जो अच्छाई के बीज विद्यमान हैं, उन्हें उभार कर ऊपर ला सकें। इसमें महिलाओं का दोहरा दायित्व है। पुरुष का काम है - अपने संस्कारों का निर्माण करना। महिला का काम है - अपने संस्कारों का निर्माण करे और साथ-साथ संतान के संस्कारों का भी निर्माण करे। संतान का संबंध जितना माता के साथ होता है, उतना पिता के साथ नहीं होता। उसे साहचर्य भी जितना माता का मिलता है, उतना पिता का नहीं।

जरूरी है स्वयं के संस्कारों का निर्माण

जो माता-पिता और अभिभावक अपनी संतान के प्रति, उसके भविष्य के प्रति जागरूक होते हैं, वे अपने परिवार को कुपथ में जाने से बचा लेते हैं। अभिभावक अगर स्वयं प्रमादी हैं और नशे का सेवन करते हैं तो उनके बच्चे उस बुराई में क्यों नहीं जाएंगे? आज बच्चों को स्कूल के भरोसे छोड़ा जा रहा है। माता-पिता दिन भर अपने व्यवसाय आदि में व्यस्त रहते हैं। बच्चा स्कूल में टीचर के और घर में नौकर के पास रहता है। संस्कार उसे कौन दे? आचरण की शिक्षा जो उसे घर में मिलनी चाहिए, नहीं मिल पाती। घर में जो बड़े हैं, उन्हें संस्कारों की दृष्टि से सजग रहना होगा। याद रहे कि बच्चा घर में ज्यादा सीखता है, स्कूल में कम। स्कूल में कितना भी पढ़े और सीखे, घर में माँ-बाप के बीच प्रतिदिन कलह होता रहता है तो वह कुछ दूसरे संस्कार ही ग्रहण करेगा।

श्रेष्ठ आदमी के आचरण का दूसरे लोग अनुकरण करते हैं। इसलिए बड़े और श्रेष्ठ माने जाने वाले लोगों को अपने आचरण और अपनी जीवनशैली के प्रति विशेष रूप से सचेष्ट रहना चाहिए।

महत्वपूर्ण और जरूरी यह है कि स्वार्थ को न छोड़ पाएं तो उसका सीमाकरण जरूर करें। ऐसा स्वार्थ नहीं होना चाहिए, जो दूसरे के स्वार्थ में कठिनाई पैदा करे। केवल अपना ही स्वार्थ नहीं, दूसरे का भी हित सधना चाहिए। जहाँ इस तरह का संस्कार निर्मित होता है, हमारे व्यवहार की अनेक समस्याएं सुलझ जाती हैं।

दूसरे के संस्कारों का निर्माण करने से पहले स्वयं के संस्कारों का निर्माण जरूरी है।

स्वार्थ का सीमाकरण

संस्कार निर्माण का पहला सूत्र है - स्वार्थ का सीमाकरण। यह नहीं कहा जा सकता कि स्वार्थ को छोड़ दिया जाये। कोई भी व्यक्ति सर्वथा स्वार्थ को छोड़ नहीं सकता। राजनीतिक प्रणालियों में कितने परीक्षण हो गये। साम्यवादी प्रणाली में कम्यूनों का विकास हुआ, किंतु उन्हें लौटना पड़ा। यह समझ में आ गया कि वैयक्तिक स्वार्थ की पूर्ति हुए बिना आदमी में कोई अंत:प्रेरणा नहीं जाग सकती। हमारी सबसे बड़ी अंत:प्रेरणा है स्वार्थ। वैयक्तिक स्वार्थ होता है तब आदमी बहुत अच्छा काम करता है, मनोयोग से करता है। जहाँ समूह के लिए करना पड़ता है, वहाँ वह सोचता है - सब काम कर रहे हैं, मैं अकेला नहीं करूँगा तो क्या फर्क पड़ेगा? इसी तरह दूसरे प्रकार की भी मानसिकता बनती जाती है।

इसीलिए प्रजातंत्रीय प्रणाली में जितना आर्थिक विकास हो सका, व्यक्तिगत संपत्ति की स्वतंत्रता में जितना विकास हो सका, उतना नियंत्रित प्रणाली में नहीं हो पाया। हालाँकि यह नहीं कहा जा सकता कि सब स्वार्थ को छोड़कर परमार्थ का जीवन जीएं। यह असंभव बात होगी और कोई मानेगा भी नहीं। महत्वपूर्ण और जरूरी यह है कि स्वार्थ को न छोड़ पाएं तो उसका सीमाकरण जरूर करें। ऐसा स्वार्थ नहीं होना चाहिए, जो दूसरे के स्वार्थ में बाधा डाले, कठिनाई पैदा करे। केवल अपना ही स्वार्थ नहीं, दूसरे का भी हित सधना चाहिए। जहाँ इस तरह का संस्कार निर्मित होता है, हमारे व्यवहार की अनेक समस्याएं सुलझ जाती हैं।

उदार दृष्टिकोण

संस्कार-निर्माण का दूसरा सूत्र है - उदार दृष्टिकोण। संकीर्ण दृष्टि से देखने वाला अपने आस-पास तक ही देख पाएगा। आदमी को दूर तक की और आगे-पीछे की बात भी जरूर देखनी चाहिए। दृष्टिकोण संकुचित होगा तो व्यवहार में उलझनें पैदा होंगी। दृष्टिकोण व्यापक और उदार होगा तो व्यापक हितों की ओर ध्यान जाएगा। संघर्ष का कारण ही संकुचित दृष्टिकोण है। संकुचित वृत्ति परिवार की भी समस्या है, समाज की भी समस्या है। बहुत सीमित दृष्टि से बात सोची जाती है, इसीलिए अनेक समस्याएं उलझ जाती हैं।

हीन और अहं भाव से मुक्ति

संस्कार-निर्माण का तीसरा सूत्र है - हीनभावना और अहं भावना से मुक्त रहने का अभ्यास। महिलाओं में हीनभावना की समस्या ज्यादा देखी जाती है, यह स्वाभाविक भी है। पुरुष को अहंभाव अधिक सताता है तो महिलाओं को हीनभाव ज्यादा सताता है। हीनभाव और अहंभाव से मुक्त होकर संतुलित जीवन कैसे जिया जाये, यह एक प्रश्न है। हीनता के कारण भय पैदा होता है। भय के अनेक कारण हैं। भय के कारणों में ही आदमी बैठा है, इसलिए भय होना कोई आश्चर्यजनक बात नहीं है। हीनता की अनुभूति भी अस्वाभाविक बात नहीं है, किन्तु जिसे संस्कार का निर्माण करना है, उसके लिए यह अभ्यास जरूरी है कि वह कैसे हीनता और अहं की ग्रंथियों से बच सके?

संगठन और अनुशासन के प्रति विश्वास

संस्कार निर्माण का चौथा सूत्र है - संगठन और अनुशासन के प्रति विश्वास। संस्कार निर्माण के लिए अनुशासन अत्यंत जरूरी है। बहुत सारे सिद्धांत हैं, जिनमें तर्क की गुंजाइश होती है, किन्तु अनुशासन इस मामले में निरपवाद है। इस संबंध में कोई तर्क नहीं होता। एक सैनिक कभी तर्क नहीं करता। क्या सेना में पढ़े-लिखे लोग नहीं होते? वहाँ शिक्षित होते हैं, किन्तु वहां तर्क नहीं चलता। आदेश के सिवाय दूसरा कोई शब्द नहीं मिलता। संगठन भी उतना ही आवश्यक है। इन दोनों के प्रति एक नया दृष्टिकोण बनना चाहिए - अनुशासन में रहना है और अनुशासन का विकास करना है।

शक्ति अकेले की नहीं बनती और शक्तिशून्य जीवन किसी काम का नहीं होता। संगठन में शक्ति है, यह त्रैकालिक सिद्धांत है, यह केवल कलियुग की ही बात नहीं है। संगठन और अनुशासन - दोनों के संस्कार बनने चाहिए। वही संघ, समाज और संगठन चिरजीवी रह सकता है, जहां अनुशासन है।

प्रश्न संतान को संस्कारित करने का

दूसरा प्रश्न है - संतान को संस्कारित करने का। बच्चों के संस्कारों का निर्माण कैसे करें? उसे क्या सिखाना चाहिए? इस बात का ज्ञान प्रत्येक माता-पिता को होना जरूरी है। बच्चे के संस्कार ऐसे हों, जो जीवनभर कदम-कदम पर काम आएं। वे संस्कार हमेशा उसके लिए एक अच्छे मित्र और हितैषी का काम दे सकें। इसके लिए सर्वप्रथम आवेश पर नियंत्रण करने की प्रक्रिया सिखायी जानी चाहिए। अपने आवेशों पर नियंत्रण कैसे करें, प्रारंभ से ही बच्चे को इसका अभ्यास कराया जाना चाहिए।

आहार-शुद्धि और नशा मुक्ति

मैंने शराब पीने वाले कुछ लोगों से पूछा - "शराब में दूध से ज्यादा स्वाद है क्या?" उन लोगों ने बताया - "नहीं, स्वाद तो बिल्कुल नहीं है। बड़ी कड़वी चीज है। जिसने कभी स्वाद नहीं लिया, पहली बार पीने पर वमन हो जाएगा। किंतु पीते-पीते एक समय ऐसा आता है जब उसमें स्वाद का अनुभव होने लगता है। वह स्वाद इतना भीतर चला जाता है कि उसकी थोड़ी-सी महक भी मन में बेचैनी पैदा कर देती है।"

शराब पीने का फायदा जो लोग बताते हैं, वह यह है कि घंटा, दो घंटे के लिए वह आदमी को चिंतामुक्त कर देती है। चेतना ही शून्य है तो चिंता कैसे होगी? पर चिंतामुक्त होने का क्या यह कोई प्रशस्त तरीका है? दूसरे तरीके भी हैं। वे स्थायी तरीके हैं - ध्यान, आसन, प्राणायाम। ये तरीके क्यों नहीं काम में लिये जाते? शराब पीने के बजाय आप आधा घंटा ध्यान करें, न चिंता रहेगी, न तनाव, न शरीर का क्षरण होगा, न धन का अपव्यय होगा।

जीने की कला सीखें और आनंद के साथ जीएं। यह मानव शरीर इतना सस्ता नहीं है। बड़े सुयोग से और अच्छे कर्मों की बदौलत यह प्राप्त हुआ है। इसका एक-एक अवयव लाखों-करोड़ों खर्च करके भी प्राप्त नहीं कर सकते। इसलिए इसकी सुरक्षा करो। इसके लिए एक बात पर विशेष ध्यान देने की जरूरत है। वह है आहारशुद्धि।

जो जीने की कला जानता है, वह आहारशुद्धि पर बहुत ध्यान देता है। आहारशुद्धि में भी दो बातों पर ध्यान देना होगा। पहला, हमारा आहार प्रदूषण मुक्त हो और दूसरा, अखाद्य वस्तुओं का परिहार हो। आज यह प्रमाणित हो चुका है कि मांसाहार स्वास्थ्य को बिगाड़ने वाला है। अनेक तरह की विकृतियां पैदा करता है मांसाहार। इसलिए शाकाहार के प्रसार के लिए कई आंदोलन चल रहे हैं। विदेशों में भी अब लोग शाकाहार की ओर आकर्षित हो रहे हैं।

भारतीय संस्कृति के दो तत्त्व हैं - नशामुक्ति और आहारशुद्धि। ये स्वस्थ जीवन के सूत्र हैं। जिस व्यक्ति का आहार शुद्ध नहीं होता, उसका चिंतन कभी शुद्ध नहीं हो सकता, सात्विक नहीं हो सकता। उसमें उत्तेजना, आवेश, भय, हिंसा आदि के विचार आते रहेंगे। बच्चे को अच्छी शिक्षा दिला दी, किन्तु बच्चा

बच्चे के संस्कार ऐसे हों, जो जीवनभर कदम-कदम पर काम आएं। वे संस्कार हमेशा उसके लिए एक अच्छे मित्र और हितैषी का काम दे सकें। इसके लिए सर्वप्रथम आवेश पर नियंत्रण करने की प्रक्रिया सिखायी जानी चाहिए। अपने आवेशों पर नियंत्रण कैसे करें, प्रारंभ से ही बच्चे को इसका अभ्यास कराया जाना चाहिए।

शराब पीता है, अपराध में लिप्त है, झगड़ा-फसाद करता है तो वह शिक्षा किस काम की होगी? ऐसा आचरण वह इसलिए करता है क्योंकि उसे आवेश पर नियंत्रण करना नहीं सिखाया गया। एक आवेश जागता है, व्यक्ति शराब की शरण लेता है। एक आवेश जागता है, वह अपराध में चला जाता है। एक आवेश जागता है, आदमी क्रोधी और हत्यारा बन जाता है। ये सारे आवेश के परिणाम हैं, जो व्यक्ति से बुरे आचरण करवाते हैं। प्रारंभ से ही उन पर नियंत्रण करना नहीं सिखाया जाता है तो यह किसी भी बच्चे के प्रति न्याय की बात नहीं होती।

एकाग्रता का अभ्यास

संस्कार निर्माण का एक सूत्र है - बच्चे को एकाग्रता का अभ्यास कराया जाये। यदि बचपन से ही यह अभ्यास कराया जाये तो बहुत अच्छे परिणाम सामने आएंगे। साथ ही उसे संकल्प शक्ति के विकास का भी अभ्यास कराया जाना चाहिए। अगर सात वर्ष की अवस्था से ये तीन बातें - आवेश-नियंत्रण का अभ्यास, एकाग्रता और संकल्प शक्ति के विकास का अभ्यास - बच्चों को सिखा दी जाएं तो फिर किसी भी माता-पिता को आगे चलकर यह कहने की नौबत नहीं आएगी कि क्या हमने यही दिन देखने के लिए इतना पढ़ाया था?

अनेक बुरी आदतों से बचने का एक बहुत अच्छा उपाय है - दीर्घ श्वास का प्रयोग। जिन बच्चों में गुस्से की प्रवृत्ति ज्यादा होती है, उन्हें दीर्घ श्वास का प्रयोग बराबर कराया जाए तो निश्चय ही उसके अनुकूल परिणाम आएंगे। बच्चों के लिए नहीं, सभी के लिए यह अचूक उपाय है कि गुस्सा आते ही पाँच-सात मिनट दीर्घ श्वास का प्रयोग किया जाये, गुस्सा समाप्त हो जाएगा।

प्रश्न है - ये संस्कार कैसे दिये जाएं? इसका पहला उपाय है - दीर्घ श्वास का प्रयोग। बच्चे को लम्बा श्वास लेना सिखाया जाये और धीरे-धीरे इतना अभ्यास करा दिया जाये कि वह एक मिनट में चार-पाँच श्वास लेना सीख जाये। अगर पाँच या दस मिनट भी बच्चे को इसका अभ्यास कराया जाये तो तीन महीने में बच्चे के व्यवहार में पर्याप्त अन्तर देखा जा सकता है। उसे क्रोध आना कम हो जाएगा, मादक वस्तुओं से वह बहुत दूर रहेगा। मादक वस्तुओं का सेवन मानसिक थकान मिटाने के लिए होता है। नशे की यह खूबी है कि वह एक बार तो स्वर्ग जैसी सुख की अनुभूति करा देता है किंतु दीर्घ श्वास का अभ्यास करने वाला इस तरह के झूठे सुख की खोज में नहीं जाएगा। दीर्घश्वास का प्रयोग करने वाले को स्वर्गिक आनंद की अनुभूति होती है, इसलिए नशा करने की बात उसके मन में ही नहीं आती।

अनुभव सिद्ध तथ्य

अनेक बुरी आदतों से बचने का एक बहुत अच्छा उपाय है - दीर्घ श्वास का प्रयोग। जिन बच्चों में गुस्से की प्रवृत्ति ज्यादा होती है, उन्हें दीर्घ श्वास का प्रयोग बराबर कराया जाये तो निश्चय ही उसके अनुकूल परिणाम आएंगे। बच्चों के लिए ही नहीं, सभी के लिए यह अचूक उपाय है कि गुस्सा आते ही पाँच-सात मिनट दीर्घ श्वास का प्रयोग किया जाये, गुस्सा समाप्त हो जाएगा। यह अनुभव सिद्ध तथ्य है कि छोटा श्वास आता है तो गुस्सा उतर आता है। श्वास लंबा होता है तो आवेश विदा हो जाता है। आवेश को विदा करने का सबसे अच्छा उपाय है श्वास को लंबा करना। आवेशों को निमंत्रित करने का सबसे सरल उपाय है छोटा श्वास लेना। आवेश तब आता है, जब श्वास छोटा चलता है या जब आवेश आता है तब वह श्वास को छोटा बनाकर आता है। दीर्घ श्वास में आवेश आये, यह संभव ही नहीं है।

आवेश पर नियंत्रण का अभ्यास, एकाग्रता बढ़ाने का अभ्यास और संकल्पशक्ति का विकास - अगर ये तीन बातें अभिभावक अपने बच्चों को सिखा सकें तो वे बच्चे का उतना भला कर पाएंगे, जितना दूसरा कभी नहीं कर सकेगा।

लघुकथाएं

लक्ष्मी का आगमन

मीरा जैन-उज्जैन

हाल ही में पड़ोस में रहने आयी हमउम्र सारिका का मुस्कुराते हुए व्यंग्यात्मक लहजे में स्वर उभरा- "ओ हो सुनिधि! सुबह से लगी हो घर सजाने में। द्वार पर फूलों के हार, दीवारों पर लाइट का बाजार, आँगन में रंगोली, मुंडेर पर दीपों की बहार...। अब बस भी करो। तुम्हारे यहाँ तो पहले से ही लक्ष्मीजी की अपार कृपा है। कुछ पड़ोस के लिए भी छोड़ दो बहना।"

हँसते हुए सुनिधि ने जवाब दिया - "दीपावली में साज-सज्जा करना परंपरा के निर्वाह के साथ ही मन को सुकून एवं हृदय को अद्‌भुत खुशियों से भर देता है। रही माँ लक्ष्मी के आगमन की बात तो वह हमारे यहाँ सदैव से विद्यमान हैं और रहेंगी।"

अचरज में डूबी सारिका ने प्रश्न किया- "माँ लक्ष्मी के विराजमान रहने के प्रति तुम इतनी आश्वस्त कैसे हो सकती हो? यह तो धूप-छाँव है। कब आती हैं कब जाती हैं किसी को पता ही नहीं लगता?"

सुनिधि ने पूर्ण आत्मविश्वास के साथ कहा- "मेरी सासू माँ ही इस घर की प्रत्यक्ष लक्ष्मी हैं। उनके द्वारा दिये गये संस्कारों की परिणति है कि मेरे पति में न नशा आदि की कोई गलत आदत है और न ही आचरण में कोई खोट। जहाँ जीवन शुद्ध, सात्विक और आचरण निर्मल हो, वहाँ माँ लक्ष्मी को बुलाना नहीं पड़ता। वे स्वयं चली आती हैं।"

दीये की नीति

राजेश अरोड़ा-श्रीगंगानगर

नन्हा-सा दीया। लड़ता है घुप्प अंधेरे से। जीतता है जंग हर बार। करता है उजाला। जबकि आदमी के भीतर भी है आग, माटी, तेल और नयन-जोत। फिर भी वह भटकता रहता है अंधेरे में। खाता है ठोकरें। मानता है उससे भय। बावजूद इसके वह करता है दीये की बदनामी। कहता है - "दीया तले अंधेरा।"

अब कौन समझाये इस नादान आदमी को दीये की नीति, जिसके तहत दीया अंधकार रूपी दुश्मन को दबाये रखता है अपने तले - सदा ही।

आचार्य महाश्रमण

सर्वगुणसंपन्नता से क्या मिलेगा?

आदमी को कोई ऐसा महावैद्य मिल जाये, जो मन की बीमारी दूर कर सके, मन की समस्या का समाधान कर सके। इसके साथ ही आदमी अपने जीवन में सद्गुणों का विकास करे। विकास करते-करते ऐसा समय आ सकता है, जब सर्वगुणसंपन्नता की स्थिति प्राप्त हो सकती है।

प्रश्न किया गया – सव्वगुणसंपन्नयाए णं भंते! जीवे किं जणयइ? – भंते! सर्वगुणसंपन्नता से जीव क्या प्राप्त करता है? उत्तर दिया गया – सव्वगुणसंपन्नयाए णं अपुणरावत्तिं जणयइ। अपुणरावत्तिं पत्तए य णं जीवे सारीररमाणसाणं दुक्खाणं नो भागी भवइ। सर्वगुणसंपन्नता से वह अपुनरावृत्ति (मुक्ति) को प्राप्त होता है। अपुनरावृत्ति को प्राप्त करने वाला जीव शारीरिक एवं मानसिक दु:खों का भागी नहीं होता।

सर्वगुणसंपन्नता का सीधा-सा अर्थ है - समस्त गुणों से संपन्न होना और अपुनरावृत्ति से तात्पर्य है उस स्थान को प्राप्त कर लेना, जहाँ पहुँचने के बाद वापस आना नहीं पड़ता। वह स्थान है – मोक्ष। जैन दर्शन के अनुसार संसारी आत्मा संसार में भ्रमण करती रहती है, जन्म और मृत्यु के चक्र में संचरण करती रहती है। जब उसका आवागमन अवरुद्ध हो जाता है, तब वह हमेशा-हमेशा के लिए मुक्त हो जाती है। आत्मा की इस स्थिति का निर्माण सर्वगुणसम्पन्नता की अवस्था में ही होता है।

सर्वगुणसंपन्नता के चार आयाम हैं – अनन्त ज्ञान, अनन्त दर्शन, क्षायिक सम्यक्त्व और यथाख्यात चारित्र। इन चारों की प्राप्ति ही सर्वगुणसंपन्नता है।

पहला आयाम है – अनन्त ज्ञान। जब पूर्णतया अज्ञान का क्षय होता है, तब संपूर्ण ज्ञान का प्रकाशन होता है। इसे जैन पारिभाषिक शब्दावली में केवलज्ञान कहा जाता है। केवलज्ञान होने के बाद कोई भी ज्ञान अवशेष नहीं रहता। अनन्त ज्ञान प्रकट हो जाता है और सारे आवरण दूर हो जाते हैं।

दूसरा आयाम है – अनन्त दर्शन। दर्शन शब्द ज्ञान के साथ ही जुड़ा हुआ है। दर्शन शब्द के अनेक अर्थ हैं। दर्शन का पहला अर्थ है देखना। दर्शन शब्द का दूसरा अर्थ है – सिद्धांत, जैसे जैन दर्शन, बौद्ध दर्शन आदि। दर्शन का तीसरा अर्थ है – सामान्य अवबोध। विशेष ज्ञान पर्यायों का बोध होना ज्ञान कहलाता है और सामान्य अथवा अनाकार रूप में जो अवबोधित होता है, वह दर्शन कहलाता है।

उदाहरणार्थ – एक व्यक्ति प्रवचन पाण्डाल में आया और उसने देखा कि वहाँ बहुत सारे लोग बैठे हैं। इस बात को जानना दर्शन हो गया और फिर विश्लेषण करना कि वहाँ पूज्य आचार्यप्रवर फरमा रहे हैं। इतने साधु-साध्वियां हैं। इतने श्रावक-श्राविकाएं हैं आदि विवेचन करना ज्ञान हो गया। अभेद रूप में जो अवबोध है, वह दर्शन है और भेद रूप में विश्लेषण युक्त जो अवबोध है, वह ज्ञान है।

आदमी के जीवन में भी जो विजातीय दुर्गुण हैं, उनको निकालने का प्रयास करे और गुणों को बढ़ाने का लक्ष्य रहे तो गुणात्मक विकास हो सकता है। आदमी में अवगुण भी हो सकते हैं और सद्गुण भी हो सकते हैं। दुर्गुणों को अस्वीकार करते हुए सद्गुणों को स्वीकार करें तो गुणों का विकास हो सकता है।

तीसरा आयाम है – क्षायिक सम्यक्त्व। अनंतानुबंधी कषाय चतुष्क, मिथ्यात्व मोहनीय, मिश्र मोहनीय और सम्यक्त्व मोहनीय के क्षीण होने से क्षायिक सम्यक्त्व प्राप्त होता है। यह सम्यक्त्व आने के बाद वापस कभी जाता नहीं है। क्षायिक सम्यक्त्व की प्राप्ति के बाद वह उसी जन्म में या तीसरे जन्म में निश्चित ही मोक्ष जाता है।

