

जुलाई 2023 ■ वर्ष : 68 ■ अंक : 10 ■ पृष्ठ : 60 ■ मूल्य : ₹ 60

अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

अप्रत



75
1949 - 2024

अणुव्रत आंदोलन

अणुव्रत अमृत महोत्सव

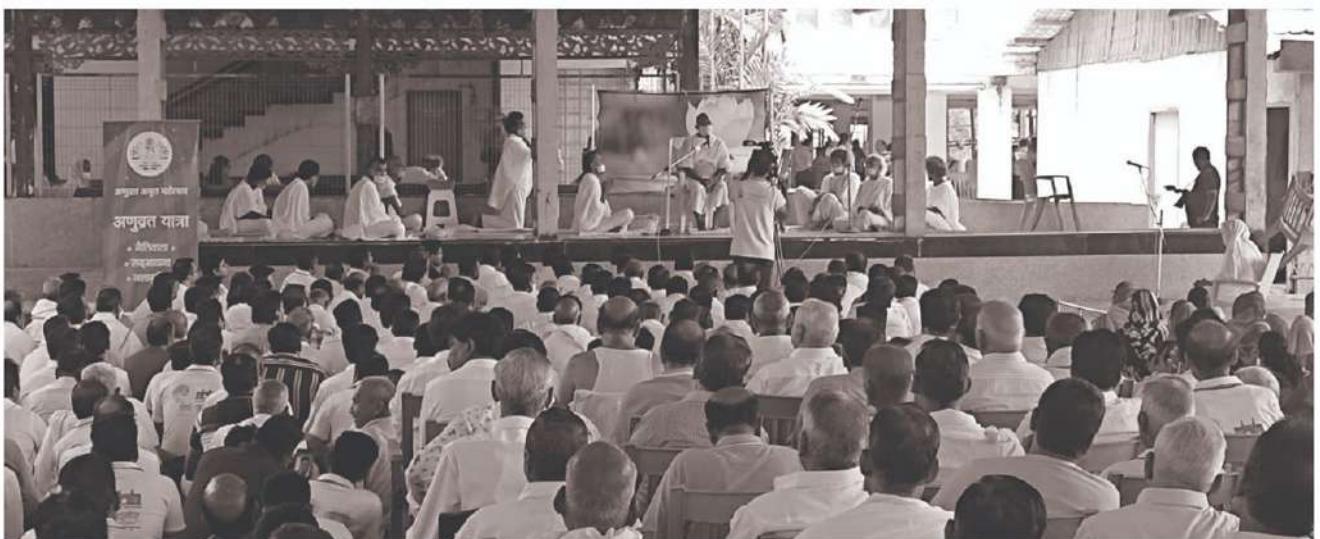
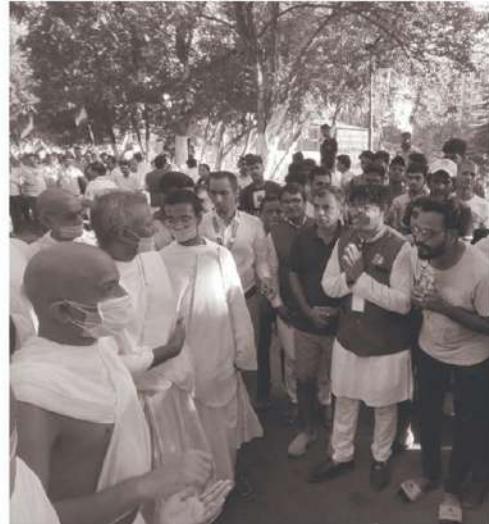


आंदोलन की ताकत
समर्पित कार्यकर्ता



अणुव्रत यात्रा

सद्भावना, नैतिकता, नशामुक्ति





वर्ष 68 • अंक 10 • कुल पृष्ठ 60 • जुलाई, 2023

■ ■ ■
हमारा देश जातिवाद के
जाल में फँसा है। जाति का
महत्व अपनी जगह पर है।
मनुष्य का महत्व उससे
बड़ा है। आज देश के
नागरिकों को जरूरत है
मानव को मानव समझने
की। अणुव्रत आंदोलन जो
कि आचार्य श्री तुलसीजी
द्वारा चलाया गया, वह
कहता है कि मानव को
मानव समझो। इसके छोटे-
छोटे नियम देश के चरित्र
की नींव को मजबूत
बनाएंगे।

-नीलम संजीव रेड्डी

सम्पादक
संचय जैन

सह-सम्पादक
मोहन मंगलम

■ ■ ■
टाइपसेटिंग व लेआउट
मनीष सोनी

क्रिएटिव
आशुतोष राय

चित्रांकन
मनोज त्रिवेदी

{ **अविनाश नाहर, अध्यक्ष**
भीखम सुराणा, महामंत्री
राकेश बरड़िया, कोषाध्यक्ष }
प्रकाशन मंत्री
देवेन्द्र डागलिया
संयोजक, पत्रिका प्रसार
सुरेन्द्र नाहटा

:: सदस्यता शुल्क विवरण ::

एक अंक	- ₹ 60	अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
त्रैवर्षीय	- ₹ 1800	केनरा बैंक
पंचवर्षीय	- ₹ 3000	A/c No. 0158101120312
दसवर्षीय	- ₹ 6000	IFSC : CNRB0000158
योगक्षेमी (15 yrs)	- ₹ 15000	

:: ऑनलाइन भुगतान के लिए ::



इस क्यूआर
कोड को स्कैन करें

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

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

दूरभाष : 011-23233345, मोबाइल : 9116634512



अणुविभा



अणुव्रत | जुलाई 2023 | 03

अनुक्रमणिका

प्रेरणा पाठ्य

■ कार्यकर्ता की कसौटी आचार्य तुलसी	06
■ अणुव्रत का समाज दर्शन आचार्य महाप्रज्ञ	09
■ विवेक की आँख आचार्य महाश्रमण	12

आलेख

■ संयम और अजीवकाय संयम डॉ. दिलीप धींग	14
■ पशु भी हैं न्याय के हकदार डॉ. बसंती लाल बाबेल	16
■ संयमित हो हमारा भोजन व्यवहार डॉ. सत्यनारायण सत्य	18
■ शिक्षा क्षेत्र में मानवीय मूल्य... डॉ. सी.जयशंकर बाबू	20
■ कुछ शिकायत भी हो... डॉ. कृष्णा कुमारी	22
■ Feeling Comfort in Discomfort Sanchay Jain	24
■ संकल्प से संयम का सफर अलका बैद	26

कहानी

■ आखिर क्यों? डॉ. मोनिका शर्मा	28
-----------------------------------	----

कविता

■ हिंसा जीवन का आधार नहीं होती... अशोक रावत	13
--	----

लघुकथा

■ बिजूका भगवती प्रसाद द्विवेदी	17
■ सुकून डॉ. कल्याण प्रसाद वर्मा	21
■ संपादकीय	05
■ तुलसी उवाच	08
■ कदमों के निशां	27
■ परिचर्चा	31
■ गैरवशाली अतीत के झरोखे से...	35
■ आचार्य प्रवर का भव्य नागरिक अभिनंदन	42
■ नशामुक्ति अभियान का आगाज	44
■ अणुव्रत यात्रा	45
■ योग दिवस : एक रिपोर्ट	47
■ विश्व पर्यावरण दिवस : एक रिपोर्ट	48
■ अणुव्रत व्याख्यानमाला	49
■ शोक संवेदना	50
■ समिति समाचार	51
■ क्यू 10 प्रतियोगिता	56
■ अणुव्रत की बात	57

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



अणुव्रत कार्यकर्ता एक विशिष्ट भूमिका में

प्र

त्येक इंसान इस दुनिया में अपनी एक विशिष्ट भूमिका निभाता है। अलग-अलग इंसानों की ये भूमिकाएं इतनी भिन्न और विविधता से भरी होती हैं कि इनको सूचीबद्ध करना अथवा व्याख्यायित करना संभवतः संभव ही न हो। कुछ भूमिकाएं हमें पारिवारिक संबंधों में या सामाजिक और व्यावसायिक व्यवहार में नजर आती हैं। लेकिन, इनके बीच न जाने और कितनी भूमिकाएं भी हम निभाते हैं जिनका अंदाज स्वयं हमें भी नहीं हो पाता है। ये भूमिकाएं समय और परिस्थिति सापेक्ष होती हैं और परिवर्तनशील भी।

कुछ भूमिकाएं नियति हमें सौंपती हैं। इन पर हमारा अधिक कुछ नियंत्रण नहीं होता। किन्तु, कुछ भूमिकाएं हम स्वयं अपने लिए चुनते हैं। इस चुनाव के पीछे वैविध्यपूर्ण अन्तर्निहित कारण हो सकते हैं जिनके मूल में कुछ पाने की, हासिल करने की लालसा होती है। यह चाहत प्रेम, पद या प्रतिष्ठा प्राप्त करने की हो सकती है, आत्मसंतोष, आनंद या अर्थ पाने की, सत्ता, शक्ति या साधन हासिल करने की, भोग, विलास या भौतिक सुख का आस्वादन करने की या फिर ज्ञान, अध्यात्म या आत्मबोध की पिपासा से जनित चाहत। नियति द्वारा निर्धारित भूमिका के साथ-साथ हमारी अपनी स्व-प्रेरित भूमिका हमारे व्यक्तित्व और कर्तृत्व को बखूबी प्रतिबिवित करती है।

दुनिया में ऐसे अनगिनत उदाहरण हैं जहाँ नियति द्वारा निर्धारित भूमिका को गौण कर व्यक्ति ने स्व-प्रेरित भूमिका को निभाते हुए महानता को प्राप्त किया है। हालाँकि, इसके विपरीत उदाहरणों से भी इतिहास भरा पड़ा है, लेकिन दुनिया उहें ही सम्मान के साथ याद करती है जिन्होंने अपने पुरुषार्थ से नियति को महत्वहीन बना दिया। इंसान अपना भाग्य स्वयं लिख सकता है – यह उकि मानव विकास के इतिहास में इसीलिए सबसे अधिक प्रभाव रखती है।

मैं स्वयं और अणुविभाव अणुव्रत समितियों से जुड़े हजारों कार्यकर्ताओं ने "अणुव्रत कार्यकर्ता" के रूप में अपनी भूमिका का चुनाव खुद ने किया है। यह नियति प्रदत्त भूमिका नहीं है। इस बात का हमें गौरव होना चाहिए कि यह भूमिका व्यक्ति, समाज और राष्ट्र को बेहतर बनाने की भूमिका है। मानवीय मूल्यों के संरक्षण और संवर्धन को लक्षित इस भूमिका के माध्यम से हमने स्वयं के कल्याण के साथ ही पर कल्याण का मार्ग स्वीकार किया है। हमारे चारों तरफ फैली विडम्बनाओं के बीच हम एक सकारात्मक भूमिका में हैं, यह कितना बड़ा सौभाग्य है हमारा!

हाल ही में देशभर में कार्यरत अणुव्रत समितियों में आगामी दो वर्षीय कार्यकाल के लिए नये अध्यक्ष का चयन हुआ है। नयी कार्यकारिणी में नये कार्यकर्ताओं को नयी जिम्मेदारी प्राप्त हुई है। हर कार्यकर्ता अपनी भूमिका के प्रति मन में गौरव की अनुभूति के साथ मैदान में उतर कर अपने व्यक्तित्व व कर्तृत्व के माध्यम से अणुव्रत जीवनशैली का उल्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत कर सकता है। "अणुव्रत कार्यकर्ता" की भूमिका में हम खरे उतरें और सफलता हासिल करें, इस हेतु यह आवश्यक ही है।

अणुव्रत अमृत महोत्सव के ऐतिहासिक दौर में सभी अणुव्रत सेनानियों का स्वागत, अभिनन्दन और सफलता की हार्दिक शुभकामनाएं!

सं. जै.

sanchay_avb@yahoo.com



कार्यकर्ता की कसौटी

कार्यकर्ता असंभव को भी संभव कर देता है, इसलिए उसके सामने असंभव का प्रश्न ही नहीं उठाना चाहिए। समय की नियमितता अपने आप में महत्वपूर्ण है। इसकी कमी प्रामाणिकता की कमी है। अनियमित व्यक्ति अपना विश्वास खो देता है, इसलिए इस बात पर विशेष ध्यान देने की अपेक्षा है।

कार्यकर्ता का जीवन व्यक्तिगत जीवन नहीं होता। उसका जीवन दूसरों से जुड़ा हुआ होता है, अतः उसके जीवन के सूत्र भी दूसरों से अनुस्यूत होते हैं। वह कार्यकर्ता भी इसीलिए है क्योंकि उसका जीवन केवल उसी के लिए नहीं होता। उसके जीवन में जो अच्छाइयां और बुराइयां होती हैं, उन दोनों का व्यापक प्रभाव पड़ता है। प्रभावशील व्यक्ति का दायित्व होता है कि वह अपने जीवन को अनुशासित रखे। व्यक्ति का जीवन जितना अनुशासित होगा, उसके कार्यक्षेत्र में उतना ही अच्छा प्रभाव होगा। अनुशासित जीवन की पहली शर्त है प्रामाणिकता।

प्रामाणिकता से व्यावहारिक पक्ष जितना स्वस्थ होता है, उससे भी अधिक आंतरिक पक्ष प्रभावित होता है। व्यवसाय की प्रामाणिकता को व्यापारी वर्ग तक सीमित न रखकर व्यापक संदर्भों में देखना चाहिए। कार्यकर्ता भी एक व्यावसायिक प्राणी है। वह जो काम करता है, वही उसका व्यवसाय है। उसके व्यवसाय का सम्बन्ध जिस समाज या वर्ग से है, उसके प्रति प्रामाणिकता के बिना जीवन में अनुशासन नहीं आ सकता। अनुशासनहीनता के दुष्प्रभाव से बचने के लिए प्रामाणिक जीवन जीने का ब्रह्मकथा में आवश्यक है।

कार्यकर्ता में स्वार्थ-बुद्धि और बड़प्पन की आकांक्षा बांछनीय नहीं है। जिन लोगों में अज्ञान या परिस्थितिवश ऐसी वृत्तियां पनपने लगें, उनके लिए विशेष नियंत्रण की अपेक्षा रहती है। इस दृष्टि से लेनिन का यह अभिमत रहा कि प्रथम श्रेणी के व्यक्तियों को चुनाव में नहीं जाना चाहिए। महात्मा गांधी भी इसी सिद्धांत के प्रतिपादक थे। उन्होंने अंत तक अपने आपको सत्ता में प्रविष्ट नहीं होने दिया। सत्ता में जाने के बाद व्यक्ति बंध जाता है। बंधा हुआ व्यक्ति महत्वाकांक्षा से निरपेक्ष नहीं रह पाता। इसलिए प्रारम्भ से ही इस ओर ध्यान दिया जाना आवश्यक है।

कुछ व्यक्ति न चाहने पर भी सत्ता से संपृक्त होते हैं क्योंकि उनके सामने ऐसी परिस्थिति निर्मित हो जाती है, जिसे वे टाल नहीं सकते। अणुव्रत सक्रिय राजनीति में उनके प्रवेश पर रोक नहीं लगाता किन्तु वह इतना अवश्य कहता है कि प्रत्येक क्षेत्र में कुछ नियमकर्ता जरूरी है। यहाँ नियमकर्ता यह है कि वह सत्ता में प्रवेश करते समय कोई विशिष्ट उद्देश्य सामने रखे। इसलिए अणुव्रत की दिशा सूचना यह है कि कोई भी कार्यकर्ता सेवा-भावना से रहित स्वार्थ और नाम की भावना से पद ग्रहण नहीं करेगा। इस प्रकार की निःस्वार्थ वृत्ति का निर्माण कठिन काम है। इस विषय में लाओत्से का चिन्तन बहुत स्पष्ट है। वह मानता है कि





अणुव्रत सक्रिय शजनीति में प्रवेश पर रोक नहीं लगाता किन्तु इतना अवश्य कहता है कि प्रत्येक क्षेत्र में कुछ नियामकता जरूरी है। अणुव्रत की दिशा सूचना यह है कि कोई भी कार्यकर्ता सेवा-भावना से रहित स्वार्थ और नाम की भावना से पद ग्रहण नहीं करेगा।

जब तक समाज के मूल्यांकन और मानदण्ड सत्तारूढ़ व्यक्ति को महत्व देते हैं, जब तक सेवा को महत्व देने का दृष्टिकोण निर्मित नहीं होता है, तब तक यह आशा और आकांक्षा रखना कि व्यक्ति स्वार्थ और नाम की भावना से ऊपर उठ जाये, निरर्थक प्रयत्न है। अपेक्षा इस बात की है कि सामाजिक मानदण्ड में परिषक्त हो। अणुव्रत का यह निर्देशक तत्त्व भी सामाजिक परिस्थितियों के परिवर्तन को स्वीकार करता है, किन्तु यह परिवर्तन तभी हो सकेगा जब व्यक्ति-व्यक्ति की वृत्तियों में संशोधन होगा।

शासन पद्धति जनतंत्रीय हो या एकतंत्रीय, विचार-भेद मानव स्वभाव की अनिवार्य क्रिया है। मनुष्य का मस्तिष्क कोई मशीन नहीं है जो एक समान विचारों का उत्पादन करता रहे। मस्तिष्क की यह प्रक्रिया उसका स्वभाव है, अतः बुराई नहीं है। मन-भेद एक बुराई है क्योंकि इसमें व्यक्ति अपने प्रतिद्वन्द्वी को विकृत रूप में देखता है।

यह मानसिक दूषितता की निष्पत्ति है। दूषित मन अनुदार और संकीर्ण हो जाता है। वह अपने हितों को ही महत्व देता है। दूसरे व्यक्ति के विशिष्ट गुण उसे अवगुण के रूप में दिखायी देते हैं। ऐसी मनःस्थिति वाला व्यक्ति सार्वजनिक क्षेत्र में व्यापक दृष्टि से कोई काम कर सके, यह संभव नहीं है। इसलिए निष्ठाशील

कार्यकर्ता को मानसिक उदारता और असंकीर्ण दृष्टिकोण से विग्रह और मन-भेद की दरारों को पाटकर सौहार्दपूर्ण भूमिका का निर्माण करने में संलग्न रहना चाहिए।

मन-भेद को मिटा देने की बात असंभव कल्पना है। विचार-भेद की समाप्ति का अर्थ है विचारों की समाप्ति। और यह स्थिति किसी भी विकासमान व्यक्ति, समाज या राष्ट्र के लिए हितावह नहीं है। मानवीय चेतना के परिपूर्ण विकास से सारे भेद समाप्त हो जाते हैं, सारे तर्क निरर्थक हो जाते हैं किन्तु जब तक विकास के सोपान पर आरोहण करना है, विचार-भेद को मिटाने की बात छोड़कर मानसिक तनाव और विग्रह से मुक्त रहने का प्रयत्न आवश्यक है।

कार्यकर्ता के लिए किसी भी क्षेत्र में बंधने की अपेक्षा नहीं है, फिर भी वह अपनी सुविधा और चिन्तन के आधार पर कुछ सीमाओं को स्वीकार करता है। कार्यकर्ता किसी संस्था का संचालन करे या किसी दल का प्रतिनिधि बनकर चुनाव लड़े किन्तु चुनाव सम्बन्धी आचार संहिता का पालन आवश्यक है। कार्यकर्ता चाहे मतदाता हो, चाहे उम्मीदवार हो, वह आचार संहिता की अवहेलना करके सफल कार्यकर्ता नहीं बन सकता। संस्था-संचालन भी निषिद्ध नहीं है, किन्तु वहां किसी दोषपूर्ण दृष्टि को अवकाश नहीं मिलना चाहिए। किसी भी संस्था या सार्वजनिक साधनों का दुरुपयोग उसके लिए उचित नहीं है।

किसी भी बुराई का प्रतिकार दो प्रकार से होता है – हिंसक और अहिंसक। हिंसक प्रतिकार का प्रारंभ उत्तेजना से शुरू होता है। यह मनुष्य की दुर्बलता है। दुर्बल व्यक्ति गाली-गलौज, तोड़-फोड़, मारपीट आदि हिंसक प्रवृत्तियों तक पहुँचकर बुराई का प्रतिकार करना चाहता है। इससे देश में विघटन का वातावरण बनता है और रचनात्मक कार्य में अवरोध आता है।

कार्यकर्ता का कर्तव्य है कि बुराई का प्रतिरोध अहिंसात्मक पद्धति से करे। अहिंसक प्रतिरोध के कुछ प्रयोग गांधीजी ने किये थे, उनमें असहयोग, सविनय अवज्ञा आदि मुख्य हैं। प्रतिकारात्मक उपायों में द्वेष, घृणा, क्रोध आदि से अनुप्राणित मनोभाव हिंसा को प्रोत्साहन है। सामाजिक प्रयत्नों में अहिंसा का उत्कृष्ट स्वरूप उजागर न भी हो, किन्तु वहां अहिंसा का प्रवेश अनुचित है। इसलिए अहिंसक प्रतिकार की बात प्रायोगिक रूप ले, यह अपेक्षित है। कार्यकर्ता स्वयं बुराई को अस्वीकार करे और जन-जन को उचित मार्गदर्शन दे तो अहिंसक गतिविधियां व्यावहारिक धरातल पर कार्यकर हो सकती हैं।

