अहिंसक-नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

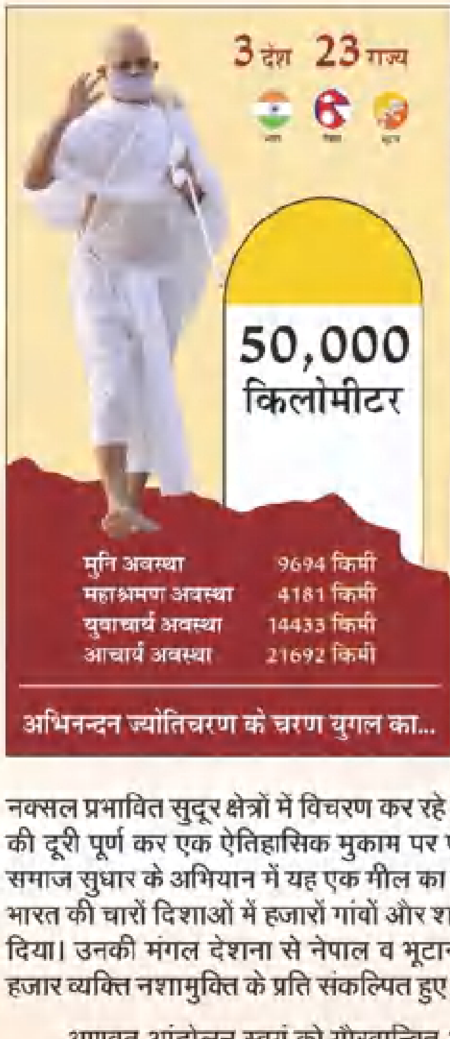
अणुव्रत

वर्ष 66
अंक 05
कुल पृष्ठ 60
फरवरी, 2021
मूल्य ₹ 50

अणुव्रत अनुशास्ता की सुदीर्घ पदयात्रा

कदम दर कदम

50 हजार किलोमीटर का सफर



जैन संत साज्जीवन पाद विहार करते हैं। यह उनके महाव्रतों का ही एक हिस्सा होता है। लेकिन, जब कोई संत अपने इस महाव्रत को मानव मात्र के कल्याण की दिशा में मोड़ देता है तो वह संत या आचार्य से ऊपर उठकर महामानव की भूमिका में आ जाता है।

अणुव्रत आंदोलन के अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण एक ऐसे ही महामानव हैं जिन्होंने अहिंसा–यात्रा के रूप में अपनी पदयात्रा को आमजन के कल्याण की मुहिम में तब्दील कर दिया। अहिंसा–यात्रा के तीन मुख्य उद्देश्य हैं – नैतिकता, सद्भाव और नशामुक्ति। आचार्यश्री का मानना है कि प्रत्येक व्यक्ति अणुव्रत के इन तीन संकल्पों से अपने आपको भावित कर ले तो इससे हर व्यक्ति का जीवन तो सुखी बनेगा ही, आदर्श समाज की रचना का मार्ग भी प्रशस्त होगा।

हाल ही में जब आचार्यश्री छत्तीसगढ़ के नक्सल प्रभावित सुदूर क्षेत्रों में विचरण कर रहे थे तो उनकी पदयात्रा 50 हजार किलोमीटर की दूरी पूर्ण कर एक ऐतिहासिक मुकाम पर पहुंच गई। यह एक असाधारण उपलब्धि है। समाज सुधार के अभियान में यह एक मील का पत्थर है। इस पदयात्रा के दौरान आचार्यश्री भारत की चारों दिशाओं में हजारों गांवों और शहरों में पहुंचे और शांति व अहिंसा का संदेश दिया। उनकी मंगल देशना से नेपाल व भूटान के भी अनेक क्षेत्र लाभान्वित हुए। हजारों हजार व्यक्ति नशामुक्ति के प्रति संकल्पित हुए।

अणुव्रत आंदोलन स्वयं को गौरवान्वित अनुभव करता है और मंगलकामना करता है कि अणुव्रत अनुशास्ता का मंगल आशीर्वाद और मार्गदर्शन इस आंदोलन को युगों–युगों तक मिलता रहे। कृतज्ञोस्मि!

वर्ष 66 ● अंक 05 ● कुल पृष्ठ 60 ● फरवरी, 2021

:: सम्पादक ::

संचय जैन

:: सह-सम्पादक ::

मोहन मंगलम

:: कार्यालय ::

अणुव्रत विश्व भारती

अणुव्रत भवन, 210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग, नई दिल्ली-110002

दूरभाष : 011-23233345, मो : 9116634512

anuvrat_patrika@anuvibha.org

www.anuvibha.org

:: शुल्क ::

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

लेखकों, साहित्यकारों, रचनाकारों तथा समाचार प्रेषकों द्वारा
'अणुव्रत' में प्रकाशनार्थ संप्रेषण हेतु ध्यातव्य बिंदु –

- 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 गई प्रकाशन सामग्री की Open Word File को प्राथमिकता दी जायेगी।
- फोटो की गुणवत्ता कम होने पर उसे प्रकाशित करने में असमर्थता रहेगी। इस हेतु समाचार के साथ प्रेषित फोटो की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान दें। वाट्सअप पर फोटो न भेजें।
- अनिमंत्रित सामग्री को लौटाने हेतु बाध्यता नहीं रहेगी।
- प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों का निजी चिंतन है।

:: अनुक्रमणिका ::

शीर्षक	पृष्ठ सं.
सुखवाद और नैतिकता आचार्य तुलसी	06
नैतिकता का आधार आचार्य महाप्रज्ञ	08
अणुव्रत है जीवन का संबल (कविता) डॉ. नरेन्द्र शर्मा 'कुसुम'	10
ये चरण नहीं रुक पाएंगे साध्वी प्रमुखा कनकश्री	11
सत्यग्राही हो सत्याग्रही विनोबा भावे	12
सर्वोदय और अणुव्रत... सिद्धार्थ शर्मा	14
परिवार के साथ रहें डॉ. महेन्द्र कर्णावट	16
रेत का सफर... (कविता) वीणा जैन	17
पराधीन सपनेहुँ सुख... कीर्ति श्रीवास्तव	18
तभी हमारी होगी जीत (कविता) डॉ. सत्यनारायण	19
सांसारिक सुख से परे अखिलेश आर्येन्दु	20
सागर में गहरी बातें सीमा जैन	22
मानसिक शांति बढ़ाती... डॉ. ऋषि मोहन श्रीवास्तव	23
कभी दूसरों के नजरिये... शिखरचंद जैन	24
कोरोना महामारी के सच पदमचंद पटावरी	26
जीवन रक्षा डॉ. शुद्धात्मप्रकाश जैन	29
हमारे होनहार बच्चे रजनीकांत शुक्ल	30
आत्म-दर्शन आचार्य विद्यासागर	31
प्रस्थान जसविंदर शर्मा	32
यह जीवन है अनमोल (कविता) गिरिश पंकज	33

:: विविधा ::

सम्पादकीय	05
अणुव्रत संवेदन	34
गति-प्रगति	35
Q10 प्रतियोगिता	58

अणुविभा

सम्पादकीय...

समय की मांग है अहिंसक ताकतों की एकजुटता

व्यक्ति और समाज से जुड़े हर क्षेत्र को छूते हुए अणुव्रत एक समाधानपरक दृष्टिकोण रखता है। अणुव्रत किसी एक समुदाय या संप्रदाय, जाति या धर्म, गरीब या अमीर की बात नहीं करता वरन् मानवीय दृष्टिकोण को सामने रख कर समाधान का वो मार्ग सुझाता है जो सभी के लिए समान रूप से व्यवहार्य है। अणुव्रत दर्शन की यही विशेषता इसे सर्वस्वीकार्यता प्रदान करती है।

व्यक्तिगत और सामाजिक जीवन में हम अनेक समस्याओं से दो–चार होते हैं। समस्याओं का प्रकार और आकार भिन्न हो सकता है किन्तु दुनिया में शायद ही ऐसा व्यक्ति या समाज हो जिसने कभी किसी समस्या का सामना न किया हो। सामान्य समस्याएं जीवन शक्ति का काम करती हैं, हमें आगे बढ़ने को प्रेरित करती हैं। लेकिन, कुछ समस्याएं असामान्य होती हैं जो जीने का अर्थ ही बदल देती हैं।

ऐसी ही एक गम्भीर समस्या है नक्सलवाद की समस्या जिससे भारत का एक बड़ा भूभाग कई दशकों से प्रभावित रहा है। इस समस्या के चलते न जाने कितनी बार भारतभूमि लहूलुहान हुई है। छत्तीसगढ़ का सुदूर ग्रामीण क्षेत्र सुकमा नक्सलवाद के लिए दुनियाभर में जाना जाता है। हाल ही में अपनी अहिंसा यात्रा के क्रम में पदयात्रा करते हुए अणुव्रत अनुशास्ता सुकमा पहुंचे तो उन्हें देखने, जानने और मिलने को उत्सुक, विस्मित ग्रामवासी सड़कों पर एकत्र हो गए।

अणुव्रत अनुशास्ता ने यहां ग्रामीणों के साथ–साथ सरकार को भी सम्बोधित किया और सभी से नक्सलवाद के कारणों को दूर करने और हिंसा का मार्ग छोड़ने की अपील की। आचार्यश्री का यह कथन अत्यन्त महत्त्वपूर्ण है कि **''कोई भी व्यक्ति हिंसा के रास्ते पर नहीं चलना चाहता''**। यह सूत्र वाक्य नक्सलवाद के समाधान का मूल मंत्र बन सकता है बशर्ते कि निःस्वार्थ और ईमानदार कोशिश हो।

अनुशास्ता ने यह भी कहा कि यदि सरकार चाहेगी तो वे नक्सलवादी लोगों से भी चर्चा करने के लिए तैयार हैं। आचार्यश्री की यह पहल अणुव्रत और अहिंसा की ताकत को पुष्ट करती है। गांधी, विनोबा और तुलसी ने अहिंसा की इसी रचनात्मक ताकत से दुनिया को परिचित कराया था और आज आचार्य महाश्रमण अपनी अहिंसा यात्रा के माध्यम से एक बार फिर दुनिया को अहिंसा के मार्ग पर चलने के लिए अभिप्रेरित कर रहे हैं।

दुनिया आज हिंसा, असहिष्णुता, असमानता और असंयम के गंभीर दौर से गुजर रही है। अहिंसक ताकतों के समक्ष आज एक बड़ी चुनौती है कि वे बिना निराश हुए समर्पित, संगठित और सुनियोजित तरीके से अपने प्रयासों को आगे बढ़ाते रहें। अणुव्रत अनुशास्ता के आध्यात्मिक मार्गदर्शन में अणुव्रत आंदोलन देश–दुनिया की अहिंसक ताकतों के साथ मिल कर इस दिशा में आगे बढ़ने के प्रति कृत संकल्पित है।

– संचय जैन
sanchay_avb@yahoo.com

सुखवाद और नैतिकता

आचार्य तुलसी

आचार या नैतिकता का आधार क्या है? इस प्रश्न पर आज तक विभिन्न प्रकार के विचार प्रस्तुत होते रहे हैं। सुखवाद की धारणा हजारों वर्ष प्राचीन है। कुछ दार्शनिकों ने चार्वाक दर्शन को भी भारतीय दर्शनों में मान्यता दी है। जो दर्शन आत्मा, कर्म, ईश्वर, पुनर्जन्म, पूर्वजन्म आदि आत्मवादी मान्यताओं को अपनी अस्वीकृति देता रहा और वर्तमान जीवन की सुख–सुविधाओं को ही मनुष्य जीवन का चरम लक्ष्य मानता रहा, उसके परिवेश में सुखवाद का पल्लवन हुआ। 'यावज्जीवेत् सुखं जीवेत् ऋणं कृत्वां घृतं पिबेत्'– जब तक जीना है सुख से जीओ और ऋण लेकर भी घी पीओ। इस दृष्टिकोण को पाश्चात्य दर्शनों ने भी स्वीकार कर लिया और वे अपने ढंग से सुखवाद का प्रतिपादन करने लगे।

जो कर्म या विचार व्यक्ति को सुख न दे सके, जिसके द्वारा मनुष्य को कष्ट या दुःख की अनुभूति हो, वह नैतिक कैसे हो सकता है? यह वितर्क स्वाभाविक जैसा है। भारतीय आचार का उद्देश्य है मोक्ष। मोक्ष का लक्ष्य है–सब दुःखों से मुक्ति। दुःख–मुक्ति के लिए प्रयत्नशील व्यक्ति अपने पुरुषार्थ का परिपाक दुःख रूप में पाता रहे, यह उसे अभीष्ट कैसे हो सकता है? जो अभीष्ट नहीं है, वह सुखद नहीं है। यदि वह सुखद होता तो उसके प्रति मनुष्य की सहज अभीप्सा रहती। जो कर्म सुखद नहीं है, काम्य नहीं है, वह धर्म या नैतिक कैसे हो सकता है? यह एक विचार है।

दूसरी विचारधारा के अनुसार यदि हम सुख या तृप्ति को नैतिकता का आधार मान लेंगे तो अकर्तव्य जैसा रहेगा ही नहीं। क्योंकि सुखानुभूति के साथ नैतिकता का अविनाभावी संबंध नहीं है। एक कर्म किसी व्यक्ति को सुखद होता है और वही दूसरे के लिए दुःखद बन जाता है। जिस प्रवृत्ति से आज सुख की अनुभूति होती है, वही कालांतर में दुःखानुभूति में निमित्त बन सकती है। किसी देश में कोई कार्य आह्लादकारक होता है, वही दूसरे देश में पीड़ा का सर्जक बन सकता है। इसलिए सुखानुभूति के साथ सार्वकालिक या सार्वभौमिक कोई अनुबंध नहीं है जो उसे नितांत वांछनीय या नैतिक मूल्य माना जा सके।

प्रामाणिक व्यवहार आत्मबोध का हेतु है पर हो सकता है किसी व्यक्ति को अप्रामाणिक व्यवहार से सुख मिले। रिश्वत लेना, किसी को धोखा देना, चोरी करना आदि कर्म नैतिक नहीं हैं, किंतु जो व्यक्ति ऐसा करते हैं, उन्हें ऐसा करने में ही तृप्ति का अनुभव होता है। एक चोर चोरी करने के लिए घर से निकलता है और वह किसी कारण से चोरी नहीं कर पाता है तो उसकी बेचैनी बढ़ जाती है। उसके लिए वह रात व्यतीत होनी कठिन हो जाती है।

जिस प्रकार अपने इष्ट का ध्यान या जप करने वाला व्यक्ति जब तक वह कर्म पूरा नहीं कर लेता है सुख से सो नहीं सकता, इसी प्रकार एक दुर्व्यसनी व्यक्ति जब तक अपने व्यसनों को पोषण नहीं देता है, शांति से नहीं बैठ सकता। चोर के लिए चोरी सुख का साधन है। शराबी व्यक्ति का सुख शराब में निहित है। जुआरी का सुखद संसार जुआ है। इस प्रकार जो व्यक्ति जिस प्रवृत्ति से पराधीन हो जाता है, उसे उसी में सुखानुभूति होती है।

उक्त संदर्भों में यदि हम तृप्ति या सुख को नैतिकता का आधार मानेंगे तो फिर नैतिकता को परिभाषित करना जरूरी नहीं है। क्योंकि जिसके लिए जो सुखद होगा उसके लिए वही कर्म नैतिक बन जायेगा। ऐसी नैतिकता किसी भी विचारशील व्यक्ति को मान्य नहीं हो सकती जो हिंसा, चोरी जैसे अनैतिक कर्मों को प्रोत्साहन देती है।

यदि सुखवाद को ही नैतिकता का आधार मानना हो तो उसे इन शब्दों में कहा जा सकता है कि वीतराग की तृप्ति या सुख नैतिकता है। वीतराग और द्वेष की शृंखला को सदा–सदा के लिए तोड़कर अनैतिक प्रवृत्ति का द्वार आवृत्त कर लेते हैं। उनकी अनुभूति उनके जीवन में कभी विरोधाभास उपस्थित नहीं करती। इस दृष्टि से सामान्य सुख या तृप्ति का स्थान वीतराग के सुख को दिया जा सकता है।

अपने अभिमत की प्रस्तुति मैं करूं तो नैतिकता का आधार बन सकता है–समता, समतानिष्ठ करुणा और प्रामाणिकता। दूसरे व्यक्ति का अनिष्ट करने की भावना का अभाव, अपने स्वार्थों की पृष्ठभूमि में पनपने वाले क्रूरतामूलक मनोभावों का अभाव और हर व्यक्ति के प्रति समत्वपूर्ण दृष्टिकोण का निर्माण ही नैतिक मूल्यों को पल्लवित करने के लिए ठोस धरातल बन सकता है। नैतिकता पर–सापेक्ष है। इसलिए वह एक व्यवहार है। नैतिक व्यक्ति प्रामाणिक व्यवहार करता है तो उसे तृप्ति और सुख की अनुभूति हो सकती है। अनैतिक या अप्रामाणिक व्यवहार से वह दुःखी होता है। इसलिए निष्कर्ष यह निकलता है कि समता या प्रामाणिकता नैतिकता का आधार है तथा तृप्ति और सुख उसकी परिणति है।

अधिक व्यक्तियों का हित–सम्पादन करने के लिए कम व्यक्तियों के हितों की उपेक्षा का सिद्धांत तर्क विद्या या गणित के क्षेत्र में मान्य हो सकता है किंतु धर्म और नैतिकता की दृष्टि से इन्हें अतिरिक्त महत्त्व नहीं दिया जा सकता। धर्म अन्तरात्मा की वस्तु है, इसलिए वह तर्कातीत और संख्यातीत है। यहां व्यावहारिक तराजू काम नहीं आ सकता। व्यावहारिक तराजू का पलड़ा अधिक संख्या से भारी हो सकता है, पर धर्म का पलड़ा संख्या–बहुलता से नहीं झुकता। धार्मिक दृष्टि से यह प्रश्न संख्यापरक न होकर कर्म की प्रकृतिपरक होना चाहिए। अधिक व्यक्तियों को सुख उपलब्ध कराने की बात मोहक अवश्य है, पर उपलब्धि से साधनों को नजरअंदाज कर निर्णय लेना भ्रामक हो जाता है। संख्यावाद के प्रश्न पर गांधीजी कहा करते थे कि बहुमत की बात नास्तिकता की बात है। राजनीति के क्षेत्र में यह चल सकती है, क्योंकि वहां इसके अतिरिक्त दूसरे मानदण्ड अभी उपलब्ध नहीं हैं। किंतु धर्म के क्षेत्र में इन व्यावहारिक सीमाओं से ऊपर उठकर चिंतन होता है।

बैथम ने अनुसार मनुष्य उसी कर्म की इच्छा करता है, जो सुखद होता है। किंतु गहराई से सोचा जाए तो ज्ञात होता है अनेक दुःखद परिस्थितियां भी आदत बनने के बाद सुखद लगने लगती हैं। इसलिए सुख या तृप्ति को धर्म या नैतिकता के साथ जोड़ने से तथा अनेक व्यक्तियों को सुखोपलब्धि कराने के पीछे व्यक्ति के कर्म की प्रेरणा और उसकी परिणति पर ध्यान देना जरूरी है। मेरे अभिमत से नैतिकता उस कला का नाम है जो हर व्यक्ति को प्रामाणिक जीवन जीने की दिशा दिखलाती है।

अपने अभिमत की प्रस्तुति मैं करूं तो नैतिकता का आधार बन सकता है-समता, समतानिष्ठ करुणा और प्रामाणिकता। दूसरे व्यक्ति का अनिष्ट करने की भावना का अभाव, अपने स्वार्थों की पृष्ठभूमि में पनपने वाले क्रूरतामूलक मनोभावों का अभाव और हर व्यक्ति के प्रति समत्वपूर्ण दृष्टिकोण का निर्माण ही नैतिक मूल्यों को पल्लवित करने के लिए ठोस धरातल बन सकता है। नैतिकता पर-सापेक्ष है। इसलिए वह एक व्यवहार है।

नैतिकता का आधार

आचार्य महाप्रज्ञ

मनुष्य और मानस दोनों भिन्न, साथ ही अभिन्न भी हैं। मनुष्य इसीलिए महिमाशील है कि उसका मानस विकासशील है। उसमें चिंतन है, तर्कणा है, ऊहापोह और गवेषणा है। मन ने जो उपलब्ध किया, उसमें अनुपलब्ध अनंत है, फिर भी उसका रहस्योद्‌घाटन मन ने बड़ी पटुता से किया है। वह केवल पौद्‌गलिक जगत् की शल्य–चिकित्सा में ही कुशल नहीं है, आंतरिक मर्मोद्‌घाटन भी उसने बहुत प्रभावक पद्धति से किए हैं। अध्यात्म उन्हीं में से एक है। नैतिकता उसी का प्रतिबिम्ब है। हमें जो ज्ञात है, वह सत् है। जो सत् है, वह अनादि–अनन्त है। जो है, वह था भी और होगा भी। जो नहीं था, वह होगा भी नहीं और है भी नहीं। इस तर्कदृष्टि से हम किसी भी सत् को शाश्वत मान लेते हैं। पर जो है, वह इसी रूप में था और इसी रूप में होगा, यह आवश्यक नहीं। इस रूप–परिवर्तन की दृष्टि से हम किसी भी सत् को सादि–सान्त मान लेते हैं। निष्कर्ष की भाषा है कि सत् शाश्वत है, रूप अशाश्वत। शाश्वत सत् अभिव्यक्त नहीं होता। शाश्वत और अशाश्वत दोनों अविभक्त होते हैं, तब सत् व्यक्त होता है।

इसी दार्शनिक भित्ति पर हम अध्यात्म और नैतिकता का विमर्श करना चाहते हैं। अध्यात्म सत् है और शाश्वत है, नैतिकता उसका रूप है, अशाश्वत है। अध्यात्म स्वयंभू है, नैतिकता परस्पराश्रित है। कैम्ब्रिज प्लेटोनिट्स का नेता कडवर्थ नैतिकता के अस्तित्व को वस्तुगत मानता था। उसके अभिमत में नैतिक विभक्तियां पदार्थ के आंतरिक गुणों की सूचक हैं। इस मान्यता में कुछ तथ्य भी है और कुछ चिन्त्य भी। चिन्त्य इसलिए कि कुछ नैतिक विभक्तियां मान्यता निर्भर भी होती हैं। अध्यात्म से प्रतिफलित नैतिकता निश्चित ही सहज होती है पर नैतिकता का विचार, जो बौद्धिक होता है, वह असहज भी होता है।

विभाजन का हेतु

निर्णायक बुद्धिवाद के क्षेत्र में निर्णायक ज्ञान प्रमाण होता है। किंतु अन्तर्–जगत् में सम्यक्–ज्ञान प्रमाण होता है। निर्णायक शक्ति ज्ञान में होती है, पर सम्यक्–शक्ति नहीं भी होती। प्रभावित दशा में जितना निर्णय होता है, वह सम्यक् ही नहीं होता। अप्रभावित दशा में जो ज्ञान होता है, वह सम्यक् ही होता है। हमारा अन्तर्–जगत मोहाणुओं से प्रभावित है। इसलिए नैतिकता का मूल स्रोत, यद्यपि वह एक है, विभक्त हो जाता है। एक व्यक्ति का निर्णय दूसरे व्यक्ति के निर्णय से भिन्न हो जाता है। इसी प्रकार विभिन्न देश और काल के निर्णय भी भिन्न होते हैं। इस विभाजन का हेतु नैतिकता का मूल स्रोत नहीं, किंतु निर्णायक बुद्धि का तारतम्य है।

अध्यात्म का दर्शन

अज्ञान, ज्ञान, मोह और निर्मोह – ये चार रेखाएं हैं। ज्ञान का आवरण ही अज्ञान होता है। वह टूटता है, ज्ञान व्यक्त हो जाता है। वीतराग या समभाव का बाधक परमाणु–वलय ही मोह होता है। वह विलीन होता है, चैतन्य में वीतरागता व्यक्त हो जाती है। मनुष्य का चेतन सहज में ज्ञानी है और वीतराग है। जहां ज्ञान भी है और वीतरागता भी है, वहां अनैतिकता होती ही नहीं। मनुष्य में अनैतिकता होती है, इसका अर्थ यह है कि उसका ज्ञान आवृत्त और दृष्टि मूढ़ है। नैतिकता अध्यात्म का सहज प्रतिबिम्ब है और अनैतिकता उसका अस्वाभाविक

रूप है। जो सहज है, वह असहज लग रहा है, शिक्षण सापेक्ष हो रहा है और जो असहज है, वह सहज लग रहा है, यही है सम्यक्–ज्ञान का अभाव।

अध्यात्म एक सचाई है, पर जब तक हमारा शरीर आत्मा से प्रधान है, तब तक व्यवहार प्रमुख होता है और सचाई गौण। इसी परिस्थिति में हमारे सामने नैतिकता का प्रश्न ज्वलंत होता है, मनुष्य में अच्छी और बुरी दोनों प्रकार की प्रवृत्तियों के बीज संचित रहते हैं। वे सामग्री का योग पाए बिना अंकुरित नहीं होते। अध्यात्म–दर्शन यही तो है कि मनुष्य अन्तर्दर्शन करे, तो वह उस तत्त्व को पा सकता है, जिसकी उसे कल्पना तक नहीं है। आनंद और सुख, गुरुत्व और प्रतिष्ठा, तृप्ति और परितोष, जो भी प्राप्य है, वह सब अपने अंतर में है। किंतु सब अंतर में है, यह दृष्टि की स्पष्टता ही सर्वाधिक निगूढ़ है। इसीलिए मनुष्य का विश्वास नैतिकता की अपेक्षा अनैतिकता में अधिक है।

अध्यात्म की आस्था पुष्ट हुए बिना नैतिकता साधार नहीं होती। पौद्गलिक आकर्षण से दूर रहने की वृत्ति अध्यात्म है और पारस्परिक संबंधों में पवित्र रहने की वृत्ति नैतिकता। पौद्गलिक आकर्षण का संयम किए बिना कोई भी व्यक्ति पारस्परिक व्यवहारों को पवित्र नहीं रख सकता। संकोच, भय, लज्जा और कानून–ये सब अनैतिकता के प्रतिषेध हैं और इन सबका प्रतिषेध है–परोक्ष। उसका प्रतिषेध केवल अध्यात्म ही हो सकता है।

अध्यात्म का पहला परिस्पर्श

मैं अध्यात्म को इसलिए जीवन का सर्वोच्च प्रहरी मानता हूं कि वह सब प्रतिषेधों का प्रतिषेध है। उसमें से जो विधि फलित होती है, वही हमारे जीवन का विशुद्ध नैतिक पक्ष होता है। भौगोलिक और जातीय विभक्तियां भी नैतिकता के अंकुरण में निमित्त बनती हैं, पर वे असीम और स्थायी नहीं होतीं। परिस्थिति–जनित सारी फल–परिणतियां स्वयं में निर्मूल हैं। साम्राज्यवाद भी नैतिक आचरण माना जाता था। शक्ति की भांति उसका प्रयोग भी सम्मत था। किंतु परीक्षा करने पर उसकी नैतिकता निर्ममता से नष्ट हो जाती है।

सचाई यह है कि प्रत्येक व्यक्ति अपने–आप में पूर्ण है। पूर्ण अर्थात् स्वतंत्र है। स्वतंत्र और पूर्ण में कोई अर्थ–भेद नहीं है। अपूर्ण होकर कोई स्वतंत्र नहीं हो सकता और स्वतंत्र होकर कोई अपूर्ण नहीं होता। उन व्यक्तियों को पराधीन करने का जो तंत्र है, वह मूल में अनैतिक है। सत्ता और उसे केन्द्र मानकर चलने वाली राज्य–संस्थाएं विशुद्ध अर्थ में नैतिक नहीं हो सकतीं।

अपहारकता में नैतिकता नहीं समाती। सत्ता–केन्द्रित शासन सदा अपहारी होते हैं, इसलिए वे नैतिक नहीं होते। हमने मान लिया कि अकेले में काम नहीं चलता, इसलिए व्यक्ति को समाज से बंधकर चलना होगा। नियंत्रण के बिना बहुत लोग एक साथ नहीं रह सकते, इसलिए राज्य को मानकर चलना होगा। जहां पूर्णता समाप्त हुई, वहां मान्यता का उद्भव हुआ। फिर हमारी सारी व्याख्याएं भी उस पर निर्भर हो गईं।

नैतिकता के शुद्ध रूप में व्यक्ति ही है। वह अध्यात्म है, स्वतंत्र है, इसीलिए उसके चरित्र में कोई विकार नहीं होता। समाज में मान्यतापरक नैतिकता का उदय होता है, इसीलिए वहां अपूर्णता है, पारतन्त्र्य है और चरित्र–विकार है। पहले परिस्पर्श में कोई भी व्यक्ति अकेला नहीं होता–पूर्ण आध्यात्मिक नहीं हो सकता। इसलिए वह अध्यात्म–परिशोधित नैतिकता को स्वीकार करता है। दूसरे में वह व्यक्ति, समाज, जाति, राज्य या राष्ट्र के लिए नहीं, अपितु अपने हित के लिए

सचाई यह है कि प्रत्येक व्यक्ति अपने-आप में पूर्ण है। पूर्ण अर्थात् स्वतंत्र है। स्वतंत्र और पूर्ण में कोई अर्थ-भेद नहीं है। अपूर्ण होकर कोई स्वतंत्र नहीं हो सकता और स्वतंत्र होकर कोई अपूर्ण नहीं होता। उन व्यक्तियों को पराधीन करने का जो तंत्र है, वह मूल में अनैतिक है। सत्ता और उसे केन्द्र मानकर चलने वाली राज्य-संस्थाएं विशुद्ध अर्थ में नैतिक नहीं हो सकतीं।

नैतिक बनता है। नैतिकता जब स्वहित के साथ जुड़ती है, तभी वह प्रत्यक्ष बन पाती है। फिर व्यक्ति के लिए नैतिकता का अर्थ स्वहित और स्वहित का अर्थ नैतिकता हो जाता है। दोनों अभिन्न बन जाते हैं, यही अध्यात्म का पहला परिस्पर्श है।

स्वयं प्रसूत है नैतिकता

नैतिकता जब मुझसे भिन्न वस्तु है, तो वह मुझसे परोक्ष होगी। परोक्ष के प्रति मेरा उतना लगाव नहीं होगा, जितने की उसे अपेक्षा होती है। वह मुझसे अभिन्न होकर ही मेरे स्व में घुल सकती है। सात्म्य हुए बिना कोई औषध भी परिणामजनक नहीं होता। तब नैतिकता की परिणति कैसे होगी? इस भाषा में जब सोचता हूं तो लगता है कि नैतिकता उपदेश्य नहीं है, वह स्वयं–प्रसूत है। अध्यात्म की दृष्टि स्पष्ट होते ही वह व्यक्त हो जाती है। जैन दर्शन का सर्वोपरि आधार आत्मवाद है। इसीलिए उसकी रेखा का पहला बिंदु संयम, चरित्र या नीति है। उसकी भाषा में जो अनात्म है, वह मोह है और जो मोह है, वह अनात्म है। आत्मा की जितनी दूरी, उतना मोह, आत्मा का जितना सामीप्य, उतना निर्मोह। जितना मोह, उतनी अनैतिकता और जितना निर्मोह, उतनी नैतिकता।

अखण्डित है विशुद्ध नैतिकता

उपदेश्य है अध्यात्म। पूर्ण या स्वतंत्र, प्रेरकता इसी में है। जो अकेले में, अंधेरे में और नींद में अन्याय नहीं करता, अर्थात् जिसकी प्रवृत्ति पर दिन और रात, परिषद् और अकेलेपन, नींद और जागरण का प्रत्यक्ष या परोक्ष प्रभाव नहीं होता, वह आध्यात्मिक है। विवशता में जो प्रेरकता है, वह दूसरों के प्रत्यक्ष होती है और स्वयं के परोक्ष। इस स्व–परोक्षता का नाम ही अन्–आध्यात्मिकता है। इसकी परिधि में व्यक्ति पूर्ण नैतिक बन नहीं पाता। इसलिए भगवान् महावीर ने कहा था–'जितना आत्म–रमण है, वह अहिंसा है, और जितना बाह्य–रमण है, वह हिंसा है।' इसी सत्य की इन शब्दों में पुनरावृत्ति की जा सकती है–'जितनी आत्म–प्रत्यक्षता है, वह नैतिकता है और जितनी आत्म–परोक्षता है, वह अनैतिकता है।'

'विशुद्ध नैतिकता' देश–काल से खण्डित नहीं है। एक धर्म की गौणता तथा दूसरे की प्रमुखता, दूसरे की गौणता तथा पहले की प्रमुखता–यह एक क्रम है, जिसे सापेक्षवाद या नय के नाम से अभिहित किया जाता है। यह वस्तु–सत्य है। हमारे ज्ञान का क्रम यही है। इसी समन्वय में से जो बोध उद्भूत होता है, वह अपूर्ण होने पर भी सत्य होता है।

लोकतंत्र का आधार यही दृष्टि है। वह सापेक्षता जैसे वस्तुगत है, वैसे लोकतंत्र वस्तुगत नहीं है, इसीलिए उसमें असमन्वय भी फलित हो जाता है। पर्याय की भाषा भी एक नहीं है। जिस समय जो उपयोगिता रहती है, वही भाषा बन जाती है। न्याय वस्तु का अन्तस्तल है, संविधान मानवीय मस्तिष्क की उपज और परिस्थिति–जन्य परिणति। सत्ता के जगत् में संविधान में न्याय होता भी है और मान्यता–निर्भर नैतिकता भी है और यह इसीलिए है कि वह संविधान–सम्मत है। सचाई यह नहीं है। किसी व्यक्ति को कोई दण्ड दे, यह न्याय नहीं है, व्यक्ति अपने पाप का स्वयं प्रायश्चित्त करे, न्याय यही है। हम व्यक्ति को पूर्ण और एक इकाई मानकर चलते हैं, तो हमारी सारी व्यवस्था आत्मनिर्भर हो जाती है। उसमें जो समाज फलित होता है, वही स्वस्थ और नैतिक सम्पदा से सम्पन्न होता है।

अणुव्रत है जीवन का संबल

डॉ. नरेन्द्र शर्मा 'कुसुम'

केवल अणुव्रत से ही होगा जन-जन का जीवन-उद्धार।

अणुव्रत है जीवन का संबल
अणुव्रत है मुनियों का तप-बल
अणुव्रत है संयम का साथी
अणुव्रत से मन होता निर्मल
अणुव्रत है दृढ़ता का द्योतक
जन-जन की समता का पोषक
अणुव्रत और अहिंसा युगपत्
बनते चित्त-मलों के शोषक,

अणुव्रत का ध्वज हाथ लिए हम, करें कषायों का संहार।

हिंसा है पशुता की बेटी
मन-कोटर में रहती लेटी
रूप अनेक विषधर अनगिन
मनुज-लोक की करती हेठी
हिंसा का उपचार अहिंसा
अणुव्रत है साकार अहिंसा
हिंसा का प्रतिकार अहिंसा
अणुव्रत का संसार अहिंसा,

अणुव्रत की सरगम में भीगी हृतंत्री की हो झंकार।

अणुव्रत है मन का प्रक्षालन
अपने पर अपना अनुशासन
अणुव्रत का पल-पल अनुपालन
करता चित्त हमारा पावन,
जीवन में अणुव्रत को साधें
अपने को अणुव्रत में बांधें
शुचिता का जीवन अपनाएं
व्यसनों का बोझा क्यों लादें!