चौथा आयाम है - यथाख्यात चारित्र। यह चारित्र प्राप्त होने के बाद वापस कभी जाता नहीं है। इसे क्षायिक चारित्र भी कहा जाता है। यथाख्यात चारित्र की प्राप्ति के बाद चारित्र की दृष्टि से कुछ भी अवशेष नहीं रहता, पूर्ण रूप से चारित्र उपलब्ध हो जाता है। अनन्त ज्ञान, अनन्त दर्शन, क्षायिक सम्यक्त्व और यथाख्यात चारित्र की उपलब्धि का मतलब है - सर्वगुणसंपन्नता की प्राप्ति होना। सर्वगुणसंपन्नता का पहला परिणाम है अपुनरावृत्ति (मोक्ष) की प्राप्ति। जिस मनुष्य को केवलज्ञान प्राप्त हो जाता है, वह निश्चित रूप से अपुनरावृत्ति को प्राप्त करता है। उसी जीवन के बाद अथवा उसी जीवन की मृत्यु के बाद उसे अनिवार्य रूप से मोक्ष प्राप्त होता है। यह केवलज्ञान एकमात्र मनुष्य को ही प्राप्त होता है। मनुष्य के सिवाय अन्य किसी भी प्राणी को केवलज्ञान प्राप्त नहीं होता। इसलिए दुनिया में कोई सर्वश्रेष्ठ प्राणी है तो वह मनुष्य है। यह भी एक तथ्य है कि जहाँ मनुष्य केवलज्ञान प्राप्त करने की अर्हता रखता है, वहीं मनुष्य भयंकर पाप भी कर सकता है।

एक आदमी बम विस्फोट करता है अथवा हिंसा का कोई ऐसा प्रयोग करता है, जिससे एक साथ अनेक मनुष्यों का संहार हो जाता है, महान नरसंहार हो सकता है। ऐसी विनाश की लीला कोई आदमी ही दिखा सकता है, पशु के वश की बात नहीं होती। इस दृश्य दुनिया में यदि सर्वश्रेष्ठ प्राणी मनुष्य है तो अधम प्राणियों में भी मनुष्य का नाम बहुत ऊँचा आ सकेगा।

सर्वगुणसंपन्नता भी आदमी प्राप्त कर सकता है और अधमसंपन्नता भी मनुष्य ही प्राप्त कर सकता है। अपेक्षा है, मनुष्य अपने जीवन में गुणों का विकास करे। अनेक जन्मों की साधना से सर्वगुणसंपन्नता सिद्ध हो सकती है। इसलिए एक ही जन्म में साधना करने से सर्वगुणसंपन्नता आ जाये, यह कहना तो कठिन है। किन्तु आदमी यह लक्ष्य बनाये कि मुझे सर्वगुणसंपन्न बनना है। आदमी अपने जीवन के कमजोर पक्ष को छोड़ता जाये और गुणात्मक पक्ष की दिशा में मजबूती के साथ कदम आगे बढ़ाता जाये। आदमी के जीवन में भी जो विजातीय दुर्गुण हैं, उनको निकालने का प्रयास करे और गुणों को बढ़ाने का लक्ष्य रहे तो गुणात्मक विकास हो सकता है।

किसी व्यक्ति को मूर्ति का निर्माण करना है। पत्थर उसके पास है। जो कलाकार होता है, वह उस पत्थर में से अनावश्यक पत्थर को निकालता जाता है और निकालते-निकालते मूर्ति का निर्माण हो जाता है। आदमी में अवगुण भी हो सकते हैं और सद्गुण भी हो सकते हैं। दुर्गुणों को अस्वीकार करते हुए सद्गुणों को स्वीकार करें तो गुणों का विकास हो सकता है। एक पिता के दो पुत्र थे। बड़े लड़के के जीवन में दुर्गुणों का विकास हो रहा था और छोटे लड़के के जीवन में सद्गुणों का विकास हो रहा था। किसी व्यक्ति ने बड़े लड़के से पूछा- "भैया! तुम्हारे में इतने अवगुण हैं, इतनी बुराइयां हैं, यह तुमने कहाँ से सीखीं?" बड़े लड़के ने कहा – "यह सब मैंने अपने पिताजी से सीखा है।" फिर छोटे लड़के से पूछा - "भैया! तुम इतने शालीन, सज्जन और सद्गुण संपन्न हो। तुमने यह अच्छाइयां कहां से ग्रहण कीं?" छोटे बेटे ने कहा - "महाशय! यह सब मैंने अपने पिताजी के जीवन से प्रेरणा प्राप्त कर ग्रहण की है।"

पृच्छक के मन में जिज्ञासा हुई कि बड़े पुत्र ने बुराइयां भी पिताजी से सीखीं और छोटे पुत्र ने अच्छाइयां भी पिताजी से सीखीं, यह कैसे हो सकता है? आखिर दोनों को अपनी बात का रहस्य प्रकट करने के लिए कहा। बड़े बेटे ने कहा- "मैंने देखा कि पिताजी बीड़ी पीते हैं, शराब पीते हैं, गालियां बोलते हैं और कई गलत काम करते हैं। उनको देखते-देखते मेरे में भी वैसे संस्कार आ गये। मैं भी बीड़ी पीने लग गया, शराब पीने लग गया, गालियां देने लग गया और कई गलत बातें मैंने ग्रहण कर लीं।" छोटे पुत्र ने कहा – "मान्यवर ! मैंने देखा कि पिताजी बीड़ी पीते हैं, शराब

आदमी बुराइयों को देखे, अच्छाइयों को देखे। दोनों को जानने-समझने के बाद उसी को ग्रहण करे, जो उपादेय है। जो श्रेयस्कर है, कल्याणकारी है, उसी का आचरण करे। जो गलत है, उसका आचरण न करे। आदमी के जीवन में गुणसंपन्नता है तो अनेक समस्याओं से, अनेक कठिनाइयों से छुटकारा मिल जाता है।

आदि पीते हैं, जिससे उनका स्वास्थ्य बिगड़ गया। वे अस्वस्थ रहने लगे। वे गालियां बोलते हैं, अपशब्दों का प्रयोग करते हैं, जिससे उनकी प्रतिष्ठा कम हो गयी। वे असम्मान के पात्र बन रहे हैं। वे गलत आचरण करते हैं, जिससे उनका जीवन खराब हो गया। मैंने अपने पिताजी के जीवन से प्रेरणा प्राप्त कर यह निर्णय कर लिया कि मैं कभी भी इन बुराइयों को अपने जीवन व्यवहार में नहीं आने दूँगा। इस प्रकार मेरा जीवन अच्छा बन गया।"

आदमी बुराइयों को देखे, अच्छाइयों को देखे। दोनों को जानने-समझने के बाद उसी को ग्रहण करे, जो उपादेय है। जैसा कि दसवेआलियं सूत्र में कहा गया है – जं छेयं तं समायरे – जो श्रेयस्कर है, कल्याणकारी है, उसी का आचरण करे। जो गलत है, उसका आचरण न करे। शास्त्रकार ने सर्वगुणसंपन्नता से अपुनरावृत्ति की प्राप्ति बतलायी है और उसके साथ शारीरिक व मानसिक दुःखों से मुक्त होने की बात भी कही है। आदमी के जीवन में गुणसंपन्नता है तो अनेक समस्याओं से, अनेक कठिनाइयों से छुटकारा मिल जाता है। जैसे कोई व्यक्ति किसी को गाली नहीं देता, मधुरभाषी है, सबके साथ विनम्रता और मृदुतापूर्ण व्यवहार करता है तो लोग भी उसे सम्मान देते हैं, उसके साथ प्रेमपूर्ण व्यवहार करते हैं क्योंकि उसका व्यवहार अच्छा है। उसमें विनम्रता और शालीनता का गुण है। इसलिए जो असम्मान या अपमान की स्थिति प्राप्त होती है, उसका कारण स्वयं का अशिष्ट व्यवहार बनता है। उससे व्यक्ति को दुःख होता है। शालीन व्यवहार वाला व्यक्ति उस दुःख से मुक्त हो सकता है।

किसी व्यक्ति में खाने का असंयम है, जिसके कारण खाने के बाद उसका पेट गड़बड़ा जाता है, स्वास्थ्य में कठिनाई हो सकती है। उससे उसे कष्ट होता है, दुःख होता है। इसलिए भोजन में यदि संयम हो तो व्यक्ति को तत्संबंधी दुःख से छुटकारा मिल सकता है। कभी-कभी आदमी के मन की कुण्ठा भी बड़ी दुःखदायी बन जाती है। शरीर में कांटे की चुभन कष्टदायी होती है तो मन में चुभने वाला कांटा भी कष्टदायी होता है। कई बार मन में चुभने वाले कांटे का दूसरों को पता नहीं चलता, किन्तु आदमी उसकी वेदना को भोगता रहता है।

राजा और मंत्री में परस्पर मित्रता का संबंध था। एक दिन राजा ने देखा कि आजकल मंत्री बहुत उदास रहता है। इसका कारण क्या है? खोजबीन करने के बाद भी जब कारण का पता नहीं चला तो आखिर मंत्री से ही पूछा – "मंत्रीवर! इतना उदास चेहरा कैसे है? तुम तो इतने हँसते-खिलते और खुशमिजाजी थे, अब खिन्नमना कैसे बन गये हो?" मंत्री ने बताने में संकोच किया, किन्तु राजा ने दवाब दिया, तब मंत्री ने कहा – "महाराज ! हम दोनों युवा अवस्था के हैं। अभी कुछ दिनों पहले आपने एक कन्या के साथ शादी की थी। उस कन्या के प्रति मेरे मन में आकर्षण था। मैं उसके साथ शादी करना चाहता था, किन्तु वह मुझे नहीं मिली। इसलिए वह शल्य मेरे भीतर चुभ रहा है। वह मुझे बार-बार याद आती रहती है, किन्तु वह मुझे अप्राप्त है। इसलिए मेरा मन दुःखी हो रहा है।" राजा भी गजब का व्यक्ति था। राजा ने कहा – "मंत्री ! बस इतनी सी बात है। तुम चिन्ता मत करो। इसकी व्यवस्था हो जाएगी।" राजा तत्काल नवोढा के पास पहुँचा और उससे पूछा- "क्या तुम्हें मेरा आदेश स्वीकार्य है?" रानी ने कहा – "आप जैसा कहेंगे, मैं वह करने को तैयार हूँ।"

राजा ने कहा– "आज सायंकाल तुम मंत्री के घर चली जाना। आज रात्रि में तुम्हें वहीं रहना है।" यह बात सुनते ही रानी अवाक् रह गयी। यह कैसा आदेश? परन्तु आदेश तो आदेश होता है। रानी सायंकाल अपने महल से रवाना हुई। मंत्री के निवास स्थल के निकट पहुँच गयी। मंत्री ने ज्योंही रानी को आते देखा, मन बदल गया। राजा की पत्नी तो माता के समान होती है। उसके प्रति मेरे मन में ऐसा दुर्भाव कैसे आ गया?

मंत्री रानी के सामने गया, प्रणाम किया और कहा – "पधारो माताजी! आपने बड़ी कृपा की।" रानी को भोजन कराया और वापस महल की ओर रवाना कर दिया। अब मंत्री ने सोचा – मेरे मन में एक माता तुल्य महारानी के प्रति विकार भाव आ गया। अब मुझे जीने का अधिकार नहीं है। वह तलवार से अपनी गर्दन अलग करने ही वाला था कि तत्काल राजा ने उसका हाथ पकड़ लिया। संयोग से राजा किसी गुप्त मार्ग से मंत्री के घर में पहले से ही आ चुका था।

मंत्री ने कहा – "महाराज! मुझे मरने दीजिए। मैं आपको मुँह दिखाने लायक नहीं हूँ।" राजा ने कहा – "मंत्री! मुझे विश्वास था कि तुम्हारे द्वारा कोई गलत व्यवहार हो नहीं सकता। तभी तो मैंने अपनी प्रिया को तुम्हारे पास भेजा था।" मंत्री के मन का कांटा निकल गया और दुःखी मन प्रसन्न हो गया।

आदमी को कोई ऐसा महावैद्य मिल जाये, जो मन की बीमारी दूर कर सके, मन की समस्या का समाधान कर सके। ऐसे महावैद्य के योग से मनोव्यथा दूर हो सकती है, मन का कांटा निकल सकता है और आदमी का मन सुखी बन सकता है। आदमी अपने जीवन में सद्गुणों का विकास करे। विकास करते-करते ऐसा समय आ सकता है, जब सर्वगुणसंपन्नता की स्थिति प्राप्त हो सकती है।

जय जय ज्योतिचरण जय जय महाश्रमण

ज्वेलर्स शॉप इंश्योरेंस

लाईफ इंश्योरेंस

कैशलेस मेडीक्लेम

हमारे विशेषज्ञों द्वारा
अपनी पुरानी ज्वैलर्स ब्लॉक पॉलिसी
या मेडिक्लेम पॉलिसी की जाँच करवाएँ और
अनुकूल नियमों और शर्तों के साथ
मुफ्त कोटेशन प्राप्त करें ।

नो रुम कैटगरी वाली
कैशलेस मेडिक्लेम पॉलिसी लें
और इसे केवल 2600/- की
मामूली राशि से सुपर टॉप अप
पॉलिसी के साथ जोड़ें

इंश्योरेंस टिप्स

अपने पुराने जीवन बीमा पॉलिसी
नंबर के साथ शेयर करें,
हम एक परिवार पोर्टफोलियों प्रदान करेंगे
और उसी के अनुसार बेहतरीन योजना
की सलाह देंगे ।

यदि किसी इंश्योरेंस कंपनी ने आपके
मौजूदा क्लेम को खारिज कर दिया है
और आपको किसी सहायता या सलाह
की आवश्यकता होती है, तो हम
मदद के लिए तैयार है ।

Legacy of 39 Years

25000 HAPPY CUSTOMERS INDIA & ABROAD

11000 Claims Solved

300 National & International Awards

वर्ष 2020-21 में हमने 50+ करोड़ की वैल्यु के क्लेम सैटल किए है जिसमे पॉलीसी है
ज्वैलर्स ब्लॉक, लाईफ इन्शुरेन्स, मेडीक्लेम, फायर एवं बर्गलरी.

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

NICE™
INSURANCE LANDMARK
One Stop Insurance Solution in India !

हम देश विदेश में सभी ग्राहको को ऑनलाईन सुविधा द्वारा सेवा देते है.

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

Contact Details :
A 801/802/803, Shreepati Aradhana, 8th Floor, Dr. A.Merchant Road Kabutar Khana, Near Kalbadevi,
Marine Lines (East) Mumbai- 400002 • Email : info@niceinsure.com | www.niceinsure.com | Inter Com : 5050
LIC Department : 7045850013 | 7045850014 • Jewellers Department : 7045850015 | 9167860661 | 7045850013
Mediclaim Department : 7045850016 | 7047850017 | 9167860665 | 7045850013 • Motor Department : 9167860661
Claim Support Team : 7045850012 | 9167860663 • Landline : 022 - 46090022 | 46090023 | 46090024 | 40062222

साध्वी आरोग्यश्री

मित्ती मे सव्वभूएसु

आज पूरे विश्व में हिंसा व आतंकवाद का तांडव नृत्य हो रहा है। ऐसे में हम अपने मन रूपी उपवन में मैत्री का बीज बोएं, वचन रूपी अमृत जल से उसका सिंचन करें और शरीर रूपी प्राकार में इसका संरक्षण करें ताकि मैत्री का यह बीज बरगद बन सबको शीतल छाँव प्रदान करता रहे।

'आत्मवत सर्व भूतेषु' सब प्राणियों में अपनी आत्मा के दर्शन करना या सबको अपने समान मानने की भावना भारतीय संस्कृति की मौलिक विशेषता रही है। मैत्री भाव के इस सूत्र से मनुष्य और मनुष्येतर प्राणियों, पशु-पक्षियों, जीव-जन्तुओं, वनस्पति जगत यहां तक कि जड़ पदार्थों में भी आत्मीय भाव का अनुभव होता है।

'मित्ति मे सव्वभूएसु, वेरं मज्झ न केणई' मेरी सब जीवों के प्रति मैत्री है, किसी से मेरा वैर-विरोध नहीं। भगवान महावीर का यह वाक्य मैत्री का एक महान सूत्र है। मैत्री का तात्पर्य केवल दूसरों से प्रेम करना ही नहीं है, मैत्री का व्यापक अर्थ है सबके अस्तित्व को स्वीकार करना।

जैन धर्म की साधना का मूल आधार है अहिंसा। अहिंसा का व्यापक अर्थ है सभी प्राणियों के प्रति समता एवं मैत्री का भाव रखना। 'आयतुले पयासु' इस सिद्धांत के आधार पर आत्मतुला की भावधारा से अनुप्राणित व्यक्ति किसी के साथ प्रतिकूल व्यवहार नहीं करता। वह हमेशा दूसरों का शुभ चिन्तक होता है। इसलिए कहा भी गया है 'परहित सरिस धर्म नहीं भाई।' यह सूक्त भी मैत्री के सामाजिक स्वरूप को उजागर करता है। व्यक्ति समाज में जीता है। सामाजिक संबंधों के साथ राग-द्वेष होना भी संभव है और जहाँ राग-द्वेष है, वहाँ कलह, दुराग्रह, वैमनस्य, घृणा और प्रतिशोध की भावना पनपने लगती है। सरस जीवन में नीरसता का विष घुलने लगता है। मैत्री का सूत्र पारिवारिक, सामाजिक, राष्ट्रीय, अन्तरराष्ट्रीय रिश्तों को मजबूत बनाने वाला सूत्र है।

संस्कृत साहित्य में मित्र के लक्षणों का उल्लेख करते हुए कहा गया है -

ददाति प्रतिगृह्णाति गुह्यमाख्याति पृच्छति।
भुङ्क्ते भोजयते चैव षड्विधं मैत्रिलक्षणम्।।

मित्र का पहला लक्षण है जो देता है, दूसरा लक्षण है जो लेता है, तीसरा लक्षण है जो अपने मन की गुप्त बात बता देता है, चौथा लक्षण है मन की गुप्त बात पूछता है, पाँचवां लक्षण है जो अपने मित्र के घर जाकर भोजन करता है तथा छठा लक्षण है जो अपने मित्र को अपने घर बुलाकर भोजन कराता है।

यह एक व्यावहारिक व लौकिक मैत्री है। इस मैत्रीपूर्ण व्यवहार से जीवन में सरसता तथा मृदुता बढ़ती है। मैत्री भावना के पुष्ट होने पर पारिवारिक व सामाजिक स्तर पर अन्याय, अराजकता तथा घरेलू हिंसा जैसी समस्याएं स्वतः समाहित होने लगती हैं।

जिस व्यक्ति में प्रेम व मैत्री का भाव प्रबल होता है, उसकी प्रतिरोधात्मक शक्ति अधिक मजबूत होती है। खास तौर पर तनाव से जुड़ी बीमारियां, तंत्रिका तंत्र और मनोविकारों से लड़ने में प्रेम, दया व मैत्री के भाव मदद पहुँचाते हैं। प्रेम व मैत्रीपूर्ण संबधों में रहने वाले लोगों का जीवन लंबा होता है।

आज पूरे विश्व में हिंसा व आतंकवाद का तांडव नृत्य हो रहा है। आर्थिक विपन्नता व क्रूरता के कारण लोग आतंकवादी नीतियों को बढ़ावा दे रहे हैं। ऐसा कार्य वे लोग ही कर सकते हैं जो स्वयं के अस्तित्व की तरह दूसरों के अस्तित्व को स्वीकार नहीं करते। 'वसुधैव कुटुम्बकम्' की भावना को आत्मसात करके हिंसा, भ्रष्टाचार, व्यभिचार जैसी समस्याओं से ऊपर उठा जा सकता है।

प्रेक्षाध्यान की उपसम्पदा का एक महत्वपूर्ण सूत्र है मैत्री। उपाध्याय विनयविजयजी ने शांतसुधारस भावना में कहा है - 'मैत्री परेषां हितचिन्तनम् यत्' दूसरों के हित का चिन्तन करना मैत्री भावना है। दूसरों के प्रति अनिष्ट चिन्तन करना निषेधात्मक भाव है। इससे स्वयं का अहित ज्यादा होता है। दूसरों के प्रति हमारे मन में जो बुरा विचार आया, उसका पता किसी और को लगे या न लगे, किन्तु वह विचार हमारे मस्तिष्क में अवश्य रिकॉर्ड हो जाता है और उसका परिणाम भी हमें भोगना पड़ता है। जिसके मन में मैत्री जागृत होती है, वह कभी किसी का अहित नहीं कर सकता।

उत्तराध्ययन सूत्र में कहा कहा गया है -
अप्पा कत्ता विकत्ता य, दुहाण य सुहाण य।
अप्पा मित्तममित्तं च, दुप्पट्ठिय सुपट्ठिओ।।

दुष्प्रवृत्ति में लगी हुई आत्मा शत्रु है और शुभ प्रवृत्ति में लगी हुई आत्मा मित्र है। आज की भाषा में कहें तो स्वयं के प्रति नकारात्मक सोच रखना शत्रुता है और स्वयं के प्रति सकारात्मक सोच रखना मैत्री है। स्व के प्रति इष्ट चिंतन करने वाला ही प्राणी मात्र के हितों की रक्षा कर सकता है।

मेडिकल साइंस के अनुसार हमारे शरीर के भीतर अनेक प्रकार के रसायन बनते हैं। उनमें से कुछ रसायन विष तुल्य होते हैं और कुछ अमृत तुल्य। हमारे मन में अपने प्रति या दूसरों के प्रति बुरा विचार या शत्रुता का भाव आते ही मस्तिष्क में एक जहरीला रसायन उत्पन्न होने लगता है जिससे शरीर सूखने लगता है तथा अनेक प्रकार की मनोकायिक बीमारियां पैदा होने लगती हैं।

आचार्य महाप्रज्ञजी के अनुसार बीमारी का कारण केवल बाह्य कीटाणु या वायरस ही नहीं बल्कि व्यक्ति के भीतर पनप रही वैर-विरोध की भावना, कुंठा, घृणा, अवसाद और विषण्णता भी हैं। ये ऐसे भयंकर दीमक हैं जो हमारे शरीर को खोखला बना देते हैं। वैज्ञानिकों के अनुसार प्रतिशोध की भावना से शरीर में कार्टिसोल नामक हार्मोन का स्तर बढ़ जाता है और इसके बढ़ने से हमारी रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति कमजोर हो जाती है।

मैत्रीपूर्ण व्यवहार की पहली निष्पत्ति है - स्वास्थ्य। जिस व्यक्ति में प्रेम व मैत्री का भाव प्रबल होता है, उसकी प्रतिरोधात्मक शक्ति अधिक मजबूत होती है तथा उसमें अपने स्वास्थ्य को बनाये रखने की क्षमता का विकास होता है। खास तौर पर तनाव से जुड़ी बीमारियां, तंत्रिका तंत्र और मनोविकारों से लड़ने में प्रेम, दया व मैत्री के भाव मदद पहुँचाते हैं। प्रेम व मैत्रीपूर्ण संबधों में रहने वाले लोगों का जीवन लंबा होता है। इस तरह मैत्री भावना का प्रयोग चिकित्सा की दृष्टि से भी एक महत्वपूर्ण प्रयोग है।

मैत्री की दूसरी निष्पत्ति है - सुख। वही व्यक्ति सुखी रह सकता है जिसके अन्तःकरण में मैत्री का झरना अनवरत बहता रहता है। बहता झरना निर्मलता व उपयोगिता का प्रतीक है। वह धरती को सरसब्ज बनाता है। वैसे ही मैत्री का झरना व्यक्ति के अवचेतन मन को सरसब्ज बना देता है तथा इससे प्राप्त होने वाला सुख स्थायी होता है।

मैत्री की तीसरी निष्पति है - प्रसन्नता। जीवन का मौलिक सूत्र है - प्रसन्न रहना। मैत्री का विकास होने पर ही प्रसन्नता संभव है। यदि मन में शत्रुता है तो व्यक्ति प्रसन्न नहीं रह सकता। स्वस्थ और प्रसन्न जीवन जीने का सूत्र है - मैत्री का विकास।

मैत्री की चौथी निष्पत्ति है - विनोद भावना का विकास। विनोदी व्यक्ति का जीवन सरस होता है। जिसमें प्रगाढ़ मैत्री भाव जागृत होता है, वही परस्पर विनोद कर सकता है। आचार्य भिक्षु, आचार्य तुलसी और आचार्य महाप्रज्ञ के जीवन दर्शन में विनोद के अनेक प्रसंगों को हम पढ़-सुन सकते हैं। आचार्य तुलसी का एक महत्वपूर्ण सूत्र था - "जो हमारा हो विरोध, हम समझें उसे विनोद।"

मैत्री भाव की अन्तिम निष्पत्ति है - प्राण शक्ति का जागरण। प्राण शक्ति जागृत होने से व्यक्ति के भीतर मनोबल का विकास

संवेदनशील हृदय व करुणाशील मस्तिष्क वाला व्यक्ति ही प्राणी मात्र के साथ मैत्री स्थापित कर सकता है। सत्य की खोज वही व्यक्ति कर सकता है जिसका चित्त मैत्री भाव से आप्लावित होता है। मैत्री भावना ब्रह्मरमण और आत्मरमण का प्रथम द्वार है। जिन परम पवित्र आत्माओं ने मैत्री की धारा से वैर रूपी कल्मष को धोया, वे हमारे लिए आदर्श पुरुष हैं।

होता है। मनोबल के अभाव में मैत्री विकसित नहीं हो सकती। आचार्य महाप्रज्ञ के शब्दों में, संवेदनशील हृदय व करुणाशील मस्तिष्क वाला व्यक्ति ही प्राणी मात्र के साथ मैत्री स्थापित कर सकता है। स्वामी विवेकानंद के शब्दों में, जहाँ अन्य राष्ट्रों एवं धर्मों ने अपना प्रचार-प्रसार शस्त्र बल, धन बल एवं कूटनीति के बल पर आधिपत्य की भावना से किया, वहीं भारतवासियों ने सदैव अधिकार के बजाय प्यार व मैत्री की भाषा में किया।

भगवान बुद्ध करुणा के प्रतिमान पुरुष थे। उन्होंने प्राणी मात्र में मैत्री की प्रतिष्ठा करते हुए अपने भिक्षुओं से कहा कि यदि अहिंसक व अवैर रहना है तो प्राणी मात्र को मैत्री के धागे से बांधना होगा। मैत्री भावना ब्रह्मरमण और आत्मरमण का प्रथम द्वार है। जिन परम पवित्र आत्माओं ने मैत्री की धारा से वैर रूपी कल्मष को धोया, वे हमारे लिए आदर्श पुरुष हैं। जैसे कि चण्डकौशिक नाग के प्रति भगवान महावीर ने, ब्राह्मण सोमिल के प्रति मुनि गजसुकमाल ने और चाण्डाल के प्रति मेताज (मेतार्य) मुनि ने प्रेम की धारा बहाकर शत्रुता पर विजय प्राप्त की।

आचार्य महाप्रज्ञजी ने प्रेक्षाध्यान का महत्वपूर्ण सूत्र दिया - 'अप्पणा सच्चमेसेज्जा मेत्ति भूप्सु बप्पए' स्वयं सत्य खोजो, सबके साथ मैत्री करो। सत्य की खोज वही व्यक्ति कर सकता है जिसका चित्त मैत्री भाव से आप्लावित होता है। आचार्य प्रवर ने अपनी पुस्तक 'जीवन की पोथी' में लिखा है- हम रोग के साथ मैत्री करें, बुढ़ापे के साथ मैत्री करें, अपने जीवन के साथ मैत्री करें और वर्तमान के साथ मैत्री करना सीखें। जिसकी इन सबके साथ मैत्री होगी, वही नकारात्मक दृष्टि से हटकर सृजनात्मकता का व उल्लास भरा सफल जीवन जी सकता है।

हम प्रतिदिन आचार्य तुलसी द्वारा रचित निम्नोक्त पंक्तियों से अपने चित्त को भावित करें -

क्षमादान देता हूँ सबको, क्षमा मुझे दें सारे जीव।
सब जीवों से मैत्री मेरी, नहीं किसी से मेरा वैर।।

आवश्यकता है कि हम अपने मन रूपी उपवन में मैत्री का बीज बोएं, वचन रूपी अमृत जल से उसका सिंचन करें और शरीर रूपी प्राकार में इसका संरक्षण करें ताकि मैत्री का यह बीज बरगद बन सबको शीतल छाँव प्रदान करता रहे। ■

निर्भय होकर चलना है...