कार्यकर्ता असंभव को भी संभव कर देता है, इसलिए उसके सामने असंभव का प्रश्न ही नहीं उठाना चाहिए। समय की नियमितता अपने आप में महत्वपूर्ण है। इसकी कमी प्रामाणिकता की कमी है। अनियमित व्यक्ति अपना विश्वास खो देता है, इसलिए इस बात पर विशेष ध्यान देने की अपेक्षा है। ‘काले कालं समायरे’ – जो कार्य जिस समय करणीय हो, उसे उसी समय करना चाहिए, यह सार्वदेशिक सिद्धांत है। इस सिद्धांत की अवहेलना करने वाला दूसरों की अवहेलना करता है और स्वयं को परिक्लान्त करता है।



लोकतंत्र के सारथियों की अर्हता

लोकतंत्र का रथ कीचड़ में फँसा है। रथ के सारथी उसे कीचड़ से बाहर निकालना चाहते हैं, पर निकालने की कला से अनभिज्ञ हैं। वे जितनी शक्ति लगा रहे हैं, रथ उतना ही गहरा धूँसता जा रहा है। कारण साफ है। सारथी योग्य नहीं हैं। उनकी योग्यता के लिए कोई मानक भी निर्धारित नहीं है। सत्ता और अर्थ के प्रभाव अथवा जाति और सम्प्रदाय की प्रतिबद्धता से लोकसभा और विधानसभाओं के टिकट मिलते हैं।

मतदाता प्रलोभन, भय और प्रतिबद्धता के घेरे में खड़ा है। वोट बटोरने के लिए वांछनीय एवं अवांछनीय सभी प्रकार के उपाय काम में लिये जा रहे हैं। ऐसी स्थिति में योग्य व्यक्तियों का चयन कैसे होगा? जो लोग लोकतंत्र का रथ हाँक रहे हैं, उनके प्रशिक्षण की भी कोई व्यवस्था नहीं है। अबोध बच्चों को पढ़ाने के लिए प्रशिक्षित अध्यापक का चयन होता है, किन्तु राष्ट्र का संचालन करने के लिए न शैक्षिक योग्यता की अपेक्षा है और न आन्तरिक अर्हता की। संयम, आत्मानुशासन, सहिष्णुता, प्रामाणिकता जैसे मूल्यों को अर्हता की कसौटियों के रूप में स्वीकार किया जाये तो युग के चालू प्रवाह को मोड़ा जा सकता है।

लोकतंत्र की शुद्धि

अणुव्रत आंदोलन का एक कार्यक्रम है - लोकतंत्र की शुद्धि। सन् 1949 से यह नैतिक एवं चारित्रिक मूल्यों को लोकजीवन में प्रतिष्ठित करने के लिए काम कर रहा है। चुनाव की प्रक्रिया को परिष्कृत करने की दृष्टि से अणुव्रत ने कुछ मानक प्रस्तुत किये हैं। उसके अनुसार वोट का अधिकारी वह व्यक्ति है-

- जो ईमानदार हो।
- जो नशामुक हो।
- जो चरित्रवान हो।
- जो कार्यनिपुण हो।
- जो जाति और सम्प्रदाय से बंधा हुआ न हो।

समय की नियमितता हर क्षेत्र में आवश्यक है। कार्यकर्ता के लिए वह प्रामाणिकता का अनिवार्य अंग है। इस विषय में जागरूक रहने वाले आदर्श कार्यकर्ता बन सकते हैं। अणुव्रत आचार सहिता का यह दिस्यूचन व्यवस्थित जीवन के लिए बहुत उपयोगी है। कार्यकर्ता अपने दायित्व निर्वाह के लिए इन सब बातों को जीवनगत करे, यह अपेक्षा है।

कार्यकर्ता का विश्वास मानवीय मूल्यों से भिन्न मूल्यों में नहीं हो सकता, इसलिए उसे एक निष्ठाशील अणुव्रती होना चाहिए। संक्षेप में कुछ सूत्रों का निर्देश मैं यहाँ कर रहा हूँ जो कार्यकर्ता की योग्यता को प्रमाणित करने वाले हैं-

- प्रामाणिकता
- अनासक्ति
- उदार दृष्टिकोण
- सौहार्दपूर्ण सम्बन्ध
- अहिंसा में विश्वास
- समय की नियमितता
- कर्तव्य-निष्ठा

उक्त मूल्यों को जीवन में प्रतिष्ठित करने वाले व्यक्ति किसी भी क्षेत्र में सच्चे कार्यकर्ता बन सकते हैं। उनका कर्तृत्व उनकी अपनी हित-सिद्धि में नहीं, समाज और राष्ट्र के अभ्युदय में अधिक उजागर हो सकता है। ■■■



अणुव्रत का समाज दर्शन

प्रत्येक व्यक्ति का अपना-अपना ज्ञान होता है, अपनी-अपनी वेदना होती है। किसी के पैर में काँटा चुभा, पीड़ा उसको होगी। समाज बना, सहानुभूति हो गयी। सहानुभूति समाज का सूत्र है और पीड़ा व्यक्ति का सूत्र। ज्ञान व्यक्ति का सूत्र है और उपयोग समाज का सूत्र। जो व्यक्ति में होता है, उसका प्रतिविम्ब समाज पर पड़ता है।

व्य कि और समाज दो भी हैं और दो नहीं भी हैं। व्यक्ति से भिन्न कोई समाज नहीं है। व्यक्ति व्यक्ति से समाज बनता है। व्यक्तियों को हटा दें तो समाज शून्य होगा, कुछ नहीं बचेगा। व्यक्ति और समाज इन दोनों के संबंधों पर विचार करना समाज दर्शन का एक प्रमुख कार्य है।

सूत्रकृतांग सूत्र में व्यक्तित्व की व्याख्या का एक सुन्दर सूत्र है – पत्तेयं वेयणा पत्तेयं सत्रा – प्रत्येक व्यक्ति का अपना-अपना ज्ञान होता है, अपनी-अपनी वेदना होती है। संज्ञान भी अपना-अपना होता है, संवेदन भी अपना-अपना होता है। किसी के पैर में काँटा चुभा, पीड़ा उसको होगी। समाज बना, सहानुभूति हो गयी। सहानुभूति समाज का सूत्र है और पीड़ा व्यक्ति का सूत्र। ज्ञान व्यक्ति का सूत्र है और उपयोग समाज का सूत्र। जो व्यक्ति में होता है, उसका प्रतिविम्ब समाज पर पड़ता है।

समाज का मूल आधार

व्यक्ति तो जन्म लेता है और समाज की उत्पत्ति होती है, रचना व निर्माण किया जाता है। व्यक्ति अकेला होता तो समाज की जरूरत नहीं होती। जहां अनेक हो गये, वहां व्यवस्था के बिना काम नहीं चलेगा। यह व्यवस्था करना ही समाज का मूल आधार बनता है। समाज का अर्थ है व्यवस्थाकरण। व्यवस्था हुई, समाज

बन गया। व्यवस्था नहीं हुई तो समाज नहीं बना। जब व्यवस्था का प्रारम्भ हुआ, समाज की पहली ईट रखी गयी, समाज का प्रासाद खड़ा हो गया। प्रश्न है - व्यवस्था के सूत्र क्या हो सकते हैं? इन पर अणुव्रत की दृष्टि से विचार करें।

आश्वासन

समाज व्यवस्था का पहला सूत्र बनता है - आश्वासन। हर व्यक्ति को यह आश्वासन है कि इसके साथ मैं जुद़ूँगा तो समस्या पैदा नहीं होगी। यदि होगी तो उसका समाधान मिल जाएगा। जैसे माता-पिता सोचते हैं कि पुत्र हो गया तो बुढ़ापे में सेवा का आश्वासन। सेवा मिलेगी, कोई भय नहीं रहेगा। पैसा को भी एक आश्वासन माना जाता है। पास में पैसा है तो बुढ़ापे में कोई कठिनाई नहीं होगी।

विश्वास

समाज व्यवस्था का दूसरा सूत्र बनता है - विश्वास। विश्वास है, कहीं धोखा नहीं होगा, कोई समस्या पैदा नहीं होगी। कोई किसी को लूटेगा नहीं, कोई छीना-झपटी नहीं होगी। सब अपनी प्रामाणिकता के साथ काम करेंगे। आश्वासन मिला अहिंसा के आधार पर और विश्वास मिला सत्य के आधार पर।





हम स्वार्थ को बुरा न मानें, मगर स्वार्थ पर नियंत्रण, स्वार्थ का सीमाकरण - इसका मतलब है अणुव्रत। जहाँ सीमा है, नैतिकता है, वहाँ अणुव्रत का दर्शन होगा, अणुव्रत दिखायी देगा। अगर स्वार्थ असीम हो जाए, वहाँ काम ठीक नहीं हो सकता और जहाँ स्वार्थ की सीमा हो गयी, वहाँ ठीक काम चलेगा।

स्वत्वाधिकार

समाज व्यवस्था का तीसरा सूत्र बनता है - स्वत्वाधिकार। जो तुम्हारा 'स्व' है, उस पर दूसरे का अधिकार नहीं है। जो तुम्हारा स्व नहीं है, उस पर तुम्हारा अधिकार नहीं है। इसका आधार सूत्र है - अचौर्य व्रत। कोई किसी के स्वत्व पर अधिकार नहीं जमाएगा, छीना-झपटी नहीं करेगा, दूसरे के स्वत्व का अपहरण नहीं करेगा।

संयम

समाज व्यवस्था का चौथा सूत्र बनता है - संयम। इन्द्रियों का संयम। अगर इन्द्रियों का संयम नहीं है तो व्यवस्था ठीक नहीं चलेगी। ब्रह्मचर्य है इन्द्रियों का संयम। यह इन्द्रिय संयम कब होगा? जब आत्मा में रमण होगा तब इन्द्रिय का संयम ठीक सधेगा।

सीमाकरण

समाज व्यवस्था का पाँचवां सूत्र बनता है - सीमाकरण। जब समाज बना, तब इस आधार पर बना कि अकेला कोई नहीं है और संपत्ति पर किसी एक का अधिकार नहीं होगा। संपत्ति सामाजिक

होगी किन्तु एक सीमाकरण होगा कि अमुक-अमुक सीमा में उसका सब उपभोग करेंगे। इसका आधार बना - इच्छा-परिमाण व्रत, परिग्रह का सीमाकरण, इच्छा का सीमाकरण।

अणुव्रत है समाज का दर्शन

अब आप स्वयं चिन्तन करें कि अणुव्रत का समाज दर्शन क्या है? हम मान लें कि अणुव्रत स्वयं समाज का दर्शन है। अणुव्रत के बिना समाज का निर्माण भी नहीं होता और समाज अच्छी तरह से चल भी नहीं सकता। जब समाज बना, एक समझौता हुआ कि कोई अनावश्यक हिंसा नहीं करेगा, बिना मतलब कोई किसी को नहीं मारेगा, नहीं सताएगा। अनावश्यक हिंसा नहीं करना पहला आधार बना समाज की रचना का।

विभक्त है व्यक्तित्व

समाज की रचना हुई है, उसमें विरोधी प्रवृत्तियाँ सामने आयी हैं। कोई भी व्यक्ति ऊपर से हमें एक दीखता है, पर वह भीतर में एक नहीं है। जैसे मस्तिष्क वैज्ञानिकों ने मस्तिष्क को दो भागों में बाँटा - बायां पटल और दायां पटल। वैसे ही एक कर्मशास्त्री देखेंगा तो स्पष्ट दिखायी देगा कि कोई भी व्यक्ति अकेला नहीं है। कम से कम दो तो वह है ही। मनोविज्ञान ने भी इस बात को अपनी भाषा में प्रस्तुत किया है - विभक्त व्यक्तित्व। एक ही व्यक्ति के मन में कभी आता है कि हिंसा कर दूँ, चोरी कर लूँ और वही व्यक्ति कभी संत बन जाता है, साधु बन जाता है। ये दोनों विचार क्यों आते हैं? इसलिए कि उसका व्यक्तित्व खंडित है, विभक्त है। कुछ मनोवैज्ञानिकों ने और आगे बढ़कर कहा - एक आदमी के भीतर तीन आदमी काम करते हैं। एक उसका अपना संस्कार काम करता है, एक सामाजिक वातावरण काम करता है और एक जागतिक नियम, वर्जनाएं काम करती हैं।

स्वार्थ की भूमिका

समाज की रचना हुई, उसमें व्यक्ति का स्वार्थ भी काम कर रहा है। स्वार्थ कह रहा - मैं अकेला सुख-सुविधा पूर्वक जीवन-यापन नहीं कर सकूँगा। अगर हम दस मिल जाएं तो बहुत सुविधा हो जाएगी। अपने हित का चिंतन, अपना स्वार्थ। जहाँ स्वार्थ की वृत्ति है, वहाँ उसमें सामुदायिकता की वृत्ति भी है, सामाजिकता की वृत्ति भी है, सापेक्षता की वृत्ति भी है - दूसरे की मुझे अपेक्षा है। दोनों विरोधी प्रवृत्तियाँ व्यक्ति में मिल रही हैं। समाज की रचना में यह द्वन्द्व बराबर काम करता रहा है, दोनों विरोधी वृत्तियाँ काम करती रही हैं। यदि हम अणुव्रत की दृष्टि से विचार करें तो हर व्यक्ति का अपना स्वार्थ होता है। हम स्वार्थ को बुरा न मानें, मगर स्वार्थ पर नियंत्रण, स्वार्थ का सीमाकरण - इसका मतलब है अणुव्रत। स्वार्थ की एक सीमा होनी चाहिए, उस पर नियंत्रण होना चाहिए। वहाँ नैतिकता आएगी। जहाँ सीमा है, नैतिकता है, वहाँ आपको अणुव्रत का दर्शन होगा, अणुव्रत दिखायी देगा। अगर स्वार्थ असीम हो जाए, वहाँ काम ठीक नहीं हो सकता और जहाँ स्वार्थ की सीमा हो गयी, वहाँ ठीक काम चलेगा।



अणुव्रत के बिना समाज नहीं चल सकता। समाज की रचना का मूल आधार भी अणुव्रत रहा है। नाम अणुव्रत हो या नहीं, नाम कोई भी रख दो, किन्तु जो तत्व हैं अणुव्रत के - संयम, नियंत्रण, नैतिकता, प्रामाणिकता, ईमानदारी - ये समाज की रचना के मूल आधार हैं। इनके बिना समाज की रचना हो नहीं सकती।

विरोधी हितों का समंजस्य

समाज में सारा संघर्ष किस बात का है? स्वार्थों की टकराहट है, स्वार्थों का विरोध है। एक व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति के स्वार्थ भिन्न हैं। मूलतः समाज की रचना में विरोधी हित काम करते हैं। जहाँ स्वार्थ की भावना है, वहाँ आदमी में संवेदनशीलता भी है। व्यक्ति स्वार्थी भी है और साथ में संवेदनशील भी है। स्वयं का हित भी चाहता है और दूसरे की पीड़ि में हाथ बँटाना भी चाहता है। ये दोनों विरोधी बातें समाज की रचना में जुड़ी हुई हैं।

स्वतंत्रता और नियंत्रण

व्यक्ति में स्वतंत्र रहने की भावना है तो नियंत्रण की भावना भी है। जहाँ विचारों की स्वतंत्रता है, वैयक्तिक स्वतंत्रता है, वहाँ नियंत्रण भी मान्य है, कोरी स्वतंत्रता नहीं। नियंत्रण के बिना कोई समाज बन नहीं सकता। नैतिकता के आधार पर कोई समाज बनेगा, उसमें नियंत्रण आवश्यक है और नियंत्रण का मतलब है अणुव्रत। अपनी वृत्तियों पर नियंत्रण करो। नियंत्रण बाहर से न आये, अपना नियंत्रण अपने आप पर करो।

अपनी वृत्तियों पर अपना नियंत्रण - यह समाज के लिए बहुत आवश्यक है। यह नहीं होता है तो फिर सामाजिक नियंत्रण आता है, किन्तु नियंत्रण अवश्य रहेगा। ऐसा कोई भी समाज - जिस समाज में काम, क्रोध, लोभ, भय है और उनसे होने वाले अपराध हैं, वह नियंत्रणहीन समाज हो नहीं सकता। एक ओर स्वतंत्रता, दूसरी ओर नियंत्रण - दोनों विरोधी वृत्तियां समाज की रचना में निहित हैं।

अणुव्रत का पक्ष

हम यह भी मान लें कि नैतिकता और अनैतिकता समाज में निहित हैं। नियंत्रण नहीं, नियमन नहीं, अनैतिकता पनप रही है। नियंत्रण है तो नैतिकता का विचार भी आवश्यक लग रहा है। हम यह मान लें कि समाज की रचना द्वन्द्वात्मक है, द्वन्द्व के आधार पर समाज की रचना हुई है। किसी एक तत्व के आधार पर समाज नहीं बना है। विरोधी युगल के आधार पर समाज बना है, इसलिए दोनों दृष्टियों से विचार करना जरूरी है। उसमें एक पक्ष पूरा अणुव्रत का है। नियंत्रण का पक्ष अणुव्रत का पक्ष है। संवेदनशीलता का पक्ष

अणुव्रत का पक्ष है। संयम का पक्ष अणुव्रत का पक्ष है। यह नियंत्रण किसी के द्वारा आरोपित नहीं है।

समाज रचना के मूल आधार

हम समाज रचना के मूल आधार पर विचार करें तो ये दोनों प्रकार की वृत्तियां हमारे सामने आती हैं। एक आदमी शोषण करता है, धन का अर्जन करता है और वह धर्म के नाम पर दान-पुण्य भी करना चाहता है। एक दम विरोधी वृत्ति-पहले तो कपड़े को कीचड़ में डालकर खूब गंदा बना लो और फिर उसे धोने का प्रयत्न करो। यहाँ प्रश्न होता है कि क्या कपड़े को गंदा करना उचित है? एक बात है कि गंदा किया ही न जाये। दूसरी बात है कि गंदा किया जाये और फिर उसे धोने का प्रयत्न किया जाये। दोनों में कौन-सी अच्छी बात होगी? कपड़े को गंदा न किया जाये - यह अच्छी बात होगी। अब भला गंदा कर लिया तो फिर धुलाई भी कैसे!