अणुव्रत की हम प्राणवायु से, करें नया जीवन-संचार।

'ये चरण नहीं रुक पाएंगे'

यायावरी ज्ञान की प्रतीक है और अनुभवों का खजाना है। आगम व्याख्या साहित्य में देशाटन को धर्मप्रभावना और शिष्य-सम्पदा की वृद्धि का हेतु माना गया है।

सुप्रसिद्ध साहित्यकार राहुल सांकृत्यायन के अनुसार हिन्दुस्तान में वही व्यक्ति सफल होता है, जो घुमक्कड़ होता है।

आचार्यश्री महाश्रमण इस सदी के महान यायावर हैं। उनकी यात्राओं की दिलचस्प कहानियां पढ़ने में भी आह्लादकारी हैं। उनके साथ यात्रा करना कितना उपलब्धिभरा होता है, यह तो अनुभव ही किया जा सकता है।

आचार्यश्री महाश्रमण का सुदर्शन व्यक्तित्व उनके कद से बहुत ऊंचा है। उनका मुखमण्डल अध्यात्म-तेज से दीप्त रहता है। अपने हिमालयी संकल्प के द्वारा उन्होंने पांच दशकों से भी कम समय में पचास हजार किलोमीटर धरती माप ली है। पांव-पांव चलने वाले इस सूरज को मौसम का मिजाज कभी रोक नहीं पाया और न प्राकृतिक आपदाएं ही विचलित कर पाई। कोरोना महामारी जैसे वैश्विक संकट में भी आचार्यप्रवर के चरण रुके नहीं, निरंतर बढ़ते रहे। पूरी दुनिया को शांति का संदेश देने वाले महातपस्वी आचार्यवर के गतिशील चरण कहीं रुकने वाले हैं भी नहीं।

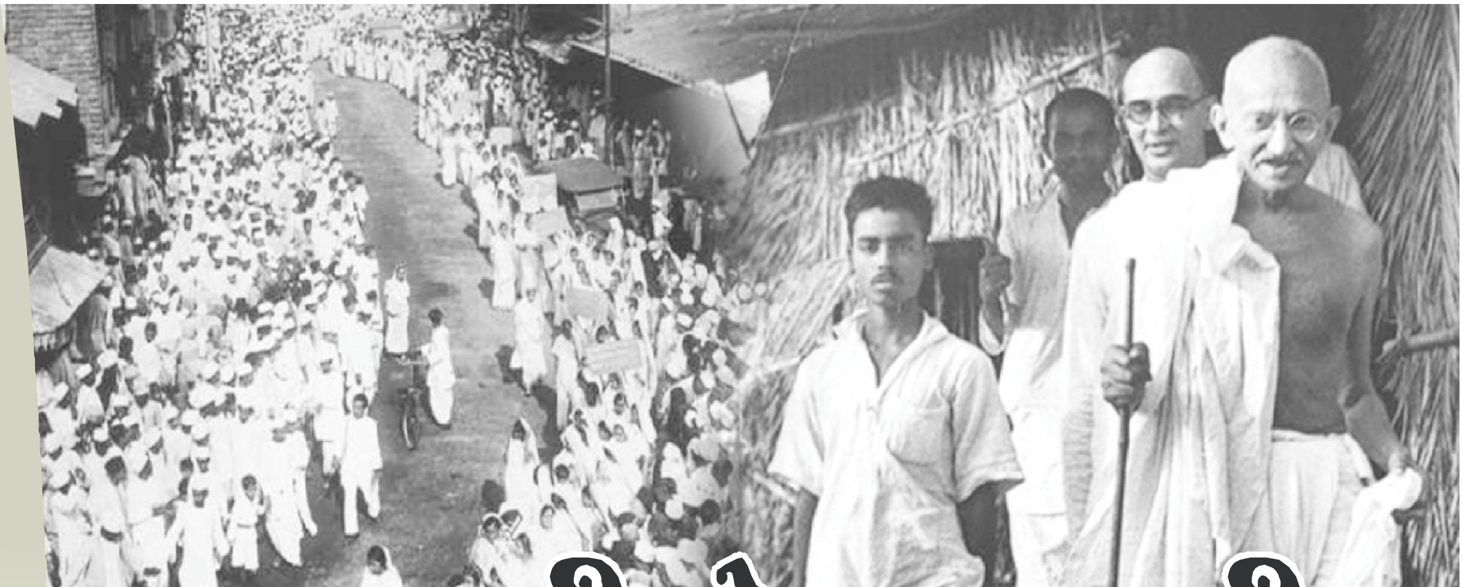
कवि के शब्दों में —

युग के हिमगिरि गल जाएंगे, पल के सागर चुक जाएंगे।
रवि शशि के रथ रुक जाएंगे, ये चरण नहीं रुक पाएंगे।।

अध्यात्म का आलोक बांटने वाले महापुरुष के चरणों में अंतहीन प्रणतियां।

27 जनवरी, 2021
चरचारी (छत्तीसगढ़)

-साध्वी प्रमुखा कनकप्रभा



सत्याग्रही हो सत्याग्रही

विनोबा भावे

जब कोई देश पराधीन बनता है, तब उस देश के लोग या तो बिल्कुल दब जाते हैं, चूं–चां नहीं कर सकते या विद्रोह का झण्डा उठा लेते हैं और किसी न किसी प्रकार, कहीं न कहीं, कुछ न कुछ बगावत खड़ी कर देते हैं। दुनिया में अधिकतर ये ही दो प्रक्रियाएं देखने को मिलती हैं। लेकिन हिन्दुस्तान में जब अंग्रेजों की सत्ता जमी, तब दोनों में से एक भी प्रक्रिया नहीं हुई, बल्कि एक तीसरी ही प्रक्रिया उत्पन्न हुई। इस काल में यहां जो महापुरुष पैदा हुए, उन्होंने न दबाव पसंद किया, न शस्त्र लेकर लड़ना। बल्कि उन्होंने तो तीसरी ही चीज पसंद की। उन्होंने आत्म–सशोधन शुरू किया। उन्होंने सोचा कि जब इतनी बड़ी संस्कृतिवाला, इतना विशाल देश पराधीन हो गया, तो इसके कारणों पर गंभीरता से विचार करना चाहिए। हमारे अंदर जो दोष हों – न्यूनता हो, उसका निरीक्षण, परीक्षण, समीक्षण, निराकरण और संशोधन करना चाहिए। इस प्रकार हमारे यहां आत्मशुद्धि शुरू हो गयी।

यह एक बहुत बड़ी बात है। दुनिया भर में ऐसी मिसाल शायद ही मिले। इस काल में राजा राममोहनराय, रामकृष्ण परमहंस, विवेकानंद, स्वामी दयानंद, रमण महर्षि, श्री अरविन्द, लोकमान्य तिलक, न्यायमूर्ति रानाडे, रवीन्द्रनाथ ठाकुर, महात्मा गांधी आदि असंख्य उच्च कोटि के स्वतंत्र विचारक हिन्दुस्तान में हुए। उन्होंने विचार में संशोधन किया और दुनिया के विचार में वृद्धि करने में अपना योग दिया। उनमें ये जो नए विचार गुलाम भारत की स्वतंत्र बुद्धिमत्ता के कारण दुनिया को मिले, उनमें तीन तो अत्यंत महान् विचार हैं :

1. सर्व–धर्म–समन्वय का शाब्दिक नहीं, किंतु अनुभवात्मक विचार रामकृष्ण परमहंस ने जगत् को दिया। भिन्न–भिन्न धर्मों की जो वासनाएं हैं, उन सबका अत्यंत तटस्थ–बुद्धि से और पूर्ण प्रेमपूर्वक स्वानुभव कर, उनके मूल तक पहुंचकर, आत्मा का निर्णय व्यक्त कर, 'मूल में एकत्व है, एकता है, अद्वैत है' ऐसा जाहिर करना, यह संसार के लिए एक बहुत बड़ी भेंट है।

2. दूसरा विचार श्री अरविंद का है। मैं मानता हूं कि विज्ञानयुग में यही विचार टिकेगा, दूसरा नहीं। जब तक हम अपने छोटे मन से ऊपर नहीं उठ जाते और ऊपर उठकर, परमात्म–रस का सेवन करके सेवा के लिए नीचे नहीं आते, तब तक हम दुनिया की सही सेवा नहीं कर सकते। यों तो मन को निर्मूल करने की बात हजारों वर्ष से चली आयी है। योगियों ने उसके अनेकविध प्रयत्न किये हैं। लेकिन समस्त मानव–समाज मन से ऊपर उठने की कोशिश करे और ऐसी कोशिश होगी, तभी मानव जाति का उद्धार होगा, यह बात श्री अरविन्द ने कही।

3. तीसरा महान् विचार महात्मा गांधी ने दिया और वह है सत्याग्रह का विचार। जब तक हम परस्पर विरोधी बातों का बाह्य उपाय नहीं सोचेंगे–लड़ाई, युद्ध आदि स्थूल उपायों से ऊंचे नहीं उठेंगे, तब तक दुनिया का बेड़ा पार नहीं होगा। इसलिए सत्याग्रह की आवश्यकता है। यह गांधीजी का दिया हुआ विचार है। मैं मानता हूं कि दुनिया के लिए सत्याग्रह से बढ़कर मुक्तिदायक कोई भी दूसरा शस्त्र नहीं।

निर्भयता का अर्थ है न तो किसी से डरना और न किसी को डराना। दोनों मिलकर निर्भयता बनती है। अपने आप को देह से भिन्न देखने में ही निर्भयता है। जो अपने को देह में भिन्न देखता है, वह दूसरों को भी देह से भिन्न देख सकता है। इसलिए वह किसी से दबता नहीं और न किसी को दबाता ही है। किसी से डरता नहीं और न किसी को डराता ही है। शरीर से अपने–आपको अलग पहचानना ही आत्मज्ञान है और यही है सत्याग्रह की शक्ति का अधिष्ठान। आत्म–ज्ञान के बिना सत्यनिष्ठा संभव ही नहीं।

सत्याग्रह में अहिंसा का महत्व भी स्पष्ट है, क्योंकि बहुत बार आमने–सामने खड़े दोनों विरोधी पक्ष सत्य के नाम पर ही लड़ते हैं। दोनों सत्य का दावा करते हैं। दोनों अपने–अपने पक्ष की विजय के लिए भक्तिभाव से प्रार्थना करते देखे जाते हैं। सत्पक्ष कौनसा है, इसका निर्णय ईश्वर को सौंपकर अहिंसक

साधन कौन अपनाता है, यही देखना लाभदायी है। हां! आगे चलकर अपने को अहिंसक कहने वाले दोनों पक्ष एक–दूसरे के खिलाफ उपवास वगैरह से लड़ने लगेंगे और दोनों सत्य का दावा करने लगेंगे। तब सत्य और अहिंसा दोनों को एक ओर रखकर समत्व को महत्व देना होगा। जहां समत्व, वहीं सत्य और वहीं अहिंसा–ऐसी कसौटी वहां लगेगी। वास्तव में देखा जाए तो सत्य, अहिंसा और समत्व तीनों मिलकर एक ही विचार होता है। आजकल 'किसी के विरुद्ध सत्याग्रह करना' ऐसी परिभाषा रूढ़ हुई है। वह एक भाषा ही है। सत्याग्रह में विरुद्ध–विरुद्ध कुछ नहीं। सत्याग्रह में मुख्य बात है, सामने वाले मनुष्य का विचार बदलना। विचार पर स्वयं अमल कर सतत सम्भालते रहना और दूसरे के विचार समझने के लिए सदैव तैयार रहना ही सत्याग्रह का मुख्य स्वरूप है। आदि में विचार, अंत में विचार और मध्य में विचार, यह सत्याग्रह का नित्यधर्म है। आदि में विचार, अंत में विचार और मध्य में अहिंसा की तपस्या, इसे 'सत्याग्रह का आपद्धर्म' समझें।

किसी ने सत्याग्रह किया, यह सुनते ही ठण्डक पहुंचनी चाहिए, मन में एकदम आनंद होना चाहिए, किंतु आज सत्याग्रह शुरू होते ही लोगों को भय लगता है। कुछ तो उसके प्रतिकार का भी विचार करते हैं। जैसी लड़ाई की प्रतिक्रिया होती है, वैसी ही सत्याग्रह की भी होती है। लेकिन सत्याग्रह का स्वरूप ऐसा नहीं है। लड़ाई में एक पक्ष की हार होती है तो दूसरे पक्ष की जीत, जबकि सत्याग्रह में दोनों पक्षों की जीत ही होती है। लड़ाई में तो विचार कुंठित होता है, जबकि सत्याग्रह में धीरज–पूर्वक अपना विचार समझाते रहना होता है। एक रीति से न समझें तो दूसरी से समझाना होता है। यह सत्याग्रह का सर्वोत्तम, शुद्ध स्वरूप है। यह जो ज्ञान–शक्ति पर, विचार–शक्ति पर विश्वास है, उसी का नाम है ' सत्याग्रह'।

संस्कृत में कहावत है कि शंकर भगवान का नृत्य तो 'ताण्डव–नृत्य' होता है और उनके गण नाचते हैं, तो उसे 'पिशाच–नृत्य' कहते हैं। दोनों का असर अलग–अलग होता है इस प्रकार जब उपवास प्रेम, सत्य, करुणा आदि के स्वाभाविक परिणामस्वरूप आता है, तो उसका असर भी प्रेम, सत्य, करुणा आदि के असर से भिन्न नहीं होता।

गांधीजी कहते थे कि 'गांधीवाद जैसी कोई चीज नहीं होनी चाहिए और न हो सकती है।' 'गांधी' शब्द सत्याग्रह को मर्यादित रूप प्रदान करेगा। इसलिए यह शब्द उनके साथ नहीं जोड़ना चाहिए। ऐसा विचार नहीं करना चाहिए कि गांधी एक चरित्र था बल्कि वह एक विचार था। इस ढंग से विचार करेंगे तो सत्याग्रह–शास्त्र का विकास करने में खूब मदद मिलेगी।

बापू के जमाने में और आज के जमाने में तीन प्रकार के अंतर हैं। पहला यह कि उस समय हम आजाद नहीं थे और आज आजाद हो गए हैं। दूसरा, उस समय हिन्दुस्तान में लोकशाही की स्थापना नहीं हुई थी, अब लोकशाही की स्थापना हो गयी है। तीसरा, उस समय जितना विज्ञान था, उससे आज वह बहुत आगे बढ़ गया है। इसलिए सत्याग्रह–विषयक संशोधन हमें आगे बढ़ाना चाहिए। आज के संदर्भ में सत्याग्रह का बाह्य स्वरूप पहले की अपेक्षा भिन्न होगा। तत्वतः उसका जो मूलरूप है–आंतरिक प्रेमरूप, वह कायम रहेगा।

इसलिए आज जो सत्याग्रह हो, उसका गुणवान स्वरूप होना चाहिए। लोकशाही में सत्याग्रह अधिक स्पष्ट, शक्तिशाली और अधिक रचनात्मक अर्थ रखने वाला होना चाहिए। दवाब जितना कम, प्रेम का अंश जितना अधिक, उतना सत्याग्रह अधिक शक्तिशाली है। फिर आज के विज्ञान–युग में तो सत्याग्रह में मनःक्षोभ वाली बात आती है तो प्रजा चिंतन की शक्ति खो बैठेगी।

सत्याग्रह का हमने विकास करने के बदले गांधीजी के जमाने में वह जैसा हुआ, उससे भी नीचे स्तर पर उसे पहुंचा दिया है। इसका मुख्य कारण यह है कि सत्याग्रह की एक निगेटिव–अभावात्मक व्याख्या लोगों के मन में स्थिर हो गयी है। सत्याग्रह यानी अड़ंगा लगाने का एक प्रकार। कुछ तो यहां तक कहते हैं कि लोकशाही में सत्याग्रह को स्थान नहीं। यह गलत विचार है, सत्याग्रह एक जीवन–पद्धति है, एक कार्य–पद्धति है और विशिष्ट प्रसंग में उपाय–पद्धति है। इसलिए सत्याग्रह का आज भी स्थान है। अब, लोकशाही में जिस सत्याग्रह का असर होगा, वह अधिक प्रभावशाली, अर्थात् अधिक विधायक होना चाहिए। मूलतः गांधीजी का विचार विधायक ही था। उनकी सत्याग्रह की कल्पना निगेटिव थी ही नहीं। यदि ऐसा होता तो वे सत्याग्रह की कल्पना में रचनात्मक कार्य को, सेवा कार्य को कभी न जोड़ते। उस समय अंग्रेजों को निकालने का अभावात्मक और नकारात्मक काम था, फिर भी उन्होंने उस कार्य के साथ दूसरे अनेक रचनात्मक और विधायक काम जोड़ दिये। लोग उनसे पूछते भी थे कि अंग्रेजों को निकालने में खादी, अस्पृश्यता निवारण और ग्रामोद्योगों का रक्षण करने की क्या जरूरत है? आजादी की लड़ाई में अस्पृश्यता और मंदिर प्रवेश की बात कहां से घुस आयी?

गांधीजी जवाब में कहते –'यह तो सत्याग्रह का ही अंग है।' वे यहां तक कहते थे कि रचनात्मक काम पूरा हो जाये, तो स्थूल सत्याग्रह की आवश्यकता ही न पड़ेगी।

मूलतः सत्य–शोधक वृत्ति ही सत्याग्रह का बीज है, विचार–निष्ठा सत्याग्रह की शक्ति है और निर्वैरता है–सत्याग्रह का खूंटा। सत्याग्रह की प्रक्रिया उग्र, उग्रतर और उग्रतम होती जाने के बदले सौम्य, सौम्यतर और सौम्यतम होती जानी चाहिए। पांच रुपये से काम नहीं चलता, तो दस रुपया निकालते हैं। लेकिन पांच रुपये से काम न चले और उसके बदले छः तमाचे जड़ दें तो यह धमकाना हुआ, हिंसा हुई। पांच कदम काफी न हो तो छः चलिये, दस चलिये, रास्ता तो वही रहेगा। सामने जितनी जड़ता अधिक, उतना ही चैतन्य अधिक प्रकट करना पड़ता है। अन्तरात्मा को जगाना ही सत्याग्रह–पद्धति है। आज जो अहिंसा में भी सब कुछ गणितपूर्वक और स्वस्थतापूर्वक करना पड़ता है, उसमें भी आवेश का तनिक काम नहीं। एक जगह बैठे–बैठे दूर तक बैलेस्टिक–शस्त्र भेजे जाते हैं। उसमें जरा भी आवेश आ जाए तो शस्त्र कहीं का कहीं चला जाए और बनती बाजी बिगड़ जाए। जब हिंसा में ऐसी बात है तो अहिंसा में तो आज बिल्कुल आवेश काम का नहीं। मेरा कहना तो यह है कि 'सत्याग्रही' को सत्यग्राही होना जरूरी है। सत्य व्यापक है और सर्वत्र है। जहां–तहां वह हो, वहां–वहां से उसे ग्रहण करना सत्याग्रही भूमिका है। सत्याग्रह कोई नैमित्तिक नहीं, एक नित्य वस्तु है।

सर्वोदय और अणुव्रत का बीज सूत्र

सिद्धार्थ शर्मा

आदिकाल से ही मानव मन में एक द्वंद्व चल रहा है। समाज निर्माण की भूमिका क्या हो? दो विकल्प सामने आए – एक भौतिक विकास का एवं दूसरा आध्यात्मिक उन्नति का। कुछ संस्कृतियों ने भौतिक का विकास मार्ग चुना। इस भौतिक उन्नति के दो रास्ते हैं–एक सामाजिक, दूसरा व्यक्तिगत। सामाजिक उन्नति के पक्षधरों का मानना था कि समाज अगर उन्नति करेगा तो व्यक्ति की उन्नति उसके भीतर स्वयं समाहित हो जाएगी। इस विचारधारा से साम्यवाद में ध्येय की प्राप्ति के लिए हिंसा पर अवलंबन मान्य किया गया।

भौतिक उत्कर्ष की पक्षधर दूसरी जमात ने यह सिद्धांत प्रतिपादित किया कि समाज व्यक्तियों का ही समूह है, अतः यदि व्यक्ति का विकास हो जाता है, तो प्रकारांतर से समाज का विकास स्वयमेव हो जाएगा। इस विचारधारा को हम पूंजीवाद के नाम से पहचानते हैं। विकास के इस प्रारूप में लक्ष्य तक पहुंचने के लिए किसी भी प्रकार के दोहन पर रोक नहीं, कोई कार्य अकरणीय नहीं माना गया। अतएव इस विचारधारा में हिंसा अप्रासंगिक हो गई।

समाज निर्माण के बारे में सोचने वाली दूसरी संस्कृति ने यह माना कि मनुष्य का श्रेय नैतिक उत्थान है, भौतिक नहीं। इस विचारधारा को मानने वाले भी दो प्रकार के दार्शनिक थे। पहले वे, जिनकी प्राथमिकता व्यक्तिगत नैतिक उत्कर्ष रही। दुनिया में जितने भी धर्म हैं, उनका प्रादुर्भाव इसी विचारधारा के उत्स से हुआ है। इस विचारधारा में हिंसा तो सर्वथा अमान्य थी, परंतु परिस्थितियों में, अलग–अलग अनुपात में, आपद् हिंसा को मान्य किया गया।

दूसरे प्रकार के दार्शनिकों ने समाज को बदलने पर जोर दिया। इस विचारधारा से समाजवाद का जन्म हुआ। इसमें भी सामान्यतः हिंसा को स्थान नहीं दिया गया, पर आपत्कालीन हिंसा इस विचारधारा में भी मान्य की गई।

मानव अब विचार के विकास पथ पर अग्रसर हो रहा था। ऐसे ही संधिकाल में भारत में एक नए विचार का जन्म हुआ। इस मध्यमार्गी विचारधारा का मानना था कि प्राथमिकता नैतिक उत्थान को दी जाए, मगर भौतिक प्रगति को सर्वथा गौण किए बगैर। यह माना गया कि मानव स्वयं भी विकास करे और समानांतर रूप से समाज के विकास का हेतु भी बने।

इस विचारधारा की सबसे बड़ी उपलब्धि रही अपने साध्य की प्राप्ति हेतु इसमें सभी प्रकार की हिंसा का सर्वथा परित्याग। इस मौलिक विचारधारा के अग्रदूत थे महात्मा गांधी एवं आचार्य तुलसी। यही सर्वोदय एवं अणुव्रत का बीज सूत्र है।

सैद्धांतिक दृष्टिकोण से भारत के स्वतंत्रता आंदोलन में सर्वोदय के विचार का जो योगदान रहा, वैसा ही योगदान स्वतंत्रता प्राप्ति के बाद के भारत के इतिहास में अणुव्रत का है।

स्वतंत्रता प्राप्त करना एक अध्याय की समाप्ति रही। प्राप्त स्वतंत्रता को अक्षुण्ण बनाए रखने के लिए भी एक सिद्धांत की, एक विचारधारा की, एक आचार संहिता की जरूरत होती है।

जिस तरह से सामाजिक स्तर पर हमने भारत के संविधान को स्वेच्छा से अपनाया है, वैसे ही व्यक्ति के नाते भी हमें स्वेच्छा से एक आचरण संहिता को अपनाना है। अतः आत्मविकास के लिए स्वेच्छा से उठाया गया हर कदम ही अणुव्रत है। बस यही अणुव्रत की परिभाषा है। मनुष्य धार्मिक बने या न बने यह महत्वपूर्ण नहीं है, पर वह नैतिक जरूर बने। यह राष्ट्र एवं समाज के हित के लिए परम आवश्यक है।

वर्ष 1948 में आचार्यश्री तुलसी का चातुर्मास राजस्थान के छापर में समायोजित था। उस समय आचार्यश्री के मन में युगीन परिस्थितियों को लेकर कुछ प्रश्न उत्पन्न हुए। धार्मिक होते हुए भी व्यक्ति के जीवन में जो परिवर्तन दिखाई देने चाहिए वह नहीं हो रहे हैं। धर्मोपासना की पृष्ठभूमि में जो नीति–निष्ठा अपेक्षित है, वह नहीं पनप रही है। ऐसे में उनके मन में कुछ नवीन करने की बात सूझी। इस दिशा में एक नई आचार संहिता का निर्धारण वर्ष 1949 में किया गया एवं उन्हें मानने वालों को अणुव्रती संघ का नाम दिया जाना निश्चित हुआ।

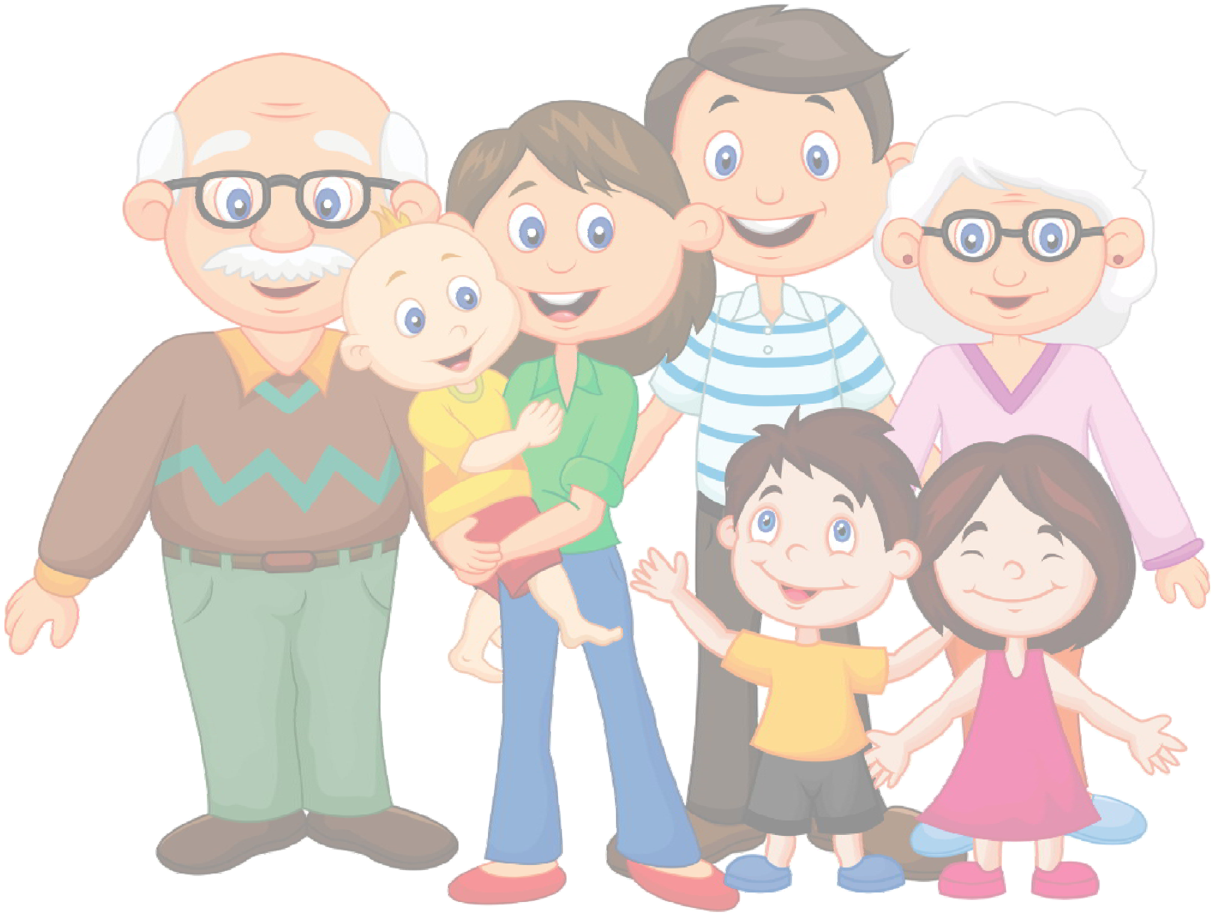
01 मार्च 1949 को सरदारशहर में सार्वजनिक सभा में आचार्यश्री ने इस नई विचारधारा को जनता के सामने रखा एवं तत्काल लगभग 80 व्यक्तियों ने इस संकल्प को स्वीकार कर लिया। अणुव्रत आंदोलन यहीं से शुरू हुआ।

स्वतंत्रता मिलने के साथ ही भारत को जातीय संघर्षों ने धर दबोचा था। भीषण क्रूरता के बीच देश का बंटवारा हुआ। समूचे द्वितीय विश्वयुद्ध में जितने मनुष्य हताहत हुए, उससे अधिक मनुष्य भारत विभाजन के समय दंगों में मारे गए। इस परिस्थिति में देश की जनता के आध्यात्मिक एवं नैतिक मापदण्डों का बुरी तरह पतन हुआ।

सत्तासीन नेताओं ने देश को समृद्ध बनाने हेतु आर्थिक एवं सामाजिक उन्नयन की प्रचुर योजनाएं बनाईं। परंतु उस समय देश की जनता की चेतना का जो नैतिक ह्रास हो गया था, उस पर किसी का ध्यान नहीं गया। आचार्य तुलसी संभवतः ऐसे पहले व्यक्ति थे जिन्होंने इन मूल समस्याओं की तरफ समाज का ध्यान आकृष्ट किया।

एक अणुव्रती को किसी भी धर्म के सिद्धांतों को अपनी सहमति देने से पहले मानव धर्म को सहमति देना आवश्यक है। अणुव्रत आंदोलन के माध्यम से उन्होंने जनता को आत्म–तृप्ति देने का मार्ग चुना। मनुष्य के जागृत विवेक का निर्णय जब संकल्प का रूप ग्रहण करता है, तब वह व्रत कहलाता है। अतः जीवनपर्यंत छोटे–छोटे व्रत का संकल्प करते रहना ही अणुव्रत कहलाता है।

चूंकि वह विचार विशुद्ध रूप से चरित्र विकास की दृष्टि को लेकर चला है, अतः यह आंदोलन पूर्णतः असांप्रदायिक रहा है। सब धर्मों की समान भूमिका पर कार्य करना ही इसका मार्ग है। इसी भावना ने अणुव्रत को सबके साथ मिलकर तथा सबके सहयोग से सामूहिक कार्य करने की शक्ति प्रदान की है। इसी विहगंम दृष्टिकोण के चलते अणुव्रत पिछले 72 वर्षों से मानव के चरित्र के विकास का अग्रदूत आंदोलन बना हुआ है।



परिवार के साथ रहें

डॉ. महेन्द्र कर्णावट

एक अकेला व्यक्ति होता है। जब दो होते हैं तो परिवार बनता है। दो–चार परिवार होते हैं तब समाज बनता है। एक समय था, जब मनुष्य का जीवन सामुदायिक नहीं था। न कोई नियम और न कोई व्यवस्था। स्वभाव और आवश्यकता ने मनुष्य को सामाजिक प्राणी बनाया है। यौगोलिक युग में एक युग्म जोड़ा जन्म लेता था और उसी के आधार पर सारी व्यवस्था चलती थी। न कोई प्रबंधन था और न कोई नियोजन। उस समय प्रकृति का संतुलन था।