■ डॉ. रमेश मिलन - पुणे ■

जीवन के इस महासमर में निर्भय होकर चलना है,
अंधकार को चीर एक दिन
बन कर सूर्य निकलना है,
निर्भय होकर चलना है।

पथ में बाधाएँ आएंगी, अवरोधक बन कर छाएंगी,
कितनी भी हो निशा भयानक
आखिर तो उसे ढलना है,
निर्भय होकर चलना है।

कितना भी कोई ऊँचा उड़ ले, चाहे चाँद-सितारे छू ले,
थके हुए पंखों से आखिर
धरती पर ही बिखरना है,
निर्भय होकर चलना है।

एटम बम हो या न्यूक्लियर, प्रलय शक्ति या मौत भयंकर,
पीड़ा की बर्फीली चादर
आखिर उसे पिघलना है,
निर्भय होकर चलना है।

मुनि कमलकुमार

अणुव्रत : चरित्र निर्माण का सशक्त माध्यम

अणुव्रत वर्ग, वर्ण, जाति, संप्रदाय, लिंग आदि से ऊपर उठकर शुद्ध, सात्विक, सरल, स्वच्छ जीवन जीने की कला सिखाता है। अणुव्रत किसी पंथ, संत, महंत और ग्रंथ से जुड़ा हुआ नहीं है। जो व्यक्ति नैतिकता में विश्वास करता है, वह अणुव्रती बन सकता है।

अणुव्रत व्यक्ति-व्यक्ति को स्वस्थ जीवन जीने की कला सिखाने वाला आंदोलन है। जो व्यक्ति अणुव्रती बन जाता है, वह अपने जीवन में शांति और आनंद को प्राप्त करने का सपना साकार कर लेता है। अणुव्रत वर्ग, वर्ण, जाति, संप्रदाय, लिंग आदि से ऊपर उठकर शुद्ध, सात्विक, सरल, स्वच्छ जीवन जीने की कला सिखाता है। अणुव्रत किसी पंथ, संत, महंत और ग्रंथ से जुड़ा हुआ नहीं है। जो व्यक्ति नैतिकता में विश्वास करता है, वह अणुव्रती बन सकता है।

आज हम देखते हैं कि चारों तरफ अनैतिकता का वातावरण बढ़ रहा है, इसलिए व्यपारी हो या कर्मचारी, नर हो नारी, मजदूर हो या अधिकारी तनावग्रस्त जीवन जी रहा है और उस तनाव से मुक्त होने के लिए नाना प्रकार के व्यसनों का सहारा ले रहा है, जिससे तन और धन की बर्बादी के सिवाय कुछ नहीं मिलता। अगर व्यक्ति नैतिक, प्रामाणिक जीवन जीने का संकल्प करे तो वह तन-मन-चिंतन को स्वस्थ बनाकर इहलोक और परलोक दोनों में सुखी हो सकता है।

यह वर्ष अणुव्रत आंदोलन का अमृत महोत्सव वर्ष है। पूज्य गुरुदेव आचार्य श्री तुलसी के द्वारा चलाये गये अणुव्रत आंदोलन को आचार्य श्री महाप्रज्ञ ने खूब बल दिया, प्रोत्साहन दिया। वर्तमान अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने अपनी यात्रा का नाम भी अणुव्रत यात्रा रख दिया। गुरुदेव की यात्रा जिस गाँव-शहर में पहुँचती है, वहाँ का वातावरण ही अणुव्रतमय बन जाता है।

अणुव्रत के एक असाम्प्रदायिक आंदोलन होने से इसे जन-जन के योग्य कहा जा सकता है। इसका प्रचार-प्रसार जितना अधिक होगा, उतना ही व्यक्ति, परिवार, समाज और विश्व समृद्ध बनेगा। हमारे यहाँ उपासना और चरित्र - दोनों प्रकार के धर्म की बात बतायी जाती है। उपासना चंद समय ही हो सकती है, परंतु चरित्र चिरकाल तक व्यक्ति की पहचान बनाने वाला होता है। अणुव्रत आंदोलन चरित्र निर्माण में सहयोगी बनता है। प्रत्येक व्यक्ति को इसे समझना चाहिए और स्वस्थ, मस्त, प्रशस्त, विश्वस्त बने रहने के लिए इसे स्वीकार करना चाहिए।

अखिलेश आर्येन्दु

अच्छाइयों से होता है जीवन में चमत्कार

रोजाना एक अच्छाई ग्रहण करने और एक बुराई छोड़ने का संकल्प कीजिए, फिर देखिए जीवन में किस तरह सकारात्मक बदलाव आता है। कुछ ही दिन में आप देखेंगे जिंदगी में हर तरफ सकारात्मकता के सूर्य का उदय हो गया है, जो खुद को ही नहीं, समाज को भी अपने उज्ज्वल प्रकाश से प्रकाशित कर रहा है। यह किसी चमत्कार से कम नहीं होगा।

संसार की हर वस्तु या जीव-जन्तु में कोई न कोई अच्छाई और सकारात्मक तत्त्व होता ही है। इसलिए जहाँ और जिस हालात में रहें, वहाँ अच्छाइयों, सुन्दरताओं और शुभताओं को देखने की आदत डालिए। कोई भी अच्छाई या सकारात्मकता आपके काम आ सकती है। जितनी आपकी खोज अच्छाई की ओर बढ़ती जाएगी, आपका हृदय, मन और चेतना पवित्र और विशाल व उदार बनते जाएंगे। इससे आत्मविश्वास बढ़ेगा और हीनता से छुटकारा भी मिल जाएगा। चिंतन करते रहना और साध्य के साथ साधन की पवित्रता की कीमत समझते हुए जीवन को पवित्र बनाये रखना भी जरूरी है। वस्तुओं और व्यक्तियों को देखने और समझने का नजरिया मौलिक और संतुलित रखना भी जरूरी है।

जिंदगी में चमत्कार के लिए मौलिक, नवीन और सर्वोपयोगी की राह पकड़नी ही होगी। इससे जहां मंजिल पाना आसान व सहज हो जाएगा, वहीं एक आनंद और आह्लाद मन में स्फुरित होता जाएगा। आपके लिए कोई वस्तु नफरत या ईर्ष्या की वस्तु व विषय न बनकर, प्रेम और आनंद का विषय बन जाएगी। सकारात्मकता और शुभता को जीवन का पाथेय बनाने के लिए इससे बेहतर दूसरा कोई उपाय नहीं है।

रोजाना एक अच्छाई ग्रहण करने और एक बुराई छोड़ने का संकल्प कीजिए, फिर देखिए जीवन में किस तरह सकारात्मक बदलाव आता है। कुछ ही दिन में आप देखेंगे जिंदगी में हर तरफ सकारात्मकता के सूर्य का उदय हो गया है, जो खुद को ही नहीं, समाज को भी अपने उज्ज्वल प्रकाश से प्रकाशित कर रहा है। यह किसी चमत्कार से कम नहीं होगा। फिर तो वे लोग भी आपके प्रशंसक व कायल हो जाएंगे जो अभी तक आपमें बुराई तलाशते रहते थे। दुर्गुणी लोग भी आपसे प्रेरणा लेने लगेंगे और अच्छा इंसान बनने के लिए प्रेरित होने लगेंगे।

जिस तरह से वैज्ञानिक और समाज सुधारक हर समय नयी-नयी खोजों के जरिए मानवता को अपना अमूल्य अवदान समर्पित करते रहते हैं, उसी तरह से यदि समय, धन और शक्ति का उपयोग करके अच्छाइयों की खोज में लग जाएं तो जीवन अच्छाइयों का पुस्तकालय बन जाएगा। फिर यह विश्व का ऐसा पुस्तकालय होगा जिसकी प्रत्येक पुस्तक तथा उसका हर पन्ना उपयोगी और मौलिक होगा। देखना यह है कि हमारा जीवन परम्पराओं, रूढ़ियों और पाखंडों से निर्मित हुआ है या वैज्ञानिकता, तर्क और समझ के जरिए। क्योंकि किस्मत को कोसते हुए रोजाना रोने-धोने वाला, हर बात और कार्य में कमी निकालने वाला व्यक्ति

अच्छाइयों में ही शक्ति है, पवित्रता और आनंद है। अच्छाइयां ही व्यक्ति, परिवार और समाज की उत्तमता की आधार हैं। यह ऐसी शक्ति है जिसे लगातार बढ़ाते रहने से ये व्यक्ति और समाज को अकूत बल से भर देती हैं। यह शक्ति जीवन को शिखर पर ले जाने का आधार प्रदान करती है।

कभी उन्नति के रास्ते पर आगे नहीं बढ़ सकता है और लोगों की नजर में वह कभी बेहतर इंसान भी नहीं बन पाता। ऐसे व्यक्तियों के जीवन में चमत्कार होने का सवाल नहीं उठता।

मोहल्ले में कुछ युवकों ने संकल्प लिया कि वे अपना कीमती वक्त केवल दूसरों की मदद करने में लगाएंगे। उसी मोहल्ले के कुछ अन्य युवकों ने उनका उपहास करना शुरू कर दिया। उपहास करने वाले लड़के किसी की खामियों को ढूंढ़ने और लोगों में उसे प्रचारित करने में ही अपना समय जाया करते थे। संकल्प के साथ परोपकार के कार्यों में जीवन लगाने वाले लड़कों ने उनकी उपेक्षा की। धीरे-धीरे दोष निकालने वाले लड़कों को समझ आ गयी कि अच्छे कार्यों और शुभ संकल्प के आगे उनकी नहीं चलने वाली है। अब दोष ढूंढ़ने वाले उन लड़कों को परहित के कार्यों में रत लड़कों के कार्य अच्छे लगने लगे क्योंकि मोहल्ले में सद्गुणी लड़कों को लोग सराहते और उन्हें अच्छे कार्यों के लिए प्रोत्साहित करते। नकारात्मक प्रवृत्ति के लड़के जब असफल होने लगे और घर में उनका सम्मान घटने लगा तो उन्होंने भी अच्छाइयों की ओर चलना शुरू कर दिया। यह होता है अच्छाइयों की राह पर धैर्यपूर्वक चलते रहने का परिणाम। इसे योग की भाषा में हम साधना का परिणाम कहेंगे।

अच्छाइयों में ही शक्ति है, पवित्रता और आनंद है। अच्छाइयां ही व्यक्ति, परिवार और समाज की उत्तमता की आधार हैं। यह ऐसी शक्ति है जिसे लगातार बढ़ाते रहने से ये व्यक्ति और समाज को अकूत बल से भर देती हैं। यह शक्ति जीवन को शिखर पर ले जाने का आधार प्रदान करती है। जैसे मधुमक्खियां फूलों का पराग चूसकर मीठा शहद इकट्ठा कर लेती हैं, उसी तरह अच्छाई रूपी पराग जहाँ से भी मिले, उसे ग्रहण करने में कभी हिचकिचाना नहीं चाहिए। छोटे से छोटे व्यक्ति, वस्तु, किताब जिसमें भी अच्छाई दिखे, उसे बिना देरी किये ग्रहण कर लेना चाहिए। छात्र जीवन के लिए तो यह किसी वरदान से कम नहीं है।

प्रकृति में अमृत भी है और विष भी। गंदगी भी है पवित्रता भी। शुभ भी है और अशुभ भी। सुख भी है और दुःख भी। जीवन भी है और मरण भी। शांति भी है अशांति भी। संतोष और असंतोष दोनों हैं। सफलता है तो असफलता भी है। चुनाव आपको करना है। इस चुनाव पर ही निर्धारित होगा कि आप किस दिशा में जाना चाहते हैं। जिस दिशा को चुनते हैं, उसी के अनुसार आपको परिणाम भी मिलेगा। मानव का संकल्प और उसकी दिशा ही उसके जीवन की सफलता और असफलता को निर्धारित करते हैं। अच्छाइयों को अपनाने का इरादा सकारात्मकता के साथ करना चाहिए। प्रतिदिन इसका अभ्यास करते रहने से नकारात्मकता का हमेशा के लिए अंत हो जाता है और हालात में बदलाव आने लगता है। अपना नजरिया, अपने भाव और अपने विचार तीनों की समीक्षा लगातार करते रहने से जहाँ सद्गुणों में बढ़ोतरी होती है, वहीं आंतरिक शक्ति भी बढ़ती जाती है। आंतरिक शक्ति या आत्मिक शक्ति मानव की सबसे बड़ी शक्ति व पूँजी है। यही हमारी चेतना को विस्तार देती है। इसी से असंभव दिखने वाले कार्य संभव हो पाते हैं। इसलिए अपनी दृष्टि में बदलाव करके अन्दर छिपी शक्ति और प्रतिभा को निखारिए।

अपने अवचेतन में यह बात बिठा लीजिए कि जीवन सकारात्मक, शुभ, श्रेष्ठ और आनंद जैसे दैवीय तत्त्वों को अर्जित करने के लिए मिला है, इसे हम जरूर ही अर्जित करके रहेंगे। अपने अंदर उन वस्तुओं, विचारों और विषयों को कभी जगह मत दीजिए जो नकारात्मकता को बढ़ाने वाले हों। अपने कर्त्तव्यों और कार्यों को अच्छी प्रकार से करने की आदत डालिए। जहाँ भी, जिसमें भी, अच्छाई दिखे, उसकी प्रशंसा कीजिए और उसे अपने अंदर समाहित कर लीजिए। अच्छा सुनने, अच्छा बोलने और अच्छा करने की आदत डालिए।

आशा, विश्वास और आनंद अपने अंदर हमेशा बसाये रखिए। यह आंतरिक ऊर्जा का सबसे बड़ा स्रोत है। उन लोगों, वस्तुओं और विषयों से हमेशा दूरी बनाये रखिए, जो नकारात्मक भावों, विचारों और आंतरिक वातावरण को दूषित करते हैं। फिर देखिए, जीवन में कैसे दिखायी देता है अच्छाइयों का चमत्कार।

दिल्ली में रहने वाले लेखक साहित्यकार, चिंतक और संस्कृतिवेत्ता हैं।

रूपांतरण

■ प्रभाशंकर उपाध्याय ■

प्रवचन की पूर्णाहुति के बाद स्वामीजी ने मनमोहन को अपने पास बुलाया और श्रोताओं की ओर उन्मुख होकर कहा, ''इस व्यक्ति ने अपनी दृढ़ इच्छाशक्ति से शराब पीने की अपनी आदत छोड़ दी। ऐसे व्यक्ति विरले होते हैं, जो ठोकर खाकर संभल जाएं। हालाँकि उस बुरी आदत का परिणाम इसने और इसके परिवार ने बहुत भुगता, मगर अब यह शराब को छूता भी नहीं है।''

मनमोहन देर रात बैंक से घर आता। खाना खाकर कमरे में बैठता, शराब की बोतल खोलता और नशे में सुध खो कर वहीं सो जाता। पिछले दस साल से मानो यही उसका रोज का क्रम बन गया था। मनमोहन एक बैंक में अधिकारी था। अपने माँ-बाप की इकलौती संतान था वह। परिवार में माता-पिता, पत्नी और एक बेटी थी।

जब बेटी छोटी थी तो उसने परिवार को साथ रखा। बाद में माता-पिता अशक्त हुए और बेटी भी बड़ी कक्षा में पढ़ने लगी तो परिवार को अपने पैतृक निवास पर छोड़ दिया और स्वयं अकेला रहकर नौकरी करने लगा। बैंक अधिकारियों के दो-तीन साल में प्रायः तबादले हो जाया करते हैं। मनमोहन के तबादले भी होते रहे। उसी दौर में सहकर्मी अधिकारी के साथ साझा तौर पर एक कमरे में रहा तो उस पियक्कड़ ने मनमोहन को भी शराब का आदी बना दिया।

जब घर वालों को मनमोहन की शराब की लत का पता लगा तो बड़ी हाय-तौबा हुई। पत्नी मीना ने कई कसमें दीं। बालिग होती बेटी की दुहाई दी। प्रतिष्ठित नौकरी और कुल का हवाला दिया, किन्तु कई बार छोड़ने की ठानने के बावजूद शराब न छूटी। बुजुर्ग माता-पिता ने भी हारकर मौन धार लिया। उस आघात को वे अधिक दिनों तक सह न सके और एक वर्ष के अंदर ही दोनों

इहलोक को त्याग गये। मीना ने भी एक परोक्ष समझौता कर लिया। उसने टोका-टोकी बंद कर दी। हालाँकि, मनमोहन जब रविवार या किसी छुट्टी को घर आता तो रात में उसे एक अलग कमरे में बैठकर पीना होता था। कुछ वर्ष बाद वह स्थानांतरित होकर अपने गृह नगर आया तो मीना ने उसी कमरे में उसके पीने-खाने-सोने की व्यवस्था कर दी। मनमोहन अपने बैंक में कुशल और कर्मठ अधिकारी माना जाता था। ऐसे में अगर कोई उसके शराब पीने की लत के बारे में कह भी देता तो बैंक में शायद ही किसी को इस पर यकीन हो पाता। उसकी शराबखोरी की लत का पता उसके कुछ अंतरंग मित्रों को ही था।

...मगर एक दिन वह वर्जना भी टूट गयी। देर शाम वह नशे में धुत होकर घर लौटा और बंद किवाड़ों को बड़े जोरों से भड़भड़ा दिया। मीना ने दरवाजा खोला। लस्त-पस्त मनमोहन लहराता-बलखाता भीतर घुसा। ड्राइंग रूम में सोफे पर दो पुरुष, दो स्त्रियां और एक युवक बैठे थे। बेटी शोभना भी उनके पास ही बैठी थी। मनमोहन की दशा देख, मीना मूर्तिवत् खड़ी रह गयी। बेटी भी हतप्रभ थी।

"कौन है यह बदतमीज, जो इस तरह अंदर घुस आया?" एक व्यक्ति ने तैश पूर्वक पूछा।

"जी...ये..मेरे पापा हैं...।" शोभना मंद स्वर में बोली। शर्मिंदगी से उसका चेहरा लाल हो गया। मीना भी लज्जा से गड़ी जा रही थी।

वे लोग खड़े हो गये, "जिस घर में बाप शराबी हो, उस घर में हम अपने बेटे का रिश्ता कैसे कर सकते हैं?" यह कहकर पाँचों खुले दरवाजे से बाहर चले गये। दरवाजे के पास झूमता मनमोहन मिचमिची आँखों से घटना को समझने की कोशिश करता रहा, और फिर सोफे पर जा पसरा।

अगली सुबह सोफे पर सोये मनमोहन की आँखें जब खुलीं तो दिन निकले काफी देर हो चुकी थी। घर में अजब-सी वीरानी छायी थी। कभी-कभी रसोईघर से बर्तनों के खड़कने की आवाज आ जाती थी। मीना होगी वहाँ, यह सोचकर मनमोहन ने खांसा, पर मीना नहीं आयी। अबकी बार उसने मीना को पुकारा, मगर वह नहीं आयी। ऐसा पहली बार हुआ था कि मीना को उसके जाग जाने की भनक न लगे। वह हमेशा चाय लेकर हाजिर हो जाती थी, लेकिन यह भी तो पहले नहीं हुआ था कि वह पीकर घर लौटा हो। उसकी स्मृति में रात का दृश्य धुंधला-सा कौंधा। कुछ लोग सोफे से उठकर जोर-जोर से बोलते हुए बाहर चले गये थे। कौन थे वे लोग और क्यों उसके घर आये थे?

दरअसल कल रात मनमोहन एक दावत में कुछ दोस्तों का आग्रह टाल न सका और उसने कुछ अधिक ही पी ली थी। मीना के आने की प्रतीक्षा में, थोड़ी देर बैठे रहने के बाद वह उठ खड़ा हुआ और धीमे-धीमे रसोईघर की ओर बढ़ा। उसने देखा, मीना वहाँ बर्तन मांज रही थी।

माँ की तेज आवाज सुन शोभना अपने कमरे से दौड़ी चली आयी। उसकी आँखें भी सूजी हुई थीं। शायद वह भी रात भर रोती रही थी। मनमोहन समझ गया कि कल रात कुछ ऐसा हुआ जो नहीं होना था। उसने मीना की आँसू भरी आँखों को देखा, मगर उसकी हिम्मत नहीं हुई कि वह उन्हें पोंछ दे।

"मीना, चाय...।" यह सुनकर मीना ने इलेक्ट्रिक केटल से कप में चाय उड़ेली और उसकी ओर बगैर देखे कप बढ़ा दिया।

"आज बहुत नाराज लग रही हो। इससे पहले तो जरा पुकारते ही चाय लेकर आ जाती थी।"

मीना फफक पड़ी। मनमोहन चाय पीना भूल गया।

"तुम रो रही हो, पर क्यों?"

मीना कुछ नहीं बोली। बस सुबकती रही। मनमोहन पास आया और उसके कंधे पर हाथ रखकर बोला, "मुझे बताओ मीना! वे कौन लोग थे, जो कल रात यहाँ आए हुए थे और हड़बड़ी में उठ कर चले गये थे?"