हमें इन विरोधी वृत्तियों पर विचार करना है। जब विरोधी वृत्तियों पर विचार करते हैं तब अणुव्रत का दर्शन हमारे सामने जीकरं होता है। अणुव्रत के बिना समाज नहीं चल सकता। समाज की रचना का मूल आधार भी अणुव्रत रहा है। नाम अणुव्रत हो या नहीं, नाम कोई भी रख दो, किन्तु जो तत्व हैं अणुव्रत के - संयम, नियंत्रण, नैतिकता, प्रामाणिकता, ईमानदारी - ये समाज की रचना के मूल आधार हैं। इनके बिना समाज की रचना हो नहीं सकती। हर मनुष्य में एक सुविधावादी मनोवृत्ति है। वह सुविधा से रहना चाहता है, आराम से रहना चाहता है। जहाँ समाज बना, वहाँ मूल्य और मानदंड भी बन गये।

स्वस्थ समाज और अध्यात्म

अणुव्रत की दृष्टि से यदि हम वर्तमान समाज को स्वस्थ समाज देखना चाहते हैं तो उसका आधार बन सकता है आध्यात्मिक दर्शन। जब अध्यात्म का विकास होगा तब स्वस्थ समाज की रचना होगी। अध्यात्म का मतलब क्या है? अध्यात्म है हर व्यक्ति में अपने जैसी आत्मा का अनुभव। प्रत्येक व्यक्ति दूसरे व्यक्ति में अपने जैसी आत्मा का अनुभव करे तो बहुत सारी समस्याओं का समाधान होता है। जिसमें आध्यात्मिक चेतना होती है, जो अपने समान दूसरों को समझता है, वह अनुभव करता है कि जैसा सुख-दुःख का अनुभव मुझे होता है, वैसा ही दूसरे को होता है। जब यह चेतना जाग जाती है तब समाज का आधार स्वस्थ बन जाता है।

अणुव्रत का समाज दर्शन अध्यात्म की भूमिका पर टिका हुआ समाज दर्शन है। अध्यात्म की भूमिका पर पारस्परिक व्यवहार में फलित होने वाला नैतिकता का समाज दर्शन है, प्रामाणिकता का समाज दर्शन है, संवेदनशीलता का समाज दर्शन है। इसको हम ठीक से समझ सकें, समझा सकें तो हमारा विश्वास है कि हम एक नये समाज की कल्पना कर सकते हैं। ■■■



विवेक की झाँख

जब तक वृत्तियां अंतर्मुखी नहीं बनतीं और उनका बहिर्मुखी व्यापार नहीं रुकता, तब तक आत्मिक आनंद का अंश भी प्रकट नहीं होता। जब तक आदमी अंतर्मुखी नहीं बन जाता है और बाह्य आसक्तिपूर्ण प्रवृत्तियों को नहीं छोड़ देता है, तब तक उसे सहज आनंद या आत्मिक आनंद का लाभ नहीं मिल सकता।

स हजानंद और विषयानंद दोनों आपस में विरोधी प्रतीत हो रहे हैं। अगर सहजानंद प्राप्त है तो विषयानंद में आसक्ति नहीं होगी और विषयानंद में आसक्ति है तो आदमी सहजानंद से दूर हो जाएगा। संबोधि ग्रन्थ में बताया गया है-

यावत्रान्तर्मुखी वृत्तिः, बहिर्व्यापारवर्जनम्।

तावत्स्य न चांशोऽपि, प्रादुर्भावं समश्नुते।।

जब तक वृत्तियां अंतर्मुखी नहीं बनतीं और उनका बहिर्मुखी व्यापार नहीं रुकता, तब तक आत्मिक आनंद का अंश भी प्रकट नहीं होता। जब तक आदमी अंतर्मुखी नहीं बन जाता है और बाह्य आसक्तिपूर्ण प्रवृत्तियों को नहीं छोड़ देता है, तब तक उसे सहज आनंद या आत्मिक आनंद का लाभ नहीं मिल सकता। उस आनंद का अंश मात्र भी उसके लिए अप्राप्य है, दुष्प्राप्य है।

इन्द्रियों के माध्यम से हमें बाह्य जगत की जानकारी मिलती है और उससे संपर्क भी स्थापित होता है। देखने की अपेक्षा हो तो देखना भी पड़ता है, सुनना भी पड़ता है, किन्तु अनावश्यक देखना, अनावश्यक सुनना, अनावश्यक सूधना, अनावश्यक खाना-पीना, अनावश्यक स्पर्श आदि नहीं करना चाहिए।

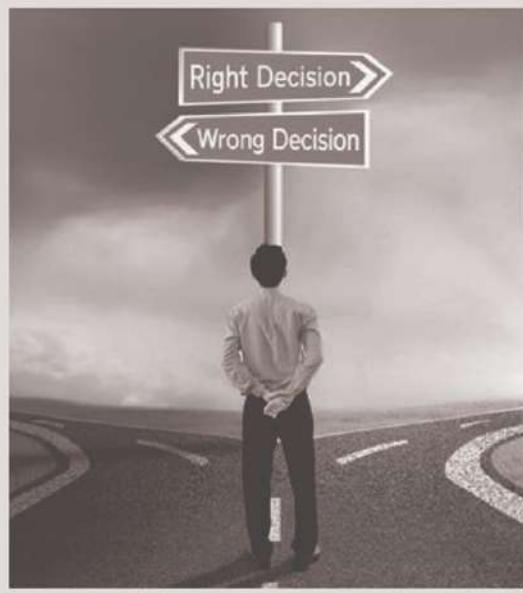
हम बोलने में भी ध्यान दें कि आज दिनभर में या पिछले दो

घंटों में मैंने कितना आवश्यक बोला और कितना अनावश्यक बोला? ध्यान देने पर कई बार हमें लगेगा कि ये बातें तो मैंने व्यर्थ ही बोल दीं। इन्हें बोलना कोई जरूरी नहीं था। मेरा भी समय गया और सामने वाले का भी समय गया। आवश्यक बोलना तो उपयोगी होता है, पर अनावश्यक बोलने से बहिर्मुखता बढ़ती है।

भोजन करने में भी हम यह ध्यान दें कि मैं शरीर के लिए कितना खाता हूँ और स्वाद के लिए कितना खाता हूँ। शरीर के लिए खाना तो उपयोगी हो सकता है, किन्तु स्वाद के लिए खाना साधना में बाधक बन सकता है। सुनने में भी आवश्यक हो उतना ही सुनें, अनावश्यक न सुनें। जैसे दूसरों की निंदा हो रही हो, वहाँ हम अपने कान क्यों लगाएं? इस प्रकार हमारे लिए क्या आवश्यक है और क्या अनावश्यक है, यह भेदरेखा हमारे जीवन में ठीक रहे तो हम अध्यात्म की दिशा में आगे बढ़ सकते हैं।

जहां आसक्ति की चेतना प्रखर होती है, वहां आदमी आवश्यक-अनावश्यक की बात को गौण करके प्रवृत्ति में उलझ जाता है। जबकि बाद में उसके परिणाम भी भोगने पड़ते हैं। हम इन्द्रिय-जगत में जितना आवश्यक हो, उतना जीएं और शेष भीतर रहने का प्रयास करें। ज्यों-ज्यों भीतर रहना होगा, त्यों-त्यों सहजानंद हमारे लिए सुलभ हो सकेगा। अंतर्मुखी बन जाना





विवेक आदमी को हित-अहित का बोध करने वाला, सन्मार्ग बताने वाला या सन्मार्ग पर चलने की भावना पैदा करने वाला है। जिसमें विवेक का चक्षु नहीं होता, वह आदमी गलत पथ पर जा सकता है।

साधना का एक महत्वपूर्ण अंग है। बाहर जितनी आसकि होगी, हम उतने बहिर्मुखी बनते चले जाएंगे। संस्कृत साहित्य में एक श्लोक आता है-

भारे यथा रोहति भूरिरावा : निरस्यमाने रवणास्तथैव।
सदैव सर्वाङ्गबहिर्मुखानां हिताहितज्ञानपराङ्मुखत्वम्।

कवि ने कहा कि बहिर्मुखी व्यक्ति में विवेक नहीं होता। जैसे ऊंट का मुँह आगे आया हुआ होता है, इसलिए उसको बहिर्मुखी माना गया है। जब ऊंट पर भार लादा जाता है, तब भी वह अरड़ाता (बलबलाहट करता) है और जब उसका भार उतारा जाता है, तब भी वह अरड़ाता है। जिस प्रकार ऊंट में विवेक नहीं होता कि भार को लादा जा रहा है या भार को उतारा जा रहा है, उसी प्रकार बहिर्मुखी व्यक्ति में भी विवेक नहीं होता। जो अंतर्मुखी होता है, उसमें विवेक की जागरण हो सकती है। विवेक आदमी को हित-अहित का बोध कराने वाला, सन्मार्ग बताने वाला या सन्मार्ग पर चलने की भावना पैदा करने वाला है। जिसमें विवेक का चक्षु नहीं होता, वह आदमी गलत पथ पर जा सकता है।

एक साधु के पास एक युवक आया और बोला - "बाबा! मैं जन्म से अंधा हूँ। लकड़ी आदि के सहारे चलता हूँ। मुझे आशीर्वाद

दें ताकि मेरी आँखों में ज्योति आ जाये, आँखें खुल जाएं।" साधु के पास कुछ शक्तियां थीं। उसने आशीर्वाद दिया और युवक की आँखें खुल गयीं। उसे सब कुछ दिखने लग गया। कई दिनों बाद वह साधु भिक्षा के लिए जा रहा था और वह युवक भी आगे-आगे चल रहा था। आगे जाकर वह युवक शराब की दुकान पर खड़ा हो गया। साधु ने देखा कि लगता तो वही लड़का है, जिसको मैंने आँखें दी थीं। साधु ने पूछा- "अरे भैया! तुम तो वही हो ना, जिसको मैंने आँखें दी थीं।" बोला- "हाँ गुरुजी! मैं वही हूँ। आपने मुझ पर बड़ी कृपा की। मेरी आँखें खोल दीं।"

संत ने कहा - "क्या मैंने तेरी आँखें इसलिए खोली थीं कि तुम शराब पीने लग जाओ। तुम तो दुर्व्यसनों में जाने लग गये। मेरे द्वारा आँखों का देना एक तरह से तुम्हारे जीवन के लिए नुकसानदेह हो गया।" उस युवक ने बड़ी मार्मिक बात कही- "गुरुजी! आपने मेरी ये स्थूल आँखें तो खोल दीं, किन्तु मेरी भीतर की आँख नहीं खोली। आप बाहर की आँख देने के साथ-साथ मुझे भीतर की आँख भी दें देते तो मैं नशे आदि में नहीं जाता।"

यह भीतर की आँख ही विवेक है। इसे तीसरा नेत्र कह दें, विवेक की आँख कह दें, प्रज्ञा का जागरण कह दें, एक ही बात है। आदमी की यह आँख खुल जाये तो वह उत्पथ में जाने से बच सकता है और सत्पथगमी बन सकता है। ■■■

हिंसा जीवन का आधार नहीं होती

■ अशोक रावत - आगरा ■

हार न माने मन तो कोई हार नहीं होती,
हिम्मत से ऊँची कोई दीवार नहीं होती।

जो तलवार किसी मानव के मन को जीत सके,
इतनी ताक़तवर कोई तलवार नहीं होती।

संकल्पों में होती है जो ताक़त होती है,
पाँवों में या पहियों में रफ़तार नहीं होती।

भूलों का दुहराना लापरवाही होती है,
भूल अगर होती है तो दो बार नहीं होती।

जीवन का आधार हमेशा जीवन होता है,
कोई हिंसा जीवन का आधार नहीं होती।



संयम और अजीवकाय संयम

मौजूदा दौर में 'यूज एंड थ्रो' की अनार्थिक बाजार नीति को बिना सोचे-समझे अपनाया जा रहा है। इससे उपभोक्ता का व्यवहार काफी असंयमित और अपव्ययकारी हो गया है, जो प्रकृति और समाज दोनों के असंतुलन का जिम्मेदार है। वहाँ, अजीवकाय संयम का सूत्र हर वरस्तु के विवेकसम्मत उपयोग की प्रेरणा देता है।

अ हिंसा और संयम सहवर्ती गुण हैं। उत्तराध्ययन सूत्र में भगवान महावीर कहते हैं कि व्यक्ति वध और बंधन द्वारा दूसरों का दमन करता है। इससे तो अच्छा है, वह संयम और तप के द्वारा स्वयं का ही दमन करे। अर्थशास्त्रीय दृष्टि से देखें तो संयम मूलतः व्यष्टिगत नियमों और हितों की व्याख्या करता है, जिनके विवेकसम्मत अनुपालन से समष्टिगत अर्थशास्त्र के उद्देश्य आधारभूत तरीकों से पूरे किये जा सकते हैं। संयम अपव्यय के सारे द्वारों को रोक देता है तथा जीवन के समस्त व्यवहारों में विवेक और अनुशासन पैदा करता है।

संयम से संपन्नता

एक व्यक्ति की मामूली आय है, परंतु उसकी जीवनशैली संयमित है तो वह फिजूल खर्च नहीं करता है। मौज़-शैक और व्यसनों से दूर रहता है। धीरे-धीरे वह सम्पन्नता की ओर बढ़ता चला जाता है। वह आर्थिक दृष्टि से तो सम्पन्न बनता ही है, वैचारिक व नैतिक दृष्टि से भी सम्पन्न बनता है। वहाँ, एक अन्य व्यक्ति जिसकी आय काफी अच्छी है, परंतु यदि वह व्यसनी और विलासी है तो पर्याप्त अर्जन करते हुए भी विपत्र बना रहता है। उसकी निर्धनता उसे अन्य कई सुखों और मान-सम्मान से वर्चित कर देती है।

सौभाग्य का सूर्योदय

संयम की आराधना और समता की प्रतिष्ठा में व्रत व्यवस्था की ऐतिहासिक भूमिका है। लगभग 2600 साल पहले भगवान महावीर ने संयम का एक प्रायोगिक अभियान शुरू किया था। उस समय उन्होंने लगभग पाँच लाख व्यक्तियों का व्रती समाज बनाया था। इनमें जनसामान्य से लेकर लिच्छवी गणतंत्र के अध्यक्ष महाराजा चेटक और प्रख्यात गाथापति (धनपति) आनन्द जैसे वर्चस्वी व्यक्ति भी शामिल थे। ये सभी अहिंसा, सत्य, अस्तेय, सदाचार, अपरिग्रह आदि व्रत-नियमों का निष्ठापूर्वक पालन करते थे। फलस्वरूप उनके जीवन में संयम, साधना, परिश्रम, न्याय, निष्ठा, प्रामाणिकता और पुरुषार्थ की ज्योति प्रकट हुई। सम्मान, आत्मसम्मान और सौभाग्य का सूर्योदय हुआ।

निज पर शासन

सूत्रकृतांग सूत्र में भगवान महावीर ने कहा- "अप्पणो य परं नालं कुतो अन्नाणुसासितं" अर्थात् जो अपने पर अनुशासन नहीं रख सकता, वह औरों पर अनुशासन कैसे कर सकता है? आचार्य तुलसी ने इसे सरल भाषा में कहा- "निज पर शासन, फिर अनुशासन।" शासन और प्रशासन के संचालन में आत्मानुशासन





आचार्य तुलसी ने कहा- "निज पर शासन, फिर अनुशासन।" शासन और प्रशासन के संचालन में आत्मानुशासन आवश्यक है। संयम और अहिंसा पर आधारित नियमों के अनुपालन से एक विश्वसनीय व्यवस्था की स्थापना होती है। संयम जीवन में मर्यादाओं की रेखाएँ खींचता है।

आवश्यक है। संयम और अहिंसा पर आधारित नियमों के अनुपालन से एक विश्वसनीय व्यवस्था की स्थापना होती है। संयम जीवन में मर्यादाओं की रेखाएँ खींचता है।

संयम के प्रकार

स्थानांग सूत्र में संयम के चार प्रकार बताये गये हैं- मन, वचन, शरीर और उपकरणों का संयम अथवा अजीवकाय संयम। आवश्यक सूत्र में संयम के सत्रह भेद बताये गये हैं। इन भेदों में उपरोक्त चार के अतिरिक्त - पाँच प्रकार के स्थावर कायिक जीवों का संयम, चार प्रकार के त्रस (बेइन्द्रिय, तेइन्द्रिय, चैइन्द्रिय और पंचेन्द्रिय) जीवों का संयम, प्रेक्षा संयम, उपेक्षा संयम, प्रमार्जन संयम और परिठावणिया संयम हैं। सत्रह प्रकार के संयम और दूसरी तरह से भी गिना जाता है, जिसमें पाँच आश्रवों का त्याग, पाँच इन्द्रियों का दमन, चार कषायों का त्याग और तीन योगों को वश में करना सम्मिलित है। संयम के अंतर्गत अजीवकाय संयम एक अद्भुत विचार है।

अजीवकाय संयम

जीव-संयम में अहिंसा की प्रत्यक्ष आराधना जुड़ी है, लेकिन भगवान महावीर ने निर्जीव वस्तुओं के संयम की बात कहकर

अहिंसा को और अधिक गहराई प्रदान की। जो वस्तुएँ, उपकरण आदि हमारे इर्द-गिर्द हैं, उनकी उपस्थिति और अवस्थिति किसी व्यवस्था के क्रम में है। उनकी स्वाभाविक अवस्थिति भंग करना अथवा इन चीजों का दुरुपयोग करना हिंसा है, असंयम है। हमारे उपयोग की वस्तुओं को अस्त-व्यस्त रखना, उनकी सार-संभाल और प्रतिलेखना में प्रमाद करना भी असंयम है। व्यक्ति को यह विवेक रखना चाहिए कि उसके उपयोग, स्वामित्व, अधिकार क्षेत्र या निशा की वस्तुएँ जीव-हिंसा का कारण नहीं बनें। यहां तक कि खराब वस्तुओं तथा कचरे का विसर्जन भी विवेकसम्मत होना चाहिए, जिससे प्रदूषण और हिंसा नहीं हो अथवा अल्पतम हो।

हमारे काम में आने वाली निर्जीव वस्तुओं के निर्माण में स्थावर जीवों की विराधना प्रत्यक्ष रूप से जुड़ी होती है और प्रत्यक्ष या परोक्ष रूप से त्रस जीवों की विराधना भी जुड़ी होती है। दुरुपयोग या अनावश्यक उपयोग के फलस्वरूप वस्तु के पुनर्निर्माण के लिए जीवों की विराधना होगी, प्रकृति का अधिक दोहन होगा और पर्यावरण पर अतिरिक्त भार पड़ेगा। किसी वस्तु के दुरुपयोग का अर्थ है सकल राष्ट्रीय उत्पाद की इकाई का दुरुपयोग। अधिकता या अज्ञान के कारण यदि कोई व्यक्ति किसी वस्तु का दुरुपयोग करता है तो कोई जरूरतमंद उससे वर्चित होता है। इससे सामाजिक असंतुलन भी होता है।

उपभोक्ता के व्यवहार का आर्थिक-सामाजिक गतिविधियों तथा पर्यावरण पर प्रत्यक्ष व परोक्ष प्रभाव पड़ता है। असंयम प्रदूषण का कारण बनता है। प्रदूषण पदार्थ के प्राकृतिक संघटक को क्षतिग्रस्त या नष्ट करता है। यह खाद्य-शृंखला, कार्बन, नाइट्रोजन, ऑक्सीजन और हाइड्रोजन (सी.एन.ओ.एच.) के परिपथ में हस्तक्षेप करता है और इस प्रकार पौधों तथा पशु-जीवन को क्षति पहुँचाता है। यह प्राणियों का जीवित रहना कठिन और दुष्कर बना देता है। प्रदूषण न सिर्फ जीवधारियों को, अपितु सम्पत्ति, भवन और अजीव सृष्टि को भी दुष्प्रभावित करता है। जीव-मण्डल और पारिस्थितिकी में असंतुलन, जलवाया परिवर्तन तथा ग्रीन हाउस गैसों के उत्सर्जन को बढ़ाने में हिंसा, असंयम और अपव्यय मुख्य रूप से जिम्मेदार हैं।

मौजूदा दौर में 'यूज एंड थ्रो' यानी 'प्रयोग करो और फेंको' की अनार्थिक बाजार नीति को बिना सोचे-समझे अपनाया जा रहा है। इससे उपभोक्ता का व्यवहार काफी असंयमित और अपव्ययकारी हो गया है। उपभोक्ता का असंयमित व्यवहार प्रकृति और समाज दोनों के असंतुलन का जिम्मेदार है। अजीवकाय संयम व्यक्तिगत, सार्वजनिक तथा किसी भी प्रकार की सम्पत्ति के दुरुपयोग पर स्वैच्छिक अंकुश का अनमोल सूत्र है। यह सूत्र हर वस्तु के विवेकसम्मत उपयोग की प्रेरणा देता है।

चेन्नई में रहने वाले लेखक शशुन जैन कॉलेज में जैन विद्या विभाग के शोध प्रमुख हैं। वे आचार्य हस्ती सम्मान, अणुव्रत लेखक पुस्कर समेत अनेक सम्मानों से अलंकृत हो चुके हैं।

पथु भी हैं न्याय के हकदार

अभियुक्त के अधिवक्ता का तर्क सुनकर मैं आश्र्य एवं विस्मय में पड़ गया। हृदय द्रवित हो गया। सोचा, आठ भैंसों मर जाने पर भी क्या कोई अपराध नहीं हुआ? रात भर सोया नहीं। मन बेचैन रहा। मन नहीं माना कि अभियुक्त को बरी कर दिया जाये। मैंने उसे 6 माह के कारावास की सजा सुना दी।

पशुओं की भाषा को हम भले ही समझ नहीं पाते, मगर उनमें भी जीवन होता है। वे संवेदनशील होते हैं। उन्हें भी पीड़ा एवं दर्द की अनुभूति होती है। कुछ पशु दुधारू होते हैं जिन पर समाज पलता है लेकिन विडंबना है कि कानून में पशुओं के जीवन को महत्व नहीं दिया गया है।

ऐसा ही एक प्रसंग कोटा का है जब मैं वहाँ न्यायिक मजिस्ट्रेट था। मेरे सामने एक ऐसा मामला आया जिसमें एक ट्रक चालक ने वाहन को लापरवाही, उतावलेपन एवं तेज रफ्तार से चलाकर एक साथ आठ भैंसों को मार डाला था। ये भैंसें जंगल में चरने गयी थीं। अकस्मात् कुछ भैंसें सड़क पर आ गयीं। तभी एक ट्रक लापरवाही एवं तेज रफ्तार से आया और उसने एक-एक करके आठ भैंसों को मार डाला। इस पर भी ट्रक वहाँ रुका नहीं, बल्कि कुछ दूर आगे जाकर राहगीरों द्वारा रोका गया।

चालक के विरुद्ध भारतीय दंड संहिता की धारा 279 के अंतर्गत मुकदमा चला। धारा 279 में यह प्रावधान है कि सार्वजनिक मार्ग पर वाहन को ऐसी लापरवाही, उतावलेपन एवं तेज रफ्तार से चलाना जिससे मानव जीवन संकट में पड़ जाये, अपराध है। इसके लिए 6 माह तक के कारावास एवं 1000 रुपये तक के जुर्माने का प्रावधान है।

जब मामला निर्णय के स्टेज पर आया तो दोनों पक्षों की बहस सुनी गयी। अभियुक्त के अधिवक्ता का एक ही तर्क था कि अभियुक्त ने कोई अपराध नहीं किया है क्योंकि धारा 279 के अंतर्गत अपराध तभी बनता है जब लापरवाही एवं उतावलेपन से वाहन चलाने से मानव जीवन संकट में पड़ जाये। यहाँ तो भैंसें थीं, मानव था ही नहीं।