जब परिवार का विकास हुआ तो उसके पीछे प्रबंधन की अपेक्षा महसूस हुई। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ के शब्दों में – ''मनुष्य की तीन बड़ी अपेक्षाएं होती हैं – आश्वासन, विश्वास और विकास।'' मनुष्य विपरीत–कठिन परिस्थितियों में, बीमारी में, बुढ़ापे में आश्वासन चाहता है। कठिन परिस्थिति, बीमारी, बुढ़ापा आयेगा तो कौन सहयोग देगा, सहारा देगा? इस आश्वासन के लिए परिवार नामक छोटे संगठन का जन्म हुआ।

मनुष्य की दूसरी अपेक्षा है–विश्वास। अपने ही परिवार के किसी सदस्य पर विश्वास किया जा सकता है, उसे सारे रहस्य बताए जा सकते हैं और भविष्य की चाबियां सौंपी जा सकती हैं।

मनुष्य की तीसरी अपेक्षा है–विकास। वह एक ही स्थान पर ठहरना नहीं चाहता, आगे बढ़ना चाहता है, जीवन में विकास करना चाहता है।

आजादी के बाद 1970 के दशक तक हमारे देश में संयुक्त परिवार प्रथा थी। परिवार के सभी सदस्य एक साथ रहते थे। सुख–दुःख में सहभागी बनते थे। बच्चों को दादा–दादी और बड़ों की गोद में बचपन बिताने और कहानियां सुनने का अवसर मिलता था तो भाई–बहिनों का प्यार भी प्राप्त होता था। उस समय बच्चे न सिर्फ प्रकृति प्रदत्त रहस्यों का साक्षात्कार करते थे वरन् प्रकृति के संग ही जीवन व्यतीत करते थे।

पिछले वर्षों में हुए जनसंख्या विस्फोट के कारण आजीविका की तलाश में परिवारों का पलायन हुआ, जिसके परिणामस्वरूप संयुक्त परिवार प्रथा टूटी। एकल परिवार प्रथा का उद्भव हुआ और परिवार की परिभाषा ही बदल गई। मैं, मेरी पत्नी, मेरे बच्चों तक सिमट गया परिवार। एकल परिवारों में बच्चों का बचपन घर की चार दीवारी तक सीमित हो, प्रकृति से कोसों दूर चला गया।

कुछ वर्ष पूर्व एक परिचित मुम्बई से आए। छोटे बच्चे भी थे। मैंने उन्हें कहानियां सुनाईं, चंदामामा, तारों के दर्शन कराए। यह सब देख बच्चे आश्चर्यचकित हो बोले–अंकल! मुम्बई में तो हमें केवल लाइटें दिखाई देती हैं, चांद–तारे तो कभी–कभी ही नजर आते हैं। दूसरा बच्चा बोला–रात में पापा घर आते हैं तब तक हम सो जाते हैं और सुबह हम स्कूल चले जाते हैं तब तक पापा सोए रहते हैं। अवकाश के दिनों में ही हम पापा से मिल पाते हैं।

परिवार प्रबंधन के मुख्य सूत्र हैं – नेतृत्व, प्रेम, करुणा, सहयोग, वाणी संयम, निस्वार्थ भाव, सहिष्णुता, अपनत्व, अनुशासन, संयम इत्यादि। विगत चार दशक में उक्त सूत्र जीवन से दूर हो गए। इसका परिणाम हुआ एकाकीपन, तनाव और बीमारियां। स्वच्छ जलवायु और ताजी हवा से भी हम मरहूम हो गए। हमने निजी स्वार्थों के लिए समाज एवं परिवार व्यवस्था के सूत्रों को झुकाया तो प्राकृतिक संसाधनों का जमकर दुरुपयोग किया। परिणाम हुआ टूटते–बिखरते परिवार और प्राकृतिक प्रकोप। 'कोविड–19' महामारी ने पुनः हमें अवसर दिया चौबीसों घंटे परिवार के साथ रहने, बच्चों के साथ बतियाने, योग व्यायाम करने, दैनिक दिनचर्या को व्यवस्थित करने, छोटे–बड़ों के घरेलू काम करने और प्रकृति से जुड़ने का। प्रकृति हमें पुकार रही है, उसका सम्मान और सीमित दोहन करने के लिए। हम परिवार और प्रकृति की आवाज को सुनें तथा परिवार और प्रकृति के साथ रहें, यही कोरोना वायरस की प्रतिध्वनि है।

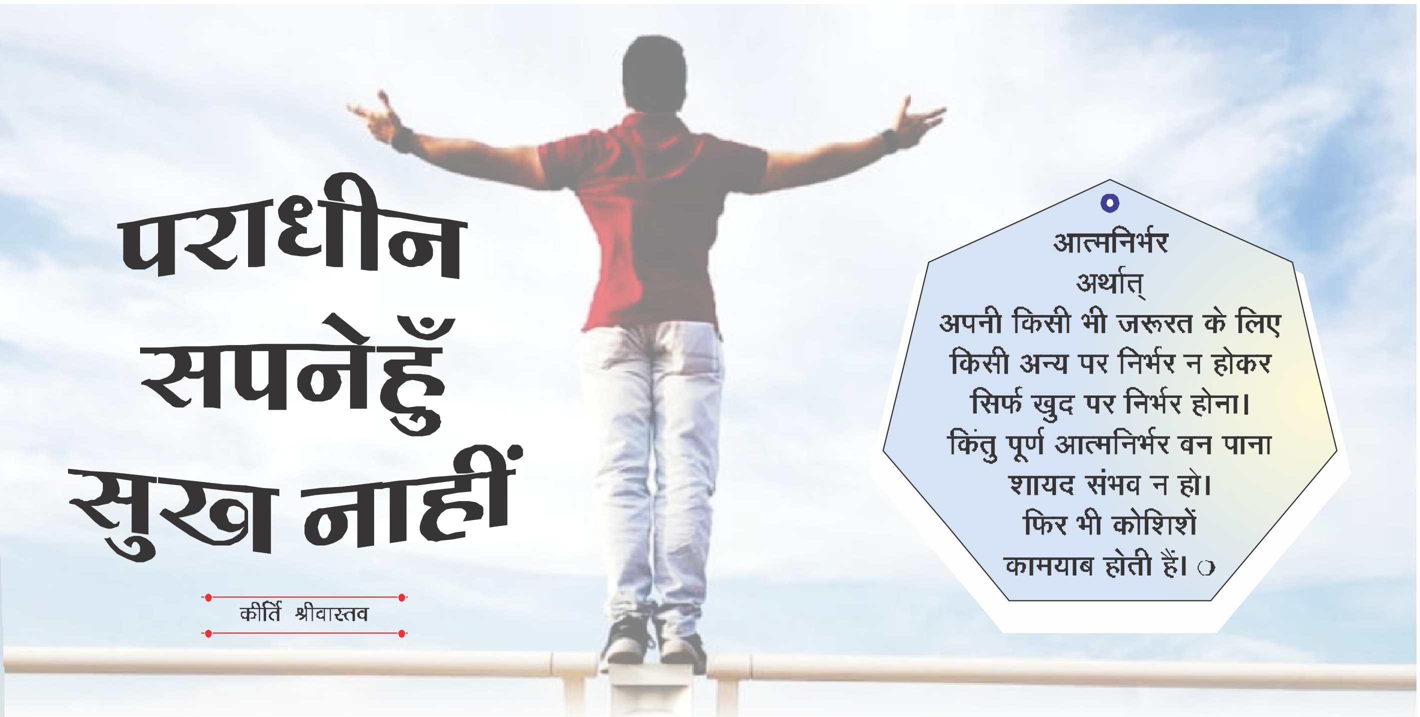
रेत का सफर था....

वीणा जैन

वापसी के सफर में
''पैरों के
इन्हीं गहरे निशानों से हो कर
मैं ढूँढ लूंगी....मेरा घर''
सोचा तो यही था
वो रेत का सफर था .....

लेकिन
धूल के उड़ते
बेरहम बवण्डरों में खो गए थे
सारे पग – निशाँ.....
ऊपर आकाश में तेजवंत सूरज था
नीचे
नीचे.... सुंदर लहरियों में सजा
सुलगता मरुस्थल था,
और दूर अभी शहर था
वो रेत का सफर था .....

हाँ, वापसी के
मुश्किल सफर में
मृग मरीचिकाओं में भ्रमित मेरी आँखें
खोज रही थीं
एक अदद नखलिस्तान....
जहाँ, मिल जाता सुस्ताता, कोई
परिचित पुराना ....
पूछ लेती, जिसे मेरा घर कहाँ था?
वो रेत का सफर था .....



पराधीन सपनेहुँ सुख नाहीं

कीर्ति श्रीवास्तव

आत्मनिर्भर अर्थात् अपनी किसी भी जरूरत के लिए किसी अन्य पर निर्भर न होकर सिर्फ खुद पर निर्भर होना। किंतु पूर्ण आत्मनिर्भर बन पाना शायद संभव न हो। फिर भी कोशिशें कामयाब होती हैं।

पराधीन सपनेहुँ सुख नाहीं' – तुलसीदास जी का यह संदेश कहता है कि जो व्यक्ति स्वाधीन नहीं है,वह किसी भी परिस्थिति में, कभी भी सुख प्राप्त नहीं कर सकता। पराधीनता वास्तव में अत्यंत कष्टदायक होती है। जीवन अनेक संघर्षों के साथ व्यतीत होता है और इस संघर्ष में हमें हमारे आसपास के लोगों से सहायता मिलती है। किंतु दूसरों पर अधिक निर्भरता हमें हमारे अस्तित्व को पतन की ओर ले जाती है। सत्य तो यही है कि आत्मनिर्भरता ही मनुष्य को स्वाधीन बनाने में सहायक बनती है। आत्मनिर्भरता की स्थिति में व्यक्ति अपनी सुविधानुसार सभी इच्छाओं की पूर्ति कर पाता है।

आत्मनिर्भर अर्थात् अपनी किसी भी जरूरत के लिए किसी अन्य पर निर्भर न होकर सिर्फ खुद पर निर्भर होना। किंतु पूर्ण आत्मनिर्भर बन पाना शायद संभव न हो। फिर भी कोशिशें कामयाब होती हैं। आत्मनिर्भरता का उचित उदाहरण देखें तो वो हैं हमारे पशु–पक्षी। पशु स्वाभाविक रूप से अधिक आत्मनिर्भर होते हैं। कुछ पशु–पक्षी ऐसे होते हैं जो पैदा होते ही चलने–फिरने व स्वयं भोजन प्राप्त करने में लग जाते हैं। किंतु मनुष्य इससे भिन्न होता है। उसे जन्म के बाद कुछ समय तक अपने परिवार पर ही निर्भर रहना पड़ता है। और समय के साथ–साथ समाज, परिवार पर यह निर्भरता बढ़ती जाती है। यह भी सत्य है कि मनुष्य के स्वभाव में सुख–प्राप्ति की लालसा अधिक रहती है। वह अपने जीवन में सुख की प्राप्ति के लिए हर प्रकार के साधन जुटाना चाहता है, जिसके लिए वह भौतिक सुख–सुविधाओं और अपने आसपास के लोगों पर निर्भर होने लगता है।

मनुष्य यह बात भूल जाता है कि उसकी प्रगति का रास्ता आत्मनिर्भरता की ओर से ही जाता है। एक आत्मनिर्भर व्यक्ति अपने साथ अपने परिवार का पालन–पोषण करने में सक्षम होता है। वैसे भी गैरों के कंधों पर हाथ रखकर रास्ते तय नहीं किये जा सकते। पराधीन व्यक्ति का आत्मविश्वास खत्म हो जाता है। एक समय ऐसा आता है जब वह सोचने–समझने के साथ–साथ कुछ करने की क्षमता भी खो देता है। आत्मनिर्भरता हमें स्वयं की नजरों में सम्मानित करती है। आजादी का एहसास कराती है। बीते समय की बात की जाए तो उस समय हर व्यक्ति आत्मनिर्भर होता था। आत्मनिर्भर बनने की शिक्षा बचपन से ही दी जाती थी। मानव भौतिक सुख–सुविधाओं का गुलाम नहीं होता था। यदि व्यक्ति में आत्मनिर्भरता का जज्बा हो तो उसका यही जज्बा उसकी प्रगति का कारण बनता है।

आत्मनिर्भरता आत्मविश्वास को भी बढ़ाती है। जब व्यक्ति किशोर अवस्था की ओर अपने कदम रखता है तो उसे स्वयं के जीवन यापन के लिये श्रम करने की शिक्षा दी जाती है ताकि आने वाले समय में वह अपने साथ अपने परिवार की भी जरूरतों को पूरा कर पाए।

यदि कोई व्यक्ति किसी विशेष क्षेत्र में कुछ बनना चाहता है तो उसे स्वयं मेहनत करनी पड़ेगी, दूसरों पर निर्भर रहकर वह अपने सपने को पूरा नहीं कर सकता। मनोवांछित सफलता प्राप्त करने के लिए स्वयं श्रम करना होगा। पहले के समय में शादी से पहले लड़कियाँ अपने परिवार पर और शादी के बाद पति पर निर्भर रहती थीं। किंतु अब समय बदल गया है। वे भी आत्मनिर्भर हो गई हैं। सरकार द्वारा बनाई गईं बहुत–सी योजनाएँ उनके आत्मनिर्भर बनने में सहायक सिद्ध हुई हैं।

आजादी से पहले भारत अंग्रेजों पर निर्भर था। आजादी के बाद भारत आत्मनिर्भरता की ओर बढ़ा। हमारे देश के ऐसे अनेक महापुरुष रहे हैं जो उच्च पद पर होने के बावजूद अपना कार्य स्वयं करते थे। किसी और पर निर्भर होने से हमारा मस्तिष्क कुंद हो जाता है। हमारी अपनी सृजन क्षमता समाप्त हो जाती है। नकारात्मक विचारों का वास हो जाता है।

खुद की मेहनत से अर्जित की हुई संपत्ति का उपयोग करने में आत्मविश्वास बढ़ने के साथ एक अलग आनंद की अनुभूति भी होती है। हमें अपने अंदर छिपी योग्यता एवं मनोबल को आत्मविश्वास के साथ पकड़कर रखना चाहिए। तभी सफलता की ओर हम कदम बढ़ा सकते हैं। फिर कामयाबी हमारे कदम चूमेगी।

तभी हमारी होगी जीत...

डॉ. सत्यनारायण 'सत्य'

नैतिकता के गाएं गीत, तभी हमारी होगी जीत।
सत्य, अहिंसा, अपरिग्रह
का सभी को भान रहे,
भ्रष्टाचार से मुक्त समाज हो,
सदाचार का ध्यान रहे,
इक दूजे में विश्वास जताकर,
हम निभाएं सच्ची प्रीत।
तभी हमारी होगी जीत।
अणुव्रत के नियम मानें,
मन में सबका सम्मान रहे,
नीति युक्त समाज बने,
फिर मंजिल आसान रहे,
सच्चा ज्ञान मिले हमेशा,
और बनें सभी के मीत।
तभी हमारी होगी जीत।
आध्यात्मिकता का नारा गूंजे,
विश्व में भारत प्यारा गूंजे,
सदाचार ही बने सहारा
परोपकार का नारा गूंजे।
सामाजिकता की बने भावना,
संयम मय हो बात-चीत।
तभी हमारी होगी जीत।

सांसारिक सुख से परे जीवन का आनंद

अणुव्रत फरवरी 2021

अखिलेश आर्येन्दु

सनातन परम्परा में चार पुरुषार्थों को जीवन–कर्तव्य के रूप में माना गया है। ये पुरुषार्थ हैं– धर्म–अर्थ–काम–मोक्ष। इन चार पुरुषार्थों को अपना जीवन–कर्तव्य मानकर हर स्थिति में जो पूरा करता जाता है, उसके लौकिक और पारलौकिक दोनों तरह के उद्देश्य पूरे होते हैं।

इन चार पुरुषार्थों में मोक्ष अंतिम पुरुषार्थ है, जो लौकिक जीवन में किए गए कर्मों के आधार पर प्राप्त होता है। धर्म और अर्थ सांसारिक जीवन को पूर्णता प्रदान करते हैं तथा काम और मोक्ष पारलौकिक जीवन को। अर्थ की कामना और अर्थ से मिलने वाले सुख, इसी तरह मोक्ष की कामना से मिलने वाले सुख या आनंद के सम्बंध में कोई नियम निर्धारित नहीं है। लेकिन इतना है कि सत्य, शुभ, शांति, प्रेम और न्याय से युक्त कर्मों को करने वाला व्यक्ति जब योग साधना की ओर उन्मुख होता है तो उसका ध्यान बहुत जल्द लग जाता है। वह स्वयं में पल भर में डूब जाता है। यह सांसारिक आनंद नहीं है। सांसारिक संसाधनों से ऐसे आनंद की प्राप्ति नहीं हो सकती।

विचारणीय बात यह है कि सांसारिक संसाधनों से मिलने वाले सुख या आनंद में ऊब लगती है, जैसे रसगुल्ले बड़ी मात्रा में खा तो सकते हैं, लेकिन रोज़ाना बड़ी मात्रा में रसगुल्ले नहीं खा सकते। और एक समय ऐसा आता है कि रसगुल्ले खाने की इच्छा एकदम खत्म हो जाती है। यानी रसगुल्ले का आनंद कुछ ही दिन लिया जा सकता है, लेकिन योग साधना में मिलने वाला आनंद रात–दिन और जब तक जीवन है तब तक बिना उकताहट के लिया जा सकता है। इसका आनंद दिनोंदिन बढ़ता जाता है, जबकि सांसारिक सुख उकताहट और बेचैनी पैदा करते हैं। इसमें ऊर्जा का क्षय होता है, जबकि पारलौकिक आनंद में आत्मा और प्राणों में ऊर्जा संगृहीत होती रहती है।

यही संगृहीत ऊर्जा साधक को समाधि की ओर ले जाती है और समाधि में परमेश्वर के साक्षात्कार का आनंद प्रत्येक तरह के आनंद से बढ़कर है। परमात्मा का आनंद और सांसारिक आनंद, दोनों एक साथ नहीं लिए जा सकते हैं। इसलिए योग साधना के लिए योगीजन जंगलों की ओर रुख करते हैं या पर्वत की उपत्यकाओं में जाकर साधना करते हैं।

आजकल कुछ ही समय में ईश्वर के साक्षात्कार की बातें खूब की जाती हैं। ये बातें महज बातें ही हैं। तामसिक और राजसिक प्रवृत्ति के व्यक्ति को ईश्वर में ध्यान या आत्मसाधना में प्रवृत्ति हो ही नहीं सकती। आयुर्वेद के अनुसार ये दोनों गुण (राजसिक व तामसिक) मन की अतिशय चंचलता को बढ़ाते रहते हैं। योगसाधना के लिए तो सात्विक प्रवृत्ति का होना अति आवश्यक है।

राजसिक प्रवृत्ति का व्यक्ति क्षात्र धर्म यानी सैनिक या रक्षा के कार्य के लिए उपयुक्त माना गया है और तामसिक प्रवृत्ति

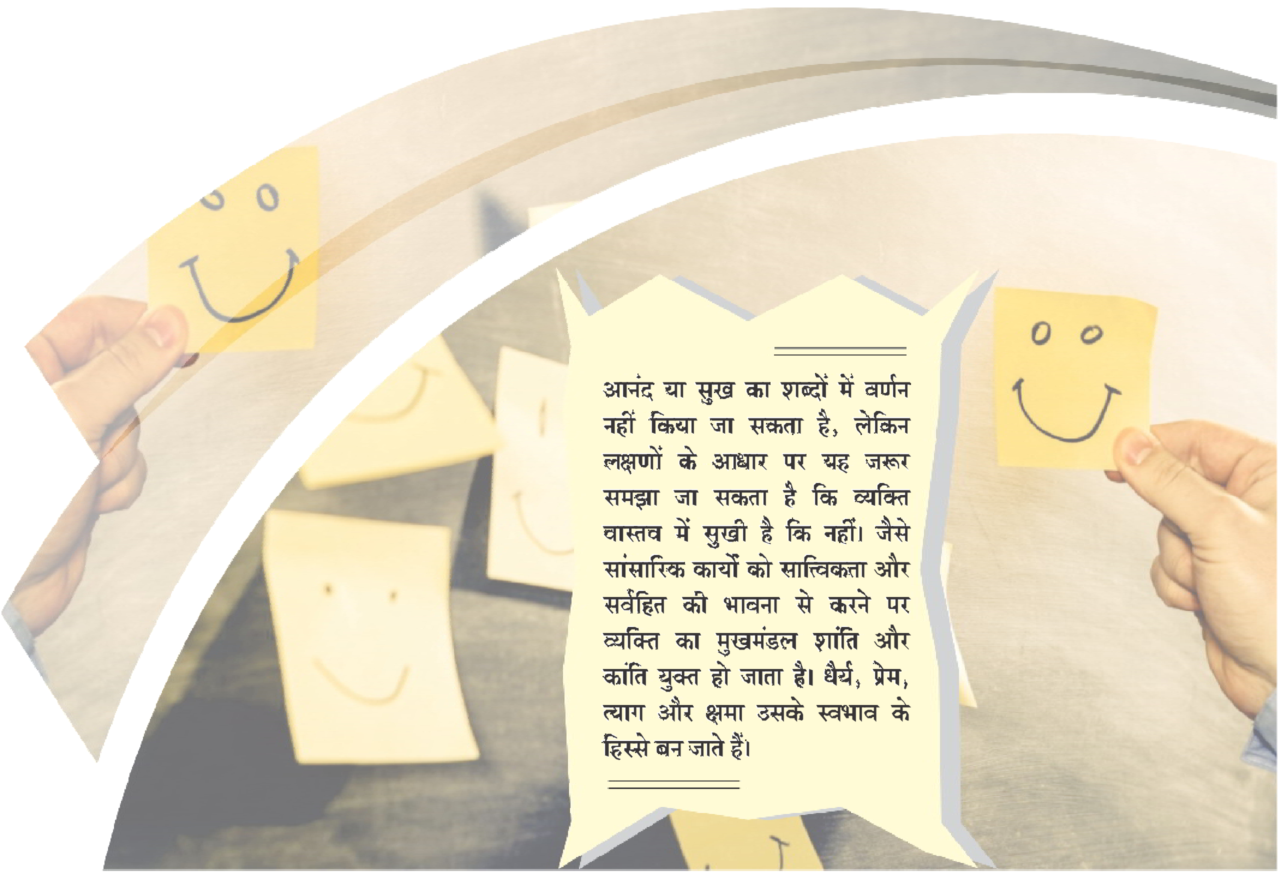
का व्यक्ति सेवा या साधारण किस्म के कार्य कर सकता है। यह बात अलग है कि राजसिक कर्म करते हुए भी सुख का एहसास किया जा सकता है और तामसिक प्रवृत्ति का व्यक्ति भी अपने कार्य में सुख का एहसास कर सकता है, लेकिन मोक्ष या परमानंद के लिए सात्विकता का होना आवश्यक है।

आनंद या सुख का शब्दों में वर्णन नहीं किया जा सकता है, लेकिन लक्षणों के आधार पर यह जरूर समझा जा सकता है कि व्यक्ति वास्तव में सुखी है कि नहीं। जैसे सांसारिक कार्यों को सात्विकता और सर्वहित की भावना से करने पर व्यक्ति का मुखमंडल शांति और कांति युक्त हो जाता है। धैर्य, प्रेम, त्याग और क्षमा उसके स्वभाव के हिस्से बन जाते हैं। भगवान राम का जीवन ऐसा ही था। महर्षि वाल्मीकि कहते हैं–''श्रीराम अत्यंत शांत स्वभाव के, धैर्यवान, सबसे प्रेम करने वाले, क्षमावान, दयालु और सहिष्णु हैं। वे सांसारिक जीवन में रहते हुए भी मर्यादित हैं।'' गौरतलब है लौकिक जीवन में मर्यादित रहना किसी तपस्या से कम नहीं है क्योंकि यहां परीक्षा हर पल होती है। धन–सम्पत्ति अर्जन के लिए झूठ, फरेब, छल–छद्म और विश्वासघात करने के लिए मन बार–बार उकसाता है।

ऐसे में जन जीवन नियम के अनुसार मर्यादित रहना एक तपस्या है। ऐसे लौकिक जीवन में जो सुख है, वह सुख ही सच्चे मायने में जीवन–सुख है। इस सुख में विस्तार और संतोष है। संतोष को शास्त्र में 'परम–सुख' कहा गया है।

प्रज्ञापुरुष इसीलिए सुखी होते हैं। वे सांसारिक सुख में लिप्त नहीं होते। उनके लिए धन–सम्पत्ति जीवन निर्वाह के साधन हैं, साध्य नहीं हैं। आम आदमी और प्रज्ञा पुरुषों में यही अंतर है। सामान्य व्यक्ति के लिए सांसारिक संसाधन साध्य हैं। वह अपने साध्य के लिए कुछ भी करने में हिचकिचाता नहीं। बार–बार जीवन–नियम को तोड़ता है, लेकिन उस पर विचार नहीं करता है।

वेद में कहा गया है–'ऋते ज्ञानान्न मुक्ति' अर्थात् ज्ञान के बिना मुक्ति नहीं। यानी ज्ञान पूर्वक कर्म करने में ही मुक्ति यानी आनंद है। जब ज्ञान पूर्वक हम कर्म करते हैं तो 'किंतु–परंतु', 'लाभ–हानि', 'अपना–पराया', 'झूठ–सच' जैसे द्वंद्वों से ऊपर उठे हुए होते हैं। गीता में कहा गया है–द्वंद्व से छूटना साधना का प्रथम सोपान है। जब हम द्वंद्व से छूट जाते हैं, तब हम स्वयं को देखने और समझने लगते हैं। जब तक हम द्वंद्व में रहते हैं तब तक दूसरों को देखने और समझने में ही अपना कीमती वक्त लगाते रहते हैं। इसलिए जीवन का आनंद खुद से दूर रहता है। द्वंद्व से छूटने का मतलब जीवन में पवित्रता, शांति, प्रेम, क्षमा और सहिष्णुता का प्रवेश हो गया है। तब हम अपने स्वयं के श्रोता और प्रवचनकर्ता होते हैं। हमारे अंदर जो होता है, वही बाहर भी होता है। प्रज्ञापुरुष हमारे लिए पूज्य इसीलिए होते हैं कि उनके अंदर और बाहर में कोई अंतर नहीं होता। यदि हम भी इस अंतर को समाप्त कर पाएं तो सांसारिक सुख से आगे का हमारा सफर निष्कंटक बन सकता है।



आनंद या सुख का शब्दों में वर्णन नहीं किया जा सकता है, लेकिन लक्षणों के आधार पर यह जरूर समझा जा सकता है कि व्यक्ति वास्तव में सुखी है कि नहीं। जैसे सांसारिक कार्यों को सात्विकता और सर्वहित की भावना से करने पर व्यक्ति का मुखमंडल शांति और कांति युक्त हो जाता है। धैर्य, प्रेम, त्याग और क्षमा उसके स्वभाव के हिस्से बन जाते हैं।

सागर में गहरी बातें

सीमा जैन

समुद्र के गहरे पानी के भीतर भी एक सुंदर सी दुनिया है जिसमें मछलियां और तरह–तरह की वनस्पतियां पाई जाती हैं।

वहां का हर जीव अपने आप में अनूठा है। किसी की कोई विशेषता है तो किसी की कोई दूसरी। कुछ जीव अपने जीवन से अपनी विशेषताओं से खुश रहते हैं तो कुछ को अपने जीवन से शिकायत होती है। आज वैसे ही एक नन्हा समुद्री घोड़ा (सी हॉर्स) अपनी मां से नाराज हो रहा था।

वह गुस्से में बोला –"मुझे अच्छा नहीं लगता कि हम पानी में खड़े हो कर तैरते हैं। बाकी मछलियां कैसे आराम से लेटे –लेटे पानी के मजे लेती हैं!"

"अरे, पर इसमें हमारी क्या गलती है? हमें प्रकृति ने जैसा बनाया हम वैसे ही हैं।" मां ने नन्हे से कहा।

"हमको भी सबके जैसा बनाना था ना! हमें क्या खड़े होकर तैरने की सजा मिली है? वह भी इतने धीरे, एक घंटे में पांच फीट! दूसरी मछलियां तो मुझे छोड़कर आगे निकल जाती हैं।"

"अरे नहीं मेरे बच्चे, यहां सब में कोई न कोई खासियत है। दूसरे चाहे आगे निकल जाएं। हमारे अपने तो हमारे साथ ही होते हैं ना? तुम्हारे साथी भी तो तुम्हारी तरह ही तैरते हैं ना!"

"हां, साथी तो साथ में ही रहते हैं। वो भी मेरे जैसे ही धीरे–धीरे... पर मां, मुझे बताओ बाकी मछलियों में ऐसा क्या अलग होता है?"

"अब देखो ना! गोल्ड फिश सबसे ज्यादा भुल्लकड़ होती है। सिर्फ 3 सेकंड के लिए ही उसे कुछ याद रहता है।"

"अरे, यह तो बड़ी मुश्किल है। वह तो कुछ भी याद नहीं रख पाती! ऐसे तो वह रास्ता भटक जाती होगी।"

"यही ना, सबकी अलग–अलग कमजोरियां और ताकत होती है।"

इस बीच एक मछली उनके सामने से तैरती हुई निकल गई। उसे देखकर नन्हा सी हॉर्स बोला "इसकी क्या विशेषता होती है?"

"यह मडस्किपर मछली है। यह पानी के बाहर भी जीवित रह सकती है और अपने पंखों के साथ चल भी सकती है।"

"अरे, यह तो जादू ही हो गया!" नन्हा सी हॉर्स खुश होते हुए बोला। सामने की ओर इशारा करते हुए उसकी मां ने कहा "देखो, वह सेलफिश है, तेज दौड़ती है और दूर वह शार्क मछली, मस्ती में तैर रही है जिसकी आंखों पर पलकें होती हैं।"

"अच्छा! मां, यह पत्ते जैसा क्या तैर रहा है?"

"यह बैटफिश है। खतरे का आभास होते ही स्थिर हो जाती है। पानी के अंदर पत्ते की तरह दिखने लगती है और यह रोहू है। इसका शरीर नाव जैसा होता है जिसके कारण वह आसानी से तैर सकती है।"

"मां, तुम सच ही कहती हो, यहां सब अलग –अलग हैं।"

उसकी बात सुनकर मां मुस्कुराई और बोली–"देखो ना,हम अपने बच्चों को यहीं समुद्र में जन्म देते हैं। पर सालमन मछली समुद्र से नदी तक का लंबा सफर तय करती है। अंडे देती है फिर वापस समुद्र में आ जाती है। वोफिन मछली अंडे देने के बाद उन्हें खाने का प्रयास करती है। नर अंडों को बचाने के लिए संघर्ष करता है और यदि जीत जाता है तो वह उनकी देखभाल करता है।"

"मां भी बच्चों को खाती है?" सुनकर नन्हा सी हॉर्स घबरा गया।

"अरे, घबराओ मत! जिसको प्रकृति ने जो सिखाया और दिया है वह सब वैसे ही जीते हैं। इसमें न तो दुःखी होने की बात है और न ही डरने की। अब हम चाहे खड़े पानी में तैरते हैं तो क्या हुआ, हमारा तो नाम ही जमीन पर सबसे बहादुर जानवर घोड़े के नाम पर पड़ा है। घोड़ा बहुत ताकतवर होता है।"

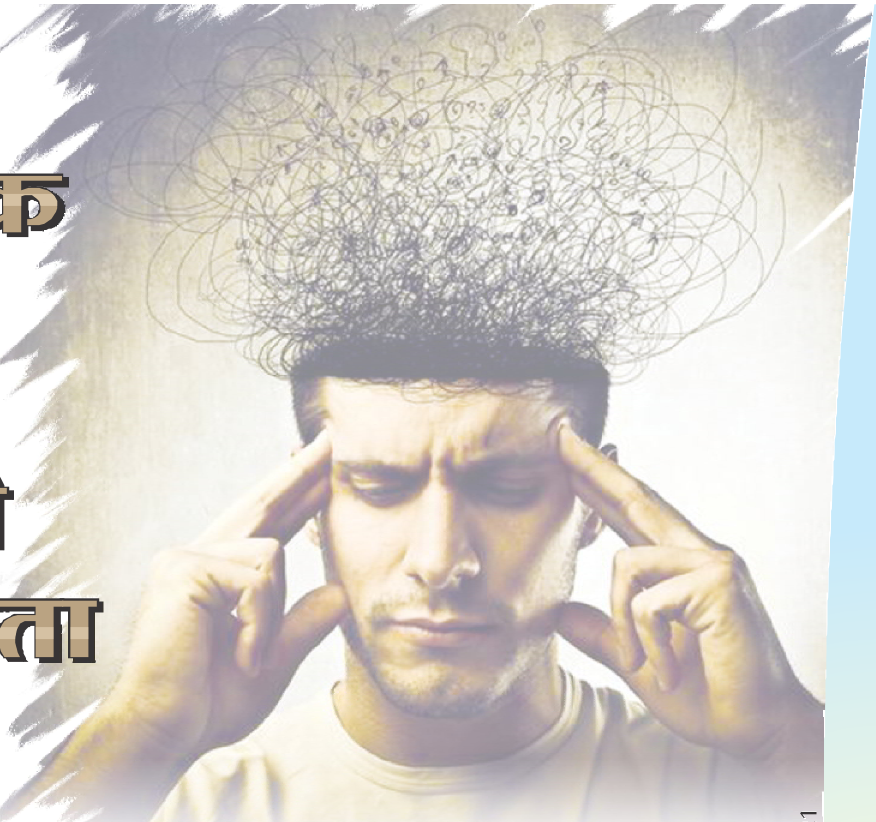
मां ने अपनी बात को आगे बढ़ाते हुए कहा, "हमारी विशेषता है कि हम अपनी दोनों आंखों को अलग–अलग दिशा में घुमा सकते हैं। वातावरण के हिसाब से हम रंग बदल सकते हैं जो हमें सुरक्षा भी देता है।"

"ऐसा सबके साथ नहीं होता है ना मां! यह तो सच में हमारी विशेषता है।"

"देखो, तुम्हारे कितने दोस्त आ गए हैं। जाओ उनके साथ खेलो!"