मीना ने कंधे से उसका हाथ झटक दिया।

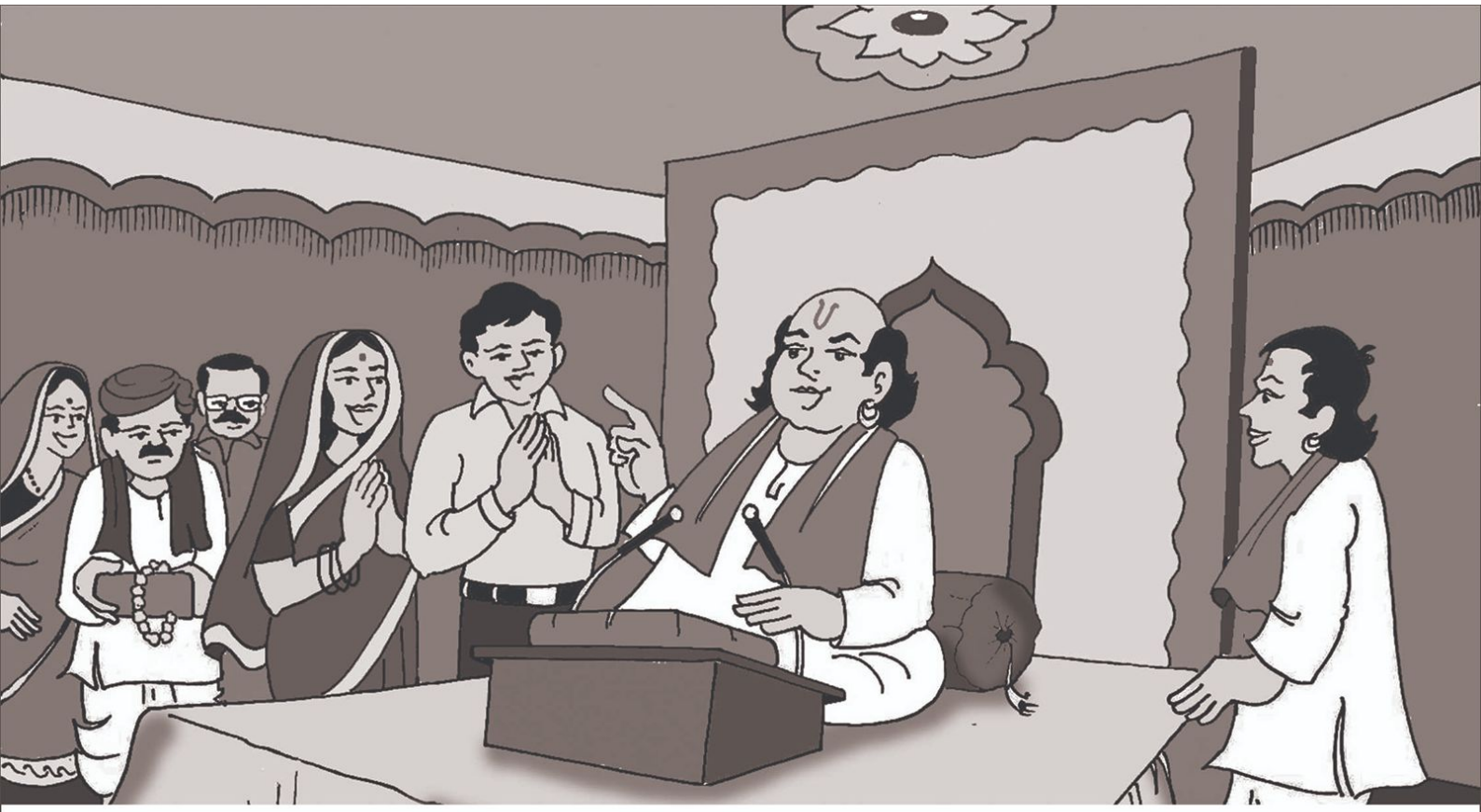
"सॉरी...मीना...आई फील रियली वेरी सॉरी...। कल रात मुझसे बहुत बड़ी गलती हो गयी। मैं न जाने कैसे उन लोगों के चक्कर में आ गया था? अब आगे से ऐसा नहीं होगा।" मनमोहन ने कान पकड़े।

"मतलब यह कि शराब तो तुम फिर भी पीओगे, चाहे इस घर को आग ही लग जाये।" मीना फट पड़ी।

माँ की तेज आवाज सुन शोभना अपने कमरे से दौड़ी चली आयी। उसकी आँखें भी सूजी हुई थीं। शायद वह भी रात भर रोती रही थी। शोभना को देख मीना बोली, "तुम अपने कमरे में जाओ, बेटा।"

मनमोहन समझ गया कि कल रात कुछ ऐसा हुआ जो नहीं होना था। उसने मीना की आँसू भरी आँखों को देखा, मगर उसकी हिम्मत नहीं हुई कि वह उन्हें पोंछ दे।

"तुम्हें बैंक के कामों से फुर्सत नहीं मिलती। वहाँ से देर रात आते हो तो शराब लेकर बैठ जाते हो। बच्ची कितनी बड़ी हो गयी, तुम्हारे पास यह देखने का भी समय नहीं। उसकी शादी की कोई फिक्र नहीं। एक लड़का है जिसने किसी शादी समारोह में हमारी शोभू को देखा और पसंद कर लिया था। वह लड़का कल रात अपने मम्मी-पापा को साथ लेकर आया था। अच्छा-खासा परिवार है। वे शोभू का हाथ माँग रहे थे। शोभना ने भी सहमति दे दी थी। बस, तुम्हारे आने का इंतजार था। कितने फोन लगाये कि बैंक से



जल्दी चले आओ, पर तुमने कॉल रिसीव नहीं की। करते भी कैसे? तुम तो जश्न मना रहे थे और जब घर लौटे तो नशे में चूर होकर।" मीना बस बोलती चली गयी।

मनमोहन का चेहरा फक्क पड़ गया था। उसने लड़खड़ाकर दीवार का सहारा लिया। जेब में हाथ डाला तो मोबाइल नहीं था। या तो वह पार्टी में ही छूट गया था या रास्ते में कहीं गिर गया था! उसने अपना सिर थाम लिया। हाय...यह कैसा गजब हुआ? मीना का गुस्सा वाजिब था। कौन भला आदमी शराबी के घर रिश्ता करेगा? मीना पुनः सिसकने लगी थी। मनमोहन से खड़ा न रहा गया। उसका सिर घूमने लगा। वह सोफे पर आ गिरा। उसे अपनी प्रतिष्ठा और बेटी का भविष्य तार-तार होता प्रतीत हुआ।

...और हुआ भी वही। मनमोहन के शराब के नशे में धुत होकर घर लौटने की बातें इस मुँह से उस मुँह होती हुई पूरे शहर और समाज में फैल गयी। मारे आत्मग्लानि के दो दिन तक वह घर से बाहर निकला ही नहीं। बस, बिस्तर पर पड़ा-पड़ा अपने परिवार के बारे में सोचता रहा। पत्नी और बेटी की रोती-सिसकती सूरत और सूजी हुई आँखें उसके मनो-मस्तिष्क में अनवरत कौंधती रहीं।

दो दिन हुए, उसने शराब को छुआ तक नहीं और भोजन भी लौटा दिया। पत्नी और बेटी को उसकी चिंता हुई। पत्नी उसके पास आयी और "जो हुआ उसे भूल जाइए और अपने आपको संभालिए।" यह कहते हुए पति से भोजन कर लेने का आग्रह किया। बेटी ने भी पिता के पास आकर स्वयं को सामान्य दर्शाते हुए चुहलबाजी की, पर मनमोहन पर इसका कोई असर नहीं हुआ।

तीसरी सुबह मनमोहन अपने बिस्तर पर नहीं था। घर का कोना-कोना खोजा गया, पर उसका अता-पता नहीं था। माँ-बेटी को चिंता हो गयी। बगैर बताये इतनी सुबह कहाँ निकल गये? पोर्च में कार भी नहीं थी। मीना ने पति के मित्रों को फोन किया। शोभना स्कूटर लेकर आसपास की जगहों तक तलाश कर आयी। दो घंटे बीत गये। फिक्र एवं आशंका और बढ़ी। 'अवसाद में आकर कुछ अनर्थ न कर न बैठे हों?' माँ-बेटी को इसकी आशंका सताने लगी, मगर करें तो क्या करें? मीना को यह खटका भी हुआ कि कहीं लड़के वालों के घर तो नहीं चले गये, उनकी मिन्नत करने। तभी कार आकर रुकी। माँ-बेटी उस ओर लपकीं।

"मीना, मेरा शेविंग का सामान ला दो।" अंदर आते हुए मनमोहन ने कहा। मीना चौंकी। उसका स्वर सहज था। मीना ने मनमोहन को शेविंग किट पकड़ा दी। शेव करने के बाद बाथरूम की ओर जाते हुए मनमोहन बोला, "भोजन बना लो मीना। बहुत भूख लगी है।" माँ-बेटी दोनों चकित थीं। मनमोहन क्या वाकई सामान्य हो गये या वैसा दिखने की कोशिश कर रहे थे? क्या वे वर पक्ष को राजी कर आये थे? ऐसे अनेक प्रश्न दोनों के मन में घुमड़ने लगे। स्नानादि से निवृत्त होकर मनमोहन डाइनिंग टेबल पर आ बैठा। केवल अपने लिए थाली देख पत्नी से कहा कि वह खुद के लिए और शोभू के लिए भी खाना लगा दे। साथ बैठकर खाएंगे। दोनों ने जब अपना कौर तोड़ लिया तो वह कहने लगा, "अभी स्वामीजी के पास से आ रहा हूँ। उन्हें मैंने सारी बातें बता दीं। मुझे वहाँ जाकर असीम शांति महसूस हुई। स्वामीजी यह जानकर प्रसन्न हुए कि मैंने शराब छोड़ दी है।"

माँ-बेटी विस्मयपूर्वक मनमोहन का चेहरा देखने लगीं। वह हौले-हौले मुस्कुरा रहा था। "सच मानो, शराब अब मेरे लिए हराम है।" मनमोहन ने अपने कान पकड़ते हुए कहा। स्वामीजी के वचनों से अब मेरा मन भी व्याकुल नहीं है। उन्होंने कहा है कि ईश्वर में आस्था बनाये रखो। वह भला ही करेगा।"

अगले दिन से मनमोहन ने बैंक जाना शुरू कर दिया। अब वह शाम को बैंक से सीधा घर आ जाता था। घर का वातावरण भी धीरे-धीरे सामान्य हो चला था। मनमोहन ने बेटी की शादी के लिए प्रयास प्रारंभ कर दिये थे। कुछ परिवारों से बात आगे भी बढ़ी किन्तु उन्हें किसी न किसी तरह उसके अतीत का पता चला तो उन्होंने किनारा कर लिया। एक वर्ष बीत गया। अब मनमोहन का मन पुनः हीनबोध में डूब गया। वह एक दिन स्वामीजी की शरण में जा पहुँचा। उनके सम्मुख होते ही उसकी आँखों में आँसू भर आये। स्वामीजी ने पूछा, "वत्स! व्यथित हो?" मनमोहन ने सिर झुका लिया।

मनमोहन के मन की व्यथा जानकर स्वामीजी सौम्यतापूर्वक बोले, "मुझे उस परिवार का परिचय दो, जहाँ से तुम्हारी बेटी के लिए विवाह का पहला प्रस्ताव आया था।" मनमोहन ने उस युवक और उसके पिता का नाम बता दिया।

"दो दिन बाद इस शहर में मेरा प्रवचन है। तुम अपनी पत्नी और पुत्री को लेकर वहाँ अवश्य आना।" स्वामीजी मुस्कुराते हुए बोले।

दो दिन बाद मनमोहन सपरिवार प्रवचन स्थल पर पहुँच गया। सैकड़ों श्रद्धालु वहाँ जमे थे। मंच पर स्वामीजी विराजित थे। उन्होंने मनमोहन के परिवार को आगे आकर बैठने का संकेत किया। प्रवचन की पूर्णाहुति के बाद स्वामीजी ने मनमोहन को अपने पास बुलाया और श्रोताओं की ओर उन्मुख होकर कहा, "इस व्यक्ति ने अपनी दृढ़ इच्छाशक्ति से शराब पीने की अपनी आदत छोड़ दी। ऐसे व्यक्ति विरले होते हैं, जो ठोकर खाकर संभल जाएं। हालाँकि उस बुरी आदत का परिणाम इसने और इसके परिवार ने बहुत भुगता, मगर अब यह शराब को छूता भी नहीं है।"

यह कहकर स्वामीजी ने मनमोहन की पत्नी और बेटी को भी अपने पास बुलाया। तत्पश्चात् उन्होंने एक नाम पुकारा। उस नाम को सुनकर मनमोहन का परिवार विस्मित हो गया। भीड़ में से जो व्यक्ति उठकर आगे आया, वह उस युवक का पिता था, जिससे शोभना के रिश्ते की बात सबसे पहले चली थी।

"तुम मेरी एक बात मानोगे?" स्वामीजी ने उस आदमी से पूछा।

"आदेश कीजिए।"

"मदिरापान मनमोहन की बुरी आदत थी। अब वह मदिरा को छूता भी नहीं। पुराना मनमोहन कहीं खो गया है। तुम्हारे पुत्र को भी यह कन्या पसंद थी। अब बोलो, क्या तुम इसका रिश्ता लेने के लिए राजी हो?"

कुछ हिचक के साथ वह व्यक्ति बोला, "यदि यही आपकी आज्ञा है...तो अवश्य पालन करूँगा।"

"वत्स, अभी तुम्हारे मन में संकोच है। अपने पुत्र और पत्नी को यहाँ बुलाओ।" दोनों मंच पर आ गये।

स्निग्ध स्वर में स्वामीजी ने युवक से कहा, "पुत्र! क्या तुम्हें यह लड़की आज भी स्वीकार्य है?" नौजवान ने मुस्कुराते हुए सिर झुका लिया।

अब स्वामीजी युवक की माँ की ओर उन्मुख होकर बोले, "बहन! शराब का अब उस घर में प्रवेश वर्जित है। क्या अब इस कन्या को तुम अपनी बहू बना सकोगी?"

उस स्त्री ने प्रसन्न मुख से कहा, "गुरुजी! आपका बताया मार्ग सर्वथा उचित ही होगा। मुझे यह रिश्ता मंजूर है।"

युवक के पिता को संबोधित करते हुए स्वामीजी बोले, "यदि तुम्हें कोई उलझन हो तो निस्संकोच कहो।"

"स्वामीजी! आपका आदेश शिरोधार्य है।"

स्वामीजी ने लड़के-लड़की को अपने पास बुलाया और कहा, "आओ बच्चो, अब अपने माता-पिता का आशीष लो।"

सवाई माधोपुर निवासी लेखक करीब तीन दशक से साहित्य सृजन में संलग्न हैं। अनेक पुरस्कारों से अलंकृत वरिष्ठ साहित्यकार की विभिन्न विधाओं में कई कृतियां प्रकाशित हो चुकी हैं।

अगली परिचर्चा का विषय

शर्मसार होती मानवता के गुनहगार कौन?

एक युद्ध थमता नहीं, उससे पहले दूसरा शुरू हो जाता है। दुनिया में जगह-जगह युद्ध के बादल मंडरा रहे हैं। कोई नहीं जनता कब कहाँ नया युद्ध शुरू हो जाये! ये युद्ध केवल दो सेनाओं के बीच नहीं होते वरन शहरों, कस्बों और बस्तियों को ही युद्ध का मैदान बना दिया जाता है। बच्चों, महिलाओं और निर्दोष नागरिकों की मौतें अब किसी को विचलित नहीं करतीं। बड़े-बड़े ताकतवर देश भी अपने स्वार्थ के गणित को आधार बना आग में घी डालने से नहीं चूकते। मानवता का प्रश्न इन ताकतों के सामने आज गौण हो गया लगता है। ऐसे में क्या युद्धविहीन विश्व की कल्पना की जा सकती है? कैसे?

"शर्मसार होती मानवता के गुनहगार कौन?" इस विषय पर सुधी पाठकों के विचार सादर आमंत्रित हैं। अपने विचार हमें अधिकतम **200 शब्दों में 30 नवम्बर तक** 9116634512 पर व्हाट्सएप के माध्यम से भेजें। चयनित विचार **जनवरी 2024 अंक** में प्रकाशित किये जाएंगे।

सितम्बर अंक की परिचर्चा का प्रकाशन आगामी अंक में किया जायेगा।

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।"

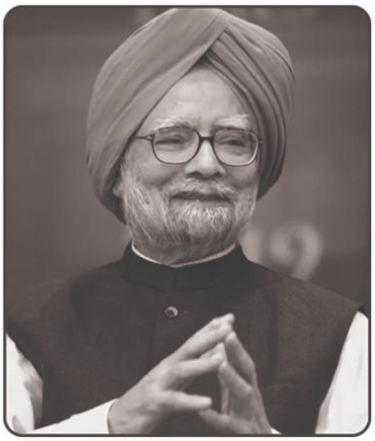
आचार्य महाश्रमण कहते हैं, ''भारत के नागरिकों में नैतिकता के प्रति आस्था पुष्ट बने, अणुव्रत इसी दिशा में कार्यशील है। अणुव्रत पुरस्कार नैतिक मूल्यों के महत्व को प्रतिपादित करने वाला अभिक्रम है।''

वर्ष 1981 में अणुव्रत पुरस्कार की शुरुआत की गयी। तब से 28 विभूतियों को इस पुरस्कार से सम्मानित किया जा चुका है। अणुव्रत पुरस्कार के अंतर्गत प्रशस्ति पत्र, प्रतीक चिह्न और एक लाख इक्यावन हजार रुपये की राशि प्रदान की जाती है। अणुव्रत पुरस्कार प्राप्त करने वालों की जीवन गाथा से परिचित होना मानवीय मूल्यों से साक्षात करना है। आने वाली पीढ़ियां इनके जीवन से प्रेरणा लेकर स्वस्थ समाज की संरचना की दिशा में कदम बढ़ाएं, इसी उद्देश्य से अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित विशिष्ट व्यक्तियों का परिचय यहां क्रमशः प्रकाशित किया जा रहा है।

अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित व्यक्तित्व

डॉ. मनमोहन सिंह

विनम्र स्वभाव और प्रामाणिक व्यक्तित्व के धनी



डॉ. मनमोहन सिंह का जन्म 26 सितम्बर 1932 को अविभाजित भारत के पंजाब प्रान्त के एक गाँव में हुआ था। देश के विभाजन के बाद आपके पिताजी श्री गुरुमुख सिंह भारत चले आये। यहाँ पंजाब विश्वविद्यालय से स्नातक तथा स्नातकोत्तर करने के बाद आपने आगे की शिक्षा ब्रिटेन के कैम्ब्रिज विश्वविद्यालय से प्राप्त की। 1957 में आपने अर्थशास्त्र में प्रथम श्रेणी से ऑनर्स की डिग्री अर्जित की। 1962 में आपने ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय के नूफिल्ड कॉलेज से अर्थशास्त्र में डी. फिल. किया।

आपने पंजाब विश्वविद्यालय और दिल्ली स्कूल ऑफ इकोनॉमिक्स में शिक्षक के रूप में कार्य किया। अर्थशास्त्र के अध्यापक के तौर पर आपने काफी ख्याति अर्जित की। इसी बीच में कुछ वर्षों के लिए आपने संयुक्त राष्ट्र व्यापार और विकास सम्मेलन सचिवालय के लिए भी कार्य किया। भारत सरकार के वित्त मंत्रालय में मुख्य आर्थिक सलाहकार, भारतीय योजना आयोग के उपाध्यक्ष और प्रधानमंत्री के आर्थिक सलाहकार जैसे महत्वपूर्ण पदों पर रहते हुए आपने देश की प्रगति में अहम योगदान दिया।

1991 में जब पी. वी. नरसिंहराव प्रधानमंत्री बने, तो उन्होंने आपको अपने मंत्रिमंडल में सम्मिलित करते हुए वित्त मंत्रालय का स्वतंत्र प्रभार सौंप दिया। बतौर वित्त मंत्री देश की बिगड़ी अर्थव्यवस्था को पटरी पर लाने के लिए आपने आर्थिक उदारीकरण के तहत भारतीय अर्थव्यवस्था को विश्व बाजार के साथ जोड़ दिया। आपको भारत में आर्थिक सुधारों का पुरोधा माना जाता है।

डॉ. मनमोहन सिंह ने 72 वर्ष की उम्र में 22 मई 2004 को भारत के प्रधानमंत्री का पदभार सम्भाला और सफलतापूर्वक दो कार्यकाल पूर्ण किये। बेरोजगारी से जूझते देश में मनरेगा के रूप में रोजगार गारंटी योजना की सफलता का श्रेय आपको जाता है। आपके कार्यकाल में लाये गये शिक्षा का अधिकार और सूचना का अधिकार जैसे कानून मील के पत्थर सिद्ध हुए।

अपने उपलब्धिपरक जीवन में आपको अनेक प्रतिष्ठित पुरस्कारों से सम्मानित किया गया। इनमें पद्म विभूषण (1987), जवाहरलाल नेहरू जन्म शताब्दी पुरस्कार (1995), सर्वश्रेष्ठ सांसद (2002), एशिया मनी अवार्ड फॉर फाइनेन्स मिनिस्टर ऑफ द ईयर (1993 व 1994), यूरो मनी अवार्ड फॉर द फाइनेन्स मिनिस्टर ऑफ द ईयर (1994) शामिल हैं।

डॉ. मनमोहन सिंह निर्मल, विनम्र स्वभाव और प्रामाणिक व्यक्तित्व के धनी सिद्धांतवादी व्यक्ति हैं। नैतिक एवं मानवीय मूल्यों के उन्नयन में रचनात्मक योगदान के लिए वर्ष 2022 में डॉ. मनमोहन सिंह को अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित किया गया।

गौरवशाली अतीत के झरोखे से...

अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्ष स्वर्णिम इतिहास के असंख्य पन्नों से परिपूर्ण हैं। अणुव्रत अमृत महोत्सव के इस ऐतिहासिक प्रसंग पर इन्हीं में से कुछ पन्ने हम सुधी पाठकों के लिए यहाँ प्रस्तुत कर रहे हैं, इस आशा और विश्वास के साथ कि ये संस्मरण हम सब को अणुव्रत-पथ पर कदम दर कदम आगे बढ़ते रहने को प्रेरित करेंगे।

इन संस्मरणों की आधारभूमि है आचार्य तुलसी के जीवनवृत्त पर आधारित एवं साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा द्वारा सम्पादित महाग्रंथ "मेरा जीवन : मेरा दर्शन"।

75
1949 - 2024

अणुव्रत आंदोलन

अणुव्रत अमृत महोत्सव

अणुव्रत शिक्षक संसद का गठन

जैन वाङ्मय में शिक्षा के दो रूप प्रतिपादित हैं - ग्रहण शिक्षा और आसेवन शिक्षा। ग्रहण शिक्षा का सम्बन्ध पाठ्य पुस्तक को पढ़ने, स्मरणीय तथ्यों को याद करने तथा उनकी धारणा करने से है। आसेवन शिक्षा जीवन को प्रभावित करती है। इसका सम्बन्ध अभ्यास के साथ है। आचार्य तुलसी का यह स्पष्ट मत था कि शिक्षा के साथ संस्कारों का योग होने पर ही वह अधिक कार्यकारी बन सकती है क्योंकि शिक्षा जीवन-निर्वाह की कला है और संस्कार जीवन-निर्माण की कला है। वर्तमान शिक्षा पद्धति विद्यार्थी को किस दिशा में ले जा रही है? यह प्रश्न अनेक बार बहस का मुद्दा बन चुका है, पर कोई ठोस समाधान नहीं निकला। उच्च स्तरीय शिक्षा के बावजूद शिक्षा जगत की समस्याएं उलझी हुई हैं। शिक्षा, शिक्षार्थी और शिक्षक - तीनों का गहरा सम्बन्ध है। शिक्षार्थी में शिक्षा को संप्रेषित करनेवाला शिक्षक होता है। शिक्षक का जीवन और उसकी कार्यशैली प्रशस्त रहे, इस दृष्टि से अनेक उपक्रम किये जा रहे थे। आचार्य तुलसी के मार्गदर्शन में 1990 में अणुव्रत के मंच से इस विषय पर चिन्तन हुआ और अणुव्रत विश्व भारती के तत्त्वावधान में अणुव्रत शिक्षक संसद के पुनर्गठन का निर्णय किया गया।

आचार्य श्री तुलसी ने कहा - "शिक्षकों का दायित्व है कि वे ज्ञानप्राप्ति के विशाल एवं व्यापक उद्देश्यों को सामने रखकर विद्यार्थियों के चरित्र-निर्माण के प्रति जागरूक रहें। उन्हें स्वार्थ से ऊपर उठकर परार्थ और परमार्थ के स्तर पर जीना सिखाएं। ऐसा करके ही आप अपने देश को अच्छे मनुष्य दे पाएंगे।"

अणुव्रत शिक्षक संसद का प्रथम अधिवेशन

विद्याभूमि राणावास में 1 दिसम्बर 1990 को अणुव्रत शिक्षक संसद का त्रिदिवसीय अधिवेशन शुरू हुआ। अधिवेशन में संभागी बनने के लिए देश के कोने-कोने से सैकड़ों शिक्षक राणावास पहुँच गये। दो सौ पचास से अधिक शिक्षकों की उपस्थिति आश्चर्यचकित करने वाली थी। बंगाल व बिहार से काफी शिक्षक आये। दक्षिण, उत्तर, पूर्व और पश्चिम, देश के सब भागों के शिक्षक संसद से जुड़ने लगे। वातावरण उत्साहवर्धक था। उद्घाटन सत्र जनता के बीच में चला। कार्यक्रम के संचालक डॉ. हीरालाल श्रीमाली का संयोजकीय वक्तव्य अच्छा रहा। अणुव्रत शिक्षक संसद के संयोजक डॉ. जगमोहन ओझा ने इन कार्यक्रमों की उपयोगिता स्वीकार करते हुए कहा कि यहाँ अणुव्रत, प्रेक्षाध्यान और जीवन विज्ञान के माध्यम से शिक्षा को सर्वांगीण बनाने का बीड़ा उठाया गया है। राणावास कॉलेज के प्राचार्य डॉ. सम्पत जैन ने समागत शिक्षकों का स्वागत किया। अखिल भारतीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष देवेन्द्रकुमार कर्णावट ने अणुव्रत आन्दोलन के चालीस वर्षों का इतिहास प्रस्तुत किया और बताया कि अणुव्रत वर्ष में विभिन्न प्रान्तों में अणुव्रत की कौन-सी गतिविधियां चल रही थीं।