यह तर्क सुनकर मैं आश्र्य एवं विस्मय में पड़ गया। हृदय द्रवित हो गया। सोचा, आठ भैंसों मर जाने पर भी क्या कोई अपराध नहीं हुआ? रात भर सोया नहीं। मन बेचैन रहा। कानून को कोसता रहा। कैसी विडंबना है कि धारा 279 में केवल मानव जीवन को महत्व दिया गया है, पशु जीवन को नहीं। मन नहीं माना कि अभियुक्त (मुलजिम) को बरी कर दिया जाये। मैंने उसे 6 माह के कारावास की सजा सुना दी। अधिवक्ताओं में हलचल मच गयी क्योंकि यह एक अलग ही तरह का फैसला था।

मैंने अपने फैसले में लिखा – आठ भैंसें मरने पर तो शायद रेलगाड़ी की गति भी धीमी हो जाती, लेकिन उस वाहन की गति धीमी नहीं हुई और वह काफी आगे जाकर रुका। रुका नहीं, बल्कि रोका गया। यह विडंबना है कि कानून में पशुओं के जीवन को महत्व नहीं दिया गया है।





इस दुर्घटना में भैंसों नहीं मरीं, भैंसों के सहारे पलने वाला परिवार मर गया। यह एक हृदय विदारक मामला था। अपने फैसले से मैंने यह साबित करने का प्रयास किया कि पशु भी न्याय पाने के हकदार हैं।

जिन दुधारू भैंसों के ऊपर समाज पलता है, उनका कानून में कोई महत्व नहीं है।

यह तो साबित है कि वाहन लापरवाही, उतावलेपन एवं तेज रफ्तार से चलाया जा रहा था। तभी आठ भैंसें एक-एक करके एक साथ मर गयीं। भैंस एक भारी-भरकम शरीर वाला काले रंग का पशु है। चालक को ऐसी भैंस नहीं दिखी तो उसे मनुष्य क्या दिखता? यदि मार्ग पर मनुष्य होता तो वह अवश्य ही मरता। अतः मानव जीवन संकंट में तो पढ़ ही गया था। चालक इतना निरदीय है कि उसने वाहन को रोकना तक उचित नहीं समझा और वह चलता रहा। इस दुर्घटना में भैंसें नहीं मरी हैं, भैंसों के सहारे पलने वाला परिवार मर गया है।

यह एक हृदय विदारक मामला था। मैंने यह साबित करने का प्रयास किया कि पशु भी न्याय पाने के हकदार हैं। मेरे निर्णय को सत्र न्यायालय में चुनौती दी गयी, जहाँ न्यायाधीश ने मेरे निर्णय को यथावत रखते हुए अपील खारिज कर दी।

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

लघुकथा

बिजूका

■ भगवती प्रसाद द्विवेदी-पटना ■

इदरीस सीमा पर पहरा दे रहा था। पूरी चुस्ती-फुर्ती और मुसैदी के साथ। सामने के खेत में एक बिजूका खड़ा था। तने हुए लकड़ी के हाथ-पाँव। माथे पर औंधी पड़ी काली हाँड़ी। हाँड़ी पर चूने का टीका। बदन पर फटा-चिटा, काला-कलूटा डिंगोला। कुल मिलाकर एक दैत्याकार सूरत। मगर खेत में खड़ी हरी-भरी फसल का सच्चा रखबाला। वह फसल को नुकसान पहुँचाने वाले पशु-पक्षियों को हड़काये रखता था। क्या मजाल कि कोई जीव-जन्तु पास फटके! बिजूके की आकृति पर नजर पड़ते ही माल-मवेशी, चिरई-चुरुंग उसे जीता-जागता दानव समझ भाग खड़े होते थे।

सैनिक इदरीस वह दृश्य देख अपनी हँसी रोक नहीं पाता था। बिजूका उसे अपना दोस्त दिखायी देता था। गाहे-बेगाहे उसका मन बहलाता रहता था। अपनी निर्जीवता में भी वह सजीवता का एहसास करता था। इदरीस सजीव होकर भी निर्जीव-सा मूर्तिवत खड़ा था। बिजूका बनकर। किसान का दोस्त बिजूका फसल की रखबाली करता था और वह देश की सीमा की। काश! देश की सीमा पर कोई विवाद न होता और वह खुद बिजूके की भूमिका में न होता!

तभी एकाएक ऐसी धूल-भरी औंधी आयी कि बिजूके के लकड़ी के पाँव हिलने लगे और वह धड़ाम-से गिर पड़ा। काली हाँड़ी फूटकर बिखर गयी। इदरीस को लगा, जैसे उसका कोई सैनिक साथी हताहत हो गया हो। वह दौड़कर बिजूके को उठाने में तत्पर हो गया।



संयमित हो हमारा भोजन व्यवहार

ऋषि-मुनियों और संतों ने वाणी और आचार-विचार के संयम के साथ-साथ भोजन के संयम को भी प्रमुखता से अंगीकार किया है। भोजन में किया गया संयम हमें शारीरिक संतोष का अनुभव तो करता ही है, मानसिक संतुष्टि भी हम भोजन आदि के संयम से ही पाते हैं। आहार का संयमित होना हमारी जीवन-ऊर्जा को पर्याप्त संबल देता है।

ज्ञा नमय, प्राणमय और अन्नमय कोष की बात करें तो मानव शरीर का पोषण, पुष्टि, परिवर्धन और ऊर्जा का स्रोत अन्न या भोजन को ही माना जा सकता है। भोजन के अभाव में मनुष्य का जीवन असंभव ही है, इसीलिए संसार में सभी इस पेट को भरने के लिए ही सारी भागादौड़ी करते हैं। रोजगार, व्यवसाय सब कुछ इस पेटीनुमा पेट को भरने के लिए किया जाता है, पर मानसिक कुंठाओं से भरी सामाजिक परंपराओं को हम ‘पेट का सवाल’ कहकर समर्थन देते प्रतीत होते हैं। मन या मस्तिष्क पापी होता है, हो सकता है, पर हम यहां भी बड़ी चालाकी से पापी मन के बजाय कह देते हैं कि यह ‘पापी पेट’ का सवाल है।

ऋषि-मुनियों और संतों ने वाणी और आचार-विचार के संयम के साथ-साथ भोजन के संयम को भी प्रमुखता से अंगीकार किया है। भोजन में किया गया संयम हमें शारीरिक संतोष का अनुभव तो करता ही है, मानसिक संतुष्टि भी हम भोजन आदि के संयम से ही पाते हैं। आहार की मात्रा, गुणवत्ता, आवृत्ति तथा प्रकार, सभी तरह से व्यक्ति को संयमित रहना चाहिए। जिह्वा या रसना को अधिकतम सुख पहुँचाने की चेष्टा में हम लगातार भोजन के साथ भी अति करते जाते हैं, और कालांतर में वही अति हमारे तनव मन के साथ भी हो जाया करती है।

व्यक्ति को भोजन कितनी बार तथा कब-कब लेना चाहिए, इसका भी हमारे ग्रंथों तथा आयुर्वेदाचार्यों ने उल्लेख कर रखा है। भोजन दिन में कम से कम एक बार, दो बार तथा अधिकतम तीन बार किया जा सकता है, पर कुछ लोग दिनभर कुछ खाते-पीते ही रहते हैं जो किसी भी दृष्टि से उचित नहीं माना जा सकता है। शारीरिक श्रम करने वाले, गर्भवती महिलाएं, बीमार या बड़े हो रहे बच्चे यदि दिन में अनेक बार आहार लेते हैं तो यह गलत नहीं है, पर यदि ऑफिस में कार्य कर रहे या अधिक परिश्रम न करने वाले लोग भी दिनभर कुछ न कुछ खाते रहेंगे तो यह शारीरिक तथा मानसिक व्याधियों को ही जन्म देगा।

आहार की आवृत्ति के साथ ही उसकी गुणवत्ता, मात्रा तथा प्रकार का भी विशेष ध्यान रखा जाना चाहिए। आहार में यथासंभव शाक-पत्तियाँ, अंकुरित अनाज, सलाद, फल, हरी सब्जियाँ तथा दुग्ध उत्पाद अधिकतम हो। अधिक तेल, मिर्च, नमक, मैदा तथा अन्न से बनी वस्तुएं कार्बोहाइड्रेट, वसा और खराब कोलेस्ट्रॉल से भरी होती हैं, जो ऊर्जा के बजाय बीमारियाँ अधिक दे जाती हैं। आधुनिक युग में हम चिप्स, कुरकुरे, नमकीन, तली वस्तुएं, मैदा तथा चावल के आटे से बने प्रोसेस्ड फूड और डिब्बाबंद खाद्य पदार्थों की ओर ज्यादा आकर्षित होते





"उतना ही लो थाली में व्यर्थ न जाये नाली में"
ऐसे सूचना पट्ठ अपने मन-मस्तिष्क में तो लगे ही हों, कार्यक्रम स्थल पर भी लगाये जाने चाहिए जिससे तैयार भोजन को प्लेट में भर-भरकर नालियों में फेंकने तकी कुप्रथा पर विराम लग पाये।

जा रहे हैं। इससे छोटी उम्र में ही मधुमेह, हृदय रोग, मोटापा, नेत्र रोग तथा अस्थि संबंधी रोगों का आक्रमण होना शुरू हो गया है। ऐसे में आवश्यक है कि माता-पिता स्वयं भी ऐसी वस्तुओं को खाने से परहेज करें तथा अपने बच्चों को भी रोकें। बिस्किट, केक, बेकरी उत्पाद, आइसक्रीम, पिज्जा, मैक्रोनी, चिप्स और कचौरी-समोसा जैसे पदार्थों में तेल, मीठा और वसा बहुत अधिक मात्रा में होता है। यही हाल कोल्ड ड्रिंक में भी होता है। दिन में केवल एक या दो पीस खाने या एक बोतल कोल्ड ड्रिंक मात्र से हम जाने-अनजाने में कितने ही ग्राम शक्कर और नमक अपने पेट में भर लेते हैं, जो बेहद खतरनाक होता है।

विज्ञान भले ही सेहत के नाम पर किसी भी रूप में वसा, प्रोटीन तथा कार्बोहाइड्रेट ले लेने की आवश्यकता जाता हो, पर हमारी संस्कृति तथा परंपराएं ऐसी हैं कि हमें यह भी ध्यान रखना चाहिए कि पैकेट खाद्य सामग्री शाकाहारी पदार्थों से ही निर्मित हो। बाजार से खरीदी जाने वाली वस्तुओं में पैकेट के ऊपर छपे हुए हरे रंग के गोले का विशेष ध्यान रखें। जिन वस्तुओं या पैकेट पर लाल रंग का गोला छपा होता है, उनमें नॉनवेज मैट्रियल्स का उपयोग किया हुआ होता है। अतः जो शुद्ध शाकाहारी हैं, उन्हें सावधानी रखनी चाहिए।

रात में हमारी पाचन ग्रंथियां और एंजाइम्स उतने क्रियाशील नहीं रहते हैं जितना सूरज के उजाले के साथ। इसलिए प्रयास हो कि शाम का भोजन शाम को ही समाप्त हो जाये, रात तक नहीं चले। इससे पाचन संबंधी समस्याओं के साथ-साथ कई अन्य तकलीफों से बचने में भी मदद मिलेगी। 50 की उम्र के बाद यदि रात का खाना कम किया जा सके या बिल्कुल बंद किया जा सके तो भी कोई हर्ज नहीं होगा।

अब एक बात और आती है - भोज्य प्रकार तथा मात्रा का संयम। घर पर भी हम भोजन में विविधता के बड़े शौकीन होते हैं। खट्टा, मीठा, तीखा जैसे विविध स्वादों के लिए हम व्यंजनों की संख्या लगातार बढ़ाते जाते हैं, यह भी ठीक नहीं है। बड़ी-बड़ी शादियों में तो सौ-डेढ़ सौ तरह के व्यंजन बनाये जाते हैं, परोसे जाते हैं और फिर खाने के बजाय उन्हें जूठा छोड़ दिया जाता है। यह अन्न का भयंकर दुरुपयोग है। इसलिए शादी समारोह में व्यंजनों की संख्या सीमित रखकर हम कार्यक्रम को यथोचित सादगी प्रदान कर सकेंगे। साथ ही घर हो या होटल, या फिर कोई कार्यक्रम, जूठा खाना छोड़ने पर सख्त प्रतिबंध होना चाहिए। "उतना ही लो थाली में व्यर्थ न जाये नाली में" ऐसे सूचना पट्ठ अपने मन-मस्तिष्क में तो लगे ही हों, कार्यक्रम स्थल पर भी लगाये जाने चाहिए जिससे तैयार भोजन को प्लेट में भर-भरकर नालियों में फेंकने की कुप्रथा पर विराम लग पाये। यदि घर पर परिवार का मुखिया या बड़े-बुजुर्ग इस आदत पर ध्यान देंगे तो छोटे बच्चे भी प्रेरित होंगे और जूठा छोड़ने की आदत से मुक्ति मिलेगी।

हम सब कम खाएं, भूख से एक रोटी कम ली जाये तथा थोड़ा-थोड़ा और धीमी गति से खाना खाएं तो पेट, शरीर तथा मन-मस्तिष्क की कई बीमारियाँ हमसे सदा के लिए दूर रहेंगी। अधिक ठूँस-ठूँसकर खाने, सब कुछ एक साथ प्लेट में ले लेने की आदतें ही हमारी जीवनशैली को खासा प्रभावित कर रही हैं। प्रयास किया जाये कि महीने में एक या सप्ताह में एक दिन पूर्णतया निराहार रहें। हम चालाकी से ब्रत भी करते हैं तो फल, फलाहारी खिचड़ी आदि से पेट तो भर ही लेते हैं। कोशिश करें कि ब्रत में निराहार रहा जाये, सिर्फ पानी या तरल पदार्थ ही लिया जाये। इससे भी मानसिक-शारीरिक स्वास्थ्य को संबल मिलेगा। आहार का संयमित होना हमारी जीवन-ऊर्जा को पर्याप्त संबल देता है। कुल मिलाकर कहा जा सकता है कि संयममय आहार संयममय जीवन के लिए एक अनिवार्य कदम है।

गायपुर (भीलवाड़ा) निवासी लेखक राजस्थान शिक्षा सेवा में हिन्दी भाषा के प्राध्यापक तथा बाल साहित्यकार हैं। ये लगभग 25 वर्षों से अण्वत लेखक मंच और अण्वत आंदोलन से जुड़े हुए हैं।

शिक्षा क्षेत्र में मानवीय मूल्यों का हो समावेश

नैतिकता, सहानुभूति, दूसरों के लिए सम्मान, स्वच्छता, शिष्टाचार, लोकतात्रिक भावना, सेवा की भावना, सार्वजनिक संपत्ति के लिए सम्मान, वैज्ञानिक चिंतन, स्वतंत्रता, जिम्मेदारी, बहुलतावाद, समानता और न्याय आदि मूल्यों की स्थापना के लिए शिक्षा क्षेत्र से जुड़े हर जिम्मेदार व्यक्ति को व्यावहारिक कदम उठाने की जरूरत है।

शिक्षा को लेकर भारतीय मनीषा और भारतीय संस्कृति का उत्कृष्ट अंतीत रहा है। भारत के तक्षशिला, नालंदा जैसे प्रतिष्ठित विश्वविद्यालयों की ओर समूची दुनिया सम्मान भाव से देखती थी। विश्वगुरु होने की प्रतिष्ठा भी हमारी रही है। आध्यात्मिक दृष्टि से आज भी भारतीय परंपरा की ओर दुनिया आकर्षित होती है। शिक्षा शास्त्रीय दृष्टि से हम किसी भी व्यक्ति को 'अशिक्षित' नहीं कह सकते, भले ही वह निरक्षर क्यों न हो। हाँ, 'सुशिक्षित' न होने का आरोप ऐसे व्यक्तियों पर लगाया जा सकता है, जो बड़ी-बड़ी उपाधियाँ हासिल कर लेने के बावजूद मानवीय मूल्यों की उपेक्षा करते हैं।

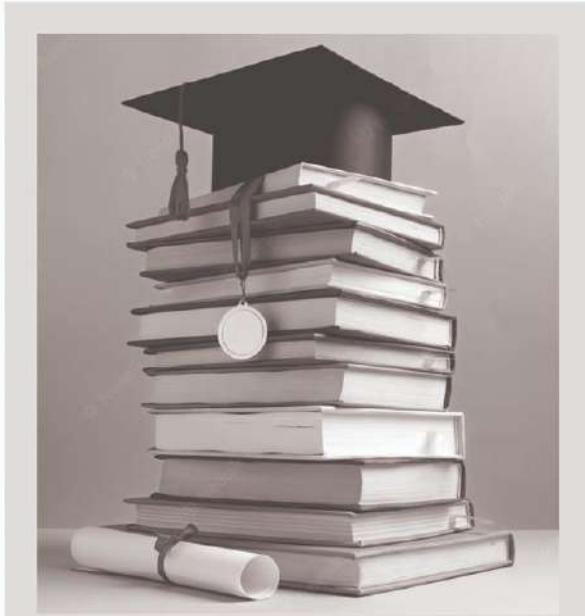
आधुनिक शिक्षा के नाम पर आज भले ही हर क्षेत्र के लिए विशेषज्ञता के मद्देनजर अनेक पाठ्यक्रम बनाये गये हैं, मगर समाज में घटते मानवीय मूल्यों के प्रति चिंता भी उसी अनुपात में बढ़ रही है। क्या इसके लिए शिक्षा क्षेत्र को भी जिम्मेदार नहीं ठहराया जा सकता? लगभग एक हजार विश्वविद्यालयों, कई हजार महाविद्यालयों और कई लाख विद्यालयों की सक्रियता के बावजूद ऐसी चिंताएँ जतायी जा रही हैं कि हम मूल्यविहीन शिक्षा के दौर में हैं। समय-समय पर प्रतिष्ठित शिक्षा शास्त्रियों और विद्वानों के नेतृत्व में गठित समितियों द्वारा शिक्षा नीतियाँ तय होकर

लागू होती रही हैं, इसके बावजूद हमारे मूल्यवर्द्धन की रेखा के ग्राफ को नीचे गिरते हुए देखकर चिंता होना स्वाभाविक है।

इसी बीच राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 आशा की किरण की भाँति भारतीय भाषाओं, भारतीय संस्कृति और मानवीय मूल्यों की प्रतिष्ठा की ओर उन्मुख होने का मार्ग दिखाती प्रतीत होती है। इसके आधारभूत सिद्धांतों में नैतिकता, सहानुभूति, दूसरों के लिए सम्मान, स्वच्छता, शिष्टाचार, लोकतात्रिक भावना, सेवा की भावना, सार्वजनिक संपत्ति के लिए सम्मान, वैज्ञानिक चिंतन, स्वतंत्रता, जिम्मेदारी, बहुलतावाद, समानता और न्याय आदि का उल्लेख है। इन मूल्यों की स्थापना के लिए शिक्षा क्षेत्र से जुड़े हर जिम्मेदार व्यक्ति को व्यावहारिक कदम उठाने की जरूरत है।

राष्ट्रीय शिक्षा नीति के अनुच्छेद 4.28 में कहा गया है, "इस तरह विकसित नैतिक बोध के चलते पारंपरिक भारतीय मूल्य और सभी बुनियादी मानवीय और संवैधानिक मूल्यों (जैसे सेवा, अहिंसा, स्वच्छता, सत्य, निष्काम कर्म, शांति, त्याग, सहिष्णुता, विविधता, बहुलतावाद, नैतिक आचरण, लैंगिक संवेदनशीलता, बुजुर्गों के प्रति सम्मान, सभी लोगों और उनकी अंतर्निहित क्षमताओं का सम्मान, पर्यावरण के प्रति सम्मान, मदद करना, शिष्टाचार, धैर्य, क्षमा, समानुभूति, करुणा, देशभक्ति,





कर्मनिष्ठ भावना के साथ आगे बढ़ने वाली पीढ़ियों को तैयार करने की जिम्मेदारी का निर्वहन केवल कागजी कार्यवाही से नहीं, व्यवहार दर्शन से ही संभव है। शिक्षा के क्षेत्र में मानवीय मूल्यों, भारतीय सांस्कृतिक मूल्यों को प्रतिष्ठा दिलाने की दिशा में हम सबको अपनी भूमिका सुनिश्चित करनी होगी।

लोकतात्त्विक दृष्टिकोण, अखंडता, जिम्मेदारी, न्याय, स्वतंत्रता, समानता और बंधुत्व) को विद्यार्थियों में विकसित किया जा सकेगा।

इन तमाम बातों को व्यवहार में उतारने, विद्यार्थियों को कम उम्र में सही राह पर लाने पर महत्व और आगे नैतिक आचरण अपनाने पर जो बल है, उसे व्यावहारिक रूप देने की शिक्षक वर्ग की सबसे बड़ी जिम्मेदारी है। स्कूल, कॉलेज, विश्वविद्यालय को एक-एक इकाई के रूप में मानते हुए अपने शैक्षिक संस्थान के परिसर और चारों ओर के समाज में कोई ऐसी समस्या न रह जाये जिसके लिए हम सरकारों और व्यवस्था को कोसते हुए रह जाएँ कि अमुक समस्या है और उसकी ओर सरकार और अधिकारियों का ध्यान नहीं जा रहा है। हमें स्वयं आगे बढ़कर ऐसी समस्याओं के निराकरण के लिए अपना योगदान सुनिश्चित करना होगा।

वास्तव में आज सेवा की वह भावना और स्फूर्ति खत्म हो रही है। कहीं कोई शिक्षक यदि छात्रों में ऐसी सेवा भावना भरने की कोशिश भी करता है तो उन्हें कई रूपों में निरुत्साहित किया जाता है। स्कूल, कॉलेज और विश्वविद्यालय स्तर पर श्रम को महत्व देते हुए छात्रों में सेवा की भावना, श्रमदान के लिए निरंतर प्रोत्साहन दिया जाना चाहिए।

जीवन मूल्यों की शिक्षा के नाम पर हम केवल खानापूर्ति न करें, पुस्तकीय पाठ्यक्रमीय बातों को रटवाकर उपाधियाँ देने वाले उद्योगों, व्यापारिक प्रतिष्ठानों के रूप में शिक्षण संस्थाओं को देखने की मानसिकता खत्म हो। सेवा, तत्परता, स्फूर्ति से मनसा-वाचा-कर्मणा कर्मनिष्ठ भावना के साथ आगे बढ़ने वाली पीढ़ियों को तैयार करने की जिम्मेदारी का निर्वहन केवल कागजी कार्यवाही से नहीं, व्यवहार दर्शन से ही संभव है। शिक्षा के क्षेत्र में मानवीय मूल्यों, भारतीय सांस्कृतिक मूल्यों को प्रतिष्ठा दिलाने की दिशा में हम सबको अपनी भूमिका सुनिश्चित करनी होगी।

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

लघुकथा

सुकून

■ डॉ. कल्याण प्रसाद वर्मा ■

कड़ाके की सर्दी। इधर मुर्गे ने बांग दी नहीं किंदस-ग्यारह साल का एक बालक धुर अंधेरे ही उठता और हाथ में झाड़ लेकर सड़क पर पतंग लूटने निकल पड़ता। खासकर मकर संक्रांति पर उसकी सुबह काफी जल्दी शुरू हो जाती। छतों पर पेंच लड़ाये जा रहे होते और वह आधी बांह की फटी-सी कमीज पहने पतंग लूटने के इंतजार में आसमान में अपनी आँखें गड़ाये रहता। मैं सुबह घूमने जाता ही था। एक दिन मैंने उससे पूछा - "तुम इतनी ठंड में यह सब क्यों करते हो?" उसका जवाब था - "साब ! हम ये पतंगें उड़ाने के लिए नहीं लूटते। पतंग उड़ाएं तो निरीह बेजुबान पक्षियों की जान जाएगी, ऐसा पाप हम न करेंगे। ...और साब, लोग महीनों से गजक-रेवड़ी खा रहे हैं। हमने अभी स्वाद भी नहीं चखा। अब लूटी हुई पतंगों को बेचकर सीजन का मेवा मूँगफली और रेवड़ी खाएंगे।" यह कहते हुए भी उसके कदम तो थमे ही नहीं, वह आगे बढ़ गया। मैं रुककर सोचने लगा, उसके श्रम में संक्रांति मनाने का कितना 'सुकून' था।



कुछ शिकायत भी हो...