"हां मां, मैं खेलने जा रहा हूं और बहुत खुश भी हूं!" नन्हे सी हॉर्स ने अपनी आंखें मटकाते हुए कहा और वह गहरे सागर में अपने दोस्तों के साथ खेलने चला गया।

मानसिक शांति बढ़ाती है आपकी कार्यक्षमता



डॉ. ऋषिमोहन श्रीवास्तव

आज लगभग 80 प्रतिशत लोग कुछ न कुछ कारण से सदैव दुःखी, परेशान और उलझन में बने रहते हैं। उन्हें हमेशा तनाव में देखा जा सकता है। चेहरे पर भी उदासी और शिकन नजर आती है। जबकि विचार किया जाए तो ज्ञात होता है – मानव जीवन सब जीवन में श्रेष्ठ और उत्तम है। इस जीवन में ही व्यक्ति अपनी हर प्रकार की उन्नति कर सकता है। वह न केवल इस जीवन को बेहतर बना सकता है अपितु अगले जीवन की आधारशिला रख सकता है।

सभी प्राणियों में श्रेष्ठ जीवन पाने वाला मनुष्य आज इतना तनाव ग्रस्त क्यों है? उसके पास मानसिक शांति क्यों नहीं है। वह हर समय कुछ न कुछ खुराफात और उलझन में क्यों लगा रहता है? वह हर समय कुछ न कुछ क्यों सोचता है। तनिक देर के लिए भी आज व्यक्ति को चैन और आराम नहीं है। नौकरी करने वाला अपनी नौकरी में ही परेशान–हैरान है। जबकि किसान, व्यापारी या निजी संस्थानों में कार्यरत व्यक्ति कुछ अपने ही ढंग से दुःखी हैं। व्यापारी या दुकानदार कहेंगे–अरे साहब! आपकी नौकरी ही अच्छी है, यहां व्यापार में तो चाहे जब नुकसान हो जाता है। आपकी बंधी हुई तनख्वाह तो आती है। किसानों से उनके हालचाल पूछो तो कहेंगे–खेतीबाड़ी में कोई दम नहीं।

देखा जाए तो बहुत कम लोग हैं जो मान लेते हैं कि हां सब कुछ सही चल रहा है। पूरी सुख–शांति से जीवन गुजर रहा है। बाकी तो सब लोग दिन–रात काम में लगे रहते हैं, मगर उनकी मानसिक शांति न जाने कहां लोप हो गई। घर–गृहस्थी और जीवन के कामों में इस तरह लगे रहते हैं कि अपने स्वास्थ्य पर भी पर्याप्त ध्यान नहीं दे पाते। स्वास्थ्य निरंतर खराब होता जाता है। सभी वर्ग के लोगों को पूरे जीवन–भर आपाधापी का सामना करना पड़ता है। बच्चों की समस्याएं हल करना, पत्नी और घर–गृहस्थी के मसले हल करना। बस, इसी सब में लोग लगे रहते हैं। थोड़ा समय मिला भी तो नौकरी या व्यवसाय को समर्पित हो जाता है। आज की यांत्रिक जिंदगी में व्यक्ति को सिर्फ कुछ घंटे रात्रि में सोने के लिए भले मिल जाते हैं। ऐसे समय भी वह ढेर सारी मानसिक एवं शारीरिक समस्याओं से जकड़ा रहता है। रात्रि में दस बार उसकी नींद खुल जाती है। उसे अच्छी परिपक्व नींद भी नहीं आती। वह कभी–कभी तनाव, हाइपरटेंशन, डिप्रेशन जैसी स्थितियों में भी पहुंच जाता है। इसलिए आवश्यक है घर के दूसरे सदस्य भी एक–दूसरे सदस्यों की समस्याओं का हल निकालें। घर की कोई समस्या है तो परिवार के सभी परिजन मिलकर उसे हल करें। ऐसे में घर के किसी भी एक सदस्य पर अनावश्यक बोझ नहीं पड़ता।

यह निश्चित है कि जब तक व्यक्ति के अंदर मानसिक शांति नहीं होगी तब तक वह अपनी जिंदगी का कोई भी कार्य पूर्ण सक्षमता से, भली–भांति नहीं कर सकता। जब व्यक्ति पूर्णतः शांतचित्त से, अपने लक्ष्य की ओर बढ़ता है तो आप निश्चित मानिए उसे उसके लक्ष्य तक पहुंचने में बड़ी आसानी हो जाती है। वह बड़ी निपुणता और कुशलता से आगे बढ़ता है। उसे प्रसिद्धि और लोकप्रियता भी मिलती है। मानसिक शांति तो एक भाव है जो आपके जीवन को सुव्यवस्थित बनाता है।

कुछ लोग मानसिक शांति के अभाव में अपने समस्त कार्य बिगाड़ते चले जाते हैं। वह हमेशा बहुत जल्दी में और हड़बड़ाहट में बने रहते हैं। घर–परिवार में हमेशा उनकी लड़ाई परिजनों से होती रहती है। कभी बच्चों से झगड़ा होता है तो कभी माता–पिता और पत्नी से लड़ते रहते हैं। इसलिए जो व्यक्ति जिंदगी को खुशहाल और आनंदमय बनाना चाहते हैं, उन्हें सर्वप्रथम जीवन में मानसिक शांति लानी चाहिए। योगासन और व्यायाम इसके बेहतर उपाय हो सकते हैं।

कभी दूसरों के नजरिये से भी जी कर देखिये जिंदगी

f'k[kjpa t S

gekjs समाज में नैतिकता का कैसा ह्रास हुआ है यह देखना हो तो किसी भी दिन का अखबार उठाकर देख लीजिए। रोज इंसानियत और रिश्तों को शर्मसार करनेवाली ऐसी खबरें पढ़ने को मिल जाती हैं जिनकी कल्पना मात्र से आपके पैरों तले की धरती फट जाए। ये घटनाएं इतनी आम होती जा रही हैं कि इनके घटित स्थान और समय का जिक्र करना ही बेमानी है। वजह यह है कि देश के लगभग हर राज्य में, हर शहर में ऐसी अनैतिक घटनाएं घटने लगी हैं।

क्या कभी आपने सोचा है कि हमारे समाज में इतनी नैतिक और भावनात्मक गिरावट कैसे आ गई है? किसी हरे–भरे पेड़ जैसे लहलहाते रिश्ते और इंसानियत सूखे ठूंठ जैसे बेजान और कठोर कैसे होते जा रहे हैं? दरअसल यह समानानुभूति यानी Empathy (एम्पैथी) की कमी के कारण हो रहा है। हम सब कुछ अपने ही नजरिए से देखने की बुरी आदत पाल बैठे हैं। दूसरे के स्थान पर खुद को रखकर सोचने की आदत गुम–सी होने लगी है और सारी समस्या की जड़ हमारा यही सेल्फ सेंटर्ड (स्व–केन्द्रित) रवैया है– खुद को आनंद मिलना चाहिए, दुनिया जाए भाड़ में। आजादी के सुख के लिए मां को धकियाने वाला बेटा, छुट्टियों के आनंद के लिए सहपाठी की हत्या करने वाले बच्चे, संपत्ति का सुख पाने के लिए बाप को मारने वाले बेटे और क्षणिक यौन सुख के लिए पड़ोसी या रिश्तेदार की नन्ही बच्ची के साथ कुकर्म करने वाले वहशी, ये सब के सब इसी सोच के कारण प्राचीन काल के दैत्यों जैसा व्यवहार व आचरण करते हैं।

क्या है समानानुभूति?

अचानक समानानुभूति यानी एम्पैथी शब्द शिक्षाविदों, मनोविज्ञानियों, राजनीतिज्ञों, समाजशास्त्रियों व व्यवहार विशेषज्ञों के बीच चर्चा का विषय बन गया है। अक्सर लोग इसका गलत अर्थ लगा लेते हैं और इसे सहानुभूति यानी सिम्पैथी समझ लेते हैं। दरअसल समानानुभूति में दयालुता या दया जैसा भाव नहीं बल्कि दूसरों की फीलिंग्स समझने और आपके किसी काम या व्यवहार से उन्हें कैसा महसूस होगा या फिर कोई आपके साथ भी वैसा ही व्यवहार करे, तो आपको कैसा महसूस होगा, इसकी अनुभूति जरूरी है। रोमन क्रेजनेरिक ने भी अपनी किताब 'अ हैण्डबुक फॉर रिवोल्यूशन' में इस बात पर जोर दिया है कि आज की तारीख में लोगों में समानानुभूति की भावना होनी कितनी जरूरी है।

संभव है सब में समानानुभूति की जागृति

बीते एक दशक में न्यूरोवैज्ञानिकों ने पाया है कि भले ही इंसान एक स्वार्थी और आत्मकेंद्रित जीव है, लेकिन उसमें परोपकार, सहानुभूति और समानानुभूति के भाव आसानी से जागृत किए जा सकते हैं। इनके अनुसार 98 फीसदी लोगों के दिमाग में 'एम्पैथी सर्किट' होता है। बस इसे सही माहौल से जागृत करने की जरूरत है।

इवोल्यूशनरी बायोलॉजिस्ट फ्रांस डी'वाल ने कहा है कि हम सब सामाजिक जीव हैं, जो एक–दूसरे की परवाह करने के लिए प्रोग्राम्ड हैं। हमारे पूर्वज भी ऐसा करते आए हैं। मनोविज्ञानियों ने भी अपने शोध में पाया है कि हममें शुरू–शुरू में समानानुभूति की दृढ़ भावनाएं रहती हैं। इन्हें आगे चलकर हम कितना बचा कर रख पाते हैं, यह हमारे माहौल और खुद हम पर भी निर्भर करता है। इसे हमें दूसरों में देखना भी चाहिए और फिर उसका खुद भी अनुसरण करना चाहिए। इससे हमारे बच्चे भी वही सीखेंगे और यह सिलसिला आगे बढ़ता जाएगा।

कैसे जागृत हो समानानुभूति?

- समानानुभूति अर्जित करने के बहुत तरीके हैं। ज्यादा से ज्यादा सार्वजनिक समारोहों में शामिल हों, धार्मिक कार्यक्रमों में जाएं, सोशल सर्किल बढ़ाएं। इससे आपके मन में लोगों के प्रति प्रेम व स्नेह तो उत्पन्न होगा ही, आप ज्यादा से ज्यादा लोगों की भावनाएं समझ पाने में भी सक्षम होंगे।
- समानानुभूति के लिए आपको एक एक्टर की तरह व्यवहार करना पड़ेगा। जैसे कोई अभिनेता अपने किरदार में डूब जाता है और उसी की तरह सोचने और

एक्ट करने लगता है, उसी प्रकार आपको उस व्यक्ति की मानसिक स्थिति पर विचार करना होगा जिसके साथ आप व्यवहार कर रहे हैं।

- नॉन वायलेंट कम्यूनिकेशन के संस्थापक और मनोविज्ञानी मार्शल रोसेनबर्ग कहते हैं– 'किसी भी व्यक्ति की मनोदशा, उसकी मानसिक स्थिति और जरूरत को समझने के लिए आपको उसकी बातें सुननी चाहिए। चाहे वह आपका अधीनस्थ कर्मचारी हो, मित्र हो, जीवनसाथी हो, संतान हो या फिर माता–पिता हों।
- पति–पत्नी में ज्यादातर झगड़े इसी बात पर होते हैं कि दोनों को लगता है कि वे उनकी परवाह नहीं करते और उनके मन की बात समझने की कोशिश नहीं करते। बस, इसीलिए अलगाव और तलाक के मामले भी बढ़ते जा रहे हैं।
- अगर आप सचमुच अपने संबंधों की परवाह करते हैं और जीवनसाथी या फिर किसी भी व्यक्ति के साथ रिश्तों को सरस रखना चाहते हैं तो खुद में समानानुभूति का गुण विकसित करें।
- कभी मौका मिले तो बैठकर लोगों से उनके दिल की बात सुनें। यकीन मानिए जब आप ऐसा करेंगे, तो वे भी आपको इतना ही महत्व देंगे। एक नेटिव अमेरिकन कहावत है, 'दूसरे की बुराई करने से पहले उसके जूते पहन कर एक मील पैदल चलो।' जैसे हमारे यहां कहते हैं, 'जाके पैर न फटी बिवाई, वो क्या जाने पीर पराई।'
- आपने लोक–कथाओं व पौराणिक कथाओं में पढ़ा होगा कि कैसे दूसरों का दुःख–दर्द जानने के लिए या उनके मन की भावनाओं को समझने के लिए राजा–महाराजा वेष बदलकर गरीबों व दुखियारे लोगों के बीच रहते थे। इसके पीछे समानानुभूति उत्पन्न करना ही उद्देश्य था।
- समानानुभूति रखने वाले लोगों में एक खास गुण होता है। वे अजनबी लोगों से भी बातचीत करने और उनके बारे में जानकारी लेने में दिलचस्पी रखते हैं। ये बस या ट्रेन में अपने बगल में बैठे व्यक्ति से भी आसानी से घुल–मिल जाते हैं।

हां, अगर आप भी ऐसी कोशिश करते हैं तो बस एक मूल बात का ध्यान रखें, 'उत्सुक बनें लेकिन उनके परीक्षक नहीं।

- किताबें पढ़ने और सकारात्मक फिल्में देखने की आदत भी आपकी कल्पनाशक्ति को बढ़ाती है और आपको दूसरे की फीलिंग्स का सही–सही अंदाजा लगाना सिखाती है। अगर आपको एम्पैथी पर ढेर सारी सामग्री पढ़नी है और इस कला में पारंगत होना है तो आप दुनिया की पहली ऑनलाइन एम्पैथी लाइब्रेरी www.empathylibrary.com की साइट पर उपन्यास, नॉन फिक्शन, फीचर फिल्म, बच्चों की किताबें और वीडियो देख सकते हैं।

फायदे समानानुभूति के

- हैप्पीनेस गुरु मार्टिन सेलिगमैन कहते हैं, 'ऐसा करना न सिर्फ आपके अकेलेपन या उदासी के अहसास को दूर करता है बल्कि आपको संतुष्टि और खुशी भी देता है। आप हर हफ्ते कम से कम एक अजनबी से बात करने की आदत जरूर डालें।
- आप बिना कहे लोगों की बात और उनकी भावनाएं समझ सकते हैं।
- इससे आप एक अच्छे बिजनेसमैन और सेल्समैन भी बन सकते हैं।
- अपने इर्द–गिर्द के लोगों को आसानी से मोटिवेट कर सकते हैं।
- लोगों को अपनी बात ज्यादा आसानी से समझा सकते हैं।
- अपने ग्राहकों की जरूरत और उनके मन की बात समझ सकते हैं।
- आपके शब्दों और व्यवहार का लोगों पर क्या असर पड़ रहा है, यह आसानी से जान सकते हैं।
- कोई आपके प्रति दुराग्रह या शत्रुभाव रखता है, तो सावधान रह सकते हैं।

कोरोना महामारी के सच कड़वे तो हैं, पर मीठे भी

पदमचंद पटावरी

हजारों वर्षों का ज्ञात इतिहास इस जीवंत सत्य का साक्षी है कि जब–जब प्रकृति की नाराजगी सामने आई है दुर्भिक्ष, बाढ़, भूस्खलन, ज्वालामुखी, अतिवृष्टि एवं विविध रूपी महामारियों, वीमारियों के पीड़ादायी दौर देश और दुनिया ने झेले हैं। इसका बहुत बड़ा खामियाजा उस समय की वर्तमान पीढ़ी को भोगना पड़ा है।

एक बार फिर लगभग पूरा विश्व एक भयंकर प्राकृतिक त्रासदी का शिकार हुआ है। 'कोविड–19' के रूप में, इस विश्वव्यापी महामारी ने समूचे विश्व के ताने–बाने को इस कदर प्रभावित कर दिया है कि अभी तक इससे उबरा नहीं जा सका है। पश्चिमी देशों में तो कोरोना महामारी के दूसरे चरण की तीव्रता ने एक बार समस्त स्वास्थ्यपरक व्यवस्थाओं को धता बताकर नई चुनौतियां खड़ी कर दी हैं। यह नया दौर भारत सहित उन सभी देशों के कान खड़े कर रहा है जिन्हें अब संकट को पार करने का किनारा दिखाई दे रहा था।

कोरोना महामारी ने देश–दुनिया के हर तबके को प्रभावित किया है। व्यापार, व्यवसाय जगत में भी लम्बे ठहराव ने अनगिनत समस्याएं पैदा कर दी हैं। जनता के जीवनयापन के संसाधन भी इससे हत–प्रतिहत हुए हैं। जन–जीवन को सुरक्षित रखने में अधिकांश क्षमताएं नियोजित की जा रही हैं। जब कोरोना के विकट दौर का स्मरण करते हैं तो सिहरन–सी पैदा हो जाती है कि किस प्रकार पूरे के पूरे परिवार संक्रमित होते गए। अस्पतालों में कोरोना मरीजों की बेहताशा भीड़ और बेड नहीं होने जैसी स्थितियां भी सामने आई।

दिल्ली के एक सज्जन ने बताया था कि एक अत्यधिक प्रभावित रोगी को पच्चीस से तीस अस्पतालों के दरवाजे खटखटाने के बाद रात के 12 बजे एक जगह प्रवेश मिल सका क्योंकि रोगी को वेंटिलेटर पर लेना था।

जिस परिवार के सभी सदस्य संक्रमित हुए, उनका खाना कौन बनाए। कोई सेवार्थ घर में प्रवेश के लिए तैयार नहीं। हो भी कैसे? बड़े व संपन्न परिवारों की महिलाओं द्वारा स्वयं घर और किचन की साफ–सफाई के दौर ने उस जमाने की स्मृति करा दी जब घर का सब काम अपने हाथ से करना ही जरूरी होता था। कोरोना महामारी ने सचमुच बहुत कुछ सोचने–समझने के लिए मजबूर कर दिया।

इस महामारी को निकट परिप्रेक्ष्य में देखें तो बड़ी पीड़ा होती है कि हमने अनेक अनुभवी, प्रवीण सुश्रावकों, वरिष्ठ कार्यकर्ताओं, उभरते नौजवानों, बुजुर्गों, बालकों, माताओं और

बहिनों को असमय खोया है। इसमें उम्र का कोई पैमाना नहीं रहा। अनेक परिवार उजड़ चुके हैं। जो व्यक्ति संक्रमित होने के बाद निगेटिव हो गए हैं, उनकी शारीरिक स्वस्थता को लौटने में महीनों लग सकते हैं। देखा गया कि महानगरों, शहरों से संक्रमण की खबरें अधिक रहीं। इसका कारण जीवनशैली से जुड़ा हुआ अधिक रहा है। साथ ही अनेक प्रकार की लापरवाहियां, बीमारी को हल्के में लेना, निर्धारित मानदण्डों का अतिक्रमण करना एवं समय रहते पर्याप्त इलाज में कोताही बरतना इसके मूलभूत कारण रहे हैं।

निश्चित रूप से कोरोना के भयावह रूप से गुजरने को हम बाध्य हुए। इसके दुष्परिणाम हमारे सामने हैं जिससे उबरने में कड़ी मशक्कत करनी पड़ रही है, आगे भी करनी पड़ेगी। यह कड़वा सच है जिससे संपूर्ण दुनिया रुबरू हुई है। एक बहुत बड़े दार्शनिक ने कहा है कि व्यक्ति को दुःख में से सुख निकालने की प्रवृत्ति से भी गुजरना चाहिए। इस कथन के परिप्रेक्ष्य में यदि हम चिंतन करें, तो हम इस विकट स्थिति में अनुकूल साइड इफेक्ट भी ढूंढ सकते हैं। दूसरे शब्दों में कड़वे सच के इस दौर में कुछ मीठे सच भी प्राप्त कर सकते हैं।

सच यह है कि अनेक दृष्टियों से यह कोरोना महामारी स्वयं एक वैक्सीन बनकर आई है जिसने वर्षों से पनप रही सामाजिक, राष्ट्रीय एवं समसामयिक क्षेत्रों की अनेक वर्जनाओं को जड़–मूल से मिटाने की परिस्थितियां पैदा की हैं।

समाज के परिदृश्य में हम दिन–प्रतिदिन देखते हैं कि अर्थशक्ति की प्रचुरता ने हमारी जीवनशैली को क्षत–विक्षत कर दिया है। इसने हमारे सामाजिक सरोकारों की छवि को विद्रूप बनाने में कोई कोर–कसर नहीं छोड़ी है। अर्थ की प्रतिस्पर्द्धा, एक–दूसरे को पछाड़ कर आगे आने की मनोवृत्ति, अर्थ के दुरुपयोग, दिखावा और शान–शौकत जैसे बाह्य आडम्बरों ने सामाजिक समरसता को भारी नुकसान पहुंचाया है।

हमारे विवाह आदि समारोह एक समय में हमारे घर–आंगन की शोभा होते थे। उन्हें हम भूलकर अपने समाज के नोहरों, सभा भवनों तक को पीछे छोड़कर भव्य होटलों तक पहुंच गए हैं। आडम्बरों की इतिश्री नहीं हो रही है। इतना कुछ करके भी समाज का एक वर्ग संतुष्ट नहीं है। पर इस कोरोना महामारी ने पूरे समाज को आईना दिखा दिया है। अर्थ के बल पर उपजी इन मानसिकताओं को भी घुटने टेकने पड़े हैं। यह बात सच है कि यह बदलाव और परिवर्तन क्या मात्र मजबूरी है या वास्तविक सत्य के प्रति समर्पण है, यह वक्त के तराजू पर ही तुल सकता है।

बदलती हुई जीवनशैली और खानपान की बात करें तो हम स्वयं चिंता का अनुभव करते हैं कि हम किस दिशा की ओर आगे बढ़ रहे हैं। फास्ट फूड पैक्ड फूड, होटल एवं रेस्तरां संस्कृति ने एक तरह से अप्राकृतिक खानपान को मंजूरी–सी दे दी है। सुबह का खाना बमुश्किल किचन में और रात का खाना रेस्तरां में, यह जीवनशैली पनप रही है। यानी एक पैर किचन में तो दूसरा पैर रेस्टोरेंट में। जो लोग ऐसा करते और कहते थे, कोरोना महामारी और लॉकडाउन ने उन सबके होश भी ठिकाने लगा दिये। काम चला या नहीं चला, पर संयम का मूल्य समझने का यह बहुत बड़ा संदेश कोरोना ने दिया है।

नशे की लत विष बेल की तरह समाज में बढ़ती हुई सामाजिक जीवन को अंदर से खोखला कर रही है। किसे नशामुक्त मानें। माना नशा करने वालों का प्रतिशत कम होगा पर किसका विश्वास करें। जो लोग नशामुक्ति के जय घोष लगाते हैं वे भी पर्दे के पीछे कई बार नंगे दिखाई देते हैं। जो लोग खुले रूप में प्रतिदिन नशे के आदी हैं, जिनके लिए बिना शराब के एक घंटा निकालना मुश्किल होता था, कोरोना से उपजे लॉकडाउन ने उन्हें भी थमने के लिए मजबूर कर दिया। शराब की दुकानों पर लगने वाली लाइनें बंद हो गईं। बिना शराब के जीवनयापन हुआ या नहीं? नशा सिर्फ मानसिक कमजोरी है, उससे हमेशा के लिए मुक्त हुआ जा सकता है। कोरोना महामारी का सार्थक संदेश यदि स्वीकार कर लिया जाए तो नशामुक्त समाज की परिकल्पना को नया आधार प्राप्त हो सकता है।

राष्ट्रीय स्तर पर गंगा, यमुना आदि पवित्र नदियों को प्रदूषण मुक्त करने की हजारों–करोड़ों रुपये की योजनाएं भी जो नहीं कर पाईं, कोरोना महामारी के लॉकडाउन ने एक बार तो इनकी पवित्रता को लौटा दिया। पानी निर्मल बन गया, कारण था कि प्रतिदिन हजारों टन कचरा जो इनमें डाला जाता था वो एक बार थम गया। कोरोना का संदेश था कि स्वयं हम अपने आचरण से दूसरे की पवित्रता को प्रदूषित करते हैं। इस पर गंभीर विचार करना उचित है।

राष्ट्रीय स्तर पर गंगा, यमुना आदि पवित्र नदियों को प्रदूषण मुक्त करने की हजारों-करोड़ों रुपये की योजनाएं भी जो नहीं कर पाई कोरोना महामारी के लॉकडाउन ने एक बार तो इनकी पवित्रता को लौटा दिया। पानी निर्मल बन गया, कारण था कि प्रतिदिन हजारों टन कचरा जो इनमें डाला जाता था वो एक बार थम गया।

संयुक्त परिवार व्यवस्था के कमजोर पड़ने के पश्चात् बदलते परिवेश ने परिवार की पीढ़ियों में बढ़ते दुराव तथा हर नई पीढ़ी की पुरानी पीढ़ी से स्वयं को अधिक समझदार समझने की मनोवृत्ति को जन्म दिया है। शिक्षा और व्यवसाय के

नाम पर बिखरते परिवारों की क्षेत्रीय दूरी वो भी विदेशों तक पहुंच गई, नई पीढ़ी में बौद्धिकता और आर्थिक समृद्धि से पनपे अनचाहे अहं आदि ने परिवारों का स्वरूप ही बदल दिया है। बताया गया कि कोरोना के चलते लागू लॉकडाउन में पहली बार परिवार की तीन–तीन, चार–चार पीढ़ियां एक छत के नीचे महीनों तक रहीं, लगता था कि संयुक्त परिवार व्यवस्था की रौनक एक बार लौट कर आ गई हो। एक साथ रहने, खाने–पीने, एक–दूसरे को निकटता से जानने, हकीकत से रूबरू होने का यह अपूर्व संयोग था। आपस में कैसी बात, व्यवहार हो, कैसी मान–मर्यादा रहे, परिवार का गौरव क्या होता है, बच्चे दादा–दादी के वात्सल्य से कैसे सराबोर हो सकते हैं, ये सारे बिंदु आंखों के सामने थे। इस बदलते परिवेश में परिवारों का कितना क्षरण हुआ है यह जानने का भी अपूर्व अवसर था। यह सब कुछ कोरोना महामारी का मीठा सच था। काश! इससे उपजी सोच हमारे पारिवारिक परिवेश में आगे भी समाहित होती रहे।

सामाजिक रूढ़ियों, अर्थहीन परम्पराओं पर तीखे प्रहार के साथ द्वि शताब्दी समारोह के अवसर पर इसी पवित्र मेवाड़ की धरती से अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री तुलसी ने समाज में नए मोड़ की बात की। इसे अभियान का रूप दिया गया। सैकड़ों–सैकड़ों कार्यकर्ता इस अभियान का हिस्सा बने। अनेक कुरूढ़ियों को हारकर समाप्त होना पड़ा। पर वक्त के साथ नई रूढ़ियां मुखौटे बदलकर फिर समाज पर हावी हो जाती हैं। इनके साथ अर्थ की सत्ता के जुड़ाव से इनकी उम्र बढ़ जाती है। जब बाह्य आडम्बरों की बात करते हैं तो चर्चा का केन्द्र समाज का एक अर्थ सम्पन्न तबका होता है।

बाह्य आडम्बरों के बढ़ते रूप से आर्थिक दृष्टि से कमजोर तबके की नजरों में अर्थ सम्पन्न लोग आंखों की किरकिरी बन रहे हैं। पूर्वांचल भारत, असम, बिहार, बंगाल में हमने निकटता से देखा और अनुभव किया है कि वहां के मूल लोग प्रवासी समाज के सदस्यों को कभी देव तुल्य सम्मान देते थे। पर बढ़ते आडम्बरों और शान–शौकतपूर्ण कृत्यों से वे अब इतने आक्रोशित हैं कि वहां धनपतियों की नींद उड़ रही है। बहुतों को तो पलायन तक करना पड़ा है।

जिनके लिए बिना शराब के एक घंटा निकालना मुश्किल होता था, कोरोना से उपजे लॉकडाउन ने उन्हें भी थमने के लिए मजबूर कर दिया। शराब की दुकानों पर लगने वाली लाइनें बंद हो गई, बिना शराब के जीवनयापन हुआ या नहीं। नशा सिर्फ मानसिक कमजोरी है उससे हमेशा के लिए मुक्त हुआ जा सकता है। कोरोना महामारी का सार्थक संदेश यदि स्वीकार कर लिया जाए तो नशामुक्त समाज की परिकल्पना को नया आधार प्राप्त हो सकता है।

कोरोना महामारी इस दृष्टि से हमारे लिए दिशा–सूचक बनी है। आवश्यकता है हम इसे सकारात्मक रूप से स्वीकार करें। कोरोना महामारी के पीड़ादायी दौर से हमारा देश, हम सब पुनः मूल स्थिति में लौट रहे हैं। हमारे देश के लिए यह सुखद समाचार है कि संक्रमितों की संख्या में निरंतर कमी आ रही है।

भारत में रिकवरी रेट पूरी दुनिया में उच्चतम है। हमने अपनों को खोया है, जो हमारे राष्ट्र और समाज की क्षति है, पर न्यूनतम मृत्युदर में भी हम अव्वल हैं। अब वक्त है बीमारी के पूर्ण समाधान के प्रयास का और यह आशा और विश्वास बढ़ा है हमारी स्वदेशी कोरोना वैक्सीन के आने से यह बुरा दौर गुजरने पर है, पर निश्चित ही यह अनेक खट्टी–मीठी यादें छोड़कर जायेगा।

हम उम्मीद करें कि कोरोना महामारी से उपजे बदलाव और सुधार जो हमारी जीवनशैली में घटित हुए हैं, वे क्रमशः स्थायी स्वरूप धारण करें। इसे हम सब मिलकर सकारात्मक रूप से स्वीकार करें। यह संताप व संकट का अवसर हमारे बीच से गुजरा है जिसने अनेक प्रकार की विकृतियों, समस्याओं और अवधारणाओं से मुक्त होने की चाबी हमें प्रदान की है। अवश्यमेव यह बदलाव सार्थक बदलाव की दिशा में दिन–प्रतिदिन आगे बढ़ता रहेगा। जैसा कि वैज्ञानिक, एक्सपर्ट और डॉक्टर्स बराबर बता रहे हैं कि वैक्सीन का आना तथा टीकाकरण हो जाना इस अभियान का अंत नहीं है। अभी हमें सतर्कता ज्यों की त्यों बरतनी पड़ेगी जिसमें मास्क और दो गज की दूरी हमारे दैनन्दिन जीवन की आदत बन जानी चाहिए।

एक बहुत बड़ी बात डार्क्टर्स द्वारा कही गई है कि कोरोना वैक्सीन लगने के बाद शराब को पूर्णतः अलविदा कहना पड़ेगा। जो व्यक्ति शराब का सेवन करता रहेगा, उस पर वैक्सीन के प्रभाव पर प्रश्नचिह्न लग सकते हैं। यह सूत्र अणुव्रत आंदोलन के नशामुक्ति अभियान को भी पुष्ट करता है। शराब के नशे से उबारने एवं जनचेतना को जागृत करने का अभियान चलाने का, उसे और गतिशील बनाने का यह सर्वोत्तम समय है। इससे कोरोना संक्रमित देश के करोड़ों लोगों को, जन–जन को नशे से मुक्त होने का मंत्र प्राप्त हो जायेगा।

जीवन रक्षा के आध्यात्मिक उपाय

डॉ. शुद्धात्मप्रकाश जैन

चार वेद, छह वेदांग, न्याय, मीमांसा, धर्म और पुराण– इन चौदह विद्याओं से भी अध्यात्म विद्या को श्रेष्ठ कहा गया है। अध्यात्म शब्द अधि+आत्म से मिलकर बना है। अधि अर्थात् अंतरंग। अंतरंग आत्मा से सम्बन्धित विद्या ही अध्यात्म विद्या कहलाती है। यह आत्मा सदा अजर–अमर है, जन्म–मरण तो मात्र शरीर का होता है। भारतीय एवं पाश्चात्य– सभी अध्यात्म ग्रन्थों में एक बात सुनिश्चित ही है कि जो जन्मा है, उसका मरण सुनिश्चित है। यही गीता में कहा है–

जातस्य हि ध्रुवो मृत्युर्ध्रुवं जन्म मृतस्य च।
तस्मादपरिहार्येऽर्थे न त्वं शोचितुमर्हसि।।

अर्थात् जो जन्मा है, वह निश्चित ही मरेगा, अतः उसके परिहार हेतु शोक करना उचित नहीं है।