उद्घाटन सत्र को सम्बोधित करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने कहा - "अणुव्रत शिक्षक संसद का यह प्रथम अधिवेशन आयोजित किया जा रहा है। इसकी अपेक्षा बहुत लम्बे समय से महसूस हो रही थी। देश के दूषित और विकृत वातावरण को शुद्ध बनाने में बुद्धिजीवी वर्ग की महत्वपूर्ण भूमिका हो सकती है। बौद्धिक वर्ग में भी शिक्षक अधिक उपयुक्त हैं क्योंकि उन्हें गुरु होने का गौरव उपलब्ध है। देश के सामने अनेक समस्याएं हैं। उनमें चरित्रहीनता, अनास्था, नैतिक मूल्यों का अवमूल्यन आदि ऐसे मुद्दे हैं, जिनके रहते देश में डॉक्टर, शिक्षक, वकील तो बन सकते हैं, पर अच्छे मानव नहीं बन सकते। अणुव्रत मानव को अहिंसक, सम्प्रदायमुक्त एवं शोषणमुक्त जीवन जीने की कला सिखाता है। शिक्षकों का दायित्व है कि वे ज्ञानप्राप्ति के विशाल एवं व्यापक उद्देश्यों को सामने रखकर विद्यार्थियों के चरित्र-निर्माण के प्रति जागरूक रहें। उन्हें स्वार्थ से ऊपर उठकर परार्थ और परमार्थ के स्तर पर जीना सिखाएं। ऐसा करके ही आप अपने देश को अच्छे मनुष्य दे पाएंगे।"

अणुव्रत शिक्षक संसद का अधिवेशन तीन दिन तक चला। अनेक संगोष्ठियां हुईं। शिक्षकों ने खुलकर विचार प्रस्तुत किये। शिक्षक संसद के साथ कम-से-कम एक लाख शिक्षकों को जोड़ने का लक्ष्य निर्धारित किया गया। संसद के संगठन पक्ष को मजबूत करने के लिए संवाहक योजना का प्रारूप सामने आया। कार्य करने की शैली के बारे में चिन्तन चला। कुल मिलाकर अधिवेशन सफल रहा। श्री पुखराज कटारिया (राणावास) ने शिक्षक संसद के अधिवेशन का पूरा व्ययभार वहन किया। उन्होंने आगे भी पूरे एक वर्ष तक शिक्षक संसद का जिम्मा स्वीकार किया।

शिक्षक संसद की संगोष्ठी

30 सितम्बर 1991। जैन विश्व भारती का परिसर। अणुविभा का तत्त्वावधान। अणुव्रत शिक्षक संसद की द्विदिवसीय संगोष्ठी का आयोजन। दो दिन खूब चिन्तन-मन्थन चला। संभागी लोगों में अच्छा उत्साह था। मुनि श्री सुखलाल का संगोष्ठी में पूरा सान्निध्य मिला। सुधर्मा सभा में भी सार्वजनिक कार्यक्रम हुआ। निष्पत्ति के रूप में निर्णय लिया गया कि अणुव्रत शिक्षक संसद में शीघ्र ही एक लाख शिक्षकों की संख्या पूरी करनी है। कुछ अन्य निर्णय भी लिये गये। आगन्तुक लोग दो दिन के बाद पूरे सन्तोष के साथ विदा हो गये।

आचार्य श्री तुलसी के सान्निध्य में चल रही संगोष्ठी में एक समस्या की चर्चा करते हुए उपस्थित कार्यकर्ता बोले- "यह कार्य बहुत महत्वपूर्ण है। राष्ट्रीय महत्व का कार्य है, पर अर्थसाध्य है। इसका समाधान क्या है?" इस विषय में चिन्तन चला तो योगक्षेमी योजना सामने आयी। समाज के अधिक से अधिक व्यक्ति योगक्षेमी बनें तो सहज सुन्दर समाधान हो सकता है। "योगक्षेमी कौन बने?" इस विषय में बात चल ही रही थी कि मोमासर के श्री माणकचन्द पटावरी खड़े हुए और बोले- "मैं इसी वर्ष एक सौ योगक्षेमी बनाऊँगा, ऐसा संकल्प करता हूँ।" संकल्प की बात सुनकर सब लोग आश्चर्यचकित हो गये।

आचार्य श्री ने कार्यकर्ताओं का उत्साह बढ़ाते हुए कहा - एक बात और ध्यान देने की है, जैविभा और अणुविभा दोनों बहनें हैं। इस बार इनका सम्बन्ध और अधिक मधुर हो गया है और इससे मोहनजी जैन बहुत सन्तुष्ट हुए हैं, जो प्रायः सन्तुष्ट कम ही दिखते हैं। अणुविभा का केन्द्र राजसमन्द है और जैविभा का केन्द्र लाडनूं है। अणुव्रत शिक्षक संसद का काम संस्कृति की सुरक्षा का काम है। यदि हमारे भूले-भटके शिक्षक सांस्कृतिक एवं नैतिक मूल्यों की सुरक्षा का बीड़ा उठा लें तो देश का बहुत बड़ा हित हो सकता है।"

आचार्य श्री ने कार्यकर्ताओं का उत्साह बढ़ाते हुए कहा - एक बात और ध्यान देने की है, जैविभा और अणुविभा दोनों बहनें हैं। अणुविभा का केन्द्र राजसमन्द है और जैविभा का केन्द्र लाडनूं है। अणुव्रत शिक्षक संसद का काम संस्कृति की सुरक्षा का काम है। यदि हमारे भूले-भटके शिक्षक सांस्कृतिक एवं नैतिक मूल्यों की सुरक्षा का बीड़ा उठा लें तो देश का बहुत बड़ा हित हो सकता है।"

शिक्षक संसद का दूसरा अधिवेशन

1 से 3 फरवरी 1992 तक अणुव्रत शिक्षक संसद का अधिवेशन चला। असम, बंगाल, बिहार, उत्तर प्रदेश, उड़ीसा, दिल्ली, हरियाणा, मध्य प्रदेश, गुजरात, महाराष्ट्र, कर्नाटक, राजस्थान आदि विभिन्न प्रान्तों से लगभग साढ़े चार सौ प्रतिनिधि अधिवेशन में संभागी थे। व्यवस्था बड़ी सुन्दर रही। भोजन व्यवस्था लाडनूं प्रवास समिति की ओर से बहुत अच्छी की गयी। वातावरण ऐसा सुन्दर बना कि उसका विवेचन नहीं किया जा सकता। आने वाले प्रतिनिधि प्रबुद्ध थे, विद्वान थे और देश भर से आये थे, पर सबके सब इतने भावविभोर थे कि कुछ कहने की बात नहीं। सब व्यक्ति अणुव्रती बने, समर्पित बने। यहाँ से हँसते-खिलते गये। डॉ. श्रीमाली का प्रयास सफल माना गया। अणुविभा की व्यापकता बढ़ी और भविष्य का सुन्दर एहसास हुआ। कुछ निर्णय भी लिये गये।

अणुव्रत शिक्षक संसद का तीसरा अधिवेशन

9 जनवरी 1993 से अणुव्रत शिक्षक संसद का तृतीय वार्षिक अधिवेशन शुरू हुआ। देश के बारह प्रान्तों से लगभग छह सौ शिक्षक बीदासर में उपस्थित थे। अधिवेशन का उद्घाटन पूर्व शिक्षा मंत्री (राजस्थान) श्री चन्दनमल बैद ने किया। डॉ. रामजी सिंह, अखिल भारतीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष धर्मचन्द चौपड़ा आदि वक्ताओं ने अपने विचार प्रस्तुत किये। अणुव्रत अब अपना राष्ट्रीय रूप लेने लगा था। कार्यक्रम लम्बा चला। संचालन शिक्षक संसद के राष्ट्रीय संयोजक डॉ. हीरालाल श्रीमाली ने किया।

उद्घाटन सत्र को सम्बोधित करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "शिक्षा आज व्यवसायोन्मुखी बन गयी है। उसे जीवनमुखी बनाने की अपेक्षा है। शिक्षा को बदला जा सकता है। पर यह काम राजनेता नहीं कर सकते, शिक्षक ही कर सकते हैं। शिक्षक केवल शिक्षक ही नहीं हैं, वे गुरु भी हैं। गुरु का पहला काम है अच्छे नागरिकों का निर्माण करना। अणुव्रत शिक्षक संसद इस सन्दर्भ में वातावरण का निर्माण कर रही है।"

रात्रि में भी लम्बे समय तक चर्चा-परिचर्चा होती रही। प्रबुद्ध विचारकों ने खुलकर चर्चा में भाग लिया। कड़ाके की सर्दी में भी प्रोग्राम चलता रहा। आज मानव अतिवादी बन गया है। उसे सही रास्ता दिखाना ही होगा। इसमें अणुव्रत की भूमिका बहुत अच्छी हो सकती है। अणुव्रत शिक्षक संसद के हाथ में अणुव्रत की मशाल है। इससे विद्यार्थियों को जीवन की सही दिशा मिल जाये तो जन-जीवन पर उसका प्रभाव हो सकता है।

10 जनवरी। अधिवेशन का दूसरा दिन। प्रथम सत्र के चिन्तनीय बिन्दु थे - राष्ट्रीय एकता, महामारी व अकाल आदि संकटकालीन स्थितियों में शिक्षक का दायित्व और पर्यावरण का विकास। शिक्षाशास्त्री श्री बी. पी. जोशी, दैनिक जनसत्ता के प्रधान सम्पादक श्री प्रभाष जोशी, नियाज बेग मिर्जा, सुप्रसिद्ध सर्वोदयी एवं आचार्यकुल के अध्यक्ष बालविजयजी, साध्वीप्रमुखाश्री कनकप्रभाजी और युवाचार्य महाप्रज्ञजी के वक्तव्यों से विचारणीय मुद्दे काफी स्पष्ट हो गये।

आचार्य श्री तुलसी के वक्तव्य का सारांश इस प्रकार रहा- "वह शिक्षा किस काम की, जो दूसरों की पीड़ा को न पहचाने। शिक्षक इस बात को तहेदिल से महसूस करें। शिक्षक को केवल पाठक ही नहीं बनना है, ज्ञानी बनना है। अधिवेशन में संभागी शिक्षक एकाग्रता और शान्ति से विचार-विनिमय करें। राष्ट्र की भावी फुलवारी को नैतिक सिंचन देकर संस्कारी बनाने का दायित्व शिक्षक पर है। शिक्षक अपने दायित्व का निष्ठा से निर्वाह करें, यह अपेक्षा है।" रविवार के कार्यक्रम में राजसमन्द के जिलाधीश भी सपरिवार आये। पूरा कार्यक्रम अच्छे माहौल में चला। जनता की पूरी उपस्थिति रही। सभा में पूरी शान्ति, दर्शनीय दृश्य, आकर्षक प्रस्तुतियां, लगा अणुव्रत अपना व्यापक रूप बना रहा है। अणुव्रत का कार्यक्षेत्र व्यापक है। यह सबके लिए उपयोगी है। शिक्षा जगत में इसके माध्यम से नयी लहर आ सकती है।

11 जनवरी सोमवार को अणुव्रत शिक्षक संसद के तीन दिवसीय अधिवेशन का समापन समारोह था। तीसरे दिन की कार्यवाही और अधिक अनुशासन के साथ चली। अनेक वक्ता बोले। सर्वश्रेष्ठ कार्य के लिए बिहार के श्री धर्मेन्द्र आचार्य और मध्य प्रदेश के श्री राजेन्द्र सक्सेना को पुरस्कृत किया गया। उत्तर प्रदेश के अशोक संस्थान (ग्राम पो. कुंडेसर, जिला गाजीपुर) तथा अणुव्रत समिति, मद्रास को भी संस्थागत कार्य की दृष्टि से सम्मानित किया गया। अधिवेशन की सारी गतिविधियां प्रभावकारी, सुन्दर और शालीन हुईं। बीदासर के लोगों ने जिस उदारता का परिचय दिया, वह भी एक बड़ी बात थी। छह सौ अध्यापक। सब प्रबुद्ध और प्रवक्ता। उन्होंने जिस शान्ति और गंभीरता से सब कुछ सुना समझा, वह भी एक आश्चर्य था। जनता की उपस्थिति भी प्रभावकारी रही। एक तरह से महोत्सव का अपूर्व रूप हो गया।

आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "शिक्षा आज व्यवसायोन्मुखी बन गयी है। उसे जीवनमुखी बनाने की अपेक्षा है। शिक्षा को बदला जा सकता है। पर यह काम राजनेता नहीं कर सकते, शिक्षक ही कर सकते हैं। शिक्षक केवल शिक्षक ही नहीं हैं, वे गुरु भी हैं। गुरु का पहला काम है अच्छे नागरिकों का निर्माण करना। अणुव्रत शिक्षक संसद इस सन्दर्भ में वातावरण का निर्माण कर रही है।"

शिक्षा के साथ सदाचार जरूरी

विश्व हिन्दू परिषद् के महामंत्री श्री अशोक सिंघल 18 मई, 1993 की रात्रि में जैन विश्व भारती आये। अगले दिन प्रातः आठ बजे आचार्य श्री तुलसी से मिले। कुछ लोग साथ में थे। अच्छी चर्चा हुई। उन दिनों विश्व हिन्दू परिषद् व आर. एस. एस. प्रतिबन्धित थे। इनसे जुड़े लोग मुक्त रूप में कार्य नहीं कर सकते थे क्योंकि इनके पीछे गुप्तचर लगे रहते थे। लेकिन संत-आचार्यों के यहां तो दर्शनार्थ हर एक व्यक्ति आता रहता है। प्रवचन

के समय एक संगोष्ठी आयोजित थी जिसका विषय था - 'शिक्षा में सदाचार का प्रयोग'। गोष्ठी का शुभारंभ अणुव्रत गीत से हुआ। विश्व हिन्दू परिषद् के महामंत्री श्री अशोक सिंघल ने अपने वक्तव्य में कहा- "हमारे देश में अनेक मूर्धन्य आचार्य हैं, जिनका आचार्यत्व संस्कृति को सुरक्षा प्रदान कर सकता है। ऐसे आचार्यों में आचार्य तुलसी का नाम प्रथम पंक्ति में है। विश्व हिन्दू परिषद् के कार्यकर्ताओं का सौभाग्य है कि उन्हें समय-समय पर आचार्यश्री का मार्गदर्शन मिलता रहता है। आचार्य तुलसी एक ऐसे शक्तिस्रोत हैं, जो उदास, निराश और हताश व्यक्तियों में भी उत्साह का संचार कर देते हैं। देश को अध:पतन की ओर जाने से रोकने के लिए आचार्य श्री तुलसी ने शिक्षा जगत की ओर ध्यान केन्द्रित किया है। आप जीवन विज्ञान के माध्यम से विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास का प्रयत्न कर रहे हैं। आप मान्य विश्वविद्यालय के अनुशास्ता हैं। आपके अनुशासन में नैतिक और आध्यात्मिक मूल्यों को बल मिलेगा, ऐसा विश्वास है।"

युवाचार्य महाप्रज्ञजी ने अपने अभिभाषण में कहा- "भारतीय संस्कृति का प्राण तत्त्व है सदाचार। सदाचार की बुनियाद है त्याग, उदारता, करुणा, सहिष्णुता और एकता। इन गुणों के कारण आध्यात्मिक पुरुषों का, गुरुजनों का आसन सदा ऊँचा रहा है। शिक्षा के क्षेत्र में भारत अपने अतीत के गौरव को पुनरुज्जीवित करने का प्रयत्न करे, यही अपेक्षा है।"

उपस्थित जनसमूह को सम्बोधित करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "अणुव्रत व्यक्ति-सुधार पर सर्वाधिक बल देता है। व्यक्ति-सुधार का परिणाम होता है समाज-सुधार। लेकिन व्यक्ति-सुधार पर ध्यान गया, तब तक समय बहुत बीत चुका था। इस छोटी-सी भूल का दुष्परिणाम यह हुआ कि समाज की नींव खोखली हो गयी। यदि समाज में नैतिक मूल्यों को प्रतिष्ठित करना है, सदाचार को महत्व देना है तो जीवन-व्यवहार में उसका समावेश करना होगा। हिंसात्मक प्रवृत्तियों को रोकने का प्रयत्न करना होगा। यह काम किसी एक व्यक्ति, दल या सम्प्रदाय का नहीं है। सब लोग मिलकर सही दिशा में कदम बढ़ाएं, शिक्षा के साथ सदाचार को जोड़ने के लिए संकल्पित हों, तभी इस समस्या का समाधान हो सकता है।"

आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "यदि समाज में नैतिक मूल्यों को प्रतिष्ठित करना है, सदाचार को महत्व देना है तो जीवन-व्यवहार में उसका समावेश करना होगा। हिंसात्मक प्रवृत्तियों को रोकने का प्रयत्न करना होगा। यह काम किसी एक व्यक्ति, दल या सम्प्रदाय का नहीं है। सब मिलकर कदम बढ़ाएं, शिक्षा के साथ सदाचार को जोड़ने के लिए संकल्पित हों, तभी इस समस्या का समाधान हो सकता है।"

शिक्षा के सन्दर्भ में शिखर सम्मेलन

16 दिसम्बर 1993 को दिल्ली में एक विशेष सेमिनार होने वाला था। सेमिनार का विषय था - 'सभी के लिए शिक्षा'। प्रधानमंत्री श्री नरसिम्हाराव की ओर से आचार्य श्री तुलसी को भी सेमिनार में आने के लिए आमंत्रण मिला। जनसंख्या बहुल नौ देशों के इस सम्मेलन में कुछ राष्ट्राध्यक्षों तथा वरिष्ठ नेताओं की उपस्थिति संभाव्य थी। जैन मुनि की चर्या को देखते हुए आचार्यश्री का वहाँ जाना संभव नहीं था। उस स्थिति में शिखर सम्मेलन के लिए आचार्य श्री तुलसी ने एक लिखित सन्देश दिया। सन्देश की भाषा इस प्रकार थी -

"मुझे बड़ी प्रसन्नता होती, यदि मैं इस शिक्षा सम्मेलन में उपस्थित रह पाता । किन्तु पदयात्रा के संकल्प के कारण वैसा करने में समर्थ नहीं हूँ। सम्मेलन की सफलता के लिए मेरी हार्दिक भावनाएं आपके साथ हैं। 'सभी के लिए शिक्षा' - यह घोष महत्वपूर्ण है। यह मानव की योग्यता की स्वीकृति है, मानवता का सम्मान है। हमें शिक्षा के स्वरूप पर अवश्य चिन्तन करना चाहिए। ज्ञान और चरित्र दोनों का सन्तुलित विकास हो, यही शिक्षा सबके लिए उपयोगी हो सकती है। सब लोग प्रोफेसर, डॉक्टर, इंजीनियर नहीं बनते। कुछ ही लोग शिक्षा के इन विशेष क्षेत्रों में प्रवेश पाते हैं। साक्षरता और सामान्य अध्ययन को ही व्यापक बनाया जा सकता है। किन्तु उसके साथ अहिंसा का प्रशिक्षण, नैतिकता या ईमानदारी का प्रशिक्षण न हो तो 'सभी के लिए शिक्षा' यह घोष जटिलता भी पैदा कर सकता है। इसलिए व्यापक शिक्षा पर और अधिक गंभीर चिन्तन जरूरी है। शिक्षा तथा शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक स्वास्थ्य का सन्तुलन बन सके, तभी शिक्षा को व्यापक बनाने का प्रयत्न अधिक लाभदायी होगा। शिखर सम्मेलन में संभागी इस विषय पर गहराई से विचार करें।"

अणुव्रत आंदोलन

चुनाव शुद्धि अभियान

सही चयन

राष्ट्र का सही निर्माण

I Vote For A Strong India

आपके अमूल्य वोट का अधिकारी कौन?

- जो ईमानदार हो
- जो चरित्रवान हो
- जो सेवाभावी हो
- जो कार्यनिपुण हो
- जो नशामुक्त हो
- जो स्वच्छ छवियुक्त हो
- जो राष्ट्रहित व लोकहित को सर्वोपरि मानता हो
- जो जाति-सम्प्रदाय से बंधा हुआ न हो

मतदाता ध्यान दें...

- भय और प्रलोभन में मतदान न करें।
- मद्य एवं मादक द्रव्यों का प्रतिकार करें।
- चरित्र एवं गुणों के आधार पर मतदान का निर्णय करें।
- जाति एवं सम्प्रदाय के आधार पर मतदान न करें।
- अपराधी एवं भ्रष्टाचार में लिप्त उम्मीदवार को मतदान न करें।
- हिंसात्मक प्रवृत्तियों में लिप्त उम्मीदवार को मतदान न करें।
- अवैध मतदान न करें।

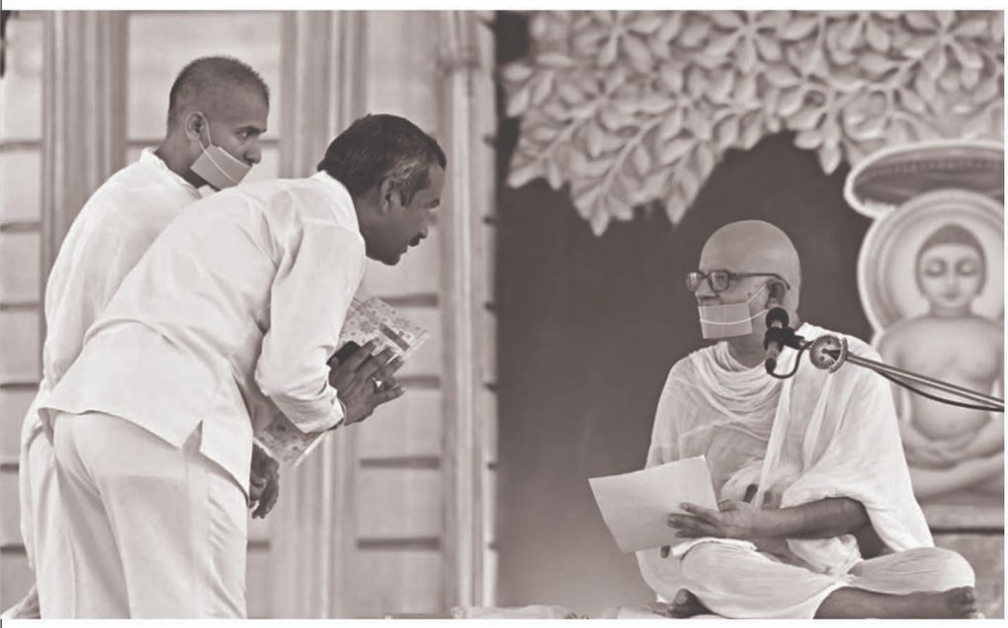
मतदान अवश्य करें, राष्ट्रीय कर्त्तव्य का निर्वहन करें

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती

राष्ट्रहित में प्रसारित

प्रसिद्ध उद्योगपति रतन टाटा को मिलेगा अणुव्रत पुरस्कार



अणुव्रत अनुशास्ता के सान्निध्य में

अणुविभा अध्यक्ष ने की विभिन्न पुरस्कारों की घोषणा

मुंबई। अहिंसक और शान्तिप्रिय समाज के निर्माण के उद्देश्य से गत सात दशकों से भी अधिक समय से चलाये चा रहे अणुव्रत आंदोलन की प्रतिनिधि संस्था अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी (अणुविभा) ने विभिन्न क्षेत्रों में दिये जाने वाले पुरस्कारों की घोषणा की है। वर्ष 2023 का सर्वाधिक प्रतिष्ठित 'अणुव्रत पुरस्कार' जाने-माने उद्योगपति व समाजसेवी रतन टाटा को दिया जाएगा। इसी के साथ वर्ष 2023 के लिए अणुव्रत लेखक पुरस्कार, अणुव्रत गौरव सम्मान एवं जीवन विज्ञान पुरस्कार की भी घोषणा की गयी।

अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने 1 अक्टूबर को इन पुरस्कारों की घोषणा करते हुए बताया कि मानवीय मूल्यों के प्रति प्रतिबद्धता, सादगीपूर्ण जीवनशैली एवं नैतिक मूल्यों के प्रति निष्ठा के लिए रतन टाटा को अणुव्रत पुरस्कार प्रदान किया जाएगा। इसके अन्तर्गत डेढ़ लाख रुपये का चेक, स्मृति चिह्न एवं प्रशस्ति पत्र भेंट किया जाता है।