शिकायत करने में भी संतुलन बनाये रखने की बहुत जरूरत है। केवल मन की भड़ास निकालने, बदला लेने, किसी को नीचा दिखाने की भावना से किसी की शिकायत नहीं करनी चाहिए। शिकायतें सच्ची, वाजिब तथा तर्कपूर्ण होनी चाहिए और शिकायत करने से पूर्व या बीच में सामने वाले की बात अवश्य ही सुनी जानी चाहिए।

थो डे शिकवे भी हों...कुछ शिकायत भी हो...तो मजा जीने का और भी आता है... जी हाँ, ये थोड़े-थोड़े शिकवे-शिकायतें जीवन में मिठास और सरसता घोल देते हैं। बड़ा लुफ होता है इनमें, लेकिन ये बातें छोटी-छोटी ही अच्छी लगती हैं। शिकायतें जैसे ही बढ़ी होने लगती हैं, स्थिति खतरनाक होती जाती है। यह सिलसिला जितना बढ़ता है, जीवन में पीड़ा, परेशानियाँ, तनाव भी बढ़ता जाता है। ...और फिर हालात संभाले नहीं संभलते।

शिकायतों का सिलसिला यूँ तो छोटी-छोटी बातों से ही प्रारंभ होता है और फिर ये बड़े झगड़ों में बदल जाती हैं। हालाँकि गलती इंसान से ही होती है। वहीं, कई बार परिस्थितियाँ भी जिम्मेदार होती हैं। जैसे परिवार का कोई सदस्य यदि नियत समय से देरी से आता है तो दरवाजे पर ही अन्य सदस्य शिकायतों की झड़ी लगा देते हैं। उसे सफाई देने का अवसर तक नहीं दिया जाता। रोजाना ही इस प्रकार के गिले-शिकवे, हर घर में आपस में न जाने कितनी बार किये जाते हैं और कई बार तो इनके परिणाम बहुत विस्फोटक एवं भयंकर होते हैं। इनसे न जाने कितने घर बर्बाद हो जाते हैं, रिश्तों में दरारें पड़ जाती हैं, दीवारें उठ आती हैं। दरअसल शिकायत करने में निंदा रस की ही तरह आनंद की अनुभूति होती है, जब तक कि

सामने वाला चुपचाप सुनता रहता है, मगर जैसे ही वह उलट कर प्रहार कर बैठता है फिर तो उनके बीच होने वाली "तू...तू मैं...मैं" को रौद्र रस का रूप धारण करने में जरा भी देर नहीं लगती।

यदि आप कभी रात को सोने से पहले अपने दिन भर के क्रियाकलापों पर गैर करें तो पता चलेगा कि दिन भर में आप जिन लोगों से रूबरू हुए थे, उनसे कितनी बार, कितने ही गिले-शिकवे किये। आप खुद आश्वर्य में पड़ जाएंगे कि अधिकांश लोगों से आप शिकायतों के साथ ही मिले थे। शिकायत करना हमारे स्वभाव में शामिल हो गया है। मसलन, एक मित्र हमारे घर तशरीफ लाता है तो दरवाजे के बाहर से ही शिकवों की बारिश शुरू हो जाती है - "अरे, आज हमारे घर का रास्ता कैसे भूल गये", "इतने दिनों तक आपको हमारी याद तक नहीं आयी", "आप तो हमें भूल ही गये" आदि-आदि। ये बात अलग है कि ये शिकवे मासूम, स्नेहिल एवं प्रेम रस से परिपूर्ण होते हैं, लेकिन ऐसा नहीं होने पर सामने वाला तिलमिला कर रह जाता है। कुछ लोगों का तो लहजा ही शिकायती होता है। ऐसे में लोग उनसे कतराने लगते हैं। दूर से ही कन्नी काटकर निकल जाने में अपनी भलाई मानते हैं।

हाँ, कई मामलों में शिकायतें जरूरी भी होती हैं। जैसे किसी अकर्मण्य व्यक्ति को उसके कर्तव्य की याद दिलाने के लिए भूल





कई मामलों में शिकायतें जरूरी भी होती हैं। जैसे किसी अकर्मण्य व्यक्ति को उसके कर्तव्य की याद दिलाने के लिए, भूल सुधार के लिए, गलत काम पर रोक लगाने हेतु, शोषण के खिलाफ, अभद्रता पर अंकुश लगाने के लिए आदि-इत्यादि।

सुधार के लिए, गलत काम पर रोक लगाने हेतु, शोषण के खिलाफ, अभद्रता पर अंकुश लगाने के लिए आदि-इत्यादि।

शिकायत के भी कई रूप होते हैं - प्यार भरी शिकायत, मासूम शिकायत, झूठी शिकायत, सच्ची शिकायत, द्वेष-भाव से परिपूर्ण शिकायत, भोली शिकायत आदि। इसी प्रकार कुछ शिकायतें सामने वाले के रूबरू होकर की जाती हैं, वहीं कई लोग पीठ पीछे दूसरे लोगों से अन्य व्यक्ति की शिकायत करते हैं। बच्चे तो अमूमन ऐसा करते ही हैं। वे घर, स्कूल, पड़ोस में परस्पर शिकायत करके बहुत खुश भी होते हैं। डर और चंचलतावश उनकी शिकायतें झूठी भी होती हैं। बच्चे तो बच्चे, बड़े भी इससे बाज नहीं आते। कार्यस्थल पर कई कर्मचारी अपने ही सहकर्मियों की झूठी शिकायतें करके अधिकारी की नजरों में श्रेष्ठ बनने की कोशिश करते रहते हैं। इन शिकायतों में द्वेष व चुगली का भाव छिपा होता है।

शिकायत का दण्ड से भी गहरा रिश्ता होता है क्योंकि शिकायत सही पायी जाने पर कसूरवार को दण्ड मिलता ही मिलता है। मिलना भी चाहिए। व्यक्ति, परिवार, समाज, राज्य, देश से लेकर अंतरराष्ट्रीय स्तर तक शिकायत का विस्तार है। राज्य एवं राष्ट्र भी एक-दूसरे की बाकायदा शिकायतें करते हैं। पहले जहाँ शिकायतें रूबरू, पत्रों या फोन द्वारा की जाती थीं, वहीं अब ईमेल

शिकायतों का सिलसिला दूँ तो छोटी-छोटी बातों से ही प्रारंभ होता है और फिर ये बड़े झगड़ों में बदल जाती हैं। इसलिए जहाँ तक संभव हो, परस्पर शिकायत करने से बचें। जरूरत पड़ने पर अपनी बात को सकारात्मक तरीके से रखें ताकि सामने वाले को वह शिकायत नहीं लगें।

और सोशल मीडिया के जरिये भी होने लगी हैं। दफ्तरों में आज भी शिकायती पत्रों से फाइलें पटी रहती हैं।

हर क्षेत्र की तरह ही यहाँ भी संतुलन बनाये रखने की बहुत जरूरत है। केवल मन की भड़ास निकालने, बदला लेने, किसी को नीचा दिखाने की भावना से किसी की शिकायत नहीं करनी चाहिए। शिकायतें सच्ची, वाजिब तथा तर्कपूर्ण होनी चाहिए और शिकायत करने से पूर्व और बीच में सामने वाले की बात अवश्य ही सुनी जानी चाहिए। क्योंकि व्यक्तिगत स्तर पर अधिकांश शिकायतें, अनुमानित, काल्पनिक, मनगढ़त और खुद के ही विचारानुकूल निकलती हैं। जब कोई हमारी झूठी शिकायत करता है तो हमें कितनी तकलीफ होती है। याद रहे दूसरे को भी उतनी ही पीड़ा होती है, जब हमारी शिकायत गलत निकलती है।

इसलिए जहाँ तक संभव हो, परस्पर शिकायत करने से बचें। जरूरत पड़ने पर अपनी बात को सकारात्मक तरीके से रखें ताकि सामने वाले को वह शिकायत नहीं लगे और वह अपनी समस्या सरलता से बता सके। यदि आपसे कोई किसी बात की शिकायत करता है तो उससे प्यार से पेश आना चाहिए क्योंकि संभव है कि उसके साथ जरूर कुछ ऐसा हुआ होगा जिसके चलते वह शिकायत करने को मजबूर हो गया हो।

हाँ, शिकायतों का एक पक्ष और भी है। कुछ लोग इसी बात से हैरान, परेशान, दुःखी रहते हैं कि उनके अपने उनसे कभी भूलकर भी शिकायत नहीं करते। वे सोचते हैं कि उनके अपनों को उनकी किसी भी अच्छी या बुरी बात से कोई फर्क ही नहीं पड़ता यानी उनसे कोई लेना-देना नहीं, अपनापन ही नहीं क्योंकि गिले-शिकवे अधिकांश अपनों से ही किये जाते हैं।

वैसे तो शिकायतों का सिलसिला बहुत पुराना व अंतहीन है। अमूमन, शिकायतों के नतीजे नकारात्मक ही होते हैं। इसलिए शिकायत करने से कुछ अच्छा हो रहा हो तो ही शिकायत करें, वरना अपना मुँह बंद ही रखें। हाँ, कभी-कभार परस्पर छोटी-छोटी दिलकश शिकायतें जरूर कर लेनी चाहिए ताकि जीवन में मधुरता के साथ-साथ कुछ नमकीन रस भी घुला-मिला रहे।

कोटा निवासी लेखिका राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में अध्यापन के साथ ही लेखन से भी जुड़ी हैं। साहित्य की विभिन्न विधाओं में इनकी कई पुस्तकें प्रकाशित हो चुकी हैं।



Feeling Comfort in Discomfort

It is always advisable not to let a mentality of living in comfort sit on our heads. We have to understand that to feel more and more comfort in our lives we should become more and more friendly with discomfort. It is easier said than done. But if we are convinced of this fact and if we want to live a life of eternal comfort no one can stop us to achieve this.

The human mind is wired in such a way that it tends to search for comfort. Comfort soothes us, it gives a feeling of success, a kind of achievement and in short term, peace of mind too! Keeping in mind this human nature, most of the scientific researches have been intended to provide comfort to human beings. Scientific development has eased our way to perform day-to-day activities irrespective of the nature of activity be it aimed for a noble purpose or otherwise.

Economic forces which dominate the present world scenario have added to this dilemma in a great deal and exploited this human nature. They spend billions of dollars in research to produce products that could reduce the physical and mental discomfort of human beings at large. Also their publicity campaigns are so designed as to make unfair

benefit from the vulnerable human nature. The brand which offers greater comfort at lesser price sales more.

The other side of the coin is that we always try to avoid discomfort because it gives us stress. It is believed that people who can afford comfort are happier and more blessed. The gap between poor and rich generally describes the level of comfort and discomfort because it is believed that without money you cannot live a life of comfort. A common man spends his whole life earning money so that he can buy comfort for him and his family.

But one has to understand whether the comfort which we acquire with money is real or it's an illusion? To get an answer to this question we have to look at the lives of the rich and the poor in the context of comfort and discomfort. The truth is that even the



In fact, comfort and discomfort are within us, these are feelings. Some situations can cause discomfort to someone but someone else may feel comfort in a similar situation. Even the same person may feel comfort with something today, but tomorrow it may cause him discomfort.

lives of the richest persons on this earth are not without discomfort. And, on the other hand, the poorest of the poor on this planet have a lot of moments in their lives when they feel great comfort. This fact provokes us to deeply look into the real sense of comfort and discomfort and how they affect the quality of our lives.

Comfort and discomfort are part and parcel of life. They are unavoidable. When we run after comfort, discomfort follows us. If we see comfort in a physical object, the absence of that object creates a feeling of discomfort, more so than the discomfort we were feeling when we had not acquired that object. And then, the comfort we find in such objects is not consistent. Its intensity also varies from time to time and there is always a chance of it becoming a cause of discomfort. So, we can conclude that money can offer us

transient and trivial comfort but does not guarantee comfort that will stay with us for long and it will not turn into a cause of discomfort.

In fact, comfort and discomfort are within us, these are feelings. Some situations can cause discomfort to someone but someone else may feel comfort in a similar situation. Even the same person may feel comfort with something today, but tomorrow it may cause him discomfort. It depends upon our mindset, our way of looking at the situation and the way we consider life as whole. It also depends upon our life goal. Some people term life as a rare chance to enjoy the material and corporeal means available in the world. They do not look beyond their present self. They never take any risk to step out of their comfort zone.

Such people do not envisage the writing on the other side of the door. The more we long for comfort, the more we become prone to discomfort, and as I have said earlier, when we run after comfort, discomfort follows us. If we become habituated to comfort in our day-to-day life, it becomes more difficult to handle the inevitable uncomfortable situations.

Sometimes, living a life of comfort becomes a status symbol. It gives satisfaction to show your wealth to the society and to the world. If you are rich and still discard comfortable living, people may term you a miser or will make mockery of you or will call you a species of another planet or suggest becoming an ascetic or yogi. Again, all this is the talk of the outer world which can never provide you comfort. If you run your life on the input of the outer world, you desist yourself from real comfort. You feel comfort only when your inner self terms it as comfort.

So, it is always advisable not to let a mentality of living in comfort sit on our heads. We have to understand that to feel more and more comfort in our lives we should become more and more friendly with



discomfort. It is easier said than done. But if we are convinced of this fact and if we want to live a life of eternal comfort no one can stop us to achieve this. Convictions shape our mindset and train our subconscious accordingly, and sticking to the track with continuous practice ultimately gifts us what we wish.

So, deep in your mind, assimilate the feelings, comfort and discomfort it gives you. If you can train yourself to feel even a little bit of comfort in uncomfortable situations and also not get carried away in the situations of comfort, you can achieve an ideal equilibrium between these two feelings. By doing this you will be training yourself for a life of eternal peace and happiness.

When it comes to tame the mind, meditation always helps, no matter what form of meditation it is. Regular practice of meditation, and especially, breathing exercises rewires our brain to get less affected by the outer world and makes mindfulness our inbuilt instinct. For centuries, meditation was regarded as a trait only great saints can acquire, but now it is available in abundance with a bunch of options. Try a couple of forms of meditation under proper guidance, select one whichever suits you and add it to your daily schedule.

Sometimes, we can also willingly opt for discomfort. By doing so, we can develop control over our stimulus resulting in a state where we can start feeling comfort in discomfort. It could be - using staircases instead of a lift, avoiding air-conditioner in a summer afternoon, using public transport and giving drivers a day off, sleeping on floor without a bed, putting your home's lights off for a couple of hours, and so on. It will be fun trying new ideas for discovering comfort in discomfort. Try it and you will feel great comfort in these otherwise uncomfortable activities.

Convictions shape our mindset and train our subconscious accordingly, and sticking to the track with continuous practice ultimately gifts us what we wish. ■■■

संकल्प से संयम का सफर

■ अलका बैद - जयपुर ■

अणुव्रत कहता है - "आकांक्षाओं को सीमित करो, साधन शुद्धि पर ध्यान दो और उपभोग का संयम करो।" हर व्यक्ति के जीवन में एक समय ऐसा आता है जो व्यक्ति के जीवन की दिशा-दृष्टि-सोच बदल देता है। मेरे जीवन में भी छापर चतुर्मास में ऐसा ही परिवर्तनकारी समय आया। यह संभव हो पाया आचार्य श्री महाश्रमण जी के आशीर्वाद से। इसके लिए प्रेरणा, मार्गदर्शन, कृपादृष्टि मिली साध्वीप्रमुखा विश्रुतविभाजी की।

एक दिन साध्वीप्रमुखाजी ने पूछा - "कितने जोड़ी कपड़े हैं तुम्हरे पास?" मैंने कहा - "300-350 जोड़ी तो हैं ही।" उन्होंने बड़ी ही सहजता से पूछा - "क्या तुम्हें इतने कपड़ों की जरूरत है?" इस प्रश्न से मेरे मन और मस्तिष्क में तरह-तरह के विचार उथल-पुथल करने लगे। धीरे-धीरे छापर चतुर्मास संपन्नता की ओर आने लगा। एक दिन साध्वीप्रमुखाजी ने पूछा - "कुछ सोचा क्या?" मैंने कहा - "सोच रही हूँ।"

17 नवंबर मेरा जन्मदिवस। मंगलपाठ सुनने और आशीर्वाद लेने गुरु चरणों में छोटी खाट पहुँची। जब साध्वीप्रमुखाजी के दर्शन किये तो उन्होंने पूछा - "कुछ संकल्प करोगी जन्मदिवस पर?" मैंने कहा - "हाँ, करा दीजिए।" "कुछ दूढ़ है संकल्प। सोच लो, एक वर्ष तक नो क्लॉद्स, नो ज्वेलरी, नो पर्स।" एक पल के लिए मैंने सोचा, फिर कहा - "करा दो संकल्प, शायद यही आपका आशीर्वाद है।"

मैंने संकल्प तो स्वीकार कर लिया, मगर मन को बश में रखना मुश्किल-सा लग रहा था। इसीलिए दो महीने तक किसी को इसके बारे में बताया भी नहीं। साध्वीप्रमुखाजी के पुनः दर्शन कर उन्हें मनःस्थिति से अवगत कराया। उन्होंने कहा - "अब सबके साथ शेयर करना चालू करो।"

धीरे-धीरे परिवार वालों व दोस्तों को अपने संकल्प के बारे में बताने लगी। मैं पहले जो समय विलासिता की वस्तुओं के बारे में सोचने और खरीददारी करने में लगाती थी, आज उसे अपने व्यक्तित्व को निखारने में लगाने लगी हूँ। सब कहूँ, आज एक उपलब्धि और सुख का अनुभव कर रही हूँ।



कदमों के निशां

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

आचार्य महाप्रज्ञ का कहना था,
“सत्य की खोज करना बड़ी बात है
और उससे भी बड़ी बात है
सत्य को क्रियान्वित करना।

अणुव्रत पुरस्कार सत्य को
क्रियान्वित करने वालों को

मिलता है। अतः मैं कह सकता हूँ
कि यह सबसे बड़ा पुरस्कार है।”

आचार्य महाश्रमण कहते हैं,
“भारत के नागरिकों में नैतिकता
के प्रति आस्था पुष्ट बने, अणुव्रत
इसी दिशा में कार्यशील है।

अणुव्रत पुरस्कार नैतिक मूल्यों के
महत्व को प्रतिपादित करने वाला
अभिक्रम है।”