यही बात जैनाचार्य कुन्दकुन्द परम आध्यात्मिक ग्रन्थ समयसार के बंधाधिकार में लिखते हैं–

जो मण्णदि हिंसामि य हिंसिज्जामि य परेहिं सत्तेहिं।
सो मूढो अण्णाणी णाणी एत्तो दु विवरीदो।।
आउक्खयेण मरणं जीवाणं जिणवरेहिं पण्णत्तं।
आउं ण हरेसि तुमं कह ते मरणं कदं तेसिं।।

अर्थात् मैं अन्य को मारता हूं, या अन्य मुझे मार सकते हैं, यह मान्यता अज्ञान है, ऐसा जिनेन्द्र देव कहते हैं, क्योंकि अपने आयुकर्म के क्षय से ही मरण होता है। तुम किसी के आयुकर्म का हरण कैसे कर सकते हो और कोई अन्य तुम्हारी आयु का हरण कैसे कर सकता है? अतः कोई किसी को मार नहीं सकता। यहां विस्तारभय से दो गाथायें केवल नमूने के तौर पर उद्धृत की गई हैं, किन्तु प्रकरण में सात गाथाओं द्वारा यह विषय स्पष्ट किया गया है। वहां और भी कहा है कि तुम अन्य को बचा सकते हो या अन्य तुमको बचा सकते हैं, यह मान्यता भी अज्ञान है, क्योंकि सब अपने आयुकर्म से जीवित रहते हैं और तुम किसी को आयुकर्म दे नहीं सकते हो और अन्य कोई भी तुम्हें आयु दे नहीं सकता। अतः कोई किसी को बचा नहीं सकता। इसी प्रकार कोई किसी को सुखी–दुःखी भी नहीं कर सकता, क्योंकि सब अपने कर्मों से ही सुखी–दुःखी होते हैं, क्योंकि कोई किसी को कर्मों का आदान–प्रदान कर ही नहीं सकता है।

यह केवल जैनाचार्यों की ही बात नहीं है, अपितु दुनिया के हर धर्म–दर्शन में इस विचारधारा को ही सम्पुष्ट किया गया है। अतः उपर्युक्त विवरण से जीवनरक्षा का तो प्रश्न ही नहीं होता, अपितु आयु को भी किंचित् मात्र नहीं बढ़ाया जा सकता है। सांसें सब नियत हैं। बालक जब जन्मता है, तभी यह सुनिश्चित हो जाता है कि वह कब और कैसे मरेगा। इसी को आचार्य कार्तिकेय स्वामी अपने ग्रन्थ कार्तिकेयानुप्रेक्षा में और अधिक स्पष्ट करते हैं–

जं जस्स जम्मि दसे जेण विहाणेण जम्मि कालम्मि।
णादं जिणेण णियदं जम्म ' वा अहव मरणं वा।।
तं तस्स तम्मि देसे तेण विहाणेण तम्मि कालम्मि।
को सक्कदि वारेदुं इंदो वा तह जिणिंदो वा।।

अर्थात् जिस जीव के, जिस देश में जिस काल में, जिस विधान से, जो जन्म अथवा मरण जिनदेव ने नियत रूप से जाना है, उस जीव के, उसी देश में, उसी काल में उसी विधान से, वह अवश्य होता है। उसे इन्द्र अथवा जिनेन्द्र कौन टालने में समर्थ है? अर्थात् कोई नहीं। अतः यह भी सुनिश्चित है कि जब, जहां, और जैसे जिसका मरण अथवा जन्म होना है, वह तभी, वहीं और वैसे ही होगा।

कहा जाता है कि जीवनरक्षा के लिए अमृत से श्रेष्ठ कुछ नहीं होता। अध्यात्मामृत से ही यह जीवनरक्षा संभव है। इसी प्रकार के भाव मनुस्मृति में व्यक्त किये गये हैं–

सर्वेषामपि चैतेषामात्मज्ञानं परं स्मृतम्।
तद्धयग्रयं सर्वविद्यानां प्राप्यते ह्यमृतं ततः।।

अर्थात् सर्वविद्याओं में एक आत्मज्ञान को ही सबसे प्रमुख और उत्कृष्ट माना गया है, क्योंकि उसी से अमृत की प्राप्ति होती है। वास्तव में यही अमृत जीवनरक्षा का श्रेष्ठ उपाय है।

अतः जीवनरक्षा के उपाय वास्तव में पूर्वकर्मों के आधार पर जो आयुकर्म हमने प्राप्त किया है, उसी के अनुसार संभव है। इससे एक बात और समझ में आती है कि अन्याय, अनीति, भ्रष्टाचार आदि के माध्यम से हमें अपने जीवन की रक्षा करने का निरर्थक प्रयास नहीं करना चाहिए, क्योंकि इससे आयु तो नहीं बढ़ेगी, लेकिन नवीन कर्मबन्धन अवश्य ही होगा। कुछ लोग स्वास्थ्य के नाम पर हिंसक एवं अभक्ष्य औषधि आदि का सेवन करते हैं, जिनके निर्माण में हिंसा और अन्याय छिपा होता है, उनसे अवश्य ही बचना चाहिए। यदि सत्कर्म शेष रहेंगे तो हम स्वयमेव ही सुरक्षित रहेंगे। व्यक्ति किसी भी अन्य द्रव्य से सुरक्षित नहीं रहता, अपितु अपने सत्कर्मों से ही रहता है, अतः दृष्टि को पराधीन न कर स्वाधीन करने में ही भलाई है।

हमारे होनहार बच्चे

रजनीकान्त शुक्ल

हमारे देश का नाम भारत उन महाप्रतापी भरत के नाम पर है जिन्होंने बचपन में शेर के दाँत गिने थे। न केवल बहादुरी और साहस बल्कि बुद्धिमत्ता, समाजसेवा, विज्ञान के आविष्कार, खेल, नवाचार, कला और संस्कृति व शिक्षा जैसे अनेक क्षेत्र हैं जिनमें देश के बच्चे अपनी अभिरुचि से आगे बढ़कर कीर्तिमान स्थापित कर रहे हैं।

प्रतिवर्ष गणतंत्र दिवस के अवसर पर दिए जाने वाले **'प्रधानमंत्री राष्ट्रीय बाल पुरस्कार'** ऐसे ही प्रतिभाशाली बच्चों को पहचान कर उन्हें विभिन्न क्षेत्रों में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। इसके साथ ही बच्चों के लिए असाधारण कार्य करने वाले संस्थानों और व्यक्तियों के प्रयासों को मान्यता देते हैं।

यह पुरस्कार भारत के माननीय राष्ट्रपति द्वारा प्रदान किया जाता है। **'बाल शक्ति पुरस्कार'** के पुरस्कार विजेता गणतंत्र दिवस की परेड में भाग लेते हैं।

वर्ष 2021 के लिए 'बाल शक्ति पुरस्कार' के लिए 32 बच्चों को चुना गया। इनमें कला और संस्कृति श्रेणी में विशाखापट्टनम की बारह वर्ष की कुमारी अमेया लगुडू , उत्तराखण्ड (देहरादून) के सोलह वर्षीय अनुराग रमोला कोरोना की लॉकडाउन अवधि के दौरान चित्रकला की ऑनलाइन प्रतियोगिताओं में सर्वाधिक पुरस्कार प्राप्त करने का विश्व रिकॉर्ड कायम कर देश का नाम रोशन कर चुके हैं।

केरल के तिरुअनंतपुरम की सत्रह वर्षीय कुमारी हृदया आर कृष्णन, पश्चिम बंगाल के पश्चिमी मेदिनीपुर जिले के सोलह वर्षीय सौहार्द्य डे को पौराणिक कथाओं के लेखन में, कामरूप (असम) के सोलह वर्षीय तनुज समद्दार चित्रकारी के जरिए सामाजिक मुद्दों के प्रति जागरूक करने के लिए, मणिपुर राज्य के पश्चिम इम्फाल से पन्द्रह वर्षीय वनीश कीशम को पर्यावरण पर चित्रकारी के लिए, उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ से मात्र दस वर्ष के व्योम आहूजा को चुना गया।

साहस वीरता पराक्रम श्रेणी में कोरोना में लॉकडाउन के दौरान अपने पिता को हरियाणा से साइकिल से बारह सौ किलोमीटर का सफर तय करके अपने शहर दरभंगा बिहार ले जाने वाली सोलह वर्षीय ज्योति कुमारी, चौदह वर्ष के महाराष्ट्र नांदेड के कामेश्वर जगन्नाथ बाघमारे जिन्होंने दो लड़कों को नदी में डूबने से बचाया, उत्तरप्रदेश के बाराबंकी जिले के पन्द्रह वर्षीय दिव्यांश सिंह को अपनी बहन को बदमाशों से बचाने के लिए प्रदान किया गया।

नवाचार श्रेणी में जलगाँव (महाराष्ट्र) के चौदह वर्ष के अर्चित राहुल पाटिल, सिक्किम राज्य के पन्द्रह साल के आयुश रंजन, उत्तरप्रदेश के गौतमबुद्धनगर के सोलह वर्ष के चिराग भंसाली, जम्मू कश्मीर राज्य के तेरह साल के हरमनजोत सिंह, तेलंगाना राज्य के रंगारेड्डी जिले के तेरह साल के हेमेश चदलवाड़ा, लुधियाना (पंजाब) की तेरह साल की नाम्या जोशी, कर्नाटक राज्य के दक्षिण कन्नड़ जिले के पन्द्रह वर्ष के राकेश कृष्ण को खेती के क्षेत्र में नए आविष्कार के लिए, महाराष्ट्र के नागपुर के सोलह वर्षीय श्रीनभ मौजेश अग्रवाल, कर्नाटक राज्य के बेंगलुरू से दस वर्ष के वीर कश्यप को पुरस्कार प्रदान किया गया।

ज्ञानार्जन श्रेणी में राजस्थान के कोटा के सोलह वर्षीय आनन्द जिन्होंने गणित विषय में विशेष योग्यता अर्जित की, हरदा (मध्यप्रदेश) के सत्रह वर्षीय अनुज जैन ने रसायन विज्ञान और गणित की प्रतियोगिताओं में भाग लेकर राष्ट्रीय स्तर पर उपलब्धियाँ पाईं। ओडिशा के खोरधा के चौदह साल के अन्वेश शुभम प्रधान, जिन्हें अवतक गणित और अन्य विषयों में प्रतिभा प्रदर्शन के लिए दो सौ से अधिक राष्ट्रीय–अंतर्राष्ट्रीय

पुरस्कार मिल चुके, सम्मानित हुए। अलीगढ़ (उत्तरप्रदेश) के सत्रह वर्षीय मोहम्मद शादाब जिन्हें अमेरिका ने अपने यहाँ बुलाकर सम्मानित किया तथा महाराष्ट्र के पुणे के तेरह वर्षीय सोनित सिसोलेकर को पुरस्कृत किया गया।

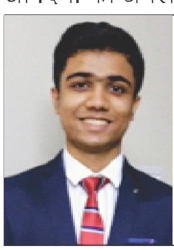
समाज सेवा के क्षेत्र में प्रेरक और निस्वार्थ कार्यों के लिए तमिलनाडु के चेंगलपट्टू की सात वर्ष की प्रसिद्धसिंह को साढ़े तेरह हजार फलदार पौधे लगाने के लिए पुरस्कार दिया गया, वे आने वाले दो वर्षों में एक लाख फलदार वृक्ष लगाएंगी।

खेलों में अपनी प्रतिभा की चमक दिखाने वाली त्रिपुरा राज्य की अर्शिया दास को राज्य और राष्ट्रीय स्तर पर शतरंज के खेल के लिए, मुम्बई की तेरह वर्ष की काम्या कार्तिकेयन को पर्वतारोहण के लिए अहमदाबाद (गुजरात) की पन्द्रह साल की खुशी चिराग पटेल को फिगर स्केटिंग के लिए, राजकोट (गुजरात) के ही सत्रह वर्ष के मंत्र जितेन्द्र हरखानी को तैराकी, इलाहाबाद (उ.प्र.) के सत्रह वर्षीय मोहम्मद राफे को जिमनास्टिक में, इंदौर (मध्य प्रदेश) की बारह वर्ष की पलक शर्मा को डाइविंग में तथा रांची (झारखण्ड) की सोलह वर्षीय सविता कुमारी को तीरंदाजी में पुरस्कार प्रदान किया गया।

प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी ने इन बच्चों से बात करते हुए कहा कि इतनी कम उम्र में आपके काम हैरान कर देने वाले हैं। पर्वतारोहण में नाम कमाने वाली मुम्बई की काम्या से बात करते हुए उन्हें भविष्य के लिए बधाई दी। झारखंड की सविता कुमारी से बात करते हुए उन्हें ओलम्पिक पदक जीतने के लिए प्रेरित किया। प्रधानमंत्री से बातचीत के दौरान मणिपुर की वनीश कीशम ने अपने अन्य शौक गाना और बागबानी बताए और एक लोकगीत गाकर सुनाया।

'बाल शक्ति पुरस्कार' के तहत पाँच वर्ष से अट्ठारह वर्ष तक के बच्चों को विशेष रूप से नवाचार, सामाजिक सेवा, शैक्षिक, खेल कला और संस्कृति और बहादुरी के क्षेत्र में पुरस्कृत किया जाता है, जिसमें एक पदक, एक लाख रुपए का नकद पुरस्कार, एक प्रमाण–पत्र व एक प्रशस्ति पत्र दिया जाता है। 'बाल कल्याण पुरस्कार' बाल कल्याण के क्षेत्र में उल्लेखनीय कार्य करने वाले व्यक्तियों और संस्थाओं को दिया जाता है। इसमें व्यक्तियों के लिए प्रत्येक पुरस्कार में एक पदक, एक लाख रुपए का नकद पुरस्कार, एक प्रशस्ति पदक और एक प्रमाण पत्र होता है। जबकि इस क्षेत्र में काम करने वाली संस्थाओं को पाँच लाख रुपए का नकद पुरस्कार, एक प्रशस्ति पत्र व एक प्रमाण–पत्र प्रदान किया जाता।

इन पुरस्कारों के लिए आवेदन **www.nca-wcd.nic.in** पर स्वीकार किए जाते हैं। अगले वर्ष जनवरी के महीने में दिए जाने वाले पुरस्कारों के लिए आवेदन पत्र संबंधित वर्ष के **31 अगस्त** तक जमा किए जा सकते हैं। इसके बाद प्राप्त आवेदनों को अगले वर्ष में पुरस्कारों के लिए माना जाता है।

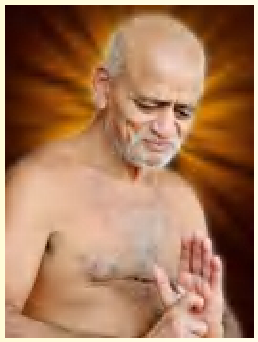


भारत सरकार द्वारा प्रधानमन्त्री राष्ट्रीय बाल पुरस्कार से सम्मानित **चिराग भंसाली** राजस्थान के छापर का मूल निवासी है। नोएडा प्रवासी श्री राजेन्द्र रजनी भंसाली का सुपौत्र और नीरज ऋतु का सुपुत्र चिराग बहुमुखी प्रतिभा का धनी है। चिराग द्वारा विकसित एप Swadeshi Tech के 1,50,000 से भी अधिक यूजर्स हैं।

आत्म-दर्शन

जरूरी है संयम

आचार्य विद्या सागर



संयम का मतलब होता है व्रत–नियम में बंध जाना। हरेक क्षेत्र में संयम की बड़ी आवश्यकता है। जब तक बंधान (संयम) नहीं है, तब तक मुक्ति नहीं है। जिस प्रकार ऊंट के लिए नकेल, घोड़ों के लिए लगाम, मोटर के लिए ब्रेक की आवश्यकता है, उसी प्रकार मनुष्य के लिए ब्रेक, बंधन यानी संयम की आवश्यकता है।

मनुष्य पर ब्रेक नहीं हो तो इससे ज्यादा खतरा और किसी से नहीं होता। जब संयम नहीं है और मस्तिष्क में विकार आ जाता है, तब वह किसी को सुखी नहीं बना सकता। हम दूसरे पदार्थों को कंट्रोल में रखकर व्यवस्था देख रहे हैं, परंतु अपने पर कंट्रोल नहीं चाहते। समीचीन रूप से जो चलना, जानना और आचरण करना है, उसका नाम संयम है। संयम का अर्थ है प्राण और इन्द्रियों को कंट्रोल में रखना। जब ज्ञान धारा जानने की शक्ति को बिना कंट्रोल के छोड़ देते हैं, तभी दु:ख का अनुभव होता है।

कहानी

प्रस्थान

जसविंदर शर्मा

मेजर विनोद आज भी उसी तरह चुस्त गेट अप में थे, एकदम फिट और सुन्दर पहनावे में। कभी–कभार उनकी आंखों में आंसू आ जाते, मगर वह उन्हें बहने से रोक लेते थे। उनकी गीली आंखें आज पहली बार देखी थी मैंने। पहले जब भी वह हमसे मिलते थे तो खिले हुए चेहरे और जिन्दादिली से स्वागत करते थे।

आज सुबह दस बजे मेजर साहब के ससुर की मौत हो गई थी। आज ही दोपहर चार बजे शवयात्रा रखी गई थी। घर में पड़ोसी, रिश्तेदार और मित्र लोग जमा हो रहे थे। नब्बे बरस से ऊपर उम्र थी उनके ससुर की। बीमार चल रहे थे, मगर पिछले दो महीने से कुछ ज्यादा मुश्किलें आ रही थीं। उनकी याददाश्त कमजोर हो गई थी।

मेजर साहब की मिसेज अपनी सहेलियों को बता रही थीं – पिछली रात दस बजे के करीब पापा को सांस लेने में दिक्कत आ रही थी। हमने फैसला किया कि साथ के सरकारी अस्पताल की इमरजेंसी में ले चलते हैं। कुछ दिन पहले पापा एकदम ठीक हो गए थे। आज सुबह भी खुश–खुश लग रहे थे। उन्होंने आराम से पूरा शरीर स्पंज करवाया। सुबह उठते ही नहाने की आदत थी उनकी। याद खत्म होती जा रही थी। पिछले हफ्ते जिद कर बैठे कि मुझे घर ले चलो। मैंने उनके सामने कई तस्वीरें निकालकर रखीं और कहा – यह अपना घर ही तो है बाऊजी। देखकर तसल्ली हुई उनको। कहने लगे – तो फिर ठीक है। टिकते नहीं थे घर में। जब भी मौका मिलता, घर से भागने की सोचते।

मेजर साहब दूसरे रूम से बार–बार आते जहां बहुत सारे लोग शव के पास बैठे थे। हर नए आने वाले से पूछते – खाना खाया आपने? उनके ससुर की लाश के पास बैठे लोग जाकर खाना कैसे खा सकते थे भला ! एकाध उठता और हर बार जब कोई नया आदमी या औरत आती तो मेजर साहब आकर वही बात दोहराते।

मौत की उपस्थिति बहुत ही भयानक होती है। जब मौत की गैरहाजिरी हमें इतना आक्रांत करती रहती है तो उसे सामने देखकर आदमी गहरे तक कांप जाता है। थोड़ा माहौल ठीक होता तो कोई अन्य करीबी पास आकर सुबकने लगता। कहता – कुछ दिनों से बाऊजी अब तो बेहतर हो रहे थे।

फिर मिसेज मेजर वही बात दोहरातीं – रात दस बजे उन्हें सांस लेने में दिक्कत आई तो ....। कोई बुजुर्ग औरत उनके गले से लिपटती। रुलाई फूटती, आसपास बैठे लोगों की आंखें बरसने लगतीं। अपना मरा हुआ कोई बहन, भाई, मां या बाप याद आ जाता उन्हें।

थोड़ा माहौल ठीक हुआ तो कोई बूढ़ा मिसेज मेजर को सम्बोधित करके कह उठा – उर्मिल बेटे, शीनू को भी फोन कर दिया था न?

मिसेज मेजर सख्त चेहरे से बोलीं – मामाजी, उनसे हमारा कोई आना–जाना नहीं है आजकल।

सच बात थी। असल में मरने से पहले ही कुछ लोग हमारे बही–खातों में बहुत पहले मर खपकर गायब हो चुके होते हैं। फिर कभी उनके लिए कोई मातम, अफसोस या आंसू नहीं बहाए जाते। धीरे–धीरे वे हमारी स्मृति से अपने आप ही निकल भी जाते हैं कि उनके नाम तक भूल जाते हैं हमें। फिर भी ऐसे मौकों पर लोग उन लोगों के बारे में हमें चेताते हैं कि उन्हें भी इस मौत की खबर देनी चाहिए थी। अपना फर्ज निभाना चाहिए। कोई आए या न आए। खुशी के मौके पर ऐसी लापरवाही चल सकती है, मगर गमी में सबको खबर कर दो। कल कोई मलाल या शिकवा करे कि हमें तो खबर ही नहीं दी। बाहर बरामदे में खड़े मित्र–पड़ोसी आपस में बेमतलब उलझ रहे थे – आजकल लोग कितने आत्मकेन्द्रित हो गए हैं। साथ लगती कोठियों से देखो अब तक कोई नहीं निकला।

दूसरे व्यक्ति ने टिप्पणी की – ये सब सफेदपोश लोग आलीशान कपड़े पहनकर चमचमाती कारों में सीधा श्मशान घाट ही पहुंचेंगे। वहां भी दूर से ही बस हाथ जोड़कर रस्मी अंदाज से खड़े मिलेंगे। मौत उनके लिए एक सामान्य रस्मी–सी घटना है। इसी बहाने वे एक–दूसरे के बारे में यहीं श्मशान घाट आकर ही अपडेट होते हैं। बस एक–दूसरे से ये लोग यहीं मिलते हैं या किसी कॉकटेल पार्टी में।

श्मशान घाट से एसी वैन आ गई थी। सड़क का रास्ता अवरुद्ध था। लोगों ने कारों को इधर–उधर करके रास्ता बनाया।

हर किसी का फोन बज रहा था। हरेक रिश्तेदार की कोशिश थी कि वक्त पर पहुंच जाए। कोई रास्ते में जाम में फंसा था तो कोई घर का पता खोजने में भटक रहा था। एक मौत ने उनकी सामान्य दिनचर्या में कितनी भगदड़ मचा दी

थी। लाश को सजा दिया गया था। कम्बल, तौलिया, कंघी, चप्पल आदि न जाने क्या–क्या साथ रखा गया। बस यही था जो वह लेकर जा रहा था। इतना बड़ा ठेकेदार था मरने वाला। क्या शानदार कोठी डाली थी उसने।

श्मशान घाट किसी बाजार से कम नहीं दिखता था। एक बैच आ रहा था तो दूसरा फारिग होकर खुशी से बाहर निकल रहा था। सैकड़ों आलीशान कारें पार्क थीं। पांच–सात चिताएं जल रही थीं। कुछ पुरानी सुलग रही थीं और कुछ ठंडी पड़ गई थीं।

मेजर साहब शांत खड़े थे। शव को चमचमाते लिबासों में लपेटकर चिता पर लिटाया गया। लोग भाग–भाग कर साथ लगे ढेर से लकड़ियां उठा–उठाकर लाश के ऊपर तहें बिछाने लगे। एक बूढ़ी लाश के कमजोर से सीने के ऊपर वजनी से वजनी लकड़ियां चिन दी गईं। यहां बहुत जल्दबाजी भी थी कि किसी तरह यह सब तुरंत निबटे।

मौत इतनी अनवेलकम घटना क्यों है, कितना दुखद है यह सोचना कि हमारे मरने के बाद भी हमसे जुड़े हुए लोग हमें कितना मिस करेंगे। यह हमारा अन्तिम प्रस्थान होता है। पहले भी हम कई बार घर से बाहर जाते हैं और तरोताजा होकर लौटते हैं, मगर मरने के बाद यह अन्तिम शाम है, अब वापसी सम्भव नहीं। हजारों लोगों को हमने दुनिया से आते–जाते देखा है। हमें उतना फर्क नहीं पड़ता क्योंकि उनसे हमारा वास्ता बहुत कैजुअल होता है। हमारे घर के लोगों के लिए हमारा यूं अन्तिम रूप से चले जाना बहुत दर्दभरा होता होगा। अपने घर में हमारा एक स्पेस होता है, एक उपस्थिति रहती है जिसे खत्म होने में वक्त लगता है। दूसरा कोई आकर उस शून्य को भरता है और यह बीच का वक्त कुछ खास नजदीकी लोगों को कितनी बार रूलाता है।

चिता ने खूब आग पकड़ ली थी। हर प्रकार के जोखिम से निबटने की तैयारी की गई थी। लकड़ी और फूस को ठीक से चिना गया था। कपूर तथा देसी घी का भरपूर छिड़काव किया गया था। श्मशान के कुशल कारीगर बहुत व्यावसायिक तरीके से यह काम कर रहे थे। जैसे ही आग ने गति पकड़ी, सब लोगों के कदम ऊपर सीढ़ियों की तरफ उठने लगे।

साइलेंट मोड पर रखे हुए फोन अब बजने लगे थे। हर कोई आश्वस्त हो गया था कि बस अब यहां से बाहर निकलने की...मुक्ति की घड़ी आ गई है। पूरे श्मशान घाट में मुर्दे जलाने की प्रक्रिया क्रमवार थी। अलग–अलग चरण पर काम चल रहा था। शव लेकर एक बैच अभी घर से चला था, दूसरा गेट पर, तीसरा अर्थी उठाए चिता के करीब, चौथा बैच लाश के ऊपर लकड़ियां सजाने में तत्पर और पांचवां बैच गेट से बाहर चौन की सांस लेकर निकल रहा था।

सीढ़ियों के ऊपर सब लोग जमा हो गए थे। संक्षिप्त शांति पाठ के बाद रस्म किरिया की तिथि व समय बताया गया। इतनी देर से श्मशान वैराग्य में डूबे लोग श्मशान के गेट से बाहर निकलते ही फिर अपनी–अपनी व्यस्त दुनिया में खो गए और दस मिनट में भूल भी गए कि वे किसी के अन्तिम प्रस्थान में शिरकत करके लौटे थे।

यह जीवन है अनमोल....

गिरीश पंकज

यह जीवन है अनमोल इसे, मत खो देना नादानी में ।
कुछ बात निकल आये बेहतर, जीवन की कथा-कहानी में।।

कितने आये और चले गये, सबको इक दिन तो जाना है।
जिसने बस भोग-विलास किया, उसको आखिर पछताना है।
वह धारा निर्मल रहती है जो बहती सदा रवानी में ।।
यह जीवन है अनमोल इसे, मत खो देना नादानी में।

यह धन-वैभव क्या तेरा है, प्रभु का सुंदर वरदान समझ।
इस पर गुरूर मत कर पगले,अपनी तू ना पहचान समझ।
जाने कब महाप्रलय आए, बह जाएगा सब पानी में।।
यह जीवन है अनमोल इसे, मत खो देना नादानी में।

परमारथ ही सच्ची पूजा, ईश्वर को ये ही भाता है।
जो भक्त करे यह आराधन, बिन पूजा ही तर जाता है।
वह समदर्शी ना भेद करे, बिल्कुल निर्धन औ दानी में ।।
यह जीवन है अनमोल इसे, मत खो देना नादानी में।

जो सबको प्रेम लुटाता है, वह प्रेम जगत से पाता है।
ऐसे मानव का ईश्वर से, जुड़ जाता सच्चा नाता है।
हम फर्क तुरत कर लेते हैं, मूरख हो या फिर ज्ञानी में।।

यह जीवन है अनमोल इसे, मत खो देना नादानी में ।
कुछ बात निकल आये बेहतर, जीवन की कथा-कहानी में।।

अणुव्रत संवेदन

अणुव्रत का एक महत्त्वपूर्ण पहलू है संवेदनशीलता। समाचार–पत्रों में आये दिन हम नकारात्मक समाचार पढ़ते रहते हैं। नकारात्मकता किसी को भी आकर्षित कर सकती है। ऐसे में संवेदनशीलता लिये हुए सकारात्मक समाचार, वातायन से आ रहे हवा के ठण्डे झोंके की तरह हैं।

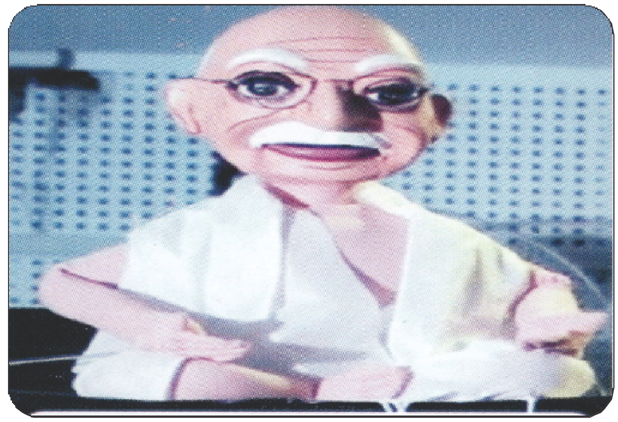
दूसरों के दर्द को अपना समझा

जगराओं, लुधियाना। दूसरों के दर्द को अपना समझ कर जरूरतमंदों की सेवा करने में जो आनंद है, वह किसी और काम में नहीं। समाज में ऐसे लोगों की कमी नहीं है जो अपना दुःख भूलकर दूसरों की जिंदगी संवारने में जुट जाते हैं। ऐसा ही एक नाम है 'दाना–पानी सेवा सोसायटी।' सोसायटी के संचालक मुनीष भारद्वाज व नितेश भोला कहते हैं, 'हमारी संस्था का एक ही नारा है – कोई भूखा न सोए, अशिक्षित न रहे, दवा से महरूम न रहे। हमारा मकसद जरूरतमंद मरीजों, अनाथ बच्चों व बुजुर्गों की मदद करना है।' आज से पांच साल पहले सिविल अस्पताल लुधियाना में हमने देखा कि जरूरतमंद लोगों को छोटे–छोटे कामों में बहुत परेशानी आती थी। उनसे पूछने पर उनकी परेशानियों का पता चला। इसके बाद अपने 11 दोस्तों को साथ लेकर दाना–पानी सेवा सोसायटी बनाई। संस्था ने फेसबुक व वाट्सएप पर संदेश डाला कि किसी को भी इलाज, राशन व शिक्षा संबंधी सहायता की जरूरत है तो वे हमसे संपर्क कर सकते हैं। सोसायटी ने सीएमसी अस्पताल लुधियाना के साथ संपर्क किया। पांच वर्षों में हम 1000 से अधिक गरीब व जरूरतमंद बच्चों का इलाज व सर्जरी करवा चुके हैं।

संस्था के लोग परिवार की आर्थिक स्थिति का आकलन कर राशि जुटाते हैं। लोग खुलकर सहयोग करते हैं। एनआरआई दानी–सज्जनों का भी सहयोग मिलता है। सोसायटी बड़ी संख्या में बच्चों की पढ़ाई का पूरा खर्च उठा रही है, ताकि पैसों की कमी के कारण कोई शिक्षा से वंचित न रहे। जगराओं के रहने वाले नितेश भोला ने बताया कि हम जरूरतमंद लोगों को राशन उपलब्ध करवाते हैं। कोरोना काल में हमने लगातार तीन–चार महीनों तक गरीबों तक भोजन पहुंचाया।

सेवा मिसाल

मोहन से महात्मा



महात्मा गांधी ने मानवीय मूल्यों पर आधारित जीवन जीया। कठिन से कठिन परिस्थितियों में भी वे सत्य और अहिंसा के मार्ग से नहीं हटे। हिंसा को अहिंसा के द्वारा ही जीता जा सकता है, इस विश्वास को गांधीजी ने जीवन भर अपनाया तथा इस विश्वास के द्वारा ही अंग्रेजों को भारत से बाहर किया तथा देश को आजाद कराया। बापू ने पूरी दुनिया को वैकल्पिक दिशा भी दी। आज के युग में बापू ही उजाले की आस हैं। गांधीजी के जीवन पर आधारित कठपुतली नाटक " मोहन से महात्मा" उनके संघर्ष को बखूबी प्रदर्शित करता है। 2 अक्टूबर 2006 को शुरू कार्यक्रम के तहत राजस्थान, गुजरात, उत्तर प्रदेश, बिहार, झारखंड, मध्य प्रदेश, छत्तीसगढ़, दिल्ली, पंजाब, हरियाणा, महाराष्ट्र, त्रिपुरा, केरल आदि राज्यों में बच्चों के बीच इस कठपुतली नाटक की प्रस्तुति दी जा चुकी है और यह सिलसिला लगातार जारी है। बच्चे इस नाटक के माध्यम से बापू के जीवन के विभिन्न पहलुओं को जान और समझ रहे हैं तथा इसे अपने जीवन में उतारने का प्रयास कर रहे हैं। बापू के बचपन की घटनाएं बच्चों को बहुत प्रभावित करती हैं। नाटक के बाद बच्चों से सवाल–जवाब किया जाता है और उनकी जिज्ञासाओं का समाधान भी किया जाता है। इस नाटक के जरिए बच्चों को भी अपने संकल्प को पूरा करने एवं निभाने की सीख मिलती है। बापू ने नशा के खिलाफ किस प्रकार आंदोलन चलाया तथा नशे के खिलाफ महिलाओं और युवाओं को कैसे प्रेरित किया, यह भी इस कठपुतली नाटक के माध्यम से दिखाया जाता है। कठपुतली कलाकार बनारस के श्री मिथलेश दूबे इस अभियान में निरंतर जुटे है। वे चाहते है कि इस कठपुतली नाटक से सीख लेकर हम अपने भविष्य के बारे में संकल्पित हों और मूल्य आधारित समाज के निर्माण में अपनी भूमिका अदा करें।