मूल्य आधारित लेखन के लिए वरिष्ठ साहित्यकार व गीतकार, रेडियो उद्घोषक एवं वर्तमान में पं. जवाहरलाल नेहरू बाल साहित्य अकादमी जयपुर के अध्यक्ष इकराम राजस्थानी को 'अणुव्रत लेखक पुरस्कार' प्रदान किया जाएगा। इसके तहत 51 हजार रुपये का चेक, स्मृति चिह्न व प्रशस्ति पत्र प्रदान किये जाएंगे। अणुव्रत आंदोलन को अपनी सुदीर्घ समर्पित सेवाएं प्रदान करने के लिए अणुव्रत कार्यकर्ता व अणुव्रत महासमिति के पूर्व अध्यक्ष मुंबई के डालचंद कोठारी को 'अणुव्रत गौरव सम्मान' प्रदान किया जाएगा। इसके तहत स्मृति चिह्न व प्रशस्ति पत्र प्रदान किया जाता है। नयी पीढ़ी के सन्तुलित विकास हेतु अणुव्रत आंदोलन के महत्वपूर्ण प्रकल्प जीवन विज्ञान कार्यक्रम को अपनी महत्वपूर्ण सेवाएं प्रदान करने के लिए दक्ष प्रशिक्षक चेन्नई के राकेश खटेड़ को 'जीवन विज्ञान पुरस्कार' प्रदान किया जाएगा। इसके अन्तर्गत एक लाख रुपये का चेक, स्मृति चिह्न एवं प्रशस्ति पत्र भेंट किया जाता है।

अणुव्रत पुरस्कार 2023

श्री रतन टाटा
मुम्बई

अणुव्रत लेखक पुरस्कार 2023

श्री इकराम राजस्थानी
जयपुर

अणुव्रत गौरव सम्मान 2023

श्री डालचंद कोठारी
मुम्बई

जीवन विज्ञान पुरस्कार 2023

श्री राकेश खटेड़
चेन्नई

अणुव्रत प्रबोधन कार्यकर्ता निर्माण शिविर आयोजित

मुंबई। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में अणुव्रत प्रबोधन कार्यकर्ता निर्माण शिविर का आयोजन अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण की सन्निधि में 1-2 अक्टूबर को नंदनवन परिसर में हुआ।

प्रथम सत्र में अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मनन कुमार ने अणुव्रत के नियम एवं आचार संहिता के साथ ही वर्गीय अणुव्रत पर प्रशिक्षण दिया। उन्होंने शाकाहार, भक्ष्य-अभक्ष्य विषय पर प्रशिक्षण देते हुए महत्वपूर्ण जानकारियां दीं। मुंबई के कमल नौलखा ने पर्यावरण संरक्षण विषय पर पीपीटी द्वारा प्रस्तुति दी। मुनिश्री अभिजीत कुमार ने संभागियों को नशामुक्ति के विषय में प्रशिक्षण दिया। अंतिम सत्र में जिज्ञासा समाधान के साथ ही संभागियों द्वारा प्रस्तुति दी गयी।

2 अक्टूबर को प्रातः प्रथम सत्र में मुनिश्री मोहजीत कुमार ने अणुव्रत का इतिहास विषय पर विस्तार से प्रशिक्षण दिया। मुनिश्री सिद्ध कुमार ने अणुव्रत जीवनशैली के बारे में समझाया और दैनिक चर्या में अणुव्रत के प्रयोग की शिक्षा दी। मुंबई के वरिष्ठ चिकित्सक डॉ. महेंद्र पटेल ने भ्रूण हत्या निषेध विषय पर डिजिटल प्रस्तुति देते हुए प्रशिक्षण दिया।

अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर ने संस्था की कार्यपद्धति, उसकी गतिविधियों एवं अन्य संबंधित विषयों की जानकारी दी। अंतिम सत्र में मुनिश्री मनन कुमार जी ने अणुव्रत गीत का संगान करते हुए विवेचन किया एवं अणुव्रत के कई अन्य विषयों पर प्रशिक्षण दिया।

सभी संभागियों मुंबई से चिराग पामेचा, किरण परमार, विनीत बाबेल, मनन दोशी और मुदित दोशी के अलावा कोटा से अरुणेश खटेड़ तथा सूरत से ऋषि सुराणा ने प्रशिक्षण हेतु

कृतज्ञता ज्ञापित करते हुए अणुव्रत का कार्य करने का संकल्प लिया। शिविर के राष्ट्रीय संयोजक डॉ. कमलेश नाहर के धन्यवाद ज्ञापन से कार्यशाला संपन्न हुई। कार्यशाला में अणुव्रत समिति मुंबई के अध्यक्ष रोशनलाल मेहता एवं उनकी टीम, राष्ट्रीय उपाध्यक्ष विनोद कोठारी, दक्षिण प्रांतीय संगठन मंत्री राजेश चावत एवं नंदनवन स्थित अणुविभा के कर्मचारियों का सहयोग रहा।

सांप्रदायिक सौहार्द के भावों का हो विकास - आचार्यश्री महाश्रमण

सांप्रदायिक सौहार्द दिवस के साथ अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का शुभारम्भ

■■ राष्ट्रीय संयोजिका डॉ. कुसुम लुनिया की रिपोर्ट ■■

मुंबई। अणुव्रत यात्रा प्रणेता अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने पावन प्रतिबोध प्रदान करते हुए कहा कि आदमी के भीतर अनेक प्रकार की वृत्तियां होती हैं। वृत्तियां अच्छी भी हो सकती हैं और बुरी भी हो सकती हैं। आदमी कभी अच्छा व्यवहार करता है, धर्ममय कार्य करता है, तो कभी आक्रोश, हिंसा, ठगी आदि गलत वृत्तियों वाला भी दिखायी देता है। आदमी को ऐसा प्रयास करना चाहिए कि वह दुष्प्रवृत्तियों से बचते हुए सद्प्रवृत्तियों से भावित हो।

आचार्य श्री 1 अक्टूबर को घोड़बंदर रोड स्थित नंदन वन में अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के पहले दिन सांप्रदायिक सौहार्द दिवस के अवसर पर उपस्थित जनमेदिनी को संबोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि जिस प्रकार कुएं से निकाले गये पानी को मटके में, बाल्टी, कटोरी या ग्लास में भर दिया जाता है तो उसके साथ उस पात्र की संज्ञा भी जुड़ जाती है, किन्तु पानी तो एक ही होता है। काली, भूरी, लाल - किसी भी रंग की गाय का दूध निकाला जाये, होगा तो वह गाय का ही दूध। इसी प्रकार आदमी का रंग अलग हो सकता है, बोली, भाषा, पहनावा भी भिन्न हो सकता है, किन्तु सभी के खून का रंग लाल ही होता है। हाथ की अंगुलियां भले पाँच हों किन्तु सभी का जुड़ाव एक जगह से ही होता है। सबका मूल एक जैसा होता है। अनेकता की अपनी उपयोगिता हो सकती है, किन्तु एकता की अपनी उपयोगिता है। इन उदाहरणों के माध्यम से आदमी को एकत्व की भावना का विकास करने का प्रयास करना चाहिए। सभी में समान जीव है तो सभी के प्रति मंगल मैत्री की भावना हो। आचार्य प्रवर ने कहा कि अणुव्रत को स्वीकार करने के लिए जैन बनने की आवश्यकता नहीं होती। भारत में कितने-कितने धर्म, संप्रदाय हो सकते हैं, किन्तु सच्चाई, ईमानदारी, नैतिकता, अहिंसा को सभी धर्म और संप्रदाय में स्वीकार किया जाता है। आदमी यह संकल्प करे कि वह निरपराध प्राणी की हत्या नहीं करेगा, चोरी नहीं करेगा, झूठ नहीं बोलेगा, किसी को ठगने का प्रयास नहीं करेगा। ऐसे छोटे-छोटे नियमों और संकल्पों से आदमी अच्छा इंसान बन सकता है। पूज्य प्रवर ने कहा कि अणुव्रत का 75वां वर्ष गतिमान है। आज अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का प्रथम दिन है जो सांप्रदायिक सौहार्द दिवस के रूप में समायोजित हो रहा है। मन में सभी के प्रति मंगल मैत्री की भावना पुष्ट हो।

उन्होंने सद्भावना, नैतिकता और नशामुक्ति की मंगल प्रेरणा प्रदान करते हुए कहा कि अणुव्रत के कार्यों को अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी और अणुव्रत समितियां आगे बढ़ाने का प्रयास कर रही हैं। रामकृष्ण मिशन के स्वामी कल्याण आत्मानंद, मुस्लिम बोहरा समाज से आमील साहब, शेख मोइज साहब, मुम्बई क्रिकेट एसोसिएशन के मुख्य ऑपरेटिंग ऑफिसर सतीश सोनी समेत कई गणमान्य व्यक्ति अणुव्रत अनुशास्ता की मंगल सन्निधि में पहुँचे। साध्वीप्रमुखा विश्रुतविभाजी ने भी उपस्थित जनता को उद्बोधित किया। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर ने भी विचार रखे।

अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह के माध्यम से जन-जन तक पहुँचा अणुव्रत दर्शन

- अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के निर्देशन में अणुव्रत आन्दोलन द्वारा मानवीय मूल्यों के संवर्धन हेतु अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह का अभिनव आयोजन 1 से 7 अक्टूबर तक किया गया। इस दौरान भारत के अलावा नेपाल की अणुव्रत समितियों की ओर से अणुविभा द्वारा तैयार क्रिएटिव विडियोज के निरंतर प्रसारण से अणुव्रत की लहर पैदा हो गयी।
- बड़ी संख्या में श्रद्धालुओं ने अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण की अमृत देशना को साक्षात और ऑनलाइन सुनकर अपने आपको धन्य महसूस किया। अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मनन कुमार ने मुंबई समिति के आयोजनों में सन्निधि प्रदान कर हजारों विद्यार्थियों व जनमानस को लाभान्वित किया।
- विभिन्न स्थानों पर विराजित चारित्रात्माओं ने इन कार्यक्रमों में सान्निध्य व उद्‌बोधन प्रदान किये तथा लोगों को अणुव्रत आचार संहिता का संकल्प कराया। अन्य धर्मगुरुओं, विद्वानों, विशेषज्ञों और अधिकारियों ने अणुव्रत पर वक्तव्य दिये। कई सरकारी-गैरसरकारी संस्थाओं ने भी अणुव्रत दर्शन के प्रचार-प्रसार में महत्वपूर्ण भूमिका निभायी।
- अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह के **पहले दिन सांप्रदायिक सौहार्द** दिवस पर लगभग 70 अणुव्रत समितियों व मंचों ने सर्वधर्म संगोष्ठियों व परिचर्चाओं का आयोजन किया। इनमें अणुव्रत आचार संहिता के चौथे नियम "मैं मानवीय एकता में विश्वास करूँगा" एवं पाँचवें नियम "मैं धार्मिक सहिष्णुता रखूँगा" का अधिकाधिक प्रचार-प्रसार किया गया।
- **दूसरे दिन अहिंसा दिवस** पर समान विचारधारा वाली संस्थाओं के साथ मिल कर प्रबुद्ध विचार गोष्ठियां आयोजित की गयीं। इस दौरान अणुव्रत आचार संहिता के पहले नियम "मैं किसी भी निरपराध प्राणी का संकल्पपूर्वक वध नहीं करूँगा", दूसरे नियम- "मैं आक्रमण नहीं करूँगा" व तीसरे नियम "मैं हिंसात्मक व तोड़फोड़ मूलक प्रवृत्तियों में भाग नहीं लूँगा" का अधिकाधिक प्रचार-प्रसार किया गया। लगभग 80 शहरों और कस्बों में आयोजन हुए।
- **तीसरे दिन अणुव्रत प्रेरणा दिवस** पर "अणुव्रती बनो" का सघन अभियान चलाते हुए अणुव्रत समितियों व मंचों ने बाजारों, शॉपिंग मॉल, रेलवे स्टेशनों व बस स्टैण्ड जैसे सार्वजनिक स्थानों पर पोस्टर-बैनर के माध्यम से अणुव्रत आचार संहिता के छठे नियम "मैं व्यवसाय व व्यवहार में प्रामाणिक रहूँगा" एवं सातवें नियम "मैं ब्रह्मचर्य की साधना और संग्रह की सीमा का निर्धारण करूँगा" का संदेश जन-जन तक पहुँचाया। करीब 85 समितियों और मंचों ने कार्यक्रम आयोजित किये।
- **अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह के चौथे दिन पर्यावरण शुद्धि दिवस** पर सघन मुहिम चलाते हुए लोगों को अणुव्रत आचार संहिता के नियम "मैं पर्यावरण की समस्या के प्रति जागरूक रहूँगा" का संदेश दिया गया। इस दिन 88 समितियों और मंचों ने कार्यक्रम आयोजित किये। कई जगह अणुव्रत वाटिकाएं भी बनायी गयीं।
- **पाँचवें दिन नशामुक्ति दिवस** पर बड़ी संख्या में युवाओं से नशा नहीं करने का संकल्प पत्र भरवाने के साथ ही नशामुक्ति केन्द्रों, बाल सुधार गृहों समेत 81 शहरों और कस्बों में अणुव्रत आचार संहिता के नियम " मैं नशामुक्त जीवन जीऊँगा" की जानकारी दी गयी।
- गाजियाबाद अणुव्रत समिति की ओर से अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह के छठे दिन 6 अक्टूबर को **अनुशासन दिवस** का आयोजन सूर्यनगर स्थित प्लैटिनम वैली स्कूल में किया गया। अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने स्कूल के बच्चों को अणुव्रत के 11 नियमों का संकल्प कराया। उन्होंने विद्यालय प्रबंधन से बच्चों को अणुविभा मुख्यालय राजसमंद का भ्रमण और अणुव्रत बालोदय शिविर में सहभागिता करवाने की अपील की।
- साइंटिस्ट डॉ. ओ. पी. वार्ष्णेय ने वैज्ञानिक तरीके से बच्चों को अनुशासन की सीख दी। पुलिस चौकी इंचार्ज इंस्पेक्टर मनोज शर्मा ने अनुशासन को जीवन की सफलता की कुंजी बताया। कार्यक्रम में अणुविभा महामंत्री भीखम सुराणा, संगठन मंत्री डॉ. कुसुम लुनिया, कार्यसमिति सदस्य डॉ. धनपत लुनिया, बाबूलाल दुगड़, अणुव्रत समिति की पूरी टीम व अन्य गणमान्य लोग उपस्थित रहे। स्कूल के जनरल सेक्रेटरी डॉ. आलम अली ने सबका स्वागत किया। कार्यक्रम का संचालन शरद वार्ष्णेय ने किया।
- **छठे दिन अनुशासन दिवस पर** "निज पर शासन, फिर अनुशासन" थीम के साथ स्कूली बच्चों को जोड़ते हुए 86 समितियों और मंचों की ओर से आयोजित कार्यक्रमों में अणुव्रत आचार संहिता के नियम "मैं कुरूढ़ियों के प्रश्रय नहीं दूँगा" का प्रचार-प्रसार किया गया।
- **सातवें दिन जीवन विज्ञान दिवस** का आयोजन विभिन्न

स्कूलों में विद्यार्थियों व शिक्षकों के मध्य कार्यशालाओं के रूप में किया गया। अणुव्रत समितियों व मंचों ने लगभग 100 स्कूलों में ये कार्यक्रम आयोजित किये। अनेक स्थानों पर शिक्षाविदों के साथ संगोष्ठियां भी हुईं।

- देशभर की अणुव्रत समितियों ने सीआरपीएफ, रेलवे प्रोटेक्शन फोर्स, पुलिस लाइन, हाट-बाजार, मॉल, जेल, महिला कारागृह, नशामुक्ति केन्द्रों, अनाथालयों, सुधारगृहों, फैक्ट्रियों, मन्दिरों, मस्जिदों, स्कूलों, कॉलेजों, विश्वविद्यालयों व अणुव्रत पार्क में आयोजन किये।
- अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर, अणुव्रत अमृत महोत्सव के संयोजक संचय जैन, अणुविभा महामंत्री भीखम सुराणा, वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रताप दुगड़, उपाध्यक्ष राजेश सुराणा, विनोद कोठारी, माला कातरेला समेत प्रबन्ध मण्डल के पदाधिकारियों, संगठन मंत्रियों, राज्य प्रभारियों व कार्यसमिति के सदस्यों ने विभिन्न स्थानों पर अपनी गरिमामयी उपस्थिति से समितियों व मंचों को गौरवान्वित किया।
- अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण के पावन सान्निध्य से ऊर्जा प्राप्त करके **मुंबई** समिति ने अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह के दौरान चतुर्मास स्थल नंदनवन के साथ ही 55 स्थानों पर सार्थक आयोजन करके नया कीर्तिमान रचा। **जयपुर** समिति ने 31 ठोस बहुआयामी आयोजन किये। **दिल्ली** समिति ने 27 सफल कार्यक्रम किये। **सरदारशहर** समिति ने 11, **टोहाना** समिति ने 10, **मैलूसर** ने 9 **एवं जगराओं** समिति ने 8 आयोजन किये।
- नवगठित अणुव्रत मंचों जैसे **टापरा, आषाढा** आदि ने चारित्र आत्माओं के सान्निध्य में तथा **गंगापुर, रामपुराफूल** आदि ने बड़े ही उत्साह से सातों दिन काम किया। **सोलन व कोटकपुरा** ने भी आगे बढ़कर काम किये। **काठमाण्डू, विराटनगर समिति व राजबिराज** आदि मंचों ने विदेश की धरा पर लोगों को अणुव्रत से जोड़ा।
- दक्षिण भारत तथा पूर्वोत्तर की अणुव्रत समितियों ने स्थानीय भाषाओं में अनुवाद करवाकर अणुव्रत दर्शन को प्रसारित किया। इस सार्थक पहल के फलस्वरूप बड़ी संख्या में आमजन तक अणुव्रत दर्शन पहुँच सका।
- अणुव्रत समितियों व मंचों की सक्रियता से अनेक राजनेता, समाजसेवी, प्रशासनिक अधिकारी, शिक्षक, विद्यार्थी, व्यापारी, कर्मचारी, आमजन व नये कार्यकर्ता भी इन कार्यक्रमों में जुड़े तथा अणुव्रत को जाना, माना और अणुव्रत संकल्प शृंखला से संकल्पित हुए।
- जयपुर के अनेक स्कूलों में प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान प्रतिदिन के लिए लागू हो गया। दिल्ली में डिप्टी डायरेक्टर ऑफ एजुकेशन ने पूर्वी दिल्ली के सभी स्कूलों के माध्यम से अपने पाँच लाख विद्यार्थियों तक जीवन विज्ञान पाठ्यक्रम पहुँचाने की पेशकश की। कई स्थानों पर अणुव्रत वाटिकाओं के भी निर्माण हुए।
- भारत व नेपाल के प्रिंट, इलेक्ट्रॉनिक, डिजिटल व सोशल मीडिया ने अणुव्रत दर्शन का व्यापक प्रचार-प्रसार किया। अणुविभा के प्रचार प्रसार मंत्री धर्मेंद्र डाकलिया, मीडिया संयोजक पंकज दुधोडिया, वीरेंद्र बोहरा, जयंत सेठिया, संतोष सेठिया, अमित कांकरिया, महावीर बडाला आदि का अणुव्रत उद्‌बोधन सप्ताह के दौरान हुए कार्यक्रमों का सोशल मीडिया प्लेटफॉर्म के माध्यम से प्रचार-प्रसार में महत्वपूर्ण योगदान रहा।
- इस साप्ताहिक आयोजन की सह संयोजक आनन्दबाला टोडरवाल, डॉ. प्रभा पारिख, राजन जैन, केसरी गोलछा, लाभेष जैन, पंकज सेठिया, संगिता हिंगड ने समर्पण भाव से काम किया। समय से गाइडलाइन, बैनर-पोस्टर, सॉफ्ट कॉपी आदि भेजने में दिल्ली कार्यालय के मनीष सोनी ने बड़ी तत्परता से सहभागिता निभायी।

विभिन्न अणुव्रत समितियों एवं मंचों द्वारा देशभर में अनेकानेक कार्यक्रम आयोजित किये गये -

सुजानगढ़	वापी	राजसमंद	बारडोली	दिल्ली	जयपुर	आबसर
बठिंडा	फरीदाबाद	गाजियाबाद	कोटा	भुज	हांसी	देवगढ़
नोखा	किशनगंज	पाली	शाहपुरा	अहमदाबाद	लाडनूं	हनुमानगढ़
बल्लारी	भीलवाड़ा	गुवाहाटी	चूरू	जसोल	देवगढ़	धुबड़ी
बालोतरा	हिसार	भिवानी	चिकमंगलूर	मुम्बई	बेंगलुरु	कोलकाता
हावड़ा	आमेट	जींद	ग्रेटर सूरत	टोहाना	शिवपुरी	कालावली
आसाढ़ा	तरनतारन	पुर	गंगापुर	काठमांडू	विराटनगर	धरान
बीदासर	सरदारशहर	सिरसा	नवगांव	इस्लामपुर	छोटीखाटू	हुबली
दलखोला	पीलीबंगा	सवाईमाधोपुर	जोधपुर	रामपुर फूल	तारापुर	बरपेटारोड
सायरा	श्रीडूंगरगढ़	मैलूसर	राजगढ़	हैदराबाद	लातूर	राजबीराज
इंदौर	जगराओ	सोलन	कोटकपुरा	भट्टूमण्डी	डाबड़ी	चाड़वास
नाथद्वारा	साक्री	सिलीगुड़ी	मोमासर	बाड़मेर	कटक	धूलिया
दिनहाटा	चेन्नई	खारूपेटिया	मानसा	गंगाशहर	बीकानेर	फारबिसगंज
कूचबिहार	नरवाना	उचाना	सिवानी	मण्डीआदमपुर	चंडीगढ़	धुरी
अमृतसर	तेजपुर	सूरतगढ़				

चित्रदीर्घा

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह
अणुव्रत समिति, गाजियाबाद
अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह
01 अक्टूबर से 07 अक्टूबर 2023

अणुविभा
अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
के तत्वावधान
01 अक्टूबर सांप्रदायिक सौहार्द दिवस
02 अक्टूबर अहिंसा दिवस

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
01 अक्टूबर सांप्रदायिक सौहार्द
02 अक्टूबर अहिंसा दिवस
03 अक्टूबर अणुव्रत प्रेरणा दिवस
04 अक्टूबर पर्यावरण शुद्धि दिव
अणुव्रत

चित्रदीर्घा

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह
01 अक्टूबर से 07 अक्टूबर 2023
जय जय महाश्रमण
अणुव्रत समिति
जिला कारागृह
चूरू
C.B.S.E
WELCOMES

चित्रदीर्घा

ANUVRAT AMRUT MAHOTSAV
" COMMUNAL HARMONY DAY "
अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह
COMMUNAL HARMONY
DISCIPLINE
अणुव्रत समिति, बालोतरा
MODERN EDUCATION SOCIETY'S
B.W.NEW ENGLISH MEDIUM SCHOOL, LATUR
vivo X70 Pro · ZEISS
श्रमण भगवान महावीर की जय हो

चित्रदीर्घा

नशामुक्त व्यक्ति बनता सफल : सज्जनसिंह जैन

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के अन्तर्गत थिरुथांगल नाडार कॉलेज के विद्यार्थियों ने नशा मुक्त रहने का लिया संकल्प।

चेन्नई, 05 अक्टूबर (दक्षिण प्रकाश)। अणुवीभा के तत्वावधान में अणुव्रत समिति, चेन्नई द्वारा अणुव्रत

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह

अणुव्रत नियमों के माध्यम से दिया पर्यावरण संरक्षण का संदेश

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

बेंगलूरु. अणुव्रत समिति, बेंगलूरु की ओर से अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का चतुर्थ दिवस पर्यावरण दिवस के रूप में चामराजपेट स्थित जनता विद्यालय में आयोजित किया गया। अध्यक्ष देवराज रायसोनी ने स्वागत किया। मुख्य वक्ता उपासिका ...ति सकलेचा ने विद्यार्थियों को पर्यावरण संरक्षण के लिए अणुव्रत नियमों के पालन की प्रेरणा दी। ... स्वामी ने अणुव्रत समिति के प्रति आभार व्यक्त किया।

कार्यक्रम में मंत्री हरकचंद ओस्तवाल, सह मंत्री प्रवीण बोहरा, संगठन मंत्री निर्मल पोकरणा, प्रचार मंत्री रमेश दक, शांतिलाल ... उपस्थिति रही। कांता लोढ़ा, वीन... पोरवाल, पवन चोपड़ा ने विद्यार्थियों को उपहार वितरण करने में सहयोग किया। संचालन सहमंत्री बबीता चोपड़ा ने किया एवं धर्मेंद्र बरलोटा ने आभार...

अणुव्रत अमृत महोत्सव

अणुव्रत में संयम है : मुनि हिमांशु कुमार

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

बेंगलूरु. अणुव्रत विश्वभारती सोसायटी के तत्वावधान में अणुव्रत अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में समायोजित अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के द्वितीय दिवस अहिंसा दिवस का आयोजन मुनि हिमांशु कुमार ठाणा 2 के सान्निध्य में तेरापंथ सभा भवन, गांधीनगर में समायोजित हुआ। अध्यक्ष देवराज रायसोनी ने स्वागत किया। कार्यक्रम की अध्यक्षता कर रहे तेरापंथ सभा, गांधीनगर के अध्यक्ष कमलसिंह दुग्गड़ ने कहा कि नयी पीढ़ी पश्चिमी संस्कृति की ओर ज्यादा प्रभावित होकर कहीं ना कहीं किसी कारण वश हिंसा की भागीदार बन रही है। अभिभावकों का प्रथम कर्तव्य है कि उन्हें साधु-संतो के प्रवचन में लाएं।

मुनि हेमंत कुमार ने कहा कि भगवान महावीर ने चार ...