वर्ष 1981 में अणुव्रत पुरस्कार की
शुरुआत की गयी। तब से 28
विभूतियों को इस पुरस्कार से
सम्मानित किया जा चुका है।
अणुव्रत पुरस्कार के अंतर्गत
प्रशस्ति पत्र, प्रतीक चिह्न और

एक लाख इक्यावन हजार रुपये
की राशि प्रदान की जाती है।
अणुव्रत पुरस्कार प्राप्त करने
वालों की जीवन गाथा से
परिचित होना मानवीय मूल्यों से
साक्षात करना है। आने वाली
पीढ़ियां इनके जीवन से प्रेरणा
लेकर स्वस्थ समाज की संरचना
की दिशा में कदम बढ़ाएं, इसी
उद्देश्य से अणुव्रत पुरस्कार से
सम्मानित विशिष्ट व्यक्तियों का
परिचय यहां क्रमशः प्रकाशित

किया जा रहा है।

अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित व्यक्तित्व

गणपत सिंह सिंघवी जन साधारण के हितों को माना सर्वोपरि



गणपत सिंह सिंघवी का जन्म 12 दिसम्बर 1948 को जोधपुर में हुआ। बचपन से ही आपने अनुशासन के सूत्र को अपनाया। 1968 में आपने जोधपुर विश्वविद्यालय से स्नातक की उपाधि प्राप्त की। 1971 में राजस्थान विश्वविद्यालय से स्वर्ण पदक के साथ एलएलबी की डिग्री लेने के बाद आपने वकालत शुरू की एवं संविधान विशेषज्ञ के रूप में पहचान बनायी।

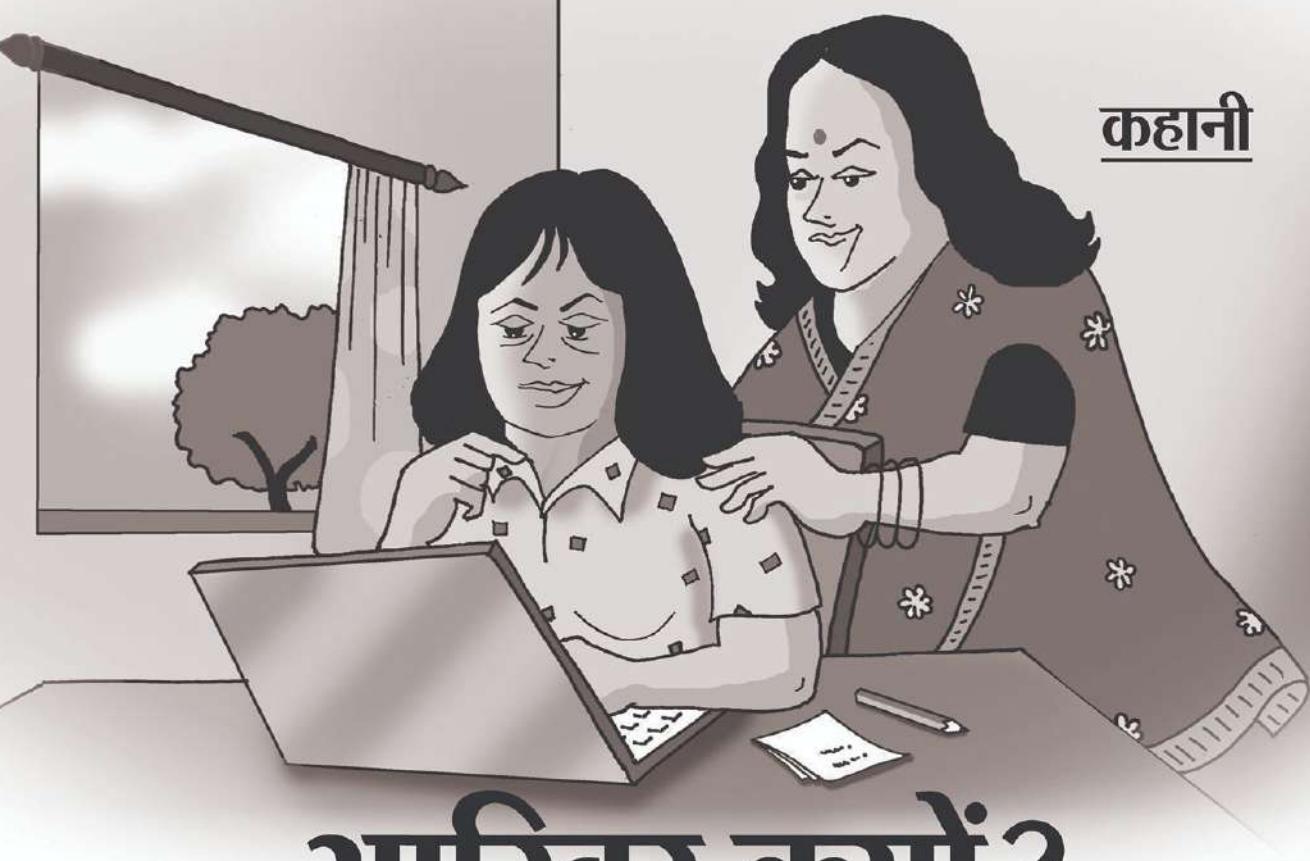
आप 20 जुलाई 1990 को राजस्थान उच्च न्यायालय के न्यायाधीश बने तथा कालान्तर में राजस्थान, पंजाब एवं हरियाणा, गुजरात तथा आंध्र प्रदेश उच्च न्यायालय के न्यायाधिपति के पद को सुशोभित किया। 27 नवंबर 2005 को आप आंध्र प्रदेश उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश के पद पर पदोन्नत हुए तथा 12 नवंबर 2007 को भारत के सर्वोच्च न्यायालय के न्यायाधिपति बने।

टू-जी स्पेक्ट्रम, धारा 377 और सरकारी वाहनों पर लाल बत्ती के प्रयोग जैसे मामलों में सुनाये गये निर्णयों से आपकी एक अलग पहचान बनी। सरकारी वाहनों पर लाल बत्ती के दुरुपयोग के मामले में सुप्रीम कोर्ट की बेंच की अध्यक्षता करते हुए जस्टिस सिंघवी ने कहा, “एक न्यायाधीश अपने निर्णयों से समाज में सम्मान पाता है, न कि उसकी गाड़ी पर लगी लाल बत्ती से।” इसके साथ ही पीठ ने सभी सरकारों को अपनी आधिकारिक कारों पर सायरन के साथ लाल बत्ती का उपयोग करने के हकदार गणमान्य व्यक्तियों की सूची को सीमित करने के लिए कदम उठाने का आदेश दिया।

6 साल से अधिक समय तक सर्वोच्च न्यायालय में न्यायाधिपति के रूप में आपके निर्णयों से आपकी सेवा भावना, पारदर्शिता, विश्वसनीयता व कार्यकौशल की झलक मिलती है। इससे जनसाधारण में न्यायालयों के प्रति निष्ठा बढ़ी। आपने नैतिकता के पथ पर चलकर अपने जीवन को सर्वोच्च शिखरों पर पहुँचाया। राष्ट्र को सशक्त बनाने की इच्छा के कारण आपने मानवीय सेवा को अपना लक्ष्य बनाया। पर्यावरण व जल संरक्षण के प्रति सदैव सजग एवं कर्मठव्यक्तित्व के रूप में आपकी पहचान बनी।

आपने अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य तुलसी एवं आचार्य महाप्रज्ञ की प्रेरणा से अणुव्रत को अपने जीवन में उतारा है। जन साधारण के हितों को सदैव सर्वोपरि मानने वाले श्री गणपत सिंह सिंघवी को ‘अणुव्रत पुरस्कार 2013’ से अलंकृत किया गया। जीवन के आठवें दशक में भी निरंतर कार्यशील रहते हुए आप कुछ-न-कुछ नया करने व सीखने की तीव्र ललक रखते हैं। आपका सरल, सौम्य एवं मृदुभाषी व्यक्तित्व नयी पीढ़ी के लिए प्रेरणादायी है।





कहानी

आखिर क्यों?

■ डॉ. मोनिका शर्मा ■

जान-बूझकर गिनती के दिनों में बनायी बेपरवाह छवि तले दबी बेटी की इस मासूमियत पर मन तरल हो आया उनका। एक बेटी के रूप में यही पीड़ा तो कभी उनके हिस्से भी थी। कहने का समय बदल गया, पर आज भी हर बेटी अपने पिता के मान को ठेस पहुँचाने वाली इसी टूटन से जूँड़ती है, आखिर क्यों?

निधि बेटा, लड़के वालों ने हाँ कह दी है। फोन आया था अभी, तुम क्या कहती हो? तेरे पापा ने उन्हें शाम को फोन करके रिश्ता पक्का करने की बात कही है।

माँ ने वर्क फ्रॉम होम में व्यस्त बिटिया के दोनों कंधों को थामते हुए कहा और बगल में रखी कुर्सी पर उसके पास ही बैठ गयीं। निधि के चेहरे पर भी खुशी की सुनहरी आभा उत्तर आयी और तपाक से पूछ बैठी - "सच माँ, उन लोगों ने रिश्ते के लिए हामी भर दी?" "हाँ रे, मेरी आत्मनिर्भर, सुंदर, संस्कारी बिटिया के लिए तो हाँ कहना ही था। अब तुम बताओ क्या जवाब दें उड़ें?" कहते हुए माँ ने उसके सिर पर स्नेह से हाथ फेरा। "हाँ ही कहना है माँ और क्या? शाम को क्यों, पापा से कहिए अभी कॉल कर दें।" इतना कहते हुए वह भी खुलकर हँस पड़ी।

नये बंधन, नये गठजोड़ की स्वीकृति का यह समाचार घर के हर सदस्य के चेहरे पर खुशी और सुकून की लाली बिखेर गया। रिश्ता पक्का हुआ उस दिन से निधि की खुशी तो बस देखते ही बनती थी। ठहरा सहमा-सा उसका बर्ताव एक मधुर रौ में बहने लगा। काफी वक्त से ओढ़ी उसकी गंभीरता की चुप्पी टूटी और वह बेपरवाह-सी घर के आँगन में चहकने लगी। हफ्ते भर से उसकी बातों और जज्बातों में जो खुशी उमड़ रही थी, वह घर के सदस्यों को हैरान करने वाली थी। माँ-पापा, भाई-बहन हों या घर के बुजुर्ग, सभी रिश्तर सोच और संयत समझ वाली लड़की का यह व्यवहार देख स्तब्ध थे।

आज तो दादीजी ने भी टोक ही दिया, ''रिश्ता ही हुआ है न...ऐसी भी क्या खुशी कि किसी का लाज-लिहाज ही नहीं?''

सगाई और शादी तो होनी ही होती है न... सब लड़कियों की होती है। इसमें अनोखा क्या है? समझा ओ अपनी बेटी को, जरा थामे खुद को। सात दिन से देख रही हूँ, घर छोड़कर जाने की खुशी उसके चेहरे से टपकी जाती है। मानो किसी जेल से रिहाई मिल रही हो। ऐसी होती हैं क्या बेटियाँ?" एक सांस में सलाह देने और सवाल करने तक, सब कह गयी दादीजी ने मुँह बनाया और लैपटॉप की स्क्रीन में झाँक रही निधि की ओर इशारा किया। माँ कहती भी क्या? वे खुद उसके बचपन से हैरान हैं। कल पड़ोस में रहने वाली मिसेज राय ने भी कह ही डाला- "जल्दी से शादी की तारीख तय कर दीजिए, लगता है आपकी बिटिया बस विदा होने के इंतजार में ही थी। यह सब सुनने के बाद माँ ने कल ही उसके पिता से भी अपनी दुविधा कह सुनायी। "आजकल के बच्चे हैं। अब माँ-बाप के घर से पहले जैसा लगाव कम और नयी जिंदगी का चाव ज्यादा दिखता है।" वे इतना भर कहकर बात टाल गये।

शाम को माँ चाय लेकर निधि के कमरे में पहुँचीं। ट्रे एक ओर रखते हुए उसके बालों को सहलाया और फीकी-सी मुस्कुराहट के साथ बेटी की ओर देखकर बोलीं- "मैं सब समझती हूँ बेटी। यह समय हर लड़की के लिए दुविधा भरा होता है। मन में खुशी भी होती है और अपना आँगन छूटने की पीड़ा भी, पर सब मन में तो नहीं झाँक सकते न बेटा?" "क्या बात है माँ?" निधि ने हैरानी से पूछते हुए अगला सवाल कर डाला- "किस बारे में बात कर रही हैं?" माँ थोड़ा सकुचाते हुए बोलीं- "वो... घर और आस-पड़ोस में सब हैरान हैं। रिश्ता पक्का होने के बाद तुम्हारी खुशी देखकर तो...!" "तो क्या माँ?" उसने फिर एक सवाल किया। माँ खिड़की से बाहर झाँकते हुए कहने लगीं, "तुम्हारा यह खुलेपन का व्यवहार सबको अजीब लग रहा है। समय बदल गया है निधि, पर सबकी सोच तो वहीं की वहीं अटकी है न। यों भी शादी-सगाई के मामले में लड़कियाँ थोड़ी शरमाती-सकुचाती ही अच्छी..."

वे अपना बाक्य पूरा कर पातीं, इससे पहले निधि ने माँ के दोनों हाथ अपने हाथों में लिये और उनकी आँखों में कहीं गहरे झाँकते हुए छोटी बच्ची की तरह सुबक उठी। फिर जरा संयत होकर बोली, "मायके का आँगन छूटने का दर्द हर बेटी के मन में होता है माँ, पर मैं रिश्ता पक्का होने से सचमुच खुश हूँ। रिश्ता स्वीकार होने भर से मेरे मन को बहुत सुख मिला है माँ।"

निधि ने माँ के हाथ जरा और मजबूती से पकड़े और बहते आँसुओं को काबू कर फीकी-सी हँसी संग बोली, "आपने इन दिनों पापा का चेहरा देखा माँ? कितना सुकून दिखता है उनके मुखमंडल पर। बस! वही सुकून मेरी शक्ल पर भी उत्तर आया है। पापा अब सबसे खिलखिला कर बात करते हैं, वही हँसी मेरी मुस्कुराहट की खनक बन गयी है माँ। अपनी बेटी का घर-बार तलाशने के लिए उनका हर रिश्तेदार से सहमकर बात करना बंद हुआ तो मेरे दिल की अनुभूतियों को खुलकर जीने की ऊर्जा मिल गयी।" इतना कहते-कहते उसकी गले तक रुकी रुलाई फिर फूटी और उसने माँ की गोद में अपना मुँह छिपा लिया। बेटी के टप-टप

रिश्ता पक्का हुआ उस दिन से निधि की खुशी तो बस देखते ही बनती थी। काफी वक्त से ओढ़ी उसकी गँभीरता की चुप्पी ढूटी और बेपरवाह-सी घर के आँगन में चहकने लगी। हफ्ते भर से उसकी बातों और जज्बातों में जो खुशी उमड़ रही थी, वह घर के सदर्यों को हैरान करने वाली थी।

गिरते आँसुओं से माँ का आँचल तो भीगा ही, अपनी लाडली के मन में मौजूद सच्चे लगाव का भाव उनकी भी आँखें नम कर गया।

माँ की साड़ी के पल्लू से अपनी डबडबायी आँखें पोछते हुए निधि ने बाहर आँगन में फोन पर बतिया रहे अपने पापा की ओर देखा। अब तक उसका मन समझ चुकी माँ को स्त्री-मन की संवेदनाओं से भरी नजर से ताकते हुए कहने लगी, "बीते पाँच साल पापा ने मेरे लिए रिश्ता खोजने में नहीं, मानो खुद को खोदेने में लगाये हैं माँ। बिटिया के लिए घर-वर मिला या नहीं? कब तक रिश्ता खोजते रहेंगे? सब कुछ मन का कहाँ मिलता है साहब? उम्र निकल गयी तो फिर? ऐसे कई सवालों के कारण सबसे कतराने लगे थे पापा। किसी भी हाल में मन की न कहने वाले पापा के मन की घुटन कितनी मुखर थी, मैं जानती हूँ माँ! पापा रिश्तेदारों के सामने आने से कतराने लगे थे। खुलकर हँसना भूल गये थे। मानो उम्र की एक लकीर को पार करने के बाद शादी लायक बेटी का पिता के घर एक दिन भी और रहना कोई जुर्म हो।"

इतना कहकर निधि ने एक नजर उस दीवार पर डाली जिस पर उसके मेडल और ट्रॉफी से सजी तस्वीरों का कोलाज टैगा था। अचानक कटु मुस्कराहट उसके चेहरे पर तैर गयी और बेचारगी से माँ की ओर देखते हुए बोली, "कैसी आत्मनिर्भर, सुंदर, संस्कारी बिटिया माँ? मेहनत से पापी काबिलियत और आपके दिये संस्कारों से संवरे व्यक्तित्व के बावजूद पापा को लड़के बालों से थके-मांदे स्वर में ही बतियाते देखा। मुझे चुनकर एहसान कर देने की खबर सुनने की उम्मीद लगाये रहने वाले उनके मन ने कितनी नाउम्मीदी झेली है न! कहाँ किसी परिवार ने हाँ भरी अब तक? अपनों ने भी कम उलाहने नहीं दिये। बुआजी ने तो कितनी बार पापा को कह सुनाया, अब अपनी निधि कौन-सी दुनिया से अलग है भाई साहब? ताऊजी का वह सवालिया आक्षेप याद है माँ? जाने कितने रिश्तेदारों के बीच पापा को कहा था कि यह तो बता लड़का पसंद न आने के ये नखरे तुम्हारी लाडली कर रही है या तुम? कैसे निःशब्द होकर कुर्सी में धृंग गये थे पापा तब।"

शिकायत की ताप से भरे दृढ़ लहजे में उठाया यह उसका सवाल माँ को भी निरुत्तर कर गया। फिर माँ के पल्लू से आँसु पोछते हुए सधे हुए, मगर भराए स्वर में कहने लगी- "हर बार किसी न



किसी परिवार से खुशामद भरा व्यवहार और बातें। जाने कौन कहीं अच्छा रिश्ता बता दे, इसी उम्मीद में लोगों की हर बात सह जाना। अपनों के तानों का हर शूल बिना शिकायत सीने में धैंस जाने देना। हमेशा से सही-गलत का अंतर कर मुखर विरोध जताने वाले पापा की भाषा देखते ही देखते अनुरोध के स्वर तक सिमट गयी। क्यों माँ? बेटी के पिता के हिस्से यह अनकहीं-सी मजबूरी क्यों आ जाती है? अपनी बेटी का रिश्ता जोड़ने के लिए पिता के मन का यूंटूना-बिखरना?

फिर गंभीरता से सोचकर बोली- "नया परिवार, नये रिश्ते, नया माहौल कैसा होगा? जीवन की नयी दिशा किस ओर ले जाएगी? मैंने तो किसी बात को लेकर कुछ सोचा ही नहीं। आगे के सफर में जिंदगी खुशनुमा मोड़ लेगी या तानों-उलाहनों का नया दौर शुरू होगा! जीवन नयी अपेक्षाओं और उपेक्षाओं के दबाव तले दब जाएगा या नये रिश्तों की नयी भूमिका में इंसानी लगाव-चाव से मेरी झोली भरेगी! सम्बन्धों के नव संसार में मेरे व्यक्तित्व को निरस्त किया जाएगा या स्वीकरण के नये समीकरण बनेंगे! यह सब तो समय ही बताएगा, पर फिलहाल तो पापा कई उलझनों से बाहर आ गये। मेरा घर-बार चुनने के लिए पापा का यों चुकते जाना... नहीं माँ... अब और नहीं। आये दिन उनके मन और मान पर होने वाली चोट बहुत दिल दुखाती थी मेरा।" कहते हुए वह फिर सुबकने लगी।

यह सब सुनकर माँ हैरान थीं। बिटिया के किसी प्रश्न का उत्तर नहीं था उनके पास। न ही अपनी लाड़ली के मन की किसी उलझन का हल सूझ रहा था। उस एक पल में उनका स्त्री-मन एक

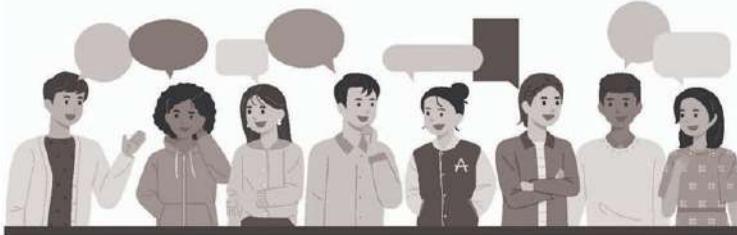
"नहीं माँ... अब और नहीं। आये दिन पापा के मन और मान पर होने वाली चोट बहुत दिल दुखाती थी मेरा।" कहते हुए बेटी फिर सुबकने लगी। यह सब सुनकर माँ हैरान थीं। उस एक पल में उनका स्त्री-मन एक दूसरी स्त्री के मन को समझने के आह्वाद से परिवृत्त था।

दूसरी स्त्री के मन को समझने के आह्वाद से परिवृत्त था। रिश्ता जोड़ने के लिए देखने-दिखाने की औपचारिकताओं और मेल-मिलाप का यह सफर उनकी बिटिया को भीतर से कितना तोड़ रहा था!

रिश्ता हो जाने की खुशी में खिलखिलाती-इठलाती बिटिया के भीतर की यह अदृश्य पीड़ा एक माँ के मन को भी कचोट गयी। जान-बूझकर गिनती के दिनों में बनायी बेपरवाह छवि तले दबी बेटी की इस मासूमियत पर मन तरल हो आया उनका। एक बेटी के रूप में यही पीड़ा तो कभी उनके हिस्से भी थी। कहने को समय बदल गया, पर आज भी हर बेटी अपने पिता के मान को ठेस पहुँचाने वाली इसी टूटन से जूझती है, आखिर क्यों?

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





परिचर्चा

‘क्या संयम में छुपा है हर समस्या का समाधान?’

जून अंक में प्रस्तुत परिचर्चा के इस विषय पर पाठकों से प्राप्त चिंतन बिंदु –

उदात्त जीवन मूल्य सम्पन्न बनाता है संयम

संयम अर्थात् चित्त को कतिपय नियमों में प्रतिबद्ध करना, जिससे स्वविवेक का जागरण हो। यह एक प्रकार से स्वानुशासन का अभ्यास है। मनुष्य अपने हर महत्वपूर्ण निर्णय की प्रक्रिया में सदैव संभ्रम की स्थिति में होता है। ऐसे में संयम की अंतःशक्ति उसे कर्म पथ पर संकल्पित करती है। यह एक प्रकार से "सार सार को गहि रहे" वाली प्रक्रिया है। मानस के शुद्धीकरण से मैत्री भाव बढ़ता है, विश्व बंधुत्व के भाव की अभिवृद्धि होती है और समता, सह अस्तित्व, समन्वय की शिक्षा मिलती है। इससे व्यक्ति प्रामाणिक, विश्वसनीय और पारदर्शी जीवनशैली की ओर अग्रसर होता है, जिससे हर समस्या का सहजता से समाधान प्राप्त हो पाता है। संयम को अपनाने से मनुष्य उदात्त जीवन मूल्य सम्पन्न होने के साथ ही मानवीय आचार संहिता में अर्पित 'राष्ट्र निधि' हो जाता है।

-डॉ. राकेश तैलंग, राजसमंद

संयम सुझाता है हर समस्या का समाधान

यदि व्यक्ति संयमित जीवनशैली को अपने जीवन का अभिन्न अंग बना ले, तो संयम समस्या को उसके निकट फटकने ही नहीं देता और यदि कोई समस्या आ भी जाती है तो संयमशील व्यक्ति उसे निष्प्रभावी बनाकर समाधान मार्ग पर चल देता है। एक शिक्षक होने के नाते कई बार स्टाफकर्मी, विद्यार्थी आदि के कारण समस्याएं आ जाती हैं। जिस व्यक्ति के कारण समस्या आयी है, मैं उसकी परिस्थिति तथा मन की अवस्था को समझने में संयम का उपयोग करती हूँ। जब हमारी भाषा, शैली, वाणी उसके प्रति मैत्रीपूर्ण और सकारात्मक होती है तो समस्या का समाधान देखते ही देखते निकल जाता है।

-डॉ. नीलम जैन, बीकानेर

संयम ने दी शक्ति, समाप्त हुआ संकट

संयम शब्द का उच्चारण करते ही मुझे स्कूल जीवन में गायी जाने वाली आचार्य तुलसी रचित प्रार्थना याद आ जाती है-

'संयममय जीवन हो...'। संयम का अर्थ है धैर्य और नियंत्रण। हम अक्सर अपने मन पर नियंत्रण की बात करते हैं। यह काम बहुत मुश्किल है, पर यदि हम खाने-पीने, वाणी, बर्ताव, भौतिक वस्तुओं के उपयोग, धन-संग्रह आदि में संयम रखना सीख लें तो मन पर नियंत्रण रखना अधिक आसान हो जाएगा। एक जमाने में मैं आर्थिक समस्याओं से जूझ रहा था, सीमित आय थी और खर्च अधिक। तब मैंने अपने शैक पर नियंत्रण रखा। जब भी खर्च करता तो संयम से काम लेता। शनैः शनैः खर्च कम हो गये तो सीमित आमदनी में भी अच्छी तरह गुजारा होने लगा। इसके साथ ही मैंने धन कमाने के लिए नैतिक मार्गों का अनुसरण किया जिससे मेरी आर्थिक तंगी दूर हो गयी। संयम ने मुझे नयी शक्ति दी।

- ताराचंद मकसाने, नवी मुंबई

जीवन की सार्थकता को प्राप्त करने का राजमार्ग

अणुव्रत का उद्घोष है - "संयमः खलु जीवनम्" अर्थात् संयम ही जीवन है। बेहतर जीवन जीने के लिए संयम का होना बहुत आवश्यक है। संयम मानव को सत्य, सादगी, प्रेम और भाईचारा के साथ जीना सिखाता है। वर्तमान समय में समस्याओं का मूल कारण है असंयम। जिस व्यक्ति के अंदर संकल्प और संयम नहीं, वह इंद्रियों का गुलाम बनकर रह जाता है। उसके भीतर क्रोध, भय, हिंसा और व्याकुलता बनी रहती है। वहीं, संयम मानव जीवन जीने की सार्थकता को प्राप्त करने का राजमार्ग है।

-लाजपतराय भाटिया, सूरतगढ़

संयम रखने वाला कभी दुःखी नहीं होता

पशु-पक्षी तक समझते हैं कि किस समय कौन-सा कार्य करना है। वहीं मनुष्य भले-बुरे की समझ होते हुए भी अनजान बनकर सारे अनैतिक कार्य करता रहता है। आज कोई सुखी नहीं है क्योंकि जीवन संयमी नहीं है। संयम का मतलब है अपनी आवश्यकता से अधिक की आशा नहीं करना। अतः सच्चे सुख की प्राप्ति के लिए संयम अमोघ अस्त्र है। इसको धारण करने वाला



कभी दुःखी नहीं हो सकता। हर समस्या का समाधान केवल और केवल संयम में है। किसी ने सच ही लिखा है-

जो संसार विषे सुख होता, तीर्थकर क्यों त्यागे।
काहे को शिव साधन करते, संजम सो अनुरागै॥
-पवन पहाड़िया, नागौर

संयम से प्रशस्त होता है सफलता का पथ

जीवन के प्रत्येक क्षेत्र व आयु के किसी भी पड़ाव पर संयमित जीवन का सदैव महत्व रहा है। एक बार प्रो. बाल्टर मशाल ने अपने विद्यार्थियों पर किये गये शोध के बाद निष्कर्ष निकाला कि वे छात्र अपने जीवन में अधिक सफल व स्थापित हुए जो संयमित और धैर्य रखने वाले थे। कई बार उतावलेपन और जल्दबाजी के कारण बिन बुलाये समस्याओं का अम्बार खड़ा हो जाता है। वहीं, संयम समस्याओं को आने नहीं देता।

-शशांक मिश्र भारती, शाहजहांपुर

संयम को साध लिया तो कुछ भी असंभव नहीं

संयम स्वयं द्वारा स्वयं के विरुद्ध एक युद्ध है। संयम का अर्थ है आत्म नियंत्रण। जिसने स्वयं पर संयम कर लिया, उसके लिए कोई भी कार्य असंभव नहीं है। संयममय तरीके से किया गया कार्य व्यवस्थित और सफल होता है। जीवन को व्यवस्थित व सफल बनाने के लिए संयम अपनाना अनिवार्य है। जिस प्रकार वाणी का संयम करने से व्यक्ति अनेक कठिनाइयों से बच जाता है, उसी प्रकार अन्य क्षेत्रों में भी संयम अपनाने से अनेक दुष्कृतियों से बचकर सुखमय जीवन जी सकता है।

-सुभाष जैन, टोहाना

संयम से आती है सहनशीलता

संयम का अर्थ है - स्वयं पर नियंत्रण। संयम से इच्छाओं एवं आवश्यकताओं पर अंकुश की क्षमता के साथ ही सहनशीलता, समता, धैर्य, क्षमा जैसे गुणों का विकास होता है। जहाँ इन गुणों का

प्रभाव है, वहाँ समस्याओं का अभाव निश्चित है। यदि गाहे-बगाहे समस्याएं उत्पन्न हो भी जाती हैं तो संयमित व्यक्ति सहनशीलता रखते हुए तनावमुक्त हो निराकरण की दिशा में कदम बढ़ाने लगता है। जब व्यक्ति तनावमुक्त होता है तो किसी भी कार्य में सफलता शीघ्र ही अर्जित कर लेता है।

-मीरा जैन, उज्जैन

जीवन के हर क्षेत्र में उपयोगी है संयम

आचार्यों ने संयम को ही जीवन की संज्ञा दी है। संयम से धर्म का आरंभ होता है। साधु पूर्ण इंद्रिय संयम का पालन करते हैं और गृहस्थ अपनी भूमिका और शक्ति के अनुसार संयम के नियम की पालना करते हैं। जीवन और समाज का अनुशासन संयम के द्वारा ही चलता है। यदि संयम का नियमपूर्वक पालन किया जाये तो शारीरिक बीमारियों से बचा जा सकता है। संयम, जीवन के हर क्षेत्र में उपयोगी है।

-गौरीशंकर वैश्य विनम्र, लखनऊ

संयम से अच्छा बनता है समाज

जब हमारा मन किसी व्यक्ति या वस्तु की ओर आकर्षित होता है, उस स्थिति में सही राह को चुनना ही संयम है। जो अपने मन के भीतर उमड़ने वाले भावों को संयमित कर लेता है, वह जीवन का लक्ष्य प्राप्त कर लेता है और लक्ष्य निर्धारित होते ही सारे संकट बैने प्रतीत होने लगते हैं। ईर्ष्या, द्वेष, लोभ, क्रोध का शमन भी संयम के द्वारा संभव हो जाता है। आहार-विहार में संयम को अंगीकार करके हम स्वस्थ रह सकते हैं, सुखमय जीवन बिता सकते हैं। हम खुश रहेंगे तो हमारे घर-परिवार में, हमारे आस-पड़ोस में भी खुशहाली रहेगी। खुशहाल व्यक्ति अपने जीवन को संयमित कर एक अच्छे समाज का निर्माण करने में सहभागी बनने के साथ ही समाज को सही दिशा प्रदान कर सकता है।

-बबीता अग्रवाल, गुवाहाटी

अगले अंक का विषय

परिंचर्चा

समाज निर्माण में सिविल सोसायटी की भूमिका

दुनिया के हर कोने में ऐसे सामाजिक संस्थान और कार्यकर्ता सक्रिय हैं जो सामाजिक सरोकारों से जुड़े मुद्दों पर काम करते हैं। आजकल व्यापक सन्दर्भ में इन्हें 'सिविल सोसायटी' के रूप में पहचाना जाता है। यह एक ऐसा मंच होता है जहाँ संवेदनशील व्यक्ति समाज के प्रति अपने कर्तव्यों को समझते हुए सकारात्मक बदलाव का प्रयास करते हैं। सिविल सोसायटी सामाजिक ताने-बाने को संवारने में रचनात्मक भूमिका निभाती है। क्या हैं इस सन्दर्भ में आपके विचार और अनुभव?

"समाज निर्माण में सिविल सोसायटी की भूमिका" इस विषय पर सुधी पाठकों के विचार सादर आमंत्रित हैं। अपने विचार हमें 200 शब्दों में 31 जुलाई तक 9116634512 पर व्हाट्सएप के माध्यम से भेजें। चयनित विचार सितम्बर अंक में प्रकाशित किये जाएंगे।



युग प्रधान अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी एवं धवल सेना का मुंबई पधारने पर हार्दिक अभिनंदन.. अभिवंदन

ज्वेलर्स शॉप इंश्योरेंस



लाईफ इंश्योरेंस



कैशलेस मेडीक्लेम



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

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

इंश्योरेंस टिप्स

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

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

**Legacy of
39
Years**

**25000
HAPPY
CUSTOMERS
INDIA & ABROAD**

**11000
Claims
Solved**

**300
National &
International
Awards**

वर्ष 2020-21 में हमने 50+ करोड़ की वैल्यू के क्लेम सैटल किए हैं जिसमें पॉलीसी है
ज्वेलर्स ब्लॉक, लाईफ इन्शुरेन्स, मेडीक्लेम, फायर एवं वर्गलरी।



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



One Stop Insurance Solution in India !

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



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

Contact Details :

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





अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्ष

अणुव्रत अमृत महोत्सव

21 फरवरी 2023 से 12 मार्च 2024

प्रत्येक मंगलवार : संयम दिवस

प्रत्येक मंगलवार अर्थात् "संयम दिवस" संयम के अभ्यास का दिन है। मुख्यतः तीन संकल्प इस दिन के लिए निर्धारित हैं। संयम के प्रति हमारी यह जागरुकता हमारे आचार, विचार और व्यवहार में संयम को अभिन्न हिस्से के रूप में शामिल करने में मददगार सिद्ध होगी। संयम दिवस के ये तीन संकल्प हैं -

1. एक घण्टा मौन साधना करूँगा/करूँगी।
2. नशे से मुक्त रहूँगा/रहूँगी।
3. मांसाहार नहीं करूँगा/करूँगी।

संयम अभ्यास के सुझाव

संयम को हमारे दैनंदिन जीवन का हिस्सा बनाने के लिए हम अपने विवेक से, अपनी रुचि अनुरूप छोटे-छोटे व्रत संयम दिवस के लिए निर्धारित कर सकते हैं। ये व्रत हमारे जीवन को श्रेष्ठता के नये पायदान ढड़ने का आधार बन सकते हैं। सुझाव स्वरूप प्रस्तुत हैं कुछ सूत्र -

- किसी प्राणी को अपने आमोद-प्रमोद के लिए न सताना।
- प्राणियों का वध करके बनायी गयी प्रसाधन सामग्री का उपयोग न करना।
- संयत भाषा में बात करना, गाली-गलौज या अपशब्दों का प्रयोग न करना।
- गुस्सा न करना। गुस्सा आये तो कुछ क्षणों के लिए मौन का अभ्यास करना।
- सुबह उठने के बाद और रात्रि को सोने से पहले महाप्राण ध्वनि का प्रयोग करना।
- किसी के साथ दुर्व्यवहार न करना, हो जाये तो क्षमा माँगना।
- कम से कम 15 मिनट ध्यान का अभ्यास करना।
- सुबह या रात को सोने से पहले कम से कम 15 मिनट सत्साहित्य पढ़ना।
- वीडियो गेम्स न खेलना।
- सोशल मीडिया पर सक्रिय न रहना।
- झूठ बोलने से बचना।
- स्नान, ब्रश और शोविंग आदि करते समय पानी का उपयोग कम से कम करना।
- एक किलोमीटर की दूरी के लिए वाहन का उपयोग न करना।
- भोजन जूठा न छोड़ना।
- फास्ट फूड न खाना।

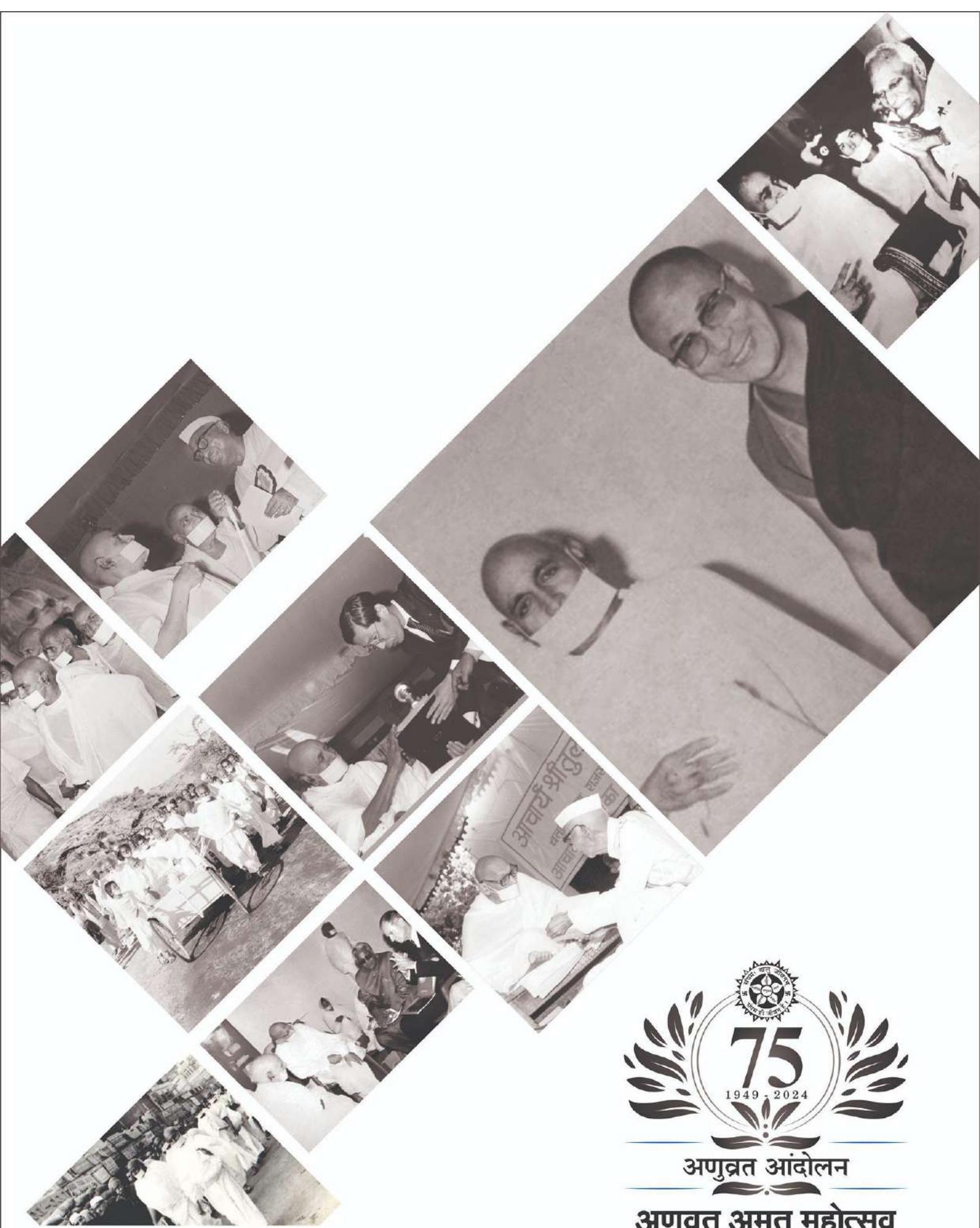


गौरवशाली अतीत के झरोखे से...

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

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





अनुग्रह आंदोलन

अनुग्रह अमृत महोत्सव



अनुग्रह | जुलाई 2023 | 36

पहला अन्तरराष्ट्रीय अहिंसा और विश्व शान्ति सम्मेलन

जैन विश्व भारती के बाह्य और आभ्यन्तर स्वरूप तथा उसके कार्यों से सन्तुष्ट होकर आचार्य श्री तुलसी ने अणुव्रत विश्व भारती के कार्यकर्ताओं को निर्देश दिया कि विश्वस्तरीय युगीन समस्याओं के समाधान का कोई उपक्रम यहां किया जा सकता है। यह बीसवीं सदी के उत्तरार्द्ध का काल था। पूरी दुनिया हिंसा और आतंकवाद की समस्या से जूझ रही थी। अणु आयुधों से संत्रस्त और आतंकवाद से पीड़ित मानव जाति अहिंसा और शान्ति के महत्व को समझे तथा अहिंसक शक्तियों को जागृत कर हिंसा को चुनौती दे, यह आचार्य श्री तुलसी का उद्देश्य था।

इसी महान उद्देश्य की सम्पूर्ति के लिए अन्तरराष्ट्रीय स्तर पर एक सम्मेलन आयोजित करने की कल्पना की गयी। अणुविभा, राजसमंद ने इस कार्य को हाथ में लिया। संस्था के अध्यक्ष मोतीलालजी रांका और सोहनलालजी गांधी ने विदेशी लोगों से सम्पर्क स्थापित किया। इस दिशा में उन्हें आशातीत सफलता मिली। देश-विदेश के विशिष्ट व्यक्तियों के चिन्तन ने उनको प्रोत्साहित किया। फलत: जैन विश्व भारती के प्रांगण में 5, 6, 7 दिसम्बर 1988 को तीन दिवसीय अहिंसा और विश्व शान्ति सम्मेलन निर्णीत कर लिया गया।

सम्मेलन का उद्घाटन सत्र

आचार्य श्री तुलसी के सान्त्रिध्य में 5 दिसम्बर को प्रातः ग्यारह बजे अन्तरराष्ट्रीय सम्मेलन का शुभारम्भ हुआ। सम्मेलन में रूस, अमेरिका, बांग्लादेश, ऑस्ट्रेलिया, जापान, कनाडा, ब्रिटेन, स्वीडन, थाईलैण्ड, हॉलैण्ड आदि अनेक देशों के 100 से अधिक प्रतिनिधि उपस्थित थे। ये सारे प्रतिनिधि अहिंसा और शान्ति के क्षेत्र में काम करने वाली संस्थाओं से सम्बन्धित थे। साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा जी और युवाचार्य महाप्रज्ञ जी के वक्तव्य हुए। रूस, जापान और बहाई सम्प्रदाय के प्रतिनिधियों ने अहिंसा के बारे में विचार प्रस्तुत किये। युवाचार्य महाप्रज्ञ जी ने अपने वक्तव्य में आध्यात्मिक-वैज्ञानिक व्यक्तित्व के निर्माण की दृष्टि से तीन बिन्दु प्रस्तुत किये- 1. प्रवृत्ति और निवृत्ति का संतुलन 2. अनुकर्मी और परानुकर्मी तंत्र का संतुलन 3. मस्तिष्क के दाएं और बाएं पटल का संतुलन

आचार्य श्री तुलसी ने अपने प्रवचन में अहिंसा के आधारभूत तत्त्वों की चर्चा की। उन्होंने कहा कि अहिंसा और विश्व शान्ति की दिशा में काम करने वालों को इन तत्त्वों का बोध होना ही चाहिए। प्रस्तुत सन्दर्भ में आचार्य श्री तुलसी के चिन्तन का निष्कर्ष इस प्रकार है-

हम सब मनुष्य हैं। मनुष्य में विवेक चेतना जागृत होती है। लोभ, स्वार्थ आदि कारणों से उस विवेक चेतना पर मूर्छा का आवरण आता है। उस आवरण को हटाया जा सकता है। जातीय, साम्प्रदायिक और राष्ट्रीय भेद-रेखाओं के नीचे जो अभेद है, मौलिक एकता है, उसका अनुभव किया जा सकता है। मनुष्य में अच्छाई के बीज हैं, उन्हें अंकुरित किया जा सकता है।

अन्तरराष्ट्रीय अणुव्रत पुरस्कार

6 दिसम्बर। अन्तरराष्ट्रीय कॉफेंस का दूसरा दिन। कार्यक्रम का मुख्य आकर्षण था अन्तरराष्ट्रीय अणुव्रत पुरस्कार। सन् 1987 का पुरस्कार हवाई यूनिवर्सिटी (अमेरिका) के प्रोफेसर ग्लेन डी. पेज को दिया गया। सन् 1988 के पुरस्कार के लिए सोका गकाई इन्टरनेशनल जापान के अध्यक्ष देसाकु इकेड़ा के नाम की घोषणा की गयी। अहिंसा के क्षेत्र में काम करने वाली इस संस्था का सम्बन्ध विश्व के सौ से अधिक राष्ट्रों के साथ है। श्री इकेड़ा को इस सन्दर्भ में पहले भी अनेक पुरस्कार मिल चुके थे।

आर.पी. भट्टनागर ने अन्तरराष्ट्रीय पुरस्कार के साथ दिये जाने वाले सम्मान-पत्र का वाचन किया। राजस्थान के राज्यपाल श्री सुखदेव प्रसाद ने श्री इकेड़ा के प्रतिनिधि योइची छातो को सम्मान पत्र तथा पुरस्कार प्रदान किया। उन्होंने अपने अभिभाषण में सम्मेलन को आशा की एक किरण के रूप में निरूपित किया। श्री इकेड़ा पुरस्कार लेने के लिए भारत आ रहे थे, किन्तु जापान के समाट अचानक गंभीर रूप से अस्वस्थ हो गये। उन्होंने अपने प्रतिनिधि के रूप में छातो को भेजा। छातो ने इकेड़ा के लिखित विचार पढ़कर सुनाये।





आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "वर्तमान युग में अहिंसा, प्रेम और शान्ति की बहुत अपेक्षा है क्योंकि आज मनुष्य जाति, वर्ण, रंग, सम्प्रदाय आदि में विभक्त होता जा रहा है। अणुव्रत इन दीवारों को तोड़ने में सक्रिय है। अणुब्रम जितना खतरनाक है, अणुव्रत उतना ही बड़ा सुरक्षा कवच है। अहिंसा के क्षेत्र में काम करने वाली सभी संस्थाएं एकजुट होकर शक्तिशाली बनें और अशान्त विश्व को शान्ति का मार्ग दिखाएं।"



सम्मेलन में उपस्थित विशिष्ट अतिथियों, प्रतिनिधियों और जनता को सम्बोधित करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "विश्व शान्ति की दिशा में यह महत्वपूर्ण उपक्रम एक छोटे-से कर्से लाडनूं में हो रहा है। कसबा छोटा है, पर यहां से उठने वाला सशक्त स्वर समूचे विश्व को प्रभावित करेगा, हमारा ऐसा विश्वास है। वर्तमान युग में अहिंसा, प्रेम और शान्ति की बहुत अपेक्षा है क्योंकि आज मनुष्य जाति, वर्ण, रंग, सम्प्रदाय आदि में विभक्त होता जा रहा है। अणुव्रत इन दीवारों को तोड़ने में सक्रिय है। अणुब्रम जितना खतरनाक है, अणुव्रत उतना ही बड़ा सुरक्षा कवच है। अहिंसा के क्षेत्र में काम करने वाली सभी संस्थाएं एकजुट होकर शक्तिशाली बनें और अशान्त विश्व को शान्ति का मार्ग दिखाएं।"

7 दिसम्बर को सम्मेलन के समापन सत्र में अनेक प्रतिनिधियों ने विचार व्यक्त किये। सम्मेलन उत्साहपूर्ण वातावरण में सम्पन्न हुआ। चौदह देशों के प्रतिनिधि आये। अच्छी धूमधाम रही। कई गोष्ठियां हुईं। अणुव्रत विश्व भारती और जैन विश्व भारती, दोनों के कार्यकर्ताओं को कड़ा परिश्रम करना पड़ा। मोतीलालजी रांका, सोहनलालजी गांधी और आर.पी. भट्टनागर तीनों ने खूब श्रम किया।

दूसरा अन्तरराष्ट्रीय अहिंसा शान्ति सम्मेलन

17 से 21 फरवरी 1991 तक राजसमंद में अणुव्रत विश्व भारती के 'विश्व शान्ति निलयम्' के प्रांगण में द्वितीय अन्तरराष्ट्रीय अहिंसा शान्ति सम्मेलन का आयोजन था। सबसे पहले सन् 1988 में जैन विश्व भारती में पहला अन्तरराष्ट्रीय सम्मेलन हुआ था। राजसमंद में आयोजित इस सम्मेलन में चौदह संस्थाएं सहआयोजक के रूप में सम्मिलित थीं। विश्व के पच्चीस देशों के चौंसठ एवं भारत के साठ प्रतिनिधियों ने इस सम्मेलन में भाग लिया। यू.एन.ओ. की ओर से भारत स्थित उसके सूचना केन्द्र के निदेशक तथा यूनेस्को की ओर से उसके मध्य एशिया के निदेशक ने विश्व के संगठनों का अधिकृत रूप से प्रतिनिधित्व किया। पंचदिवसीय सम्मेलन की बीस गोष्ठियों में देश-विदेश से समागम साठ प्रतिनिधियों ने अपने-अपने पत्रों का वाचन किया। अहिंसा के परिप्रेक्ष्य में अनेक विषयों पर कार्यशाला व सामूहिक चर्चा में संभागियों ने अच्छा रस लिया। लगातार पाँच दिन तक दिव्य कार्यक्रम चले।

राजसमंद घोषणा पत्र

पाँच दिन के चिन्तन-मंथन के पश्चात् सम्मेलन में ही गठित एक विशेष समिति ने 'घोषणा पत्र' तैयार किया। उसे 'राजसमंद घोषणा पत्र' का नाम दिया गया। इस घोषणा पत्र में विशेष रूप से इस बात पर बल दिया गया कि विश्वभर में शिक्षा के साथ अहिंसा प्रशिक्षण को शामिल किया जाये। यह भी निर्णय लिया गया कि घोषणा पत्र यूनेस्को द्वारा विश्व के सभी देशों में भेजा जाएगा। हर देश की भाषा में उसका अनुवाद भी कराया जाएगा। खाड़ी युद्ध बन्द हो, इस दृष्टि से सम्मेलन में सामूहिक ध्यान के माध्यम से भाव-तरंगों का प्रसारण किया गया। चिन्तन गोष्ठियों के अतिरिक्त प्रेक्षाध्यान के विविध प्रयोग कराये गये। प्रशिक्षण का क्रम भी चला। इन कार्यक्रमों को प्रतिनिधियों ने बहुत पसन्द किया। कुछ प्रतिनिधियों का चिन्तन था कि आचार्य श्री तुलसी के सान्निध्य में पूरे विश्व के धर्मनायकों का एक विश्व शान्ति सम्मेलन आयोजित हो। उन्होंने इसके लिए प्रयत्न भी शुरू कर दिया। स्लोवेनिया के राष्ट्रपति के परामर्शक इस सम्मेलन में उपस्थित थे। उन्होंने अपने सम्पूर्ण राज्य को अहिंसक संरचना का रूप देने के लिए विशेष प्रशिक्षण की व्यवस्था करने का अनुरोध किया। इसी प्रकार विभिन्न देशों में प्रेक्षाध्यान को व्यापक बनाने के लिए कुछ योजनाएं प्रस्तुत की गयीं।

अणुव्रत जीवनशैली का प्रशिक्षण हो

21 फरवरी को सम्मेलन का समापन समारोह था। उसमें डॉ. केरोल, डॉ. हर्मन (यू.एस.ए.), सुश्री अमिता (यू.के.), जॉन फिलेंडर (स्वीडन) आदि प्रतिनिधियों ने अहिंसा के क्षेत्र में काम करने का संकल्प व्यक्त किया। बम्बई से समागम डॉ.



जकारिया ने कहा- "मैंने मक्का, रूस, पाकिस्तान आदि कई देशों की इस्लामिक कॉन्फ्रेंस में भाग लिया है। किन्तु यहां आकर मुझे जो खुशी मिली, वैसी और कहीं नहीं मिली।"

समारोह के अध्यक्ष हिन्दी बिल्ट्‌ज के सम्पादक श्री नन्दकिशोर नौटियाल ने कहा- "यह भी एक संयोग है कि विश्व के एक हिस्से में भयंकर युद्ध हो रहा है और दूसरे हिस्से में अहिंसा एवं शान्ति का प्रशिक्षण दिया जा रहा है। मैं यहां उपस्थित प्रतिनिधियों से कहना चाहता हूँ कि वे राजसमंद घोषणा पत्र के आधार पर एक ऐसा मानव समाज बनाएं, जो सत्य और अहिंसा का मूर्त रूप हो।"

आचार्य श्री तुलसी ने अपने उद्बोधन में कहा - "मैं चाहता हूँ कि सम्प्रदायविहीन धर्म की सृष्टि हो। धर्म के नाम पर सम्प्रदायिक विद्वेष न फैले। यदि धर्म सम्प्रदायमुक्त होगा तो धर्म के नाम पर कभी युद्ध नहीं होगा। अणुव्रत ऐसा ही धर्म है। मानवीय एकता ही अणुव्रत का उद्देश्य है। मैं सभी प्रतिनिधियों से कहना चाहता हूँ कि वे अणुव्रत की जीवनशैली का प्रशिक्षण लें और सही अर्थ में शान्ति का अनुभव करें।" सम्मेलन के दौरान आचार्य श्री तुलसी का प्रवास साधना शिखर में हुआ। कॉन्फ्रेंस अणुविभा की ऊपरवाली मंजिल पर हुई। वहां का दृश्य इतना सुन्दर था कि देखते ही बनता था। देशी-विदेशी सब लोग प्रसन्न थे। कार्यक्रम की सम्पन्नता के बाद आचार्य श्री सब जगह घूमे। ऊपर-नीचे सब कुछ देखा। कई चीजें निर्माणाधीन थीं। अणुविभा के महामंत्री मोहन भाई ने आचार्य श्री को वहाँ चल रहे विकास कार्यों की अवगति दी। परिसर के अवलोकन के पश्चात् आचार्य श्री ने कहा कि काम पूरा होने के बाद अणुविभा का सौन्दर्य और ज्यादा निखरेगा, ऐसा प्रतीत होता है।

संयुक्त राष्ट्रसंघ के मुख्यालय में

राजसमन्द सम्मेलन के पश्चात् सम्मेलन के संयोजक तथा अणुविभा के मंत्री सोहनलालजी गांधी आदि कार्यकर्ताओं का एक शिष्टमंडल संयुक्त राष्ट्रसंघ के न्यूयार्क स्थित मुख्यालय में सचिवालय के अधिकारी श्री वासवर्न से मिला। शिष्टमंडल ने राजसमन्द घोषणा पत्र की एक प्रति उन्हें भेट की। श्री वासवर्न ने कहा- "संयुक्त राष्ट्रसंघ के महासचिव श्री पेरेज डी क्लेयर यूरोप की यात्रा पर हैं। उनके निर्देश से यह घोषणा पत्र हम ग्रहण कर रहे हैं।" सोहनजी गांधी ने आचार्य श्री तुलसी के सान्निध्य में चलने वाली प्रवृत्तियों की जानकारी दी तो श्री वासवर्न बोले- "मैं आचार्य तुलसी को बीसवीं सदी का दूसरा गांधी मानता हूँ। वे अणुव्रत के द्वारा अहिंसा को प्रतिष्ठित करने का काम कर रहे हैं।"

दलाई लामा जैन विश्व भारती में

25 नवम्बर 1992। विक्रम संवत् 2042। सायंकाल का समय। विश्व शान्ति के लिए नोबेल पुरस्कार से सम्मानित बौद्ध धर्मगुरु श्री दलाई लामा का जैन विश्व भारती, लाडनुं में आगमन। रातभर वे विश्राम में रहे। दूसरे दिन प्रातःकाल आचार्य श्री तुलसी से बड़ी ही आत्मीयता से मिले। एकान्त वार्तालाप में दिल खोलकर बातचीत की। विश्व में बढ़ती हुई हिंसा को कैसे रोका जा सकता है? नैतिक मूल्यों को लोकजीवन में प्रतिष्ठित कैसे किया जा सकता है? ये चर्चा के मुख्य बिन्दु रहे।

मन्दिर और मस्जिद की समस्या पर हुई चर्चा के बाद श्री दलाई लामा ने कहा- "ये समस्याएं सरकार के द्वारा नहीं, आध्यात्मिक शक्ति के माध्यम से हल हो सकती हैं। आप यह कार्य सुगमतापूर्वक कर सकते हैं, क्योंकि हिन्दू व मुसलमान, दोनों आपकी बात मान लेंगे। आप तटस्थ हैं।"

दलाई लामा को विद्या मनीषी की उपाधि

26 नवम्बर 1992, गुरुवार। सुधर्मा सभा में समायोजित कार्यक्रम में विश्वविद्यालय का लोकार्पण हुआ। श्री दलाई लामा को जैन विश्व भारती विश्वविद्यालय की ओर से 'विद्या मनीषी' की उपाधि प्रदान की गयी। सुधर्मा सभा खचाखच भरी थी। नमस्कार महामंत्र के बाद सोहनजी गांधी का संयोजकीय वक्तव्य हुआ। जैन विश्व भारती के अध्यक्ष श्रीचन्द्र

बैंगानी ने अतिथियों का स्वागत किया। पूर्व अध्यक्ष गुलाबचन्दजी चिण्डालिया ने जैन विश्व भारती मान्य विश्वविद्यालय के लोकार्पण की अवगति दी। साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा ने अपने वक्तव्य में कहा- "आज श्रमण संस्कृति की दो धाराओं का संगम हो रहा है। करुणापूरित वित्त से उठने वाली ये उर्मियां हिंसा से धधकते विश्व को शीतल बनाएंगी, लोक जीवन को नयी दिशा देंगी, मन के अंदरों को रोशनी में परिणत करेंगी और अहिंसा के स्वर बुलन्द करेंगी, ऐसा विश्वास है।"

युवाचार्य महाप्रज्ञ ने अपने अभिभाषण में कहा- "विश्व में जब हिंसक वारदातें, और संघर्ष आदि होते हैं, तब सब ओर से चिन्ता व्यक्त की जाती है तथा उसे रोकने के प्रयत्न भी होते हैं, पर संघर्ष के मूल बीज की ओर हमारी दृष्टि नहीं जाती। इसलिए मुख्य गौण और गौण मुख्य हो जाता है। शिक्षा के क्षेत्र में अहिंसा की उपेक्षा हुई है, अतः हिंसा को बढ़ावा मिल रहा है। आज के सन्दर्भ में अपेक्षा है कि स्ट्रगल फॉर सर्वाइव - जीवन के लिए संघर्ष - के स्थान पर महावीर के सूत्र परस्परोपग्रहो जीवानाम् को अमली जामा पहनाया जाये। समस्या का समाधान इसी से हो सकता है।"

जैन विश्व भारती मान्य विश्वविद्यालय के कुलाधिपति श्रीचन्द्र रामपुरिया ने श्री दलाई लामा को संस्थान की सर्वोच्च उपाधि 'विद्या मनीषी' (डॉक्टर ऑफ फिलोसॉफी के समकक्ष) से अलंकृत किया। संस्थान के कुलपति रामजी सिंह ने श्री दलाई लामा का परिचय प्रस्तुत किया।

श्री दलाई लामा ने अपने अभिभाषण में कहा- "भारत ही दुनिया का ऐसा देश है, जहां अनेक धर्म, दर्शन और सिद्धान्त होते हुए भी सभी का यथेष्ट सम्मान है और सभी धर्मों से आपसी सङ्घाव व मैत्री की शिक्षा मिलती है। कोई भी धर्म और सिद्धान्त आपस में लड़ना नहीं सिखाते। फिर क्यों हम आपस में लड़ने के लिए लालायित रहते हैं, जबकि धर्म और दर्शन तो इंसान की भलाई के लिए होते हैं।"

श्री दलाई लामा ने भारत की जनता व सरकार के प्रति आभार ज्ञापित करते हुए कहा- "भारत ने बारह लाख निर्वासित तिब्बतियों को जगह दी और उनकी जीवनचर्या चलाने की व्यवस्था की। इसलिए हम आभारी हैं इस पवित्र माटी के। मेरा अधिकांश आध्यात्मिक जीवन यहीं व्यतीत हुआ है, इसलिए इस भूमि के प्रति हमारे मन में अतिरिक्त श्रद्धाभाव है।"

हवाई विश्वविद्यालय के डॉ. ग्लेन डी. पेज, मार्टिन लूथर किंग संस्थान, न्यूयार्क के डॉ. बर्नाड लफाए, एसोसिएट्स किंग्स सेंटर, जार्जिया के प्रोफेसर चार्ल्स एलफीन, संयुक्त राष्ट्रसंघ के शान्ति प्रतिनिधि डॉ. जोहान्स, संगठन की प्रमुख कुमारी रोबिन लुडविन और गुजरात विद्यापीठ के कुलपति डॉ. रामलाल पारीक ने विश्व में बढ़ रहे हिंसा के वातावरण को लेकर चिन्ता प्रकट की तथा अहिंसा के माध्यम से समाधान पाने की हिदायतें भी दीं।

उपस्थित जनसमूह को सम्बोधित करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने कहा- "अहिंसा जीवन की सबसे बड़ी कला है। इसके बिना मानव जीवन को कल्याणकारी नहीं बनाया जा सकता। यह सत्य है कि अध्यात्म के बिना नैतिक चेतना का विकास नहीं हो सकता। इसलिए आज शिक्षा की अवधारणा पर पुनः विचार करने की अपेक्षा है। शिक्षा अज्ञान से ज्ञान की ओर, अन्धकार से प्रकाश की ओर ले जाने तथा चरित्र निर्माण की दिशा प्रशस्त करने के लिए है, पर आज शिक्षा जीवन निर्माण के स्थान पर जीविका निर्माण का साधन बन गयी है। चरित्र निर्माण की बात लोग भूल गये हैं। मान्य विश्वविद्यालय प्राचीन तक्षशिला और नालन्दा की परम्परा को पुनरुज्जीवित करेगा तथा मूल्यपरक शिक्षा का मुख्यालय बनेगा। इसका लोकार्पण एक धर्मनेता के द्वारा हुआ है। यह और भी महत्व की बात है। यह मान्य विश्वविद्यालय प्रयोगों की आधारभूमि बनेगा, ऐसा हमारा विश्वास है।"

तीसरा अन्तरराष्ट्रीय विश्व शान्ति और अहिंसा सम्मेलन

17 दिसम्बर 1995 को तीसरा अन्तरराष्ट्रीय विश्व शांति और अहिंसा सम्मेलन शुरू हुआ। प्रथम दिन का विषय था - 'मानव, प्रकृति एवं पर्यावरण के बीच सामंजस्य तथा



सन्तुलन।' अन्तरराष्ट्रीय सम्मेलन आयोजन समिति के महासचिव सोहनजी गांधी ने सम्पूर्ण कार्यक्रम की रूपरेखा प्रस्तुत की। सम्मेलन के मुख्य अध्यक्ष गुलाबचन्दजी चिंडालिया ने सम्मेलन के उद्देश्यों पर प्रकाश डाला। समिति के अतिथि संयुक्त राष्ट्