अहिंसा यात्रा के बढ़ते चरण

अणुव्रत अपनाकर जीवन अच्छा बनाएं : आचार्य महाश्रमण

अपनी पावन अमृतवाणी से जन–जन को प्रेरित करने वाले अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी गत माह छत्तीसगढ़ के आदिवासी और नक्सल बहुल क्षेत्र में निश्चलता, निर्भीकता के साथ अमन, भाईचारे का संदेश देते हुए प्रवर्धमान थे। विहार के दौरान ग्रामीण लोगों के साथ–साथ छोटे–छोटे बच्चों ने भी गुरुदेव के दर्शन किए। सीआरपीएफ एवं छत्तीसगढ़ पुलिस के जवानों ने भी गुरुवर से आशीर्वाद प्राप्त किया। गांववासियों ने पारंपरिक वेशभूषा में शांतिदूत का स्वागत किया।

छत्तीसगढ़ के एक गांव में प्रदत्त प्रवचन की एक झलक यहां प्रस्तुत है जिससे प्रभावित हो अनेक ग्रामीणों ने अहिंसा–यात्रा के संकल्प स्वीकार किए –

''अणुव्रत एक अच्छा मानव बनने का साधन है। आचार्य श्री तुलसी ने अणुव्रत आंदोलन की शुरुआत की थी। अणु यानी छोटा और व्रत मतलब नियम। छोटे–छोटे नियमों की आचार संहिता है– अणुव्रत आचार संहिता। साधुओं के महाव्रत होते हैं। उनकी तुलना में अणुव्रत छोटे–छोटे व्रत हैं। महाव्रत संपूर्णतया तीन करण – तीन योग से होते हैं। हिंसा, झूठ, चोरी, मैथुन व परिग्रह का महाव्रतों में संपूर्ण त्याग होता है। अणुव्रत में संपूर्णतया त्याग नहीं होता। परमपूज्य आचार्य श्री तुलसी ने अणुव्रत को व्यापक रूप दिया। जैन श्रावक के 12 व्रत होते हैं। उन्हें स्वीकार करने के लिए सम्यकत्व होना जरूरी है। परंतु अणुव्रतों को कोई भी व्यक्ति, किसी भी धर्म का, जाति का व्यक्ति स्वीकार कर सकता है।''

अणुव्रत अनुशास्ता ने कहा – ''अणुव्रत में नशामुक्ति की बात आती है, अहिंसा की बात आती है, सर्वधर्म सहिष्णुता की भी बात आती है। ये सब जीवन में आ जाए तो आदमी कितना अच्छा बन सकता है। अनेक समस्याओं को पैदा होने का मौका ही नहीं मिलेगा। हम वर्तमान संदर्भ में भी देखें। किसी प्रकार का नशा नहीं करना एक अच्छे जीवन का आयाम है। हर कार्य में प्रामाणिकता, ईमानदारी और सांप्रदायिक सद्भाव रखना चाहिए। कोई हिंसा नहीं, किसी निरपराध को मारना नहीं, तोड़फोड़ नहीं करना, राष्ट्र की संपत्ति का नुकसान नहीं करना। ईमानदारी के रास्ते में परेशानी आ सकती है पर वह कभी पराजित नहीं होती। ईमानदारी का परिणाम सुंदर होता है। वित्त–धन के लिए अपने व्रत–चरित्र को न गंवाएं। हमारा जीवन अच्छा रहे, यह अपेक्षा है।''

अणुव्रत संपर्क यात्रा से नई ऊर्जा का संचार

अणुव्रत समितियां स्थानीय स्तर पर आमजन को अणुव्रत आंदोलन से जोड़कर सामाजिक बदलाव की मुहिम को रचनात्मक गति प्रदान करती हैं। इस आंदोलन को प्रभावी बनाने में इन अणुव्रत समितियों से जुड़े जमीनी कार्यकर्ताओं के अनुभव और उनके चिंतन की अहम भूमिका होती है। अणुव्रत विश्व भारती के केंद्रीय पदाधिकारियों ने इसी चिंतन से प्रेरित होकर अणुव्रत संपर्क यात्रा के माध्यम से अणुव्रत कार्यकर्ताओं के साथ संवाद का एक क्रम प्रारम्भ किया है। इसकी शुरुआत हुई राजस्थान में मेवाड़ संभाग की अणुव्रत समितियों के साथ।

मेवाड़ संभाग

❖ **10 जनवरी, 2021** को प्रातः अणुव्रत समितियों के साथ वेबिनार में देशभर के 70 से अधिक अणुव्रत कार्यकर्ता जुड़े और अणुव्रत आंदोलन के भावी स्वरूप व कार्यक्रमों के सम्बन्ध में चर्चा की। इसके बाद अणुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन और महामंत्री श्री भीखम सुराणा ने सम्पर्क यात्रा की शुरुआत महाप्रज्ञ विहार में अणुव्रत समिति, उदयपुर के पदाधिकारियों और कार्यकर्ताओं के बीच संवाद के साथ की।

❖ उदयपुर समिति के अध्यक्ष डॉ. निर्मल कुणावत ने बताया कि उदयपुर में वर्षपर्यन्त अनेक कार्यक्रमों का संचालन जेल, स्कूलों और विभिन्न धार्मिक समुदायों के बीच किया जाता है। वरिष्ठ कार्यकर्ता सर्वश्री गणेश डागलिया, अरुण कोठारी, सूर्य प्रकाश मेहता, शब्बीर मुस्तफा, राजेन्द्र सैन, चतर लाल सोमानी, के.एस. नलवाया, सभा अध्यक्ष अर्जुन खोखावत, परिषद अध्यक्ष अजीत छाजेड़ ने विचार और सुझाव प्रस्तुत किए।

❖ सम्पर्क यात्रा का दूसरा पड़ाव था नाथद्वारा। अस्वस्थता के बावजूद समिति अध्यक्ष श्री साबिर शुक्रिया बैठक में शामिल हुए। श्री कमलेश धाकड़ यहां सबके बीच एक सुदृढ़ समन्वय सेतु की भूमिका निभाते हैं।

अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र और स्कूलों में जीवन विज्ञान, अणुव्रत बालोदय और स्कूल विद ए डिफरेंस कार्यक्रमों का संचालन नाथद्वारा अणुव्रत समिति के विशेष कार्यक्रम रहे हैं। बैठक में एडवोकेट श्री आलोक सनाढ्य के अलावा सर्वश्री कांति धाकड़, नागेन्द्र मेहता, पंकज लोढ़ा, कोमल पालीवाल, मनस्वी व्यास, गिरीश व्यास, नवरत्न पोरवाल, महिला मंडल की अध्यक्ष मंजू तलेसरा, मंत्री नीता तलेसरा, पुष्पा तलेसरा, महेश शर्मा, चन्द्र प्रकाश पगारिया शामिल हुए। नाथद्वारा से अणुविभा उपाध्यक्ष श्री अशोक डूंगरवाल एवं अर्थ संकलन समिति के सदस्य श्री गणेश कच्छारा भी सम्पर्क यात्रा में सहभागी हो गए।

❖ दिन का अन्तिम पड़ाव राजसमंद रहा जहां ऐतिहासिक भिक्षु बोधि स्थल में अणुव्रत कार्यकर्ता उपस्थित थे। समिति के अध्यक्ष श्री अचल धर्मावत ने सभी का स्वागत किया। अणुव्रत के अनुभवी कार्यकर्ता अणुव्रत सेवी श्री चतुर कोठारी व श्री जीतमल कच्छारा ने अपेक्षा व्यक्त की कि पुराने अणुव्रत कार्यकर्ताओं के अनुभवों का लाभ अणुव्रत आंदोलन को गतिमान बनाने में लिया जाना चाहिए।

अणुविभा कार्यसमिति सदस्य डॉ. सीमा कावड़िया ने कहा कि राजसमंद में अणुविभा का मुख्यालय है, अतः यहां की समिति द्वारा किए गए कार्यों की गूंज पूरे देश में होनी चाहिए। सर्वश्री रमेश मांडोत, मदन धोका, सभाध्यक्ष श्री

• उदयपुर •

• नाथद्वारा •

ख्यालीलाल चपलोत, परिषद अध्यक्ष मनीष चपलोत, लक्ष्मण जैन, सागर मल कावड़िया, निसार खान, डॉ. वीरेन्द्र महात्मा आदि ने विचार रखे।

❖ **11 जनवरी** को सम्पर्क यात्रा के दूसरे दिन की शुरुआत हुई अंधेरी ओरी केलवा से। यहां समिति की अध्यक्ष श्रीमती कुसुम सांखला के नेतृत्व में अणुव्रत के कार्य में महिलाओं की प्रमुख भूमिका देखने को मिली। इस अवसर पर कोरोना काल के दौरान हुई निबंध प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कृत किया गया।

❖ सभा अध्यक्ष श्री लवेश मादरेचा, तेयुप अध्यक्ष श्री मुकेश कोठारी, तेममं अध्यक्षा श्रीमती बिन्दिया सांखला, प्रेक्षा वाहिनी संयोजक श्री देवीलाल कोठारी, श्रीमती मनीषा कोठारी और श्रीमती रत्ना कोठारी ने विचार प्रस्तुत किये। कार्यक्रम के दौरान श्री महेन्द्र कोठारी अपेक्स, तेयुप मंत्री श्री सुमित सांखला, श्री हस्ती कोठारी, श्री ललित मेहता, श्री रूपेन्द्र बोहरा, श्रीमती मंजू कोठारी, श्रीमती सरिता कोठारी, श्रीमती चंचल मेहता, श्रीमती चंदा कोठारी, श्रीमती संगीता कोठारी आदि उपस्थित थे।

❖ दिवेर महाराणा प्रताप की विजयी भूमि है। यहां की अणुव्रत समिति कई वर्षों से कार्यरत है। आसपास के गावों जैसे बिरजाल, काछबली और मंडावर आदि में शराबबंदी के सफल प्रयासों में दिवेर के अणुव्रत कार्यकर्ताओं का विशिष्ट योगदान रहा है। स्कूलों में जीवन विज्ञान और स्कूल विद डिफरेंस जैसे कार्यक्रमों के संचालन में भी समिति की अहम भूमिका रही है। यहां संपर्क यात्रा के पहुंचने पर सभा भवन में अध्यक्ष श्री जेठाराम बुनकर, मंत्री श्री दलिचंद सोलंकी सहित सभा के पदाधिकारियों से अणुव्रत के कार्यों को गति देने के संदर्भ में विस्तृत चर्चा हुई।

❖ देवगढ़ एक बड़ा कस्बा है। अणुविभा द्वारा यहां की स्कूलों में समय–समय पर अनेक कार्यक्रम संचालित किये जाते रहे हैं। अब यहां की अणुव्रत समिति अणुव्रत के सभी कार्यक्रमों को सक्रियता के साथ संचालित करने के प्रति कटिबद्ध नजर आई। समिति अध्यक्ष श्री प्रकाश डागा सहित अनेक कार्यकर्ता यहां के सभा भवन में उपस्थित थे। जहां साध्वीश्री जसवती जी के सान्निध्य में कार्यक्रम का आयोजन हुआ।

❖ संपर्क यात्रा के आमेट पहुंचने पर स्थानीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष दलीचंद कच्छारा, तेरापंथ सभा के अध्यक्ष देवेन्द्र मेहता, तुलसी अमृत विद्यापीठ के अध्यक्ष गणपत डांगी, सभामंत्री ज्ञानेश्वर मेहता, तेयुप के अध्यक्ष गौरव श्रीश्रीमाल, तेरापंथ महिला मंडल की अध्यक्ष श्रीमती उमा हिरण, अणुव्रत समिति की उपाध्यक्ष श्रीमती जतन देवी बम्ब, नगर संयोजिका श्रीमती मनीषा छाजेड़, सभा के पूर्व अध्यक्ष लाभचंद हिगड़ आदि ने केंद्रीय पदाधिकारियों का स्वागत किया। कार्यक्रम का संचालन सहमंत्री कुंदन लोढ़ा ने किया। इस अवसर पर सर्वश्री गिरीश गौड़ एकलिंगजी, शांतिलाल सोनी, मुकेश सुराणा, अंकुश छाजेड़ आदि उपस्थित रहे।

❖ लावा सरदारगढ़ में स्थानीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष बसन्तीलाल बापना और कार्यकारिणी के सदस्यों ने टीम का स्वागत किया। तेरापंथ सभा भवन में आयोजित कार्यक्रम में अतिथियों ने स्थानीय समिति की अणुव्रत क्विज प्रतियोगिता के विजयी प्रतिभागियों को पुरस्कृत किया। समिति के संरक्षक पूर्व न्यायाधीश डॉ. बसंतीलाल बावेल ने अणुव्रत को चरित्र निर्माण और नैतिक जागरण का उपक्रम बताया। पूर्व अध्यक्ष गणपत चौधरी व उपासिका शान्ता जैन ने भी विचार रखे। अणुव्रत समिति के उपाध्यक्ष ब्लॉक शिक्षाधिकारी राजसमंद सत्यदेव शर्मा ने आभार व्यक्त किया।

❖ अणुव्रत संपर्क यात्रा के तीसरे दिन **12 जनवरी** को पहला पड़ाव था गंगापुर। अणुव्रत सेवी स्व. श्री देवेन्द्र कुमार हिरण ने कई दशकों तक यहां अणुव्रत की आवाज

● राजसमंद ●

● केलवा ●

को बुलंद किया था। उन्हीं के सुपुत्र एवं गंगापुर अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री रमेश हिरण के आवास पर कार्यकर्ताओं के साथ चर्चा हुई और इस क्षेत्र में अणुव्रत की अलख को पुनःजीवंत करने की योजना बनी। चर्चा में श्री घेवरचंद बाबेल सभाध्यक्ष एवं श्री हस्तीमल नोलखा उपाध्यक्ष अणुव्रत समिति शामिल रहे।

❖ गंगापुर से आगे बढ़ते हुए अणुविभा का दल आसींद पहुंचा जहां अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री राकेश बड़ोला अपने साथी कार्यकर्ताओं के साथ मौजूद थे। अणुव्रत समिति के उपाध्यक्ष श्री पारसमल ओस्तवाल, श्री कैलाशचंद शर्मा, मंत्री श्री संदीप रांका, महासभा के सदस्य श्री सुरेश रांका, सभा के मंत्री श्री मदनलाल गोखरू, श्री राजेन्द्र गोखरू, श्री महावीर कांठेड के साथ विभिन्न विषयों पर चर्चा हुई। अणुव्रत कार्यकर्ताओं ने प्रशासन के साथ मिलकर नशामुक्ति अभियान को गति देने का संकल्प व्यक्त किया।

❖ संपर्क यात्रा के शाहपुरा पहुंचने पर माताश्रय भवन में केन्द्रीय पदाधिकारियों का स्वागत किया गया। स्थानीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष रामस्वरूप काबरा ने पिछले चार वर्षों की प्रगति रिपोर्ट प्रस्तुत की। शाहपुरा समिति के गोपाल पंचोली ने केन्द्रीय पदाधिकारियों से शाहपुरा में रोजगार प्रशिक्षण शिविर का आयोजन कराने का अनुरोध किया। संचिना कला संस्थान के अध्यक्ष रामप्रसाद पारीक, शिक्षा विभाग के पूर्व उपनिदेशक तेजपाल उपाध्याय, प्रेस क्लब महासचिव मूलचंद पेसवानी, कैलाश शर्मा, राजीव सुवालका आदि ने अणुव्रत विश्व भारती के पदाधिकारियों के साथ अणुव्रत और जीवन विज्ञान विषय पर चर्चा की।

❖ **12 जनवरी** को रात्रि में केन्द्रीय पदाधिकारियों की टीम भीलवाड़ा पहुंची। अणुव्रत समिति भीलवाडा ने सभी का उपरने से सम्मान किया। स्थानीय समिति की अध्यक्ष श्रीमती आनंद बाला टोडरवाल ने विगत 2 वर्षों में हुए कार्यो का ब्योरा दिया। सभा अध्यक्ष निर्मल गोखरू, महिला मंडल अध्यक्ष विमल रांका एवं जीवन विज्ञान अकादमी अध्यक्ष श्री सुनील दक ने भी विचार रखे। संगोष्ठी में समिति के सहमंत्री श्री पुनीत बोहरा, प्रचार–प्रसार मंत्री श्री नंद लाल सुवाल, संरक्षक श्री मदन लाल टोडरवाल, कार्यसमिति सदस्य श्री नरेश कोठारी, प्रेक्षा मेहता, पुष्पा पामेचा, अनिता हिरण, पिस्ता झाबक, जीवन विज्ञान मंत्री श्रीमती उषा सिसोदिया एवं अणुव्रत क्रिएटिविटि कॉन्टेस्ट के भीलवाड़ा संयोजक श्री सुमित नाहर उपस्थित थे। समिति मंत्री श्री राजेश चौरड़िया ने आभार व्यक्त किया।

❖ अणुव्रत संपर्क यात्रा के इस क्रम में अणुविभा के केन्द्रीय पदाधिकारियों ने विभिन्न स्थानों पर चरित्रात्माओं के दर्शन कर उनका आशीर्वाद व मार्गदर्शन प्राप्त किया। अणुव्रत आंदोलन को प्रभावी बनाने में धवल सेना का ऐतिहासिक योगदान रहा है। यह योगदान भविष्य में और भी सम्पुष्ट होगा, यह विश्वास दृढ़तर हुआ है।

❖ मेवाड़ की संपर्क यात्रा के दौरान केन्द्रीय टीम के सदस्यों ने उदयपुर में 'शासनश्री' साध्वीश्री मधुबालाजी, नाथद्वारा में 'शासनश्री' मुनिश्री सुरेशकुमार जी 'हरनावां', राजसमंद में मुनिश्री संजयकुमार जी एवं मुनिश्री प्रसन्नकुमार जी, कांकारोली में साध्वीश्री उर्मिलाकुमारी जी एवं साध्वीश्री डॉ. सम्पूर्णयशा जी, राजनगर में साध्वीश्री गुणमालाजी, देवगढ़ में साध्वीश्री जसवती जी, कुंवाथल में मुनिश्री राजकुमार जी, आमेट में साध्वीश्री जिनबाला जी, तिलोली में मुनिश्री हर्षलाल जी, दौलतगढ़ में साध्वीश्री कनकश्रीजी, भीलवाड़ा में मुनिश्री कुलदीपकुमार जी, साध्वीश्री चांदकुमारी जी एवं साध्वीश्री साधनाश्रीजी के दर्शन किए। सभी ने अणुव्रत के कार्य को रचनात्मक गति में आगे बढ़ाने की प्रेरणा दी।

❖ संपर्क यात्रा के दौरान हुए कार्यक्रमों में अणुविभा अध्यक्ष संचय जैन ने चारित्रिक विकास, साम्प्रदायिक एकता, सांस्कृतिक समन्वय के साथ–साथ जीवन मूल्यों की प्रतिष्ठा के लिए अणुव्रत की प्रासंगिकता पर प्रकाश डाला।

● लावा-सरदारगढ़ ●

● शाहपुरा ●

उन्होंने अणुविभा की आगामी योजनाओं पर चर्चा की तथा स्थानीय समिति के पदाधिकारियों से अणुव्रत के मिशन को आगे बढ़ाने का आह्वान किया। उन्होंने कहा कि समितियां स्कूलों में जीवन विज्ञान प्रकल्प पर सघन कार्य करें और इसके साथ–साथ अपनी रुचि के एक–दो प्रकल्पों को स्थायी प्रकल्प बनाएं और उस पर इस प्रकार निरंतर कार्य करें कि वह प्रकल्प उस अणुव्रत समिति की पहचान बन जाए। अणुविभा महामंत्री भीखम चंद सुराणा ने 'अणुव्रत' पत्रिका एवं 'बच्चों का देश' के बारे में बताया और अणुविभा के इन महत्वपूर्ण प्रकाशनों को घर–घर तक पहुंचाने का आह्वान किया।

❖ उपाध्यक्ष श्री अशोक डूंगरवाल ने कहा कि अणुव्रत व्यक्ति के जीवन में झलकना चाहिए। अणुविभा सहमंत्री श्री जगजीवन चोरड़िया, कार्यसमिति सदस्य श्री गणेश कच्छारा, श्री अभिषेक कोठारी व भीलवाड़ा समिति के मंत्री श्री राजेश चोरड़िया ने विभिन्न पड़ावों पर सम्पर्क यात्रा में सहभागिता की।

जयपुर

❖ अणुव्रत विश्व भारती अध्यक्ष श्री संचय जैन के 17 जनवरी को जयपुर आगमन पर समाज की सभी संस्थाओं की ओर से भावपूर्ण स्वागत किया गया। इस अवसर पर अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर, कोषाध्यक्ष श्री राकेश बरडिया, सहमंत्री श्री जय बोहरा, कार्यकारिणी सदस्य श्री कमल सेठिया एवं श्री सुबोध पुगलिया भी उपस्थित थे जिनका हार्दिक स्वागत किया गया। कार्यक्रम में अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के राष्ट्रीय उपाध्यक्ष श्री अमित नाहटा का भी स्वागत किया गया।

❖ इस अवसर पर साध्वीश्री मंगलप्रभा जी ने अणुव्रत के कार्य को जोर–शोर से बढ़ाने की प्रेरणा दी। अणुव्रत समिति जयपुर के अध्यक्ष श्री प्रदीप नाहटा ने कार्यक्रम का संयोजन किया। अणुव्रत गीत का संगान मंत्री श्रीमती अनामिका जैन ने किया। महिला मंडल शहर अध्यक्ष श्रीमती नेहा नागोरी, तेरापंथी सभा जयपुर के मंत्री श्री पन्नालाल पुगलिया, अणुविभा जयपुर के मंत्री श्री सुधीर कोठारी, उपाध्यक्ष श्री हेमराज पुगलिया ने भी विचार व्यक्त किये। इस अवसर पर तेरापंथ युवक परिषद जयपुर के अध्यक्ष श्री श्रेयांस बेंगाणी, मेगा ब्लड डोनेशन ड्राइव के राष्ट्रीय संयोजक श्री हितेश भांडिया, जैन विश्व भारती के गौरव मांडोत सहित समाज के प्रबुद्ध लोग एवं अणुव्रत समिति जयपुर के पदाधिकारी उपस्थित थे। शिक्षा समिति के मंत्री श्री प्रदीप डोसी ने सभी का आभार व्यक्त किया।

❖ कार्यक्रम के पश्चात् हुई अणुव्रत समिति की बैठक में अणुव्रत समिति जयपुर के अध्यक्ष श्री प्रदीप नाहटा, उपाध्यक्ष श्री बिमल गोलछा, मंत्री अनामिका जैन, कोषाध्यक्ष श्री मनोज धारीवाल, पूर्व अध्यक्ष श्रीमती आशा नीलू टांक, पूर्व उपाध्यक्ष मधु सोगानी, कार्यसमिति सदस्य श्री संपत बोथरा, परामर्शक श्री कमल सेठिया, परामर्शक श्री पंचशील जैन, जयश्री सिद्धा, कार्यकारिणी सदस्य श्री विमल गुलगुलिया समेत अनेक सदस्य मौजूद थे।

दिल्ली

24 जनवरी को अणुव्रत संपर्क यात्रा के क्रम में दिल्ली अणुव्रत समिति के साथ बैठक आयोजित हुई। समिति अध्यक्ष श्री पी.सी. जैन व मंत्री डॉ. कुसुम लूनिया ने दिल्ली समिति द्वारा गत वर्षों में किए गए विविधोन्मुखी कार्यक्रमों की जानकारी दी। दिल्ली के सभी 70 विधायकों को एक वर्ष तक 'अणुव्रत' पत्रिका व दिल्ली की 36 पब्लिक 'लाइब्रेरियों तथा समर्थ शिक्षा समिति की 34 स्कूलों में 'बच्चों का देश' बाल पत्रिका प्रेषण हेतु इन सबके पते मय सूची व शुल्क अणुव्रत समिति दिल्ली द्वारा अणुविभा के अध्यक्ष श्री संचय जैन व महामंत्री श्री भीखम सुराणा जी को भेंट किया गया।

इस अवसर पर समिति के उपाध्यक्ष श्री शांतिलाल पटावरी, श्री कमल बैंगानी, कोषाध्यक्ष श्री विवेक बोरड़, सहमंत्री श्रीमती ललिता मुकीम, संगठन मंत्री श्री धनपत नाहटा, परामर्शक श्री सत्यपाल चावला, श्री शांतिकुमार जैन, श्री बाबूलाल दूगड़, श्री धनपत लूनिया एवं संरक्षक श्री विजयराज सुराणा उपस्थित थे।

• भीलवाड़ा •

• आसींद •

• जयपुर •

फरीदाबाद

24 जनवरी को ही रात्रि में फरीदाबाद अणुव्रत समिति के साथ बैठक आयोजित थी। अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री आई सी जैन, सभा अध्यक्ष श्री रोशन लाल बोरड़, टीपीएफ अध्यक्ष श्री विजय नाहटा, श्री सुरेंद्र छलानी, श्री इन्दर चंद बांठिया ने केंद्रीय पदाधिकारियों का स्वागत किया। श्री नवीन छाजेड़, श्री आनंद सेठिया, श्री विवेक बैद एवं मंत्री कमल दूगड़ ने अणुव्रत गीत का संगान किया ।

समिति अध्यक्ष श्री आई सी जैन, टीपीएफ अध्यक्ष श्री विजय नाहटा, श्री बहादुर सिंह दूगड़ , श्री संजय दूगड़ ,श्री नवीन छाजेड़ ने अपने विचार रखे। तत्पश्चात अणुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन एवं महामंत्री श्री भीखम सुराणा ने अणुविभा के आगे के कार्यक्रम को विस्तार से समझाया और बताया कि किस तरह से हम अणुव्रत समिति को आगे ऊंचाइयों पर ले जा सकते हैं और अपनी पहचान सकते हैं।

कार्यक्रम के अंत में अणुव्रत समिति के फाउंडर एवं प्रथम अध्यक्ष श्री पूनम चंद जी लुनिया ने सभी का आभार व्यक्त किया। मंच संचालन समिति के मंत्री श्री कमल दुग्गड़ ने किया।

रायपुर

अणुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन एवं महामंत्री श्री भीखम सुराणा ने अपनी छत्तीसगढ़ यात्रा के दौरान कोंडागांव में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी एवं राजनंद गांव में साध्वी प्रमुखा श्री कनकप्रभा जी के दर्शन कर आशीर्वाद एवं मार्गदर्शन प्राप्त किया। रायपुर में अणुव्रत समिति के साथ बैठक में अणुविभा कार्यसमिति सदस्य एवं छत्तीसगढ़ समन्वयक श्री दानमल पोरवाल, समिति अध्यक्ष श्री सुनील जैन, मंत्री श्री पवन पोकरना, पूर्व मंत्री श्री वीरेन्द्र डागा सहित अनेक कार्यकर्ता उपस्थित थे। केन्द्रीय पदाधिकारियों ने सदस्यों की जिज्ञासाओं का समाधान किया।

इस अवसर पर श्री गौतम गोलच्छा, श्री चंद्रकांत लूंकड़, श्रीमती कनक छाजेड़, श्री उत्तम गांधी, श्रीमती पूनम सेठिया, श्री जीतमल जैन, श्री संपत बरलोटा, श्रीमती इंदू लोढ़ा, श्रीमती प्रमिला बरलोटा सहित युवक परिषद के कार्यकर्ता भी उपस्थित थे।

अणुव्रत संपर्क यात्रा के दौरान उभरे महत्वपूर्ण बिंदु

* जीवन विज्ञान प्रकल्प की स्कूलों में सघन क्रियान्विति प्रत्येक अणुव्रत समिति की स्थायी प्रवृत्ति बनेगी।
* जीवन विज्ञान के अतिरिक्त प्रत्येक अणुव्रत समिति कम से कम अन्य एक अणुव्रत प्रकल्प को अपनी स्थायी प्रवृत्ति बनाएगी।
* अणुव्रत आंदोलन के अंतर्गत 31 प्रकल्पों में अपेक्षानुरूप अपनी सहभागिता करेगी।
* अणुव्रत आंदोलन की असाम्प्रदायिक पहचान को सुदृढ़ करते हुए अणुव्रत कार्यक्रमों की रचनात्मकता को बढ़ावा देने के सुनियोजित प्रयास किए जाएंगे।
* अणुव्रत दर्शन के प्रति प्रतिबद्ध विभिन्न धर्म, जाति, समुदाय से जुड़े व्यक्तियों को अणुव्रत के कार्यक्रमों से जोड़ने का सलक्ष्य प्रयास किया जाएगा।
* अणुव्रत कार्यकर्ता अणुव्रत साधना के नियमित अभ्यासी बनें, अणुव्रत उनके जीवन में झलके, इस दिशा में समर्पित प्रयास किए जाएंगे।
* अणुव्रत संस्था का संचालन अणुव्रत सिद्धांतों के अनुरूप हो, यह विशेष ध्यान रखा जाएगा।
* अणुव्रत साहित्य एवं विशेषतः अणुविभा के दो मासिक प्रकाशनों – 'अणुव्रत' एवं 'बच्चों का देश' को अधिक से अधिक लोगों के हाथों में पहुंचाने का सघन प्रयास किया जाएगा।
* अणुविभा व अणुव्रत समितियों के मध्य निरंतर व निकट सम्पर्क तथा समन्वय बनाए रखकर अणुव्रत आंदोलन को आगे बढ़ाने के सार्थक प्रयास किए जाएंगे।

• दिल्ली •

• फरीदाबाद •

• रायपुर •

संवाद अणुव्रत समितियों के साथ....

देशभर में सक्रिय अणुव्रत समितियां अणुव्रत आंदोलन की अग्रदूत वाहक शक्ति हैं। गांव-गांव और शहर-शहर में अपने रचनात्मक प्रयासों के माध्यम से वे जन जीवन में सकारात्मक बदलाव लाने का सार्थक प्रयास करती हैं। अणुव्रत समितियों से जुड़े कार्यकर्ताओं से संवाद का एक नियमित क्रम चले, इस उद्देश्य से प्रतिमाह प्रथम रविवार को वर्चुअल मीटिंग करने का निर्णय लिया गया है।

नववर्ष में इसकी शुरुआत करते हुए 10 जनवरी को ऐसी पहली वेबीनार आयोजित हुई जिसमें 70 से अधिक अणुव्रत कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। अणुविभा के केन्द्रीय पदाधिकारी भी इस वेबीनार में शामिल थे। उत्साहपूर्ण माहौल में हुई इस चर्चा में अनेक सुझाव सामने आए, जिनमें प्रमुख हैं -

- यथाशीघ्र संगठन यात्राओं का आयोजन कर अणुव्रत के संगठनात्मक ढांचे को मजबूत किया जाए।
- अणुव्रत आंदोलन में सभी वर्ग के लोगों को जोड़ा जाए।
- अणुव्रत साहित्य और पत्रिकाओं की सहज उपलब्धता सुनिश्चित की जाए और आर्थिक छूट प्रदान की जाए।
- चारित्रात्माएं अणुव्रत कार्यक्रमों को अपनी प्राथमिकता में शामिल करें।
- अणुव्रत समितियों की चुनाव/मनाव प्रक्रिया यथाशीघ्र सम्पादित करायी जाए।
- 'कार्यकर्ता प्रशिक्षण शिविर' आयोजित किए जाएं।
- जीवन विज्ञान हेतु प्रशिक्षक तैयार किए जाएं।
- अणुव्रत कार्यकर्ताओं के लिए नियम/आचार संहिता बने।
- अणुव्रत कार्यकर्ता अपने व्यक्तिगत व पारिवारिक स्तर पर अणुव्रत आचार संहिता की अनुपालना सुनिश्चित करें।
- नई पीढ़ी को नशे से दूर करने हेतु सघन कार्य हो।
- अलग-अलग क्षेत्रों में अलग-अलग कार्यों पर फोकस हो।
- प्रचार सामग्री- पोस्टर, साहित्य, वीडियो क्लिप, पीपीटी तैयार किए जाएं।

अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट

राष्ट्रीय संयोजक श्री रमेश पटावरी की रिपोर्ट

अणुव्रत आंदोलन की विचारधारा को जन–जन तक पहुंचाने के लिए **अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट 2020** का आयोजन किया गया। **अणुव्रत अनुशास्ता परम पूज्य आचार्यश्री महाश्रमण जी** के मंगल सान्निध्य और आशीर्वाद से 07 नवंबर 2020 को इसकी शुरुआत हुई।

- अणुव्रत प्रतियोगिता के इतिहास में पहली बार ऑनलाइन हुए इस कॉन्टेस्ट में स्कूलों, छात्रों, कार्यकर्ताओं के पंजीकरण से लेकर प्रस्तुति अपलोड करने, निर्णायकों को निर्णय हेतु प्रविष्टि आवंटित करने और निर्णय प्रक्रिया भी ऑनलाइन रखने का प्रावधान रखा गया। इसके सुचारु संचालन के लिए एक सॉफ्टवेयर *www.anuvibha.org/acc* के साथ ही मोबाइल एप *anuvrat contest 2020* भी बनाया गया।
- इस प्रतियोगिता में ज्यादा से ज्यादा स्कूल और विद्यार्थी सहभागी बनें, इसके लिए कार्यकर्ताओं की सशक्त टीम का गठन अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री संचय जैन के निर्देशन में किया गया।
- सम्पूर्ण भारतवर्ष को 5 जोन में विभक्त करके कार्यकर्ताओं का एक पैनल तैयार किया गया, जिसमें राष्ट्रीय संयोजक, 8 सह संयोजकों, टेक्निकल टीम, स्कूल कनेक्ट टीम, अणुव्रत समिति कनेक्ट टीम, मीडिया टीम को मिलाकर 40 कार्यकर्ताओं को अलग–अलग जिम्मेदारी प्रदान की गई।
- प्रत्येक जोन के अंतर्गत आने वाले राज्यों के लिए राज्य संयोजक नियुक्त किये गये। सम्पूर्ण भारत को 30 संयोजकों के माध्यम से जोड़ा गया। इसके साथ प्रत्येक राज्य के हर छोटे से लेकर बड़े क्षेत्रों तक प्रतियोगिता और अणुव्रत की गूंज को पहुंचाने हेतु 350 से ज्यादा क्षेत्रीय संयोजकों की सशक्त टीम बनाई गई।
- प्रतियोगिता के दौरान किसी भी प्रकार की सहायता, सहयोग हेतु राष्ट्रीय सहायता केंद्र का गठन किया गया और राष्ट्रीय स्तर पर हेल्प लाइन नंबर भी प्रदान किया गया। कुल मिलाकर एक प्रोफेशनल अप्रोच के साथ प्रतियोगिता आयोजित की गई।
- **प्रतियोगिता की थीम**–'कोरोना वर्तमान वैश्विक संकट : प्रभाव, समाधान और अवसर' के आधार पर 5 अलग–अलग प्रतियोगिता हुई–लेखन (निबंध और कविता), गायन, चित्रकला, भाषण। इसमें तीसरी कक्षा से लेकर बारहवीं कक्षा के छात्रों ने भाग लिया।
- गायन प्रतियोगिता के लिए अणुव्रत प्रवर्तक आचार्यश्री तुलसी जी, वर्तमान अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी, साध्वीप्रमुखाश्री कनक प्रभाजी, मुख्यमुनि श्री महावीर कुमारजी, मुख्य नियोजिका साध्वीश्री विश्रुतविभाजी, साध्वीवर्या साध्वीश्री संबुद्धयशाजी, साध्वीश्री शरदयशाजी द्वारा विशेष रूप से रचित आठ गीतों को प्रतियोगिता में शामिल किया गया।

झलकियां

* इन गीतों का संगान संघ गायक श्री कमल सेठिया, श्रीमती मीनाक्षी भूतोड़िया, श्री मनीष पगारिया, श्री अमित सिंघी, श्री ऋषि दुगड़, श्रीमती पीपाड़ा, सुश्री सोनल पीपाड़ा, सुश्री मनस्वी व्यास ने किया। इसके अलावा वर्तमान वैश्विक संकट पर आधारित गीत गाने का प्रावधान छात्रों के लिए रखा गया। अन्य प्रतियोगिताओं के लिए मुख्य विषय से संबंधित 16 अन्य विषय भी रखे गए।

* प्रतियोगिता को 3 ग्रुप में विभाजित किया गया
    - ❖ ग्रुप 1 – तीसरी से पांचवीं कक्षा
    - ❖ ग्रुप 2 – छठी से आठवीं कक्षा
    - ❖ ग्रुप 3 – नौवीं से बारहवीं कक्षा

* प्रतियोगिता 4 चरणों में आयोजित की गई : क्षेत्रीय, जिला, राज्य एवं राष्ट्रीय।

* इस प्रतियोगिता में 606 स्कूलों एवं 12780 छात्रों ने पंजीकरण करवाया। सभी प्रतियोगिताओं को मिलाकर 8 हजार से अधिक प्रविष्टियां प्राप्त हुई। इन्हें प्रोत्साहित करने के लिए सभी प्रतियोगिताओं में क्षेत्रीय एवं जिला स्तर पर विजयी प्रतिभागियों को सर्टिफिकेट, राज्य स्तर पर विजयी प्रतिभागियों को सर्टिफिकेट, मेमेंटो और राष्ट्रीय स्तर पर विजयी प्रतिभागियों को सर्टिफिकेट, मेमेंटो तथा 'बच्चों का देश' पत्रिका की एक वर्ष की सदस्यता प्रदान की जाएगी।

* अन्य सभी प्रतिभागियों को प्रोत्साहन स्वरूप सहभागिता प्रमाण पत्र प्रदान किया जाएगा। राष्ट्रीय स्तर पर चयनित निबंध, चित्रकला, कविता को 'बच्चों का देश' पत्रिका में प्रकाशित किया जाएगा और गायन एवं भाषण में चयनित प्रस्तुतियों को यथोचित माध्यम से प्रचारित एवं प्रसारित किया जाएगा।

* अणुविभा के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मनन कुमारजी तथा सम्पूर्ण भारत में विराजित चारित्र आत्माओं, समणी वृन्द द्वारा प्रतियोगिता हेतु प्राप्त आशीर्वाद एवं प्रेरणा और मार्गदर्शन के लिए अनन्त कृतज्ञता ज्ञापित करते हैं।

* इस प्रतियोगिता को सफलतापूर्वक आयोजित करने में अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष श्री संचय जैन, वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर का सहयोग और मार्गदर्शन पल–पल मिलता रहा। प्रतियोगिता के सफल आयोजन में जिन साथियों ने कार्य किया, उन सबका नाम तो उल्लेख करना संभव नहीं परंतु सभी राष्ट्रीय सह संयोजक, जोन संयोजक, राज्य संयोजक और क्षेत्रीय संयोजकों को दिल की अनंत गहराइयों से धन्यवाद। विभिन्न क्षेत्र में संघीय संस्थाओं तेरापंथी सभा, तेयुप,महिला मंडल,अणुव्रत न्यास,जीवन विज्ञान,किशोर मंडल,कन्या मंडल के कार्यकर्ताओं से प्राप्त सहयोग हेतु आभार।

* श्री कमल बैंगानी–रायपुर, श्री संजय चोरड़िया–गुवाहाटी, श्रीमती हंसा संचेती–दिल्ली, श्रीमती कांता सेठिया–केजीएफ, श्रीमती दीपिका फुलफगर–मदुराई, श्री विमल गुलगुलिया–जयपुर, श्री नीरज बम्बोली, चेम्बूर (महाराष्ट्र), श्री हनुमानमल शर्मा, श्री बाबर अंजुमन का भी खूब–खूब आभार।

* भविष्य में प्रतियोगिता एक विराट स्वरूप में परिवर्तित हो, यही शुभ मंगलकामना।

झलकियां

झलकियां

श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा-उधना
कुर्ला
अंधेरी
चेंबूर
जोगेश्वरी
लोखंडवाला
कांजुरमार्ग
सांताक्रूज
अणुव्रत प्रतियोगिता सम्मान
प्रतियोगिता का नाम एवं विषय
स्लोगन
पर्यावरण का कथन
कविता
पर्यावरण और इंसान
चित्रकला
पर्यावरण का प्रभाव चित्रों में

छत्तीसगढ़ में

जीवन विज्ञान के सघन प्रशिक्षण की शुरुआत

एक दिवसीय कार्यशाला

◆ संभागीय संयुक्त संचालक, **शिक्षा संभाग, दुर्ग** एवं **अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी, राजसमंद** (राजस्थान) की ओर से 2 जनवरी को **'संभाग स्तरीय जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला'** का आयोजन पोरवाल प्रेक्षा भवन, नेहरू नगर (पूर्व), भिलाई में किया गया। इसमें छत्तीसगढ़ के दुर्ग संभाग के पाँच जिलों बालोद, बेमेतरा, दुर्ग, कबीरधाम एवं राजनांदगांव के विकास खण्ड शिक्षा अधिकारी एवं सहायक विकास खण्ड शिक्षाधिकारी/प्राचार्य/प्रधान सहित कुल 56 प्रशिक्षणार्थी शामिल हुए।

◆ कार्यशाला का उद्घाटन स्थानीय तेरापंथ कन्या मण्डल की बालिकाओं के मंगलाचरण, अणुव्रत गीत एवं संभागीय संयुक्त संचालक श्री पी.के.पाण्डेय, सहायक संचालक श्री सत्यनारायण शर्मा एवं श्री दानमल पोरवाल द्वारा सरस्वती पूजन के साथ हुआ।

◆ स्वागत भाषण में श्री पोरवाल ने कहा कि नववर्ष का यह नवीन प्रशिक्षण हम सबके जीवन में नई ऊर्जा का संचार करे और हम स्वस्थ समाज की संरचना में अपना किंचित योगदान दे सकें, ऐसी मंगलकामना है। उल्लेखनीय है कि अणुविभा के छत्तीसगढ़ जीवन विज्ञान संयोजक श्री दानमल पोरवाल अनेक वर्षों से स्कूलों में जीवन विज्ञान के प्रभावी क्रियान्वयन में योगभूत रहे हैं।

◆ उद्घाटन सत्र में जूम मीटिंग के माध्यम से जुड़ते हुए अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष श्री संचय जैन ने मूल्यपरक शिक्षा में अणुव्रत एवं जीवन विज्ञान की भूमिका पर प्रकाश डाला। उन्होंने कहा कि मानव जीवन में स्कूली शिक्षा की महत्वपूर्ण भूमिका रही है। व्यक्ति के जीवन निर्माण में ये प्रारम्भिक वर्ष बुनियाद का काम करते हैं जो अन्ततोगत्वा समाज एवं राष्ट्र निर्माण में योगभूत बनते हैं। दुनियाभर के शिक्षा विज्ञानी, समाज विज्ञानी और मनोविज्ञानी इस बात से चिंतित हैं कि हमारी शिक्षा पद्धति बच्चों के सर्वांगीण विकास में विफल सिद्ध हो रही है। लॉजिकल ब्रेन का विकास और इमोशनल ब्रेन की उपेक्षा एक अधूरे व्यक्तित्व के विकास का कारण बन रहा है। जीवन विज्ञान इसी कमी को दूर करने की एक सुचिंतित विद्या है जिसे स्कूली पाठ्यक्रम के साथ शामिल करने के बहुत ही सकारात्मक परिणाम सामने आए हैं। उन्होंने छत्तीसगढ़ के शिक्षा विभाग को इस दिशा में पहल करने के लिए धन्यवाद दिया और पोरवाल चैरिटेबल ट्रस्ट व इसके मुख्य न्यासी श्री दानमल पोरवाल को भी इस शुभ शुरुआत के लिए बधाई दी।

◆ 'जीवन विज्ञान क्या, क्यों और कैसे' विषय पर चेन्नई से जुड़े जीवन विज्ञान प्रशिक्षक सी.ए. श्री राकेश खटेड़ ने कहा कि आज के शिक्षक शैक्षिक एवं प्रशैक्षणिक दृष्टि से अधिक योग्य, सक्षम एवं समर्पित हैं, परन्तु शिक्षा पद्धति एवं शैक्षिक पाठ्यक्रम में कुछ अधूरापन है। इसे पूरा करने के लिए आचार्य महाप्रज्ञ प्रणीत एवं वर्तमान में आचार्य महाश्रमण द्वारा दिशा–निर्देशित जीवन विज्ञान का पाठ्यक्रम एक ऐसा अवदान है जो विद्यार्थी के शारीरिक, बौद्धिक, मानसिक एवं भावनात्मक विकास में सहयोगी बनता है।

◆ इंदौर (मध्यप्रदेश) से जुड़े कोठारी ग्रुप्स ऑफ एजुकेशनल इंस्टीट्यूट्स के मुख्य प्रबन्ध निदेशक श्री सुरेश कोठारी ने कहा कि नई शिक्षा नीति 2020 में अध्यात्म एवं योग को इस प्रकार समाविष्ट करने का प्रयास हुआ है कि विद्यार्थी पढ़ाई के साथ–साथ मानसिक एवं भावनात्मक रूप से मजबूत बन सकें। पाठ्यक्रम में वे सभी बातें सम्मिलित की गई हैं जो आचार्यश्री महाप्रज्ञ ने जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान के द्वारा लगभग पचास वर्ष पहले समाज के समक्ष रख दी थीं।

◆ तमिलनाडु के तिरुवन्नामलाई से जुड़े जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय संयोजक श्री टी.एम.एल. अरविन्द सेठिया ने प्रतिभागियों से कहा कि इस कार्यशाला के माध्यम से आप जो कुछ भी सीख कर जाएंगे, उसे अपने जीवन में अपनाते हुए समाज तक, शिक्षकों तक एवं विद्यार्थियों के साथ–साथ उनके अभिभावकों तक भी पहुंचाने का प्रयास करें। इससे ही एक स्वस्थ समाज की संरचना हो सकती है।

झलकियां

◆ अपने अध्यक्षीय उद्‌बोधन में संयुक्त संचालक श्री पी.के. पाण्डेय ने सभी विकासखण्ड शिक्षा अधिकारियों एवं उनके सहायकों से जीवन विज्ञान की गतिविधियों को अपने ब्लॉक के प्रत्येक विद्यालय तक पहुंचाने का आह्वान किया। संचालन कार्यशाला के मुख्य प्रशिक्षक जीवन विज्ञान विभाग के सहायक निदेशक श्री हनुमान मल शर्मा ने किया। इसमें महाप्रज्ञ प्रेक्षाध्यान केन्द्र, नागपुर के संस्थापक संचालक श्री आनन्दमल सेठिया का सराहनीय सहयोग प्राप्त हुआ।

सात दिवसीय कार्यशाला

◆ वहीं दिनांक 06 से 13 जनवरी, 2021 तक चले शिविर में दुर्ग, पाटन एवं धमधा शिक्षा विकास खण्ड से कुल 62 संभागियों ने जीवन विज्ञान का सैद्धान्तिक एवं प्रायोगिक प्रशिक्षण प्राप्त किया।

◆ वर्धापन समारोह के मुख्य अतिथि राष्ट्रीय स्वयंसेवक संघ के प्रान्त संघचालक बिसरा राम यादव ने कहा कि शिक्षा और ज्ञान में अन्तर है। ज्ञान उपार्जन के द्वारा जीविकोपार्जन करना शिक्षा कहलाता है और विश्व के साथ स्वयं को जानना ज्ञान कहलाता है। आसन, प्राणायाम, ध्यान, अनुप्रेक्षा, कायोत्सर्ग, प्रेक्षाध्यान आदि आध्यात्मिक प्रयोगों से अपने शरीर को पवित्र रखते हुए विश्व ज्ञान को धारण करना जीवन विज्ञान है। उन्होंने कहा कि प्राथमिक कक्षाओं के अध्यापक बन्धुओं–बहनों का बच्चों के व्यक्तित्व के सर्वांगीण विकास में बहुत बड़ा योगदान होता है। यह समय सम्पूर्ण शिक्षा के आधार को मजबूत बनाने का समय है।

◆ कार्यक्रम में जिला शिक्षा अधिकारी कार्यालय से जुड़े सहायक संचालक अमित घोष एवं राजेश ओझा ने कहा कि जीवन विज्ञान के प्रायोगिक अभ्यास से सकारात्मक विचारों का उदगम होता है। उन्होंने शिक्षकों से कहा कि यहां प्राप्त ज्ञान को स्वयं के जीवन में धारण करते हुए विद्यार्थियों के माध्यम से समाज तक अवश्य पहुंचाएं। कार्यक्रम के विशिष्ट अतिथि अल्पसंख्यक आयोग, छत्तीसगढ़ के पूर्व अध्यक्ष सुरेन्द्रसिंह केम्बो, कृष्णा पब्लिक स्कूल के चेयरमैन आनन्द त्रिपाठी, वरिष्ठ समाजसेवी सुरेशचन्द बरड़िया ने भी विचार रखे।

◆ एक सप्ताह तक चले शिविर में सीखे गये विभिन्न आसन, प्राणायाम, महाप्राण ध्वनि, कायोत्सर्ग, दीर्घश्वास प्रेक्षा, संकल्प–शक्ति, अणुव्रत गीत आदि के सामूहिक प्रदर्शन तथा प्रायोगिक अभ्यास में प्रतिभागी शिक्षक मुकेश साहू, पूनम तिवारी, सुधा सोनी, ओमप्रकाश जंघेल एवं सुखनंदन यादव का सक्रिय सहयोग प्राप्त हुआ।

◆ शिविर के मुख्य प्रशिक्षक एवं अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग के सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने बताया कि शिविर का शुभारम्भ 6 जनवरी, 2021 को दुर्ग शिक्षा संभाग के संयुक्त संचालक पी.के.पाण्डेय एवं सहायक संचालक सत्यनारायण स्वामी की उपस्थिति में हुआ। शिविर के दौरान सर्वश्री संचय जैन, राष्ट्रीय अध्यक्ष अणुव्रत विश्व भारती, सुरेश कोठारी, सी.एम.डी. कोठारी ग्रुप्स ऑफ इंस्टीट्यूट, इन्दौर, सी.ए. राकेश खटेड़, चेन्नई एवं अणुव्रती कार्यकर्ता एवं वरिष्ठ समाजसेविका श्रीमती माला कातरेला, चेन्नई ने ऑनलाइन कक्षाओं के माध्यम से विभिन्न विषयों पर प्रशिक्षण प्रदान किया। शिविर में स्थानीय सरस्वती शिशु मंदिर के अध्यापक कृतकुमार साहू, पूनम चौबे एवं पूनम तिवारी का सक्रिय सहयोग प्राप्त हुआ। ऑनलाइन कक्षाओं के संचालन में तकनीकी सहयोग मास्टर प्रत्यूश पोरवाल से प्राप्त हुआ। पोरवाल चौरिटेबल ट्रस्ट की सहभागिता जीवनविज्ञान कार्यक्रम को व्यापक बनाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है।

◆ सरस्वती शिशु मंदिर विद्यालय कैलाश नगर के सभा कक्ष में पोरवाल चैरिटेबल ट्रस्ट भिलाई एवं अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी द्वारा जीवन विज्ञान शिक्षक प्रशिक्षण शिविर का आयोजन किया गया। इसका शुभारंभ चीफ ट्रस्टी व उद्योगपति श्री दानमल पोरवाल द्वारा दीप प्रज्वलन कर किया गया।

◆ इस अवसर पर श्री पोरवाल ने कहा कि आज विद्यार्थियों का बौद्धिक व भौतिक विकास तो हो रहा है किंतु आध्यात्मिक व भावात्मक विकास के अभाव में उनका मानसिक संतुलन खो रहा है। जीवन विज्ञान उनके सर्वांगीण व संतुलित विकास में उपयोगी है।

◆ प्रशिक्षक श्री हनुमानमल शर्मा ने कहा कि जीवन विज्ञान का सिद्धांत विद्यार्थियों के नकारात्मक भावों को विलुप्त कर सकारात्मक भावों को जागृत करता है। श्रीमती देवांगन ने कहा कि प्रशिक्षण से आत्मिक विकास को आत्मसात किया जा सकता है। मंच संचालन श्रीमती पूनम तिवारी ने किया। प्रशिक्षण में दुर्ग, धमधा व पाटन ब्लॉक के विभिन्न शासकीय व निजी स्कूलों से 80 शिक्षकों ने भाग लिया।

झलकियां

जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला के दौरान उभरे विचार

- आर.सी. देशलहरा, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, डौण्डी लोहारा, जिला बालोद ने कहा – जीवन विज्ञान विद्यार्थियों के लिए बहुत उपयोगी है। इससे विद्यार्थियों की स्मरण–शक्ति का विकास होगा। विद्यार्थी थकान का अनुभव भी नहीं करेंगे।
- एस.एल. पन्द्रो, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, बोड़ला ने कहा – जीवन विज्ञान बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए उपयोगी है। बच्चे की एकाग्रता व मानसिक स्वास्थ्य के लिए लाभदायक होगा। इसे प्रार्थना सभा में लागू किया जा सकता है।
- श्रीमती रश्मि ठाकुर, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, डोंगरगांव ने कहा – जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला निश्चित रूप से महत्वपूर्ण है। जीवन विज्ञान विद्यार्थियों में नैतिक मूल्यों को विकसित करने में सहायक होगा। इससे बच्चों को सकारात्मक सोच हेतु प्रेरित किया जा सकता है।
- संध्या ढीढी, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, दुर्ग ने कहा – समस्त शिक्षकों का प्रशिक्षण अनिवार्य हो। इसे पाठ्यक्रम में सम्मिलित किया जाए। ग्राम स्तर पर पालकों (अभिभावकों) को भी प्रशिक्षण दिया जाए।
- खेमराज साहू, सहायक विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, गुण्डरदेही ने कहा – जीवन विज्ञान बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए बहुत ही आवश्यक है और यह स्कूली पाठ्यक्रम में क्रियात्मक गतिविधि के रूप में कराई जा सकती है।
- गिरेन्द्र कुमार सुधाकर, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, छुईखदान ने कहा – बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए जीवन विज्ञान की शिक्षा आवश्यक है, क्योंकि इस शिक्षा के माध्यम से बच्चा नैतिक शिक्षा के साथ–साथ मूल्य आधारित शिक्षा प्राप्त कर सकता है।
- महेश भुआर्य, विकासखण्ड शिक्षा अधिकारी, खैरागढ़ ने कहा – जीवन विज्ञान विद्यार्थियों के शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक विकास में उपयोगी है। यह शिक्षा में सम्मिलित हो।

अणुव्रत कार्यकर्ता चिंतन शिविर

अणुव्रत एक दर्शन है, एक विचारधारा है और एक जीवनशैली भी। किसी भी व्यक्ति के लिए अणुव्रत विचार को समझना इसे अपनाने की दिशा में पहला कदम होता है।

एक अणुव्रत कार्यकर्ता के लिए यह समझ और भी आवश्यक हो जाती है क्योंकि उस पर दोहरी जिम्मेदारी होती है। स्वयं को अणुव्रत जीवनशैली में ढालना और दूसरों को इसके महत्त्व से परिचित कराना।

अणुव्रत चिंतन शिविर इस समझ को विकसित करने में मदद करता है। 6 व 7 फरवरी, 2021 को ऐसा ही एक शिविर राजसमंद स्थित अणुविभा मुख्यालय 'चिल्ड्रन'स पीस पैलेस' में आयोजित किया जा रहा है जिसमें उदयपुर, जोधपुर और जयपुर संभाग की अणुव्रत समितियों के कार्यकर्ता सम्भागी बनेंगे। वरिष्ठ व अनुभवी अणुव्रत चिंतकों का मार्गदर्शन इस शिविर में प्राप्त होगा।

अणुव्रत चिंतन शिविर वरिष्ठ अणुव्रत कार्यकर्ता श्री मर्यादा कोठारी के संयोजकत्व में देश की विभिन्न अणुव्रत समितियों के लिए समय-समय पर आयोजित किए जाने की योजना है।

इच्छुक अणुव्रत समितियां शिविर आयोजन के संदर्भ में राजसमंद कार्यालय में मोबाइल नम्बर 9116634515 पर सम्पर्क कर सकती हैं।

हमारे अणुव्रत संपोषक

श्री राजकरण दफ्तरी

पिता : श्रद्धानिष्ठ श्रावक भीकम चन्द दफ्तरी
माता : श्रद्धा की प्रतिमूर्ति श्राविका श्रीमती कान्ता दफ्तरी
जन्म तिथि : 26 सितम्बर, 1960
मूल निवासी : सरदारशहर (राजस्थान)
शिक्षा : वाणिज्य स्नातक
अभिरुचि : धार्मिक एवं सामाजिक कार्यों में रुचि
अर्धांगिनी : श्रीमती मंजु देवी (बांठिया) दफ्तरी
व्यवसाय : गार्मेन्टस, कंस्ट्रक्शन, ओटोमोबाईल्स, फर्नीचर्स, तथा चाय बगान एवं चाय प्रसंस्करण।
सफलताएँ : बिहार में प्रथम चाय प्रसंस्करण की स्थापना।

:: पुरस्कार / उपलब्धि ::

- भारत उद्योग रत्न अवार्ड
- नेशनल इन्डस्ट्रियल एक्सीलेन्स अवार्ड
- इन्दिरा गाँधी शिरोमणि अवार्ड
- कोलम्बस ऑफ टी कल्टीवेसन एण्ड टी प्लांटेशन इन किशनगंज, 1999
- प्राइड ऑफ सीमांचल 2017 द्वारा हिन्दुस्तान समाचार
- पदेन सदस्य, टी बोर्ड ऑफ इंडिया
- अध्यक्ष, बिहार टी प्लान्टर्स एसोसिएशन
- विहार प्रभारी श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथी महासभा (2014–16, 2016–18)
- पूज्य प्रवर आचार्य श्री महाश्रमण के ऐतिहासिक 152वें मर्यादा महोत्सव, किशनगंज में मुख्य संयोजक की भूमिका।
- आचार्य श्री महाश्रमण जी के पावन सान्निध्य और महामहिम राज्यपाल श्री रामनाथ कोविंद की गरिमामयी उपस्थिति में बिहार के मुख्यमंत्री श्री नीतीश कुमार को पटना में वर्ष 2016 के 'अणुव्रत पुरस्कार' समारोह में संयोजकीय विशिष्ट भूमिका।
- कार्यकारिणी सदस्य, अणुव्रत महासमिति 2016–18.
- संरक्षक, बाल मंदिर सीनियर सेकेण्ड्री स्कूल, किशनगंज.
- संरक्षक, रेड क्रॉस सोसायटी, किशनगंज
- सचिव, मारवाड़ी पंचायत किशनगंज
- कार्यकारिणी सदस्य, निगरानी विभाग, किशनगंज
- राष्ट्रीय संयोजक, चुनाव शुद्धि अभियान, अणुविभा

शासनसेवी

श्री बिमल कुमार नाहटा

पिता : स्व. बच्छराज नाहटा
माता : स्व. रत्नी देवी नाहटा
जन्म : 27 अक्टूबर, 1950
मूल निवासी : सरदारशहर
निवासी : गुवाहाटी
शिक्षा : वाणिज्य स्नातक
व्यवसाय : पैकेज्ड ड्रिंकिंग वाटर और इलेक्ट्रॉनिक मीटर के वितरक
अर्धांगिनी : श्रीमती सुशीला देवी नाहटा
पुत्र–पुत्रवधू : श्री संदीप नाहटा और श्रीमती मीता नाहटा
पौत्र–पौत्री : प्रियांक नाहटा, सलोनी नाहटा और सांची नाहटा

:: सामाजिक और राजनैतिक सेवाएं ::

- जैन धर्म के प्रचार–प्रसार के कार्यों में संलग्न
- आचार्यश्री महाश्रमण पर हिन्दी और गुजराती में डॉक्यूमेंटरीज का निर्माण
- पिता स्व. बच्छराज नाहटा की स्मृति में वार्षिक ज्ञानशाला पुरस्कार का वितरण
- जैन विश्व भारती विश्वविद्यालय लाडनूं के मेधावी विद्यार्थियों के लिए स्वर्ण व अन्य पदक का वितरण
- विश्व हिन्दू परिषद और अन्य सामाजिक संस्थाओं के माध्यम से विद्यार्थियों को छात्रवृत्ति का वितरण
- ऑल इंडिया मारवाड़ी युवा मंच, अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद, तेरापंथ युवक परिषद सरदारशहर, आचार्य भिक्षु संस्थान सिरियारी, जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा सरदारशहर तथा इस्कॉन के संरक्षक
- असम सरकार की ओर से लाइफ अचीवमेंट अवार्ड समेत अणुव्रत परिवार, विश्व हिन्दू परिषद, जैन विश्व भारती लाडनूं तथा विभिन्न सामाजिक संस्थाओं से सम्मानित

अणुव्रत परिवार की ओर से उज्ज्वल भविष्य की अशेष मंगलकामनाएं।

अणुव्रत समाचार

दिल्ली

'आचार्य तुलसी और अणुव्रत' विषयक वैचारिक संगोष्ठी का आयोजन 24 जनवरी, 2021 को अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के अध्यक्ष श्री संचय जैन की अध्यक्षता में अणुव्रत समिति दिल्ली द्वारा अणुव्रत भवन में किया गया। श्री संचय जैन ने अपने वक्तव्य में कहा कि वर्तमान वैश्विक समस्याओं का समाधान अणुव्रत दर्शन में समाहित है।

मुख्य वक्ता डॉ. वेदप्रताप वैदिक ने कहा कि आचार्य तुलसी का अद्भुत अवदान है अणुव्रत, अगर इस आन्दोलन का व्यापक प्रसार हो तो समस्याएं पैदा होनी ही कम हो जायेंगी। अणुव्रत न्यास के प्रबंध न्यासी श्री के.सी. जैन ने अणुव्रत का प्रायोगिक पक्ष रखा। समिति के अध्यक्ष डॉ.पी.सी. जैन ने स्वागत वक्तव्य दिया।

अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर ने आचार्य तुलसी के इस अवदान को वंदन करते हुए दिल्ली समिति के टीम वर्क की अनुशंसा की।

महामन्त्री श्री भीखम सुराणा ने 'बच्चों का देश' व 'अणुव्रत' पत्रिका की सदस्यता वृद्धि पर विशेष बल दिया।

जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा के उपाध्यक्ष डॉ. धनपत लुनिया ने ऐसे सामयिक आयोजन की सराहना की तथा सभा की ओर से अणुव्रत के प्रसार हेतु दिल्ली समिति को हरसंभव सहयोग का आश्वासन दिया।

टीपीएफ दिल्ली अध्यक्ष डॉ. कान्तिश्यामसुखा ने मिलजुल आगामी नवीन आयोजन की पेशकश की।

आभार ज्ञापन वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री शान्तिलाल पटावरी ने तथा संचालन मन्त्री डॉ. कुसुम लुनिया ने किया।

अणुव्रत गीत की जोशीली प्रस्तुति दिल्ली समिति के उपाध्यक्ष श्री कमल बैंगानी, सहमन्त्री श्रीमती ललिता मुकीम ,संगठन मन्त्री श्री धनपत नाहटा, श्रीमती नीता शर्मा, श्रीमती गुलाब भंसाली, श्री राजीव महनोत ने दी।

इस अवसर पर विशेष रूप से उपस्थित केन्द्रीय पदाधिकारियों श्री राकेश बरडिया, श्री संजय जैन ,श्री जय प्रकाश जैन व डॉ. कमल सेठिया को अणुव्रत आचार संहिता दिल्ली समिति की ओर से भेंट की गई। विभिन्न संस्थाओं के पदाधिकारियों व अणुव्रत परिवार के सदस्यों तथा मीडिया की उपस्थिति से भी कार्यक्रम की शोभावृद्धि हो रही थी।

कुल मिलाकर वर्ष 2021 की प्रथम संगोष्ठी से अणुव्रतमय सकारात्मकता का संचार हुआ।

भीलवाड़ा

28 जनवरी 2021 को अणुव्रत समिति भीलवाड़ा ने मुनिश्री कुलदीप कुमार जी के पावन सान्निध्य में एवं मुनिश्री मुकुल कुमार जी के निर्देशन में अणुव्रत एक रहस्य अणुव्रत विषयक संगोष्ठी का आयोजन जयाचार्य भवन आर सी व्यास कॉलोनी में आयोजित किया।

मुनिश्री कुलदीप कुमार जी ने अपने उद्‌बोधन में फरमाया कि हम बातों से अणुव्रत को बहुत जानते हैं परंतु मूल बातें हम लोगों को पता नहीं। क्यों किया आचार्य तुलसी ने अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन? क्या जरूरत है इसकी? ये सब बातें कार्यकर्ता को पता रखनी चाहिए। ऐसे कई रहस्यों को मुनिश्री ने उजागर किया। कार्यक्रम संयोजन प्रेक्षा मेहता ने किया और आभार ज्ञापन मंत्री श्री राजेश चौरड़िया ने किया।

कार्यक्रम में श्री नवरत्न झाबक, सभा अध्यक्ष निर्मल जी गोखरू, तेयुप अध्यक्ष श्री सुनील, टीपीएफ अध्यक्ष श्री राकेश सुतरिया, महिला मण्डल अध्यक्षा श्रीमती विमला रांका, समिति कोषाध्यक्ष श्री जितेश बोथरा, उपाध्यक्ष श्री लक्ष्मी लाल झाबक आदि गणमान्यजन उपस्थित थे।

अणुव्रत समाचार

अहमदाबाद

अणुव्रत समिति, अहमदाबाद की ओर से आयोजित अणुव्रत प्रतियोगिता के विजयी प्रतिभागियों का सम्मान किया गया। इस अवसर पर मुनिश्री मोहजीतकुमारजी ने कहा कि अणुव्रत आंदोलन एकमात्र ऐसा आंदोलन है जिसमें नैतिकता के साथ आध्यात्मिक दर्शन भी जुड़ा हुआ है। मंगलाचरण प्रकाश धींग ने किया, अध्यक्षीय वक्तव्य विमल बोरदिया ने दिया। प्रचार प्रसार मंत्री श्रीमती लाडदेवी बाफना ने भी विचार रखे। कार्यक्रम का संयोजन श्रीमती डिम्पल श्रीमाल और आभार ज्ञापन सहमंत्री दिनेश धुप्या ने किया।

सूरत-उधना

5 जनवरी 2021 को तेरापंथ भवन, उधना में अणुव्रत संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इस अवसर पर साध्वीश्री सम्यक् प्रभा जी ने कहा कि अणुव्रत नैतिक मूल्यों के विकास का अभियान है। मनुष्य के विचार एवं आचार में एकरूपता लाना इसका उद्देश्य है। साध्वीश्री मलयप्रभा जी ने कहा कि अणुव्रत प्रत्येक गृहस्थ का धर्म है। अणुव्रत विश्व भारती के उपाध्यक्ष श्री राजेश सुराणा ने कहा कि अणुव्रत का चिंतन बहुत व्यापक है। हिंसा और आतंक को निर्मूल करने की ताकत अणुव्रत में है। अणुविभा कार्यसमिति सदस्य श्रीमती अलका सांखला, अणुव्रत समिति के अध्यक्ष श्री नेमीचंद कावड़िया और तेरापंथी सभा, उधना के अध्यक्ष श्री पारसमलजी बाफना ने भी विचार रखे।

भीलवाड़ा

अणुव्रत समिति भीलवाड़ा के तत्वावधान में बी योर्स इंटरनेशनल चैरिटेबल फाउंडेशन के सहयोग से पीथास में 50 जरूरतमंद परिवार की महिलाओं को कम्बल वितरित किए गए। फाउन्डेशन के अध्यक्ष श्री विकास व्यास एवं अणुव्रत समिति, भीलवाड़ा की अध्यक्ष श्रीमती आनन्दबाला टोडरवाल ने बताया कि जहां तक हो संभव स्वयं व्यसन मुक्त बनें, फिर अपने परिवार को व्यसन मुक्त करने का प्रयास करें। कार्यक्रम में सभा पीथास के मंत्री श्री रतन लाल काल्या, सरपंच श्री छोटुसिंह चुडावत, प्रिंसिपल श्री इन्द्रपाल सिंह, शिक्षाविद श्री लादु लाल पारीक, श्री महावीर सेन, श्री रोशनलाल काल्या, समिति भीलवाड़ा के मंत्री श्री राजेश चोरड़िया, श्री अभिषेक कोठारी, सहमंत्री श्री पुनीत बोहरा, फाउन्डेशन की डायरेक्टर प्रेक्षा मेहता, रेणुका मुंद्रा, फाउंडर मेंबर श्री नितिन मेहता आदि ग्रामवासी उपस्थित रहे।

अणुव्रत समाचार

सिलीगुड़ी

अहिंसा प्रशिक्षण केंद्र मातृछाया में 72वां गणतंत्र दिवस ब्लाइंड बच्चों के साथ मनाया गया। सभी बच्चों ने मधुर आवाज में राष्ट्र गान की प्रस्तुति दी। मातृछाया के अध्यक्ष श्रीमान कुमठ, मंत्री श्री विशाल बाफना, सिलीगुड़ी कोर्ट की जज सुश्री शालिनी, डॉक्टर श्री संजय कोठारी, प्रगति संस्था के पदाधिकारीगण इस अवसर पर उपस्थित थे। अणुव्रत समिति के अध्यक्ष तोलाराम सेठिया ने बताया कि शीघ्र ही अहिंसा प्रशिक्षण केंद्र को पुनः प्रारंभ किया जा रहा है। इस अवसर पर अणुव्रत समिति मंत्री श्रीमती पुष्पा चंडालिया, कोषाध्यक्ष श्रीमती मंजू लुणावत, सहमंत्री श्री गौतम डागा, अणुविभा सदस्य श्री अजय नौलखा, परामर्शक श्री मदन मालू सहित गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

मोमासर

'शासनसेवी' स्व. सम्पतमल संचेती (सुपुत्र 'शासनसेवी' मोहनलाल संचेती) की 10वीं पुण्यतिथि पर श्रीमती मुल्तानी देवी संचेती के सहयोग से श्रीडूंगरगढ़ स्थित सेवाधान आश्रम में कक्षा 3 से 9 तक के विद्यार्थियों को पुस्तकें व कॉपी पैन का वितरण अणुव्रत समिति मोमासर द्वारा किया गया। कार्यक्रम में अणुविभा के कार्यकारिणी सदस्य एवं अणुव्रत समिति मोमासर के मंत्री श्री राकेश संचेती सहित श्री अमरचंद बोथरा, पूर्व पार्षद श्री अशोक झाबक, श्री राजू सिंह, श्री लक्ष्मी नारायण भादु आदि की उपस्थिति रही।

फतेहपुर

अणुव्रत विश्व भारती राजसमंद द्वारा संचालित अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र शेखावाटी के तत्वावधान में चुनाव शुद्धि अभियान का आयोजन किया गया। विशिष्ट अतिथि आचार्य विद्याधर भोजक ने कहा कि फतेहपुर नगर पालिका के चुनाव के मद्देनजर यह चुनाव शुद्धि अभियान समसामयिक एवं बहुत जरूरी है। मुख्य अतिथि प्रजापति फाउंडेशन के संस्थापक मेवाराम प्रजापति ने कहा कि शुद्धता और प्रामाणिकता जीवन के लिए बहुत जरूरी है। अध्यक्षता करते हुए शिक्षाविद प्रधानाचार्य नरपत सिंह राठौर ने कहा कि अणुव्रत विश्व भारती राजसमंद द्वारा संचालित अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र फतेहपुर शेखावाटी का यह कार्य सराहनीय है। मतदाता निर्भीक होकर किसी भी लोभ और प्रलोभन में पड़ कर जात–पांत में बंट कर मतदान नहीं करें। यह ध्यान रखना होगा। कार्यक्रम का संचालन अहिंसा प्रशिक्षक सतीश शांडिल्य ने किया। उन्होंने अणुव्रत विश्व भारती की गतिविधियों पर विस्तार से प्रकाश डाला।

इस अवसर पर नमन धानुका, पुनीत मारवाल, अजय सेन, विकास प्रजापति की उपस्थिति रही। कार्यक्रम में चुनाव शुद्धि अभियान के पोस्टर का लोकार्पण भी किया गया।

राजसमंद

अणुव्रत समिति के तत्वावधान में चलाए गए चुनावशुद्धि अभियान में अणुविभा उपाध्यक्ष श्री अशोक डूंगरवाल, समिति अध्यक्ष श्री अचल धर्मावत, संगठन मंत्री श्री रमेश मंडोत व अन्य कार्यकर्ता शामिल हुए।

अणुव्रत समाचार

लाडनूं

अणुव्रत समिति के तत्वावधान में जैन विश्व भारती में मुनिश्री सुमतिकुमार जी के सान्निध्य में अणुव्रत चुनाव शुद्धि अभियान पोस्टर का विमोचन किया गया। इस अवसर पर मुनिश्री ने कहा कि अणुव्रत इंसानियत का आंदोलन है। इस आंदोलन के माध्यम से एक स्वस्थ राष्ट्र निर्माण की परिकल्पना के साथ स्वस्थ समाज निर्माण की बात कही गई है। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि चीफ शहर काजी मोहम्मद मदनी ने कहा कि स्वस्थ लोकतंत्र निर्माण के लिए सही जनप्रतिनिधि का चयन करना जनता के हाथ में है। उन्होंने कहा कि राजनीति में अच्छे व्यक्तियों के चयन से ही हमारे लोकतंत्र को मजबूती मिल सकती है। इस अवसर पर समिति के संरक्षक राजेंद्र खटेड, अध्यक्ष शांतिलाल बैद, वरिष्ठ उपाध्यक्ष डॉ. वीरेंद्र भाटी मंगल ने विचार रखे। कार्यक्रम का शुभारंभ मुनि श्री आदित्य कुमार द्वारा प्रस्तुत अणुव्रत गीत से हुआ। इस अवसर पर राकेश कुमार जैन, राजेश नाहटा, शिवशंकर बोहरा, राधेश्याम शर्मा, रामेश्वर शर्मा, शरद जैन, डॉ. मनीषा जैन, याकूब काजी, बहादुर खां मोयल सहित अनेक लोग उपस्थित थे। आभार ज्ञापन मंत्री अब्दुल हमीद मोयल ने किया।

सुजानगढ़

अणुव्रत समिति द्वारा चुनाव शुद्धि अभियान के अंतर्गत लोगों में जागरूकता पैदा करने हेतु उप जिलाधीश श्री मूलचंद लूणिया के हाथों चुनाव शुद्धि अभियान पोस्टर का विमोचन कराया गया। इस अवसर पर अणुव्रत समिति सुजानगढ़ के अध्यक्ष श्री सांवर मल जालान, उपाध्यक्ष श्री महेश तंवर, मंत्री श्री गजानंद गुर्जर, कार्यवाहक श्री हेमराज नाहटा, सदस्य श्री चुन्नीलाल बावरी, श्री रामचंद्र प्रजापत, श्री पवन सुरोलिया की उपस्थिति उल्लेखनीय रही। सुजानगढ़ के विभिन्न क्षेत्रों में मतदाता जागरूकता का प्रयास किया गया।

भीलवाड़ा

अणुव्रत समिति द्वारा नगर परिषद चुनाव के दौरान चुनाव शुद्धि अभियान के अंतर्गत विभिन्न दलों एवं निर्दलीय प्रत्याशियों को अणुव्रत का उपरणा पहना कर नैतिकता एवं ईमानदारी से चुनाव लड़ने की शपथ दिलाई गई। कॉलोनियों में "हमारे मत का अधिकारी कौन" पैम्फलेट वितरित किए गए। अध्यक्षा श्रीमती आनंदबाला टोडरवाल, मंत्री श्री राजेश चौरड़िया, अणुविभा कार्यसमिति सदस्य श्री अभिषेक कोठारी सहित अणुव्रत कार्यकर्ता अभियान में शामिल रहे।

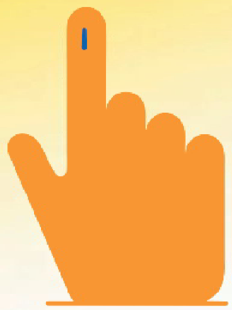
सादुलपुर-राजगढ़

अणुविभा के तत्वावधान में आयोजित चुनाव शुद्धि अभियान के तहत तारानगर में जाकर समिति मंत्री कमल बोथरा ने जैन सभा अध्यक्ष , महिला मण्डल अध्यक्ष , वार्ड 10 के उम्मीदवार श्री खंडेलवाल जी और 45 घरों में जाकर पोस्टर और पैंफलेट वितरण किया।

अणुव्रत आंदोलन

चुनाव शुद्धि अभियान

मतदान अवश्य करें



राष्ट्रीय कर्त्तव्य का निर्वहन करें

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।
- चुनाव के समय 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।

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती

राष्ट्रहित में प्रसारित

हमारे विशिष्ट सहयोगी सदस्य

श्री अशोक मालू

पिता : स्व. श्री उत्तमचंद मालू
माता : श्रीमती धनपती मालू
मूल निवास : सुजानगढ़
जन्म तिथि : 26 जनवरी, 1960
व्यवसाय : C & F Agent, सुपर स्टॉकिस्ट

:: सेवाएं ::

- कार्यसमिति सदस्य, अणुव्रत महासमिति
- जैन संस्कारक
- प्रभारी, सगण संस्कृति संकाय

:: दायित्व ::

- सलाहकार, Guwahati Electric Merchant Association
- कार्यसमिति सदस्य, Wholesale General Merchant Association
- कार्यसमिति सदस्य, North East Distributors Association
- प्रदेश कार्यसमिति सदस्य, Minority Morcha BJP
- Member, Minority Development Board

श्री रामलाल गन्ना

पिता : स्व. बस्तीमल गन्ना
माता : 'श्रद्धा की प्रतिमूर्ति' स्व. श्रीमती पानीबाई
निवासी : कटार-आसींद (राज.)
प्रवासी : बेंगलुरू
जन्म तिथि : 28 जनवरी, 1958
व्यवसाय : ज्वैलर्स

:: सेवाएं ::

- पूर्व अध्यक्ष, युवक परिषद बेंगलोर
- कार्यकारिणी सदस्य, तेरापंथ सभा बेंगलोर
- मंत्री, अणुव्रत समिति बेंगलोर (2014–15)
- अध्यक्ष, अणुव्रत समिति बेंगलोर (2016–18)
- प्रभारी, अणुव्रत महासमिति (2011 से 2019)
- कर्नाटक विरार्जन राह–प्रभारी, तेरापंथी महासभा

:: दायित्व ::

- चिकित्सा व यातायात व्यवस्था का दायित्व
- साधु–साध्वियों की विहार सेवा का लाभ

श्री सुबोध कुमार कोठारी

पिता : तत्वज्ञ श्रावक स्व. जयचंदलाल कोठारी
जन्मतिथि : 07 मई, 1948
मूल निवासी : लाडनूं (राज.)
प्रवासी : गुवाहाटी (असम)
शिक्षा : बी.एससी.

- अणुव्रत योगक्षेमी (2009–14)
- कार्यसमिति सदस्य, अणुव्रत महासमिति (2013 से 17 तक)
- अणुव्रत अधिवेशन संयोजक (2016 गुवाहाटी)

:: दायित्व ::

- अणुव्रत समिति, गुवाहाटी की स्थापना से ही सदस्य
- प्रथम दो सत्र में उपाध्यक्ष (2010 से 2013 तक)
- अध्यक्ष, अणुव्रत समिति, गुवाहाटी (2014–15)
- कार्यकारणी सदस्य, अणुव्रत समिति, गुवाहाटी

श्री कुंदनमल तलेसरा

पिता : स्व. श्री वेणीचंद तलेसरा
मूल निवास : सेमड, सूरत
जन्म तिथि : 19.12.1956
व्यवसाय : क्लॉथ मर्चेंट

:: सेवाएं ::

- सह मंत्री, 2012 14 तेरापंथी सभा, सूरत
- उपाध्यक्ष, 2014–15 तेरापंथी सभा, सूरत
- कार्यकारिणी सदस्य, 2012–18 तेरापंथी सभा, सूरत
- कार्यसमिति सदस्य, 2015–17 अणुव्रत महासमिति
- पत्रिका अभिवृद्धि प्रभारी, 2015–17 अणुव्रत महासमिति
- परामर्शक, 2018–20 अणुव्रत समिति, सूरत–उधना
- 'अमृत–विसर्जन' 2013 पारमार्थिक शिक्षण संस्था, लाडनूं
- अध्यक्ष, 2019–21 तेरापंथी सभा, सेमड
- विशिष्ट ट्रस्टी, श्रीमद् ऋषिराय चेरिटेबल ट्रस्ट

अणुव्रत परिवार की ओर से सादर आभार एवं उज्ज्वल भविष्य की अशेष मंगलकामनाएं।

अणुविभा प्रकाशन

❖ ग्राहक अभिवृद्धि अभियान ❖

अणुव्रत स्थापना दिवस

के उपलक्ष्य में
अणुव्रत समितियों
को
विशेष रियायत
'अणुव्रत' पत्रिका
एवं
'बच्चों का देश'
की
सदस्यता पर
01 मार्च, 2021 तक

30 प्रतिशत की छूट

❖ वार्षिक ❖ त्रैवार्षिक ❖ पंचवर्षीय ❖ दस वर्षीय
श्रेणी की सदस्यता हेतु मान्य

'अणुव्रत' पत्रिका सदस्यता

वार्षिक	600रु.
त्रैवार्षिक	1500रु.
दस वर्षीय	5100रु.
योगक्षेमी (15yrs.)	11000रु.

बच्चों का देश सदस्यता

वार्षिक	300रु.
त्रैवार्षिक	800रु.
पंच वर्षीय	1200रु.

सम्पर्क सूत्र : 9116634512, 9414343100

अहिंसक-नैतिक चेतना का प्रखर प्रतिनिधि

अणुव्रत

अणुविभा

:: सदस्यता फॉर्म ::

मैं 'अणुव्रत' पत्रिका का सदस्यता शुल्क नीचे दिए विवरण के अनुसार जमा करा रहा/रही हूं –

☐ वार्षिक रु. 600 ☐ त्रैवार्षिक रु. 1500 ☐ दस वर्षीय रु. 5100 ☐ योगक्षेमी रु. 11000

☐ नकद ☐ नेट बैंकिंग ☐ चैक ☐ ड्राफ्ट ☐ मनीऑर्डर

बैंक ....संख्या..................दिनांक............

कृपया मुझे इस पते पर पत्रिका भिजवाएं –

नाम : ______

पता : ______

______

______ पिन ☐☐☐☐☐☐

मोबाइल ....ईमेल...

______
हस्ताक्षर

बैंक विवरण	ANUVRAT VISHWA BHARATI SOCIETY IDBI Bank Rajsamand Branch A/c No. 104104000046914 IFSC Code - IBKL0000104

कार्यालय उपयोग के लिए

उपरोक्त विवरण अनुसार सदस्यता शुल्क रु. ....

☐ .... भुगतान माध्यम से प्राप्त हुए।

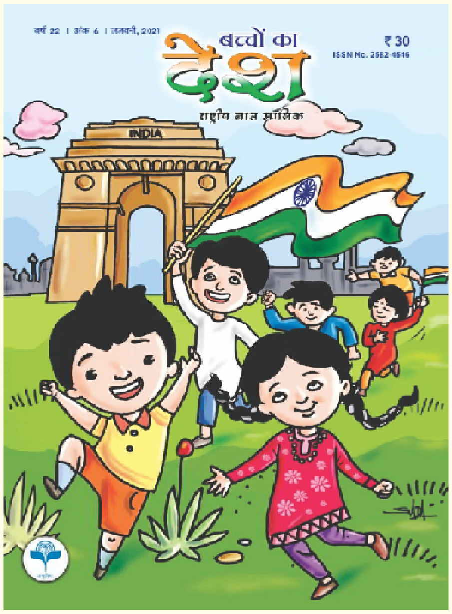
सदस्यता क्रमांक .... प्राप्तकर्ता के हस्ताक्षर

यह फॉर्म मय सदस्यता शुल्क इस पते पर भेजें –

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
अणुविभा
अणुव्रत भवन, 210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली–110002 दूरभाष : 011–23233345
मोबाइल : 9116634512
anuvrat_patrika@anuvibha.org

राष्ट्रीय स्तर पर प्रशंसित नई पीढ़ी के सर्वांगीण विकास को लक्षित

श्रेष्ठ बाल पत्रिका



अपने परिवार व परिजनों के बच्चों को यह अमूल्य भेंट अवश्य दें

:: सदस्यता शुल्क ::

वार्षिक	–	300 रु.
त्रैवार्षिक	–	800 रु.
पंचवार्षिक	–	1200 रु.

आज ही सम्पर्क करें

'बच्चों का देश' राष्ट्रीय बाल मासिक

अणुव्रत विश्व भारती

चिल्ड्रन'स पीस पैलेस, राजसमंद – 313326 (राज.)
मोबाईल – 9414343100
ईमेल : bachchon_ka_desh@yahoo.co.in

दु:खद समाचार

'अणुव्रत सेवी' सज्जन कुमार जैन नहीं रहे। श्रद्धानिष्ठ श्रावक और कल्याण मित्र जैसे महत्त्वपूर्ण संबोधनों से उपहृत 'अणुव्रत सेवी' श्री सज्जन कुमार जैन, दिल्ली का 2 फरवरी, 2021 को देहावसान हो गया।

वे अणुव्रत विश्व भारती के संरक्षक सदस्य थे। अणुविभा के राजसमंद केन्द्र के विकास में उनका प्रारंभिक काल से ही योगदान रहा। मूलतः भिवानी – हरियाणा निवासी श्री सज्जन कुमार जी एक सहज, सरल और सेवाभावी प्रवृत्ति के नेकदिल इनसान थे। उनके निधन से अणुव्रत आंदोलन ने अपना एक मजबूत सहयोगी व शुभचिंतक खो दिया है।

अणुव्रत व अणुविभा परिवार उनकी आत्मा की चिरशांति की कामना करते हुए हार्दिक श्रद्धांजलि अर्पित करता है।

इस तलाश में आप भी सहयोगी बनिए!

अणुविभा

आदरणीय,

अणुव्रत आन्दोलन को नया स्वरूप और नई गति मिले, इस हेतु ऐसे अधिक से अधिक व्यक्तियों को हमें इस आन्दोलन से जोड़ना है, जिनके जीवन में अणुव्रत बोलता है।

आपके सम्पर्क में ऐसे लोग अवश्य होंगे, जिन्हें आपने जाना है, परखा है और उनके जीवन व जीवनशैली को अणुव्रत दर्शन से आप्लावित पाया है।

- कृप्या ऐसे कुछ नाम और उनके सम्पर्क सूत्र की जानकारी आप भिजवा सकें तो यह आन्दोलन के भावी स्वरूप को निखारने में आपका महत्त्वपूर्ण योगदान होगा।
- ऐसे व्यक्ति किसी भी जाति, धर्म और सम्प्रदाय में विश्वास रखने वाले हो सकते हैं और भारत या किसी अन्य देश में निवासित या प्रवासित हो सकते हैं।
- मोबाइल नवम्बर 9829052452, 9810155861 पर व्हाट्सएप के माध्यम से आपके प्रत्युत्तर की प्रतीक्षा रहेगी।

विनम्र,

– संचय जैन
अध्यक्ष, अणुविभा

अहिंसक-नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अणुव्रत

अणुव्रत का यह संदेश।
नैतिक बने सारा देश।।

विज्ञापन सहयोग

::: 12 नियमित अंक :::

मुख पृष्ठ रंगीन (अन्तिम) 7 लाख रु.

मुख पृष्ठ रंगीन (द्वितीय) 5 लाख रु.

मुख पृष्ठ रंगीन (तृतीय) 5 लाख रु.

::: 12 नियमित अंक :::

रंगीन पृष्ठ पूरा (अन्दर) 2 लाख रु.

::: प्रति अंक :::

रंगीन पृष्ठ पूरा (अन्दर) 20 हजार रु.

विज्ञापन सामग्री / डिजाइन आदि कृपया ईमेल से नीचे उल्लेखित ईमेल पर सर्वशुद्ध–दोष रहित भेजें।

मुद्रित आकार 23 x 17 सेंटीमीटर

नियमित अंकों की सदस्यता

- वार्षिक 600रु.
- त्रैवार्षिक 1500रु.
- दस वर्षीय 5100रु.
- योगक्षेमी (15yrs.) 11000रु.

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

अणुव्रत भवन, 210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली–110002
दूरभाष : 011 23233345
मोबाइल : 9829052452, 9810155861

Bank Details : ANUVRAT VISHWA BHARATI SOCIETY
IDBI Bank Rajsamand Branch
A/c No. 104104000046914 IFSC Code - IBKL0000104

delhi@anuvibha.org • anuvrat_patrika@anuvibha.org • www.anuvibha.org

पाठकों के लिए
विशेष प्रतियोगिता

अणुव्रत Q10

आपको करना है बस इतना

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

❖ जनवरी 2021 अंक पर आधारित प्रश्न ❖

01. संस्कार शब्द का मूल अर्थ क्या है?
02. काण्ट के अनुसार परम सुख क्या है?
03. पितृवन की संचालनकर्ता कौन है?
04. अणुव्रत संसदीय मंच के राष्ट्रीय संयोजक कौन हैं?
05. वैज्ञानिक युग में सबसे अधिक उपेक्षा किसकी हुई है?
06. असंयमित जीवनशैली पर किसका अस्तित्व टिका है?
07. अणुव्रत विश्व भारती द्वारा प्रकाशित मासिक बाल पत्रिका कौन-सी है?
08. लिविंग विद ए परपज : टर्निंग ड्रीम्स इनटू रियलिटी के लेखक कौन हैं?
09. ''सभी बच्चे जन्म से ही कलाकार होते हैं...''– यह कथन किसका है?
10. अमेरिकी कृषि विभाग के अनुसार कितने प्रतिशत भोजन विषाक्तता (फूड पॉइज़निंग) मांसाहार के कारण होती है?

ज्ञातव्य बिंदु

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

उत्तर इस पते पर भेजें
अणुव्रत विश्व भारती
अणुव्रत भवन,
210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली–110002
दूरभाष : 011–2323 3345
anuvrat_patrika@anuvibha.org

आकर्षक पुरस्कार

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

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

उत्तर प्राप्ति की अंतिम तिथि
15 मार्च, 2021

अप्रेल-दिसम्बर 2020 अंक की प्रतियोगिता के परिणाम

(जनवरी 2020 के अंक पर आधारित)

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

विजेता

श्रीमती नेहा मेहता
जोधपुर

-:: प्रोत्साहन पुरस्कार ::-

श्रीमती सरस्वती संकलेचा
पचपदरा

सुश्री चारूल चोपड़ा
पचपदरा

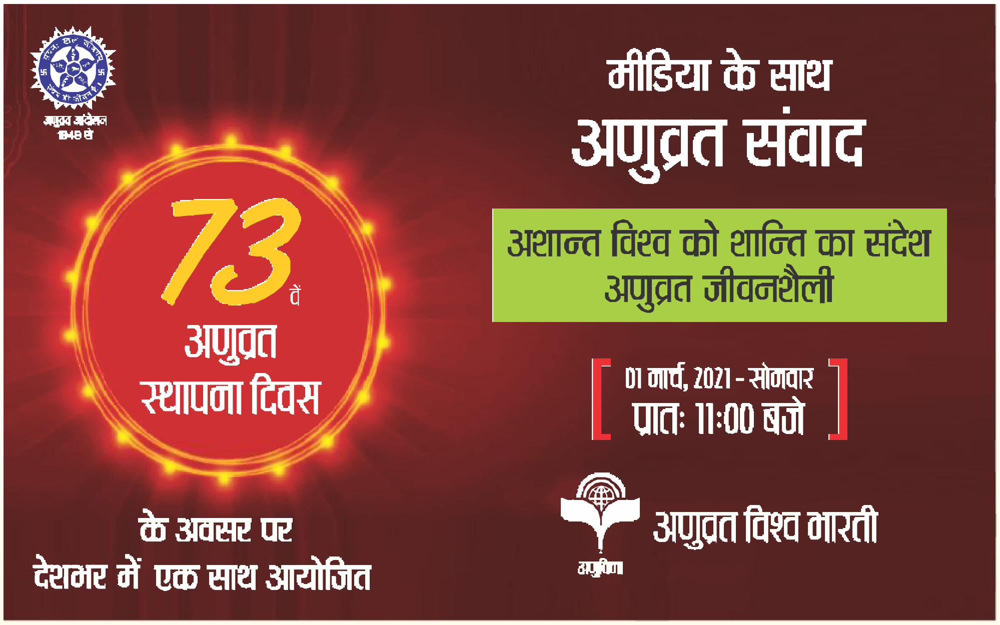
अणुव्रत Q10 प्रतियोगिता

अन्य सही उत्तरदाताओं के नाम :-

श्री माणकचंद सैद	सिरसा	श्रीमती हेमलता	जोधपुर
श्री चम्पालाल जैन	सिरसा	श्रीमती संगीता चोपड़ा	पचपदरा
श्री सुरेश चोपड़ा	पचपदरा	श्रीमती विजया चोपड़ा	पचपदरा
श्रीमती त्रिशला जैन	रोहतक	सुश्री खुशबू जैन	रोहतक
श्री अजीत जैन	रोहतक	श्रीमती करुणा जैन	रोहतक
श्रीमती सुनीता जैन	रोहतक	श्रीमती रजनी जैन	रोहतक
श्रीमती नीलम जैन	रोहतक	श्रीमती नरेन्द्र जैन	रोहतक
श्री सुरेन्द्रराज मेहता	जोधपुर	श्री राजेन्द्र कुमार	बालोतरा
श्री दीपक नाहर	जोधपुर	श्रीमती श्वेता जैन	दिल्ली
श्रीमती खुशबू सेठी	पचपदरा	श्री तरुण चोपड़ा	पचपदरा
डॉ. कीर्ति जैन	जोधपुर	श्रीमती लता गुप्ता	पंचकूला
श्रीमती सुरप्रीत सिंगला	पंचकूला	श्रीमती अलका जैन	पचपदरा
सुश्री सुरभि दूगड़	लूणकरणसर	श्रीमती भारती जैन	सूरत
श्रीमती भावना लूंकड़	पचपदरा	श्रीमती टीना रांका	आसींद
सुश्री प्रीति रांका	आसींद	सुश्री ममता जैन	चित्तौड़गढ़
श्रीमती अनीता चोपड़ा	पचपदरा	श्रीमती शिखा चोपड़ा	पचपदरा
श्रीमती प्रीति जैन	रोहतक	श्रीमती कोमल गुप्ता	रोहतक
श्रीमती मेघा जैन	रोहतक	श्रीमती सुमन जैन	रोहतक
श्रीमती कान्ता बंसल	रोहतक	श्रीमती आशा जैन	रोहतक
श्रीमती मोहिनी संकलेचा	पचपदरा	श्री विनोद संकलेचा	पचपदरा
श्री धीरचंद संकलेचा	पचपदरा	श्रीमती अंजू चोपड़ा	पचपदरा
श्रीमती ज्योतिशा नाहर	जोधपुर	श्रीमती कविता चोपड़ा	पचपदरा

जनवरी 2020 अंक पर आधारित प्रश्नों के सही उत्तर

उत्तर 01 :	स्वास्थ्य	पृ. 10
उत्तर 02 :	शल्य	पृ. 19
उत्तर 03 :	दुःख परंपरा	पृ. 14
उत्तर 04 :	मुनिश्री सुखलाल	पृ. 52
उत्तर 05 :	विश्वामित्र	पृ. 49
उत्तर 06 :	जागृत महिला मंडल	पृ. 50
उत्तर 07 :	अभय	पृ. 35
उत्तर 08 :	मेघदूत	पृ. 40
उत्तर 09 :	मैथ्यू आर्नाल्ड	पृ. 22
उत्तर 10 :	प्रथम/पहला	पृ. 03



1 मार्च, 1949 – अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तन का ऐतिहासिक दिन। 72 वर्ष पूर्व आजाद भारत को असली आजादी अपनाने के संदेश के साथ आचार्यश्री तुलसी ने अणुव्रत के रूप में इसका राजमार्ग भी सुझाया था। आचार्यश्री तुलसी द्वारा प्रदत्त अणुव्रत का यह दर्शन आज विश्व दर्शन के रूप में प्रस्थापित हो चुका है।

- 21वीं सदी के दूसरे दशक का समापन कोराना वायरस की महामारी के रूप में एक वैश्विक त्रासदी के साथ हुआ है।
- ऐसी त्रासदी जिसने इंसान को अपने जीवन मूल्यों और जीवनशैली पर पुनर्चिन्तन करने को मजबूर किया है।
- क्या है इस अशांत विश्व को अणुव्रत का शांति संदेश?
- यह संदेश है – 'अणुव्रत जीवनशैली'
- एक ऐसी जीवनशैली जिसे अपनाकर मानव मात्र स्व–कल्याण से लेकर विश्व–कल्याण की भावना को चरितार्थ कर सकता है।
- 1 मार्च, 2021 – 73वें अणुव्रत स्थापना दिवस पर अणुव्रत का प्रत्येक कार्यकर्ता एक नए संकल्प के साथ स्वयं को मानव–कल्याण के इस मिशन में पुनः समर्पित करता है।
- 'अणुव्रत जीवनशैली' जन–जन की जीवनशैली बने, इस उद्देश्य से अणुव्रत आंदोलन एक सुदीर्घ अभियान की शुरुआत 1 मार्च, 2021 से करने जा रहा है।
- देशभर में 'मीडिया के साथ–अणुव्रत संवाद' का एक साथ आयोजन कर इसकी सार्वजनिक घोषणा की जाएगी।
- साथ ही, अणुव्रत आंदोलन की भावी रूपरेखा देश–दुनिया के समक्ष प्रस्तुत की जाएगी।

RNI No. 7013/57

February, 2021

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 25/01/2021
Posted at N.D.P.S.O., ND-1 on 28-29 of the Previous Month

GALAXY GROUP

Architectural marvels across 46 countries worldwide have used our stones.
We are proud to have contributed to the architectural world with these concept stores and outlets in Jaipur:

Stone Studio By Galaxy — India's first concept store for stone display

Tile Studio By Galaxy — Finest Selection of Premium Tiles

Light Studio By Galaxy — Rajasthan's Largest Decorative Lights Display

Landscape Studio BY GALAXY — India's best collection of Landscape Artefacts

The experience of three decades has helped us translate our vision for providing unparalleled lifestyle into -
The Urban Village by Galaxy Enclave, a fully integrated township next to Jaipur's business hub.

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

GALAXY ENCLAVE
THE URBAN VILLAGE

Modern Day Luxuries In Harmony With Nature

250 feet SEZ Road, Kalwara, Ajmer Road, Jaipur

TO KNOW MORE, CALL US ON
+91-90791-23572/ 88755-84455/ 88754-08875 or write to info@urban-village.co.in
www.urban-village.co.in

प्रकाशक एवं मुद्रक **संचय जैन** द्वारा सत्वाधिकारी **अणुव्रत विश्व भारती** की ओर से श्री साई शिवानी प्रिंटर्स, बी-198, ओखला इंडस्ट्रियल एरिया, फेज-1, नई दिल्ली-110020 से मुद्रित तथा 210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग, नई दिल्ली-110002 से प्रकाशित। संपादक - **संचय जैन**