कर्मवाद और लोकवाद ... के आधार स्तंभ बने ... बलशाली बनाने का प्रे... है।

मुनि हिमांशु कुमार ... आचार्य तुलसी ने देश के लिए और नैतिक मूल्यों के लिए अणुव्रत आंदोल... किया। अणुव्रत में संयम है, नैतिकता है, चरित्र ... पर्यावरण सरक्षा भी है।

अवचेतन मन को सकारात्मक पोषण दें: मुनि

DAILY शुभ लाभ खबरें जो सोच बदल दे

जीवन विज्ञान दिवस का आयोजन

पत्रिका

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह प्रारम्भ

साम्प्रदायिकता से धर्म विष और प्रेम-सौहार्द से अमृत बनता है

पत्रिका न्यूज नेटवर्क
patrika.com

पुण्यतिथि

पंचम पुण्यतिथि

स्व. श्री किसनाराम जी सारण

पाठकों के लिए
विशेष प्रतियोगिता

अणुव्रत Q10

आपको करना है बस इतना →

❖ 'अणुव्रत पत्रिका' के अप्रैल 2023 अंक को ध्यानपूर्वक आद्योपांत पढ़ना
❖ अप्रैल 2023 अंक पर आधारित 10 सरल प्रश्नों के उत्तर प्रेषित करना

❖ अप्रैल 2023 अंक पर आधारित प्रश्न ❖

01. 'धरती का कलाकार 'कहानी का नन्हा कलाकार श्यामल कन्हाई किस गाँव का था ?
02. शासन के तीनों अंग अपनी शक्तियां किससे प्राप्त करते हैं?
03. भारत के सुप्रसिद्ध वैज्ञानिक डॉ. आत्माराम को अणुव्रत पुरस्कार किस संस्था द्वारा दिया गया?
04. 'अनुभव' कहानी के रचनाकार कौन हैं?
05. अनैतिकता का मूल क्या है?
06. अणुव्रत ग्राम की सूची में पहला नाम किसका था?
07. अणुव्रत अमृत महोत्सव के तहत प्रत्येक मंगलवार को किस रूप में मनाया जा रहा है?
08. हमारे मूलभूत कर्त्तव्यों का वर्णन संविधान के किस अनुच्छेद में है?
09. अनैतिकता का सर्जक कौन है?
10. जैन विश्व भारती विश्वविद्यालय के संस्थापक कुलपति कौन थे?

ज्ञातव्य बिंदु

- ❖ प्रतियोगिता के प्रश्न अप्रैल 2023 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 जाएगा।
- ❖ 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
30 नवम्बर 2023

सितम्बर 2023 अंक में प्रकाशित प्रतियोगिता के परिणाम

(फरवरी-मार्च 2023 अंक पर आधारित)

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

विजेता

सुरेश चोपड़ा
पचपदरा

:: प्रोत्साहन पुरस्कार ::

नेहा मेहता
जोधपुर

तन्मय कोठारी
अजमेर

अन्य सही उत्तरदाताओं के नाम

रामविलास जैन, सूरत
राजेश भंसाली, अहमदाबाद
धनपत गुजरानी, जयपुर
अंकुर जैन, जोधपुर
ए.पी. माथुर, अजमेर
सारिका कोठारी, अजमेर
सुधा भंसाली, जोधपुर
चारूल चोपड़ा, पचपदरा
विजया चोपड़ा, पचपदरा
अंजू चोपड़ा, पचपदरा

अणुव्रत Q10 प्रतियोगिता

प्रश्नों के सही उत्तर

उत्तर 1	डॉ. महावीर राज गेलड़ा	पृष्ठ 46
उत्तर 2	श्री करत्तिरमन का	पृष्ठ 73
उत्तर 3	अणुबम बनाम अणुव्रत	पृष्ठ 43
उत्तर 4	श्री प्रेमसिंह सिंघवी ने	पृष्ठ 71
उत्तर 5	राष्ट्रीय अणुव्रत शिक्षक संसद को	पृष्ठ 57
उत्तर 6	अशांत विश्व को शांति का संदेश	पृष्ठ 13
उत्तर 7	सन् 1960 में	पृष्ठ 41
उत्तर 8	आचार्य तुलसी	पृष्ठ 61
उत्तर 9	राजस्थान के मुख्यमंत्री श्री मोहनलाल सुखाड़िया	पृष्ठ 64
उत्तर 10	आचार्य तुलसी	पृष्ठ 10

पूर्वांचल अणुव्रत कार्यकर्ता संगोष्ठी का आयोजन

मानव जाति के उत्थान का कार्य है अणुव्रत - मुनिश्री प्रशांतकुमार

सिलीगुड़ी। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में अणुव्रत समिति सिलीगुड़ी द्वारा पूर्वांचल अणुव्रत कार्यकर्ता संगोष्ठी का आयोजन 8 अक्टूबर को किया गया। उद्घाटन सत्र को संबोधित करते हुए मुनिश्री प्रशांत कुमार ने कहा कि अणुव्रत किसी सम्प्रदाय विशेष के लिए नहीं बल्कि, सबके लिए है। आचार्य श्री तुलसी का सपना था कि ऐसे कार्यकर्ता मिलें जो उदार हों, जिनका दृष्टिकोण संकीर्ण न हो, जो व्यसनमुक्त हों। इसलिए बहुत आवश्यक है कि कार्यकर्ताओं को अच्छा प्रशिक्षण दिया जाये।

मुनिश्री ने कहा कि अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के राष्ट्रीय पदाधिकारी अणुव्रत के प्रति पूर्ण रूप से समर्पित हैं। अपने दायित्व को निष्ठा से निभा रहे हैं। राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर समर्पित श्रावक कार्यकर्ता हैं। वर्षों से संघ में सेवा दे रहे हैं। कार्यकर्ताओं में जोश भर रहे हैं। भीखम सुराणा, प्रताप दुगड़ सक्रिय कार्यकर्ता हैं, अच्छा कार्य कर रहे हैं। संगोष्ठी में पूर्वांचल के समर्पित कार्यकर्ता आये हैं। कार्यकर्ता समर्पण भाव से कार्य करते हैं, तभी संघ एवं समाज का विकास होने से राष्ट्र स्वस्थ प्रगति की ओर बढ़ता है। अणुव्रत का जितना व्यापक प्रचार-प्रसार किया जाएगा, उतना ही मानव जाति का उत्थान होगा एवं अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी का सपना साकार होगा।

अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने कहा कि अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी, आचार्य श्री महाप्रज्ञ और वर्तमान अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण की प्रेरणा, मार्गदर्शन एवं व्यापक उदार चिंतन तथा कार्यकर्ताओं के सहयोग से अणुव्रत आंदोलन ने चरम ऊँचाइयों को प्राप्त किया है। अणुव्रत को छोड़कर कोई भी आंदोलन पचहत्तर वर्ष तक पहुँचा नहीं है। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी देश के प्रत्येक नागरिक को जोड़ने का कार्य कर रही है। आचार्य श्री महाश्रमण ने अणुव्रत अमृत वर्ष

एवं अणुव्रत यात्रा की घोषणा की, तब से कार्यकर्ताओं में जोश एवं जूनून है। अणुव्रत प्रचार-प्रसार का माध्यम ही नहीं, अपितु लाइफ स्टाइल है। स्वस्थ जीवन जीने की शैली है। इस आंदोलन को ओर अधिक गति देनी है जिससे विश्व में भारत की पहचान आध्यात्मिकता के साथ-साथ नैतिक, प्रामाणिक एवं स्वस्थ आचार-विचार के रूप में व्यापक बने।

राष्ट्रीय महामंत्री भीखम सुराणा ने कहा कि सिलीगुड़ी पूर्वांचल का सेंटर है। यहाँ से प्राप्त प्रशिक्षण से कार्यकर्ता ऊर्जावान होकर जाएंगे, ऐसा विश्वास है। इससे पहले समिति अध्यक्ष डिम्पल बोथरा ने स्वागत भाषण दिया। मुख्य अतिथि अमित जैन ने भी विचार व्यक्त किये। कार्यक्रम का संचालन संगोष्ठी के संयोजक सुरेन्द्र छाजेड़ ने किया।

अणुविभा के राष्ट्रीय पदाधिकारियों ने सिलीगुड़ी अणुव्रत समिति एवं तेरापंथ सभा को स्मृति चिह्न प्रदान किया। प्रथम सत्र का संचालन संगठन मंत्री (पूर्वांचल) भरत चौरडिया ने किया। द्वितीय सत्र में राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर ने 'अणुव्रत कार्यकर्ता की भूमिका विशिष्ट क्यों' विषय पर सारगर्भित विचार व्यक्त किये। संचालन असम-त्रिपुरा राज्य प्रभारी छतरसिंह चौरडिया ने किया। तृतीय सत्र में अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रताप दुगड़ और महामंत्री भीखम सुराणा ने कार्यकर्ताओं का मार्गदर्शन किया। सत्र का संचालन विनोद बोथरा ने किया। कार्यकर्ताओं की जिज्ञासा का समाधान सम्यक् रूप से किया गया। आभार ज्ञापन अणुव्रत समिति की मंत्री सुनीता बैद ने किया। बंगाल, बिहार, असम और नेपाल के 16 क्षेत्रों के 70 कार्यकर्ता इस संगोष्ठी में शामिल हुए। खादी एवं स्मृति चिह्न भेंट कर अतिथियों को सम्मानित किया गया।

अणुव्रत वाटिका और अणुव्रत पथ का उद्घाटन

■■ संयोजक डॉ. नीलम जैन की रिपोर्ट ■■

सिलीगुड़ी। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में पर्यावरण जागरुकता अभियान के तहत अणुव्रत समिति सिलीगुड़ी द्वारा फुलबारी बाईपास स्थित टी लीफ रिजॉर्ट में निर्मित अणुव्रत वाटिका तथा अणुव्रत पथ का उद्घाटन अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर ने किया। हिन्दी एवं बांग्ला भाषा में अणुव्रत आचार संहिता के होर्डिंग का भी विमोचन किया गया। अणुव्रत वाटिका में आम, चीकू, जामुन, सीताफल आदि के 25 पौधे लगाये गये हैं। टी लीफ रिजॉर्ट के मालिक सुभाष सरकार ने कहा कि वे स्वयं इन पौधों की देखभाल करेंगे।

इस अवसर पर अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रताप दुगड़, महामंत्री भीखम सुराणा, पूर्वांचल संगठन मंत्री भरत चौरड़िया, बंगाल प्रभारी विनोद बोथरा, पत्रिका संप्रेषण संयोजक सुभाष सिंघी, जीवन विज्ञान प्रभारी (पूर्वांचल) मुकेश बैद, चुनाव शुद्धि अभियान के सह संयोजक विकास दुगड़, अणुव्रत समिति अध्यक्ष डिम्पल बोथरा, श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा के अध्यक्ष रूपचंद कोठारी, महासभा सदस्य किशन आंचलिया, तेरापंथ युवक परिषद् अध्यक्ष नरेश धाड़ेवा, अणुव्रत समिति धरान के अध्यक्ष मोनिका दुगड़ एवं अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे। सभी ने अणुव्रत वाटिका एवं अणुव्रत पथ की सराहना की। कार्यक्रम की संयोजिका सुनीता देवी बोथरा के अनुसार समिति की ओर से सुभाष सरकार को खादा एवं स्मृति चिह्न भेंट कर व अन्य अतिथियों को खादा पहना कर अभिनंदन किया गया।

कार्यक्रम में प्रायोजक तिरुपति ट्रेडिंग कंपनी ग्रुप, लायंस क्लब टेक्सटाइल के विवेक मोर, झवरी देवी बोथरा, संजय नाहटा, मदन मालू, संदीप सौरभ सेठिया, सुरेंद्र घोड़ावत, किशन धाड़ेवा आदि का सहयोग मिला। कार्यक्रम का संचालन समिति अध्यक्ष डिंपल बोथरा ने किया।

ग्रेटर सूरत में अणुव्रत वाटिका का शुभारंभ

ग्रेटर सूरत। अणुव्रत समिति की ओर से टी. डी. वशी शिशु विद्यालय परिसर में अणुव्रत वाटिका का शुभारंभ 5 अक्टूबर को विद्यालय के ट्रस्टी अणुव्रत सेवी लक्ष्मीलाल बाफना ने किया। उन्होंने कहा कि पर्यावरण शुद्धि अभियान के तहत यह अच्छी पहल है। अणुव्रत वाटिका का निर्माण हर जगह होना चाहिए। उन्होंने इस कार्य में सहयोग का भरोसा दिलाया। समिति अध्यक्ष विमल लोढ़ा ने सभी का स्वागत किया व अणुव्रत वाटिका की देखरेख का संकल्प जताया।

मुख्य अतिथि अणुविभा के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष राजेश सुराणा, गुजरात राज्य प्रभारी अर्जुनलाल मेड़तवाल, राष्ट्रीय कार्यकारिणी सदस्य राकेश चोरड़िया, अणुव्रत समिति के मंत्री संजय बोथरा ने विचार व्यक्त किये। प्रिंसिपल रेखा बेन ने विद्यालय प्रांगण का अणुव्रत वाटिका हेतु चयन के लिए अणुव्रत समिति का आभार प्रकट किया। कार्यक्रम का संचालन पर्यावरण शुद्धि अभियान के संयोजक कमलेश गादियां ने किया। अंत में आभार ज्ञापन सह संयोजक अनिल चोरड़िया ने किया

बालोतरा में अणुव्रत वाटिका का शुभारंभ

बालोतरा। अणुव्रत अमृत महोत्सव वर्ष के दौरान अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में देश भर में पर्यावरण जागरुकता अभियान चलाया जा रहा है। इसके तहत अणुव्रत समिति द्वारा अणुव्रत वाटिका का शुभारंभ मदर टेरेसा सीनियर सेकंडरी विद्यालय में किया गया। वाटिका में कई किस्म के पौधे लगाये गये हैं।

अणुव्रत समिति के अध्यक्ष अशोक सालेचा ने कहा कि अणुव्रत की इस मुहिम की घर-घर अलख जगानी है। लोगों को पर्यावरण के प्रति जागरूक बनाना होगा। विद्यालय के संचालक कमलेश बोहरा ने इस मुहिम की प्रशंसा करते हुए कहा कि पर्यावरण की सुरक्षा हम सभी का नैतिक दायित्व है। इस अवसर पर अणुविभा के राष्ट्रीय सहमंत्री ओमप्रकाश बांठिया, अणुव्रत समिति मंत्री महेंद्र मेहता, निवर्तमान अध्यक्ष जवेरीलाल सालेचा, सहमंत्री देवी छाजेड़, नवीन सालेचा, जीवन विज्ञान प्रशिक्षक ममता गोलेछा, मीना ओस्तवाल, विद्यालय प्रिंसिपल वीणा बोहरा समेत कई गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के बैनर का अनावरण

इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स के संयमित उपयोग के लिए कर रहे जागरूक

मुंबई। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के प्रवचन के दौरान 2 अक्टूबर को अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर ने डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के बैनर का अनावरण किया। उन्होंने इस प्रकल्प पर प्रकाश डालते हुए बताया कि आजकल हर व्यक्ति मोबाइल, लैपटॉप, कंप्यूटर, आईपैड, टीवी आदि का अत्यधिक उपयोग कर रहा है। इन इलेक्ट्रॉनिक गैजेट्स के उपयोग ने मानव जीवन को सुगम, सरल और सुविधाजनक तो बनाया है, मगर इनके अत्यधिक प्रयोग से बहुत सारी नयी समस्याएं भी उत्पन्न हो गयी हैं। इन समस्याओं से निजात पाने के लिए इन गैजेट्स के उपयोग को संयमित करना आवश्यक है। आमजन में इस हेतु जागरुकता के लिए अणुविभा ने डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम प्रारंभ किया गया है।

इस अवसर पर डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के राष्ट्रीय संयोजक प्यारचंद मेहता, सह संयोजक दलपत बाबेल व ललित मेहता, अणुव्रत समिति मुंबई के अध्यक्ष रोशन मेहता, मंत्री राजेश चौधरी आदि उपस्थित थे।

11 अक्टूबर की सुबह मुकेश पटेल स्कूल ऑफ टेक्नोलॉजी मैनेजमेंट विले पार्ले में एलीवेट ड्रग फ्री तथा अणुव्रत डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें लगभग 500 विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए डॉ. अभिजीत मुनि ने बताया कि ड्रग्स किस प्रकार मानव जीवन के लिए संकट पैदा कर रही है तथा इससे परिवार, समाज तथा राष्ट्र कमजोर होता है। किस प्रकार छोटे-छोटे संकल्पों – अणुव्रतों का पालन करके इनसे छुटकारा पाया जा सकता है। जागृत मुनि ने विद्यार्थियों को मेडिटेशन के प्रयोग करवाये तथा डिजिटल डिटॉक्स के बारे में जानकारी दी। एलीवेट कार्यक्रम के सहसंयोजक मुदित भंसाली ने कार्यक्रम का संचालन किया। कॉलेज प्रबंधन तथा विद्यार्थियों ने कार्यक्रम की सराहना की।

11 अक्टूबर को ही एस. एन. डी. टी. वीमन्स यूनिवर्सिटी सांताक्रूज में भी एलीवेट ड्रग फ्री तथा अणुव्रत डिजिटल डिटॉक्स का कार्यक्रम आयोजित किया गया। इसमें डॉ. अभिजित मुनि ने छात्राओं को ड्रग्स के दुष्परिणामों से अवगत कराया तथा इससे बचने के उपायों की जानकारी भी दी। उन्होंने डिजिटल उपकरणों के संयमित प्रयोग करने की सलाह दी। जागृत मुनि ने मेडिटेशन के प्रयोग करवाये तथा डिजिटल डिटॉक्स के माध्यम से किस प्रकार मोबाइल के एडिक्शन से बचा जाये, इसकी जानकारी दी। ट्रेनर खुशबू गादिया ने कार्यक्रम का संचालन किया। कॉलेज के डायरेक्टर आशीष पनत ने कार्यक्रम के आयोजन के लिए आभार व्यक्त किया। दोनों ही स्थानों पर आयोजित कार्यक्रमों में डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के राष्ट्रीय संयोजक प्यारचंद मेहता और सहसंयोजक दलपत बाबेल ने भी विचार रखे।

"अणुव्रत वैश्विक समस्या का समाधायक है "

किडजोन में गांधीजी का रूप धरे बच्चों ने मन मोहा

मुंबई। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के चतुर्मास प्रवास स्थल नंदन वन में अणुव्रत विश्व भारती का प्रकल्प किडजोन बच्चों के आकर्षण का केंद्र बना हुआ है। यहाँ खेल-खेल में बच्चों को नैतिक मूल्यों की सीख देने के साथ ही उनके व्यक्तित्व विकास के अनुपम प्रयोग कराये जाते हैं। महात्मा गांधी जयंती पर गांधीजी, मोदीजी, मुन्ना भाई, सर्किट का रूप धरे बच्चों ने लोगों का मन मोह लिया। गुरुदेव ने महती कृपा कर बच्चों की प्रस्तुति को गौर से देखा और आशीष प्रदान करते हुए फरमाया कि मुंबई का यह किडजोन पिछले अनेक किडजोन की अपेक्षा विशाल और ज्यादा उपयोगी लग रहा है।

अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर, महामंत्री भीखम सुराणा और केन्द्रीय संयोजक विनोद कोठारी के मार्गदर्शन में संचालित हो रहे किडजोन में साधु-साध्वियों का सान्निध्य और प्रेरणा निरन्तर मिल रही है। अनेक स्थानीय विधायक, नगरसेवक, कई संस्थाओं के शीर्षस्थ पदाधिकारियों ने पिछले दिनों किडजोन का भ्रमण किया और इसकी सराहना की। राजस्थान की विधायक दीप्ति माहेश्वरी भी किडजोन के अवलोकन हेतु पधारीं। अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर, मुंबई अणुव्रत समिति अध्यक्ष रोशन मेहता आदि ने उनका स्वागत किया।

किडजोन की मुंबई संयोजिका सुमन चपलोत एवं सह संयोजिका मीना बडाला के निर्देशन में बच्चों को प्रतिदिन शॉर्ट मूवीज दिखाकर मोबाइल एडिक्शन से बचने, झूठ न बोलने आदि की प्रेरणा दी जाती है। पर्यावरण को प्लास्टिक से होने वाले खतरों से अवगत कराया जाता है। ट्रेनर सुमन मेहता ने संडे स्पेशल एक्टिविटी के तहत बच्चों को घर पर खाद बनाने, पौधे लगाने और उनकी देखभाल करने के टिप्स दिये। बच्चों के लिए जुंबा डांस, ड्राइंग, गरबा जैसे फन वर्कशॉप का आयोजन भी किया जाता है। अब तक लगभग 4500 बच्चे और लगभग 1600 अभिभावक किडजोन की विजिट कर चुके हैं। अणुविभा के केंद्रीय कार्यालय के कार्यकर्ताओं के साथ ही अनेक भाई-बहन किडजोन में निरंतर सेवाएं दे रहे हैं।

जीवन विज्ञान ऑनलाइन प्रशिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला का परिणाम घोषित

139 प्रशिक्षणार्थियों ने पूरा किया लेवल 1 का प्रशिक्षण

■■ राष्ट्रीय संयोजक रमेश पटावरी की रिपोर्ट ■■

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग द्वारा 23 अगस्त से 5 सितम्बर तक आयोजित 'ऑनलाइन जीवन विज्ञान प्रशिक्षक प्रशिक्षण कार्यशाला' के लेवल-1 का परिणाम राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर की अध्यक्षता में आयोजित जूम मिटिंग में 15 अक्टूबर को घोषित किया गया। 22A+, 50 A, 42B+, 17B तथा 8C ग्रेड के कुल 139 नामों की घोषणा करते हुए नाहर ने कहा कि आगे के लेवल हेतु ऑफलाइन प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन शीघ्र ही प्रस्तावित है। उन्होंने सभी सफल प्रशिक्षणार्थियों को कार्यशाला में सीखे गये सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण के क्रम को निरन्तर अपने जीवन में अपनाने की प्रेरणा दी। उन्होंने जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय संयोजक रमेश पटावरी सहित पूरी टीम कमल बैंगाणी, नीरज बम्बोली, डॉ. हंसा संचेती, ममता श्रीश्रीमाल, रीना गोयल तथा कार्यशाला के मुख्य प्रशिक्षक राकेश खटेड़ के श्रम, समर्पण एवं संघनिष्ठा की सराहना की।

अणुव्रत अमृत महोत्सव के राष्ट्रीय संयोजक संचय जैन ने कहा कि वर्तमान समय में बढ़ती हिंसा, विवाद, भ्रष्टाचार और असहनशीलता के कारण दुनिया को अणुव्रत और जीवन विज्ञान की सख्त जरूरत है। आप सभी सीखे गये प्रयोगों को जीवन में उतारने का प्रयास करें क्योंकि बिना क्रियान्विति के प्रयोग मात्र सिद्धान्त बन कर रह जाते हैं। सभी शीघ्र ही अगले स्तर का प्रशिक्षण पूर्ण कर आगे बढ़ें, यही शुभकामना है।

अणुविभा के महामंत्री भीखम सुराणा ने विश्वास व्यक्त किया कि जीवन विज्ञान के स्वर्ण जयंती वर्ष तक 500 से अधिक कर्मठ, योग्य एवं समर्पित प्रशिक्षकों की टीम जीवन विज्ञान विभाग के पास हो सकेगी।

कार्यशाला के मुख्य प्रशिक्षक एवं राष्ट्रीय जीवन विज्ञान प्रशिक्षण प्रभारी राकेश खटेड़ ने कहा कि जीवन विज्ञान के प्रयोग शिक्षक, शिक्षार्थी और अभिभावक सभी के लिए समान रूप से उपयोगी हैं। इन प्रयोगों से हम भावी पीढ़ी को सुख, समृद्धि एवं संस्कार देने के साथ-साथ हमारे बुढ़ापे को भी स्वस्थ एवं सुखी बनाये रख सकते हैं।

जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय संयोजक रमेश पटावरी ने बताया कि लेवल-1 प्रशिक्षण कार्यशाला में 260 से अधिक लोगों ने रजिस्ट्रेशन करवाया था। इनमें से 165 की उपस्थिति प्रतिदिन रही और 152 प्रशिक्षणार्थी प्रस्तुति हेतु चयनित किये गये। सभी प्रशिक्षणार्थियों का मूल्यांकन करने के बाद इनमें से इनमें से 139 प्रशिक्षणार्थियों को लेवल-1 के प्रशिक्षक हेतु योग्य पाया गया। अब इन सभी को अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के साथ एक अनुबंध (एम.ओ.यू.) पर हस्ताक्षर के पश्चात् जीवन विज्ञान प्रशिक्षक लेवल-1 का प्रमाण-पत्र प्रदान किया जाएगा जो दो वर्ष के लिए मान्य होगा। तत्पश्चात् उन्हें रिफ्रेशर कोर्स करके पुनः प्रस्तुति/परीक्षा देकर अपनी योग्यता सिद्ध करनी होगी। उन्होंने बताया कि जीवन विज्ञान के स्कूली पाठ्यक्रम स्वरूप के अन्तर्गत प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान संबंधी ऑनलाइन प्रशिक्षण कार्यशाला का आरम्भ भी अतिशीघ्र होने वाला है। इन कार्यशालाओं में प्रशिक्षण प्राप्त प्रशिक्षकों के लिए अपनी योग्यता के प्रायोगिक अभ्यास हेतु शीघ्र ही एक स्वर्णिम अवसर "महाप्रज्ञ" अलंकरण के उपलक्ष में **23, 24 और 25 नवम्बर** को जीवन विज्ञान दिवस समारोह के रूप में सामने है।

राष्ट्रीय तकनीकी प्रभारी विमल गुलगुलिया ने बताया कि भविष्य में जीवन विज्ञान की कार्यप्रणाली पूर्णतया तकनीक के आधार पर संचालित करने की प्रक्रिया गतिमान है। डॉ. अशोक कोठारी, धर्मेन्द्र चोरड़िया, पुष्पलता पींचा, सरला बरड़िया आदि की जिज्ञासाओं का समाधान केन्द्रीय टीम ने किया।

इससे पहले कार्यक्रम का प्रारम्भ हनुमान मल शर्मा द्वारा प्रस्तुत जीवन विज्ञान गीत के संगान से हुआ। सफल संचालन राष्ट्रीय सह-संयोजक कमल बैंगाणी एवं आभार ज्ञापन जीवन विज्ञान उच्च शिक्षा प्रबन्धन प्रभारी डॉ. हंसा संचेती ने किया।

अणुव्रत पत्रिका योगक्षेमी

श्री हेमराज पुगलिया

निवासी : श्रीडूंगरगढ़ (बीकानेर)

प्रवासी : जयपुर

अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

किलकारियों का जश्न अणुव्रत बालोदय शिविर

■■ संयोजिका डॉ. सीमा कावड़िया की रिपोर्ट ■■

राजसमंद। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी मुख्यालय में समय-समय पर नौनिहालों की किलकारियों का जश्न अणुव्रत बालोदय शिविर का आयोजन किया जाता है। इसी कड़ी में 3 से 5 अक्टूबर तक आयोजित शिविर में तुलसी अमृत विद्यापीठ आमेट और मातेश्वरी विद्यालय राजसमन्द के 61 बच्चे अपने शिक्षक-शिक्षिकाओं के साथ शामिल हुए।

बाल मनोविज्ञान एवं भावात्मक शिक्षा के मानकों पर आधारित इस शिविर में बच्चों ने सीखने के अनौपचारिक माहौल में क्रियाओं पर आधारित गतिविधियों में बढ़-चढ़कर हिस्सा लिया। बालोदय कक्षों के अवलोकन द्वारा विविध विषयों पर आयोजित प्रदर्शनों से बच्चों को लाभान्वित किया गया। स्व-अध्ययन हेतु पुस्तकालय का उपयोग, बालोपयोगी फिल्म प्रदर्शन, नेचर वाच, भ्रमण सहित प्रतिदिन योग पर प्रातःकालीन सत्रों का आयोजन किया गया। शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य की अभिवृद्धि हेतु रात्रिकालीन सत्रों में विशेषज्ञ चिकित्सक द्वारा उचित प्रबोधन दिया गया।

बच्चों को भोजन के दौरान मौन धारण करने और संयमित भोजन के टिप्स दिये गये। अणुव्रत अमृत महोत्सव के राष्ट्रीय संयोजक संचय जैन के अलावा डॉ. सीमा कावड़िया, प्रकाश तातेड़, डॉ. राकेश तैलंग, प्रतिभा जैन, विमल जैन, जगदीश बैरवा, मोनिका राठौड़, मोनिका बापना, देवेन्द्र आचार्य सहित दोनों विद्यालयों से उपस्थित हुए शिक्षकों मुकेश मेवाड़ा, शकुन्तला पालीवाल, पूनम पुरोहित, कृष्णा पालीवाल ने समस्त एक्टिविटीज को उद्देश्यपरक बनाने में सहयोग किया। शिविर के दौरान बच्चों ने प्रतिदिन डायरी लेखन किया और समूह में अपने अनुभवों को भी साझा किया। उनका कहना था कि शिविर से बहुत कुछ सीखने को मिला। यहाँ का प्राकृतिक वातावरण अच्छा लगा। सभी एक्टिविटीज ज्ञानवर्धक रहीं। खेल-खेल में ही कितना कुछ सीख गये बच्चों ने दुबारा शिविर में सहभागिता की इच्छा जतायी। शिविर के समापन पर बच्चों को प्रमाण पत्र दिये गये।

बाल संसद में नशे के खिलाफ चली बहस

बालोदय शिविर का प्रमुख आकर्षण है बाल संसद। तीन दिन तक बाल संसद के विभिन्न सत्रों में बच्चे स्वयं चर्चा के विषय, वक्ताओं की सूची और अध्यक्ष का चयन लोकतांत्रिक तरीके से करते हैं। इस बार शिविर में चर्चा का विषय था - "नशे की समस्या और समाधान के उपाय।" चर्चा में विभिन्न क्षेत्रों का प्रतिनिधित्व करते हुए 15 बाल सांसदों ने हिस्सा लिया। जहाँ नशे से होने वाले नुकसान के प्रति सभी बाल सांसद चिंतित थे, वहीं नशे के उत्पादन को पूरी तरह रोकने से होने वाले वाली बेरोजगारी व आर्थिक नुकसान के पक्ष में भी कुछ सांसदों ने विचार रखे। अन्ततः एक प्रस्ताव सर्वसम्मति से पारित किया -

- नशा करने के कारणों - डिप्रेशन, शोषण, प्रताड़ना, तनाव आदि कम करने के लिए सरकार विशेष कदम उठाये और मेडिटेशन, अल्टरनेट थेरेपी, जागरुकता आदि को बढ़ावा दिया जाये।
- सबसे अधिक खतरनाक नशीले पदार्थों के उत्पादन पर तुरन्त पूरी तरह रोक लगायी जाये और धीरे-धीरे नशे का उत्पादन पूरी तरह बंद किया जाये।
- नशीले पदार्थों का उत्पादन करने वाली फैक्ट्रियों में काम करने वाले कर्मचारियों के लिए सरकार रोजगार की व्यवस्था करे।
- गैरकानूनी तरीके से नशीले पदार्थ बनाने वालों पर सख्त से सख्त कार्रवाई की जाये।
- नशामुक्ति के शिविर लगाने तथा नशे की गिरफ्त में फँसे लोगों के इलाज की व्यवस्था हर शहर व गाँव में उपलब्ध की जाये और शोध करके दवाइयाँ तैयार की जाएं।

अणुव्रत समितियों के लिये दिशा-निर्देश

एक विश्व
एक स्वर
मानव धर्म मुखर

18 जनवरी 2024

एक दिन देश-दुनिया में लाखों लोगों द्वारा "अणुव्रत गीत" का समूह संगान

केन्द्रीय समन्वय केन्द्र
व संयोजकीय सम्पर्क सूत्र

अणुव्रत समिति, ग्रेटर सूरत

■ 97372 80171 ■ 93746 13000
■ 98254 04433 ■ 93747 26946

अणुव्रत गीत महासंगान

- समितियों व मंचों द्वारा स्थानीय संयोजक का मनोनयन
- स्कूलों, कॉलेजों, सामाजिक संस्थाओं, औद्योगिक संस्थानों, समाज की सहयोगी संस्थाओं से सम्पर्क कर आयोजन में अधिक से अधिक सहभागिता सुनिश्चित करना
- अधिक से अधिक आयोजन स्थलों का निर्धारण कर उनके लिए प्रभारी का मनोनयन करना
- अणुव्रत समितियों व मंचों द्वारा उनके आसपास के गाँवों, शहरों में आयोजन की संभावना तलाशना व उनकी सूची अणुविभा को प्रेषित कर संयोजक के मनोनयन में सहयोग करना
- गूगल फॉर्म के माध्यम से आयोजन स्थलवार संभावित संख्या की जानकारी देते हुए प्री-रजिस्ट्रेशन
- आवश्यकता अनुरूप केन्द्रीय कार्यालय से प्रचार सामग्री मंगवाना
- स्थानीय स्तर पर यथासम्भव चारित्रात्माओं के सान्निध्य व प्रतिष्ठित गणमान्यजनों की उपस्थिति में 'अणुव्रत गीत महासंगान' कार्यक्रम की सार्वजनिक घोषणा करना
- आयोजन स्थलों पर मेजबान संस्था के पदाधिकारियों के साथ बैठक कर 18 जनवरी 2024 के कार्यक्रम की रूपरेखा को अन्तिम रूप देना
- प्रत्येक आयोजन स्थल पर संभावित संभागियों के साथ रिहर्सल आयोजित करना
- रिहर्सल कार्यक्रम में अणुव्रत गीत की व्याख्या कर जागरुकता पैदा करना
- अणुव्रत यात्रा के त्रिसूत्रीय संकल्पों से परिचित कराना ताकि 18 जनवरी 2024 के कार्यक्रम में सभी संभागी सामूहिक रूप से ये संकल्प स्वीकार करें
- प्रत्येक संभागी को अणुव्रत गीत की प्रति (प्रिंटेड अथवा डिजिटल) उपलब्ध कराना
- प्रिंट व इलेक्ट्रॉनिक मीडिया को समाचार प्रेषित करना
- यथासमय कार्यकर्ताओं की जिम्मेदारियां तय करना और टीम से साथ नियमित बैठकें आयोजित कर 18 जनवरी 2024 के मुख्य कार्यक्रम की व्यवस्थाओं को अन्तिम रूप देना
- पहले दिन आयोजन स्थल पर व्यक्तिशः जाकर व्यवस्थाओं को सुनिश्चित करना
- एक-दो दिन पूर्व प्रिंट व इलेक्ट्रॉनिक मीडिया को समाचार प्रेषित करना व कार्यक्रम में संपादकों व संवाददाताओं को आमंत्रित करना
- कार्यक्रम में क्षेत्र के गणमान्य व्यक्तियों को आमंत्रित करना
- प्रत्येक आयोजन स्थल पर कार्यकर्ता की उपस्थिति सुनिश्चित कर निर्धारित प्रारूप में कार्यक्रम की आयोजना करना
- महासंगान में संभागी बच्चे व बड़े निर्धारित फॉर्म में संकल्प स्वीकार करें, यह व्यवस्था करना
- केन्द्रीय स्तर पर निर्धारित गाइडलाइन के अनुरूप महासंगान कार्यक्रम की फोटोग्राफी व वीडियोग्राफी कराना
- निर्धारित प्रारूप में कार्यक्रम आयोजन की सूचना व डाटा अणुविभा टीम को कार्यक्रम के 2 घण्टे के अन्दर उपलब्ध कराना
- प्रिंट व इलेक्ट्रॉनिक मीडिया को फोटो सहित समाचार प्रेषित करना
- फोटो सहित समाचार की एक प्रति अणुविभा टीम को प्रेषित करना

नशामुक्ति के संकल्प करवाये

अहमदाबाद। अणुव्रत समिति और लायंस क्लब अहमदाबाद वाइब्रेंट के संयुक्त तत्त्वावधान में 26 सितंबर को तेरापंथ भवन शाहीबाग में नशामुक्ति कार्यक्रम का आयोजन किया गया। इस

अवसर पर मुनिश्री कुलदीपकुमार ने बच्चों को नशामुक्त होने की प्रेरणा दी और भोजन करते समय टीवी व मोबाइल नहीं देखने का संकल्प करवाया।

मुनिश्री मुकुलकुमार ने कहा कि नशा जीवन का विनाश है। उन्होंने उपस्थित सदन और बच्चों को नशामुक्त रहने के संकल्प करवाये। मेयर प्रतिभा जैन ने नशामुक्ति अभियान में सहयोग का भरोसा दिलाया। लायंस डिस्ट्रिक्ट गवर्नर सुनील गुगलिया ने कहा कि आज पूरे गुजरात में एक लाख बच्चों को व्यसनमुक्त किया जाएगा। मुख्य वक्ता राकेश नौलखा ने नशा से होने वाले नुकसान के बारे में बताया। परामर्शक जवेरीलाल संकलेचा ने भी विचार रखें।

लायंस क्लब द्वारा प्रोजेक्टर के माध्यम से नशामुक्ति पर आधारित आकर्षक प्रस्तुति दी गयी। अणुव्रत समिति अध्यक्ष प्रकाश धींग और लायंस क्लब के अध्यक्ष आशीष मांडोत ने मेयर प्रतिभा जैन का अणुव्रत दुपट्टा और साहित्य से सम्मान किया। कार्यक्रम में सभी सभा-संस्थाओं के पदाधिकारियों के साथ ही 650 स्कूली बच्चों और बड़ी संख्या में श्रावकों की उपस्थिति रही। कार्यक्रम का संचालन अणुव्रत समिति मंत्री डिम्पल श्रीमाल एवं लायंस क्लब के कमल दक ने किया। आभार ज्ञापन लायंस क्लब की मंत्री भूमिका दवे ने किया।

अणुव्रत लेखक एवं प्रबुद्धजन सम्मेलन का आयोजन

गंगाशहर। अणुव्रत लेखक मंच के तत्त्वावधान में अणुव्रत समिति द्वारा 25 सितम्बर को अणुव्रत लेखक एवं प्रबुद्धजन सम्मेलन का आयोजन नैतिकता के शक्तिपीठ के पावन प्रांगण में किया गया। 'अणुव्रत के आलोक में व्यक्ति निर्माण से राष्ट्र और विश्व निर्माण तक' विषय पर आयोजित सम्मेलन में कवियों, साहित्यकारों, पत्रकारों, रंगकर्मी, प्रोफेसर, शिक्षक और गणमान्य व्यक्तियों ने शिरकत की।

अध्यक्षता करते हुए अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने कहा कि विश्व कल्याण के लिए अणुव्रत जीवनशैली को व्यक्ति-व्यक्ति के माध्यम से वैश्विक स्तर पर पहुँचाएं, यही हर अणुव्रत कार्यकर्ता का संकल्प हो। अमृत महोत्सव के राष्ट्रीय संयोजक संचय जैन ने कहा कि वाणी से अधिक मौन का भी महत्व है। उन्होंने इन भावों पर एक मार्मिक कविता सुनायी। मुख्य न्यासी तेजकरण सुराणा ने कहा कि वैचारिक रूप से दूषित हो रहा वर्तमान समय वैश्विक चिंतन का विषय है और इसका समाधान का सूत्र अणुव्रत के संकल्पों में है।

मुख्य वक्ता डॉ. धनपत सिंह जैन ने आचार्य तुलसी का स्मरण करते हुए कहा कि अणुव्रत के छोटे-छोटे सूत्र विश्व में बड़ा सकारात्मक परिवर्तन ला सकते हैं। शिक्षकों को अणुव्रत के माध्यम से बालकों के व्यक्तित्व का निर्माण करने की जिम्मेदारी लेनी चाहिए।

दूसरे मुख्य वक्ता डॉ. चक्रवर्ती नारायण श्रीमाली ने कहा कि संस्कारों का ह्रास ही वर्तमान समय की मूल समस्या है और इस स्थिति को बदलने हेतु अणुव्रत का दर्शन अपनाने की जरूरत है। यही व्यक्ति के जीवन को प्रामाणिकता और विवेक का आधार देगा। साहित्यकार जुगल किशोर पुरोहित ने अणुव्रत पर गीतिका प्रस्तुत की। समिति की ओर से मुख्य वक्ताओं के साथ ही अणुविभा के अणुव्रत संरक्षक बसंत नौलखा का मोमेंटो भेंट कर और पटका पहनाकर अभिनंदन किया गया। अणुविभा के मुख्य न्यासी तेजकरण सुराणा और साहित्यकार जुगल किशोर का भी पटका पहनाकर सम्मान किया गया।

इस अवसर पर अणुविभा के महामंत्री भीखम सुराणा, युवक रत्न राजेंद्र सेठिया, सहमंत्री उमेन्द्र गोयल, प्रचार प्रसार मंत्री धर्मेंद्र डाकलिया, डॉ. नीलम जैन, अणुव्रत लेखक मंच के राष्ट्रीय संयोजक डॉ. वीरेंद्र भाटी मंगल, शांति प्रतिष्ठान के अध्यक्ष हंसराज डागा, पूर्व महापौर नारायण चोपड़ा, जतन दुग्गड, माणक चंद सामसुखा, व्यापार उद्योग मंडल के पूर्व सचिव कन्हैया लाल बोथरा आदि मौजूद थे। आभार ज्ञापन समिति अध्यक्ष भंवर लाल सेठिया ने किया। कार्यक्रम संचालन मंत्री मनीष बाफना ने किया।

अग्रसेन जयंती उत्सव में अणुव्रत की गूँज

फरीदाबाद। वैश्य समाज ग्रेटर फरीदाबाद द्वारा 15 अक्टूबर को आयोजित महाराजा श्री अग्रसेन जयंती उत्सव में अणुव्रत की गूँज सुनायी दी। इस अवसर पर बैनर्स, पोस्टर्स, स्टैंडी और अणुव्रत लोगो वाली वेशभूषाधारी अणुव्रत कार्यकर्ताओं ने लोगों को अणुव्रत के दर्शन से परिचित कराया। इस आयोजन के जरिए लोगों को जूठा नहीं छोड़ने और पर्यावरण का ध्यान रखने का संदेश दिया गया। विधायक नरेंद्र गुप्ता, अखिल भारतीय अग्रवाल

सम्मेलन के राष्ट्रीय अध्यक्ष गोपाल शरण गर्ग समेत अन्य गणमान्य लोगों ने अणुव्रत समिति फरीदाबाद की इस पहल की सराहना की

और अणुव्रत संकल्प पत्र भी भरे। वैश्य समाज ग्रेटर फरीदाबाद के प्रधान राकेश गर्ग ने मोमेंटो देकर अणुव्रत समिति के अध्यक्ष लाजपत राय जैन एवं सदस्यों का सम्मान किया।

संयुक्त अरब अमीरात में अणुव्रत की गूँज

डॉ. समणी ज्योति प्रज्ञा व डॉ. समणी मानसप्रज्ञा की 24 दिवसीय विदेश यात्रा अणुव्रत के प्रचार-प्रचार की दृष्टि से अत्यधिक प्रभावी रही। समणी श्री की संयुक्त अरब अमीरात की

यात्रा के दौरान पर्युषण महापर्व का पाँचवां दिन अबूधाबी में अणुव्रत दिवस के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर डॉ. समणी ज्योतिप्रज्ञा ने कहा कि अणुव्रत नैतिकता व चरित्र निर्माण का आंदोलन है। उन्होंने अणुव्रत आचार संहिता के 11 नियमों को पावर प्वाइंट प्रेजेंटेशन के माध्यम से बड़े सरल ढंग से समझाया। इसके परिणामस्वरूप कार्यक्रम में उपस्थित 35 भाई-बहनों ने अणुव्रती बनने की शृंखला में अपना नाम जोड़ दिया। इस अवसर पर रश्मि जैन ने सुमधुर गीत की प्रस्तुति दी।

वहीं, अजमान में आयोजित कार्यक्रम में डॉ. समणी ज्योति प्रज्ञा ने कहा कि अणुव्रत जाति, वर्ण, भाषा व सम्प्रदाय की सीमा से परे है। यह सद्गति का मार्ग प्रशस्त करता है। आत्मा का कल्याण करता है। मानव-मानव को भाईचारे का पाठ पढ़ाता है। नशामुक्ति व पर्यावरण शुद्धि पर विशेष बल देता है। कार्यक्रम में 13 लोग अणुव्रती बने।

मदरसा के विद्यार्थियों ने लिया
ईमान पर चलने का संकल्प

जयपुर। विद्याधर नगर सेक्टर 8 स्थित मुस्लिम स्कूल मदरसा फैज-ए-आम में विद्यार्थी चरित्र निर्माण अणुव्रत अभियान के तहत 14 अक्टूबर को कार्यक्रम आयोजित किया गया। इस अवसर पर मुनिश्री तत्त्वरुचि 'तरुण' ने मदरसा के विद्यार्थियों को ईमान के रास्ते पर चलने और नशामुक्त रहने के संकल्प करवाये। उन्होंने विद्यार्थियों के लिए जीवन विज्ञान की उपयोगिता पर प्रकाश डालने के साथ ही व्यक्तित्व विकास हेतु प्रेक्षाध्यान के प्रयोग भी करवाये। मुनिश्री को सुनने के बाद मदरसा समिति ने पुनः इस प्रकार के कार्यक्रम आयोजित करने का अनुरोध किया। इस मौके पर सदर-मोहम्मद हुसैन, सचिव मो. इख्तियार खान, कैशियर इमामुद्दीन मोहम्मद इस्माईल, मौलवी अजहर अली, महेन्द्र सुरवाणी सहित बड़ी संख्या में शिक्षक और विद्यार्थी उपस्थित थे। सभा मंत्री सुरेन्द्र कुमार सेखाणी ने आभार ज्ञापन किया।

अणुव्रत नैतिकता का आंदोलन

लाडनूं। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी और अणुव्रत समिति लाडनूं के संयुक्त तत्त्वावधान में 10 अक्टूबर को मौलाना आजाद उच्च माध्यमिक विद्यालय लाडनूं में अणुव्रत व्याख्यान का आयोजन हुआ। इस अवसर पर मुख्य वक्ता अणुव्रत व्याख्यानमाला के राष्ट्रीय संयोजक प्रोफेसर आनंद प्रकाश त्रिपाठी ने कहा कि अणुव्रत संयम पर बल देता है और यह संयम व्यक्तित्व विकास के लिए अत्यंत उपयोगी है। अणुव्रत से ही स्वस्थ समाज की संरचना संभव है। वैयक्तिक स्वास्थ्य, सामाजिक स्वास्थ्य, राजनीतिक स्वास्थ्य, आर्थिक स्वास्थ्य एवं धार्मिक स्वास्थ्य का आधार अणुव्रत ही है। अणुव्रत की आचार संहिता के एक-एक सूत्र व्यक्तित्व निर्माण की दिशा तय करते हैं। सही मायने में अणुव्रत नैतिकता का आंदोलन है।

इससे पहले अणुव्रत समिति के संरक्षक शांतिलाल बैद ने स्वागत वक्तव्य में कहा कि आजादी के तुरंत बाद अणुव्रत आंदोलन का सूत्रपात व्यक्ति के चरित्र विकास के लिए हुआ था। इसलिए अणुव्रत को चरित्र निर्माण का कारखाना कहना अधिक उपयुक्त होगा। समिति की ओर से विद्यालय के निदेशक बहादुर खान, अंग्रेजी वर्ग के निदेशक इमरान मोयल, शिक्षक आशीष एवं मेहनाज बानो के साथ ही दसवीं में सर्वोच्च अंक प्राप्त करने वाली छात्रा आबिदा बानो को सम्मानित किया गया। समिति के मंत्री अब्दुल हमीद ने आभार व्यक्त किया।

Services offered

Domestic Courier Cargo
Full Truck Movement
PTL
Intentional

AGC International

Celebrating 33 YEARS 1989-2022

AGC

Akash Ganga®

Integrity at work

ISO 9001:2008 Certified Company

AKASH GANGA COURIER LIMITED

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

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

74वां अणुव्रत अधिवेशन

75
1949 - 2024
अणुव्रत आंदोलन

पावन सान्निध्य

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण

नये क्षितिज की ओर...
उज्ज्वल भविष्य का साझा संकल्प

18, 19 व 20 नवम्बर, 2023
नंदनवन-मुंबई

अणुविभा
अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

ANUVRAT
RNI No. 7013/57
November, 2023

Delhi Postal Regd. No. DL(C)-01/1261/2021-23
Licence No. U(C)-215/2021-23
Licenced to post without pre-payment
Date of Publication 25/10/2023
Posted at Delhi PSO Delhi-6 on 28-29 of the Previous Month

अणुविभा

अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी
के 110 वें जन्म दिवस

अणुव्रत दिवस

पर

संयम श्रद्धांजलि

'अणुव्रत अमृत महोत्सव' के ऐतिहासिक वर्ष में **15 नवम्बर 2023 भैया दूज बुधवार** को **अणुव्रत दिवस** के दिन हज़ारों लोग उपवास रख कर महान संत को संयम श्रद्धांजलि अर्पित करेंगे।

आइए, "संयम ही जीवन है" के उद्घोष के साथ आप भी जुड़िए
इस आत्मकल्याण के अभियान से

सम्पर्क सूत्र : 9116634512

श्रद्धाप्रणत :
अणुविभा परिवार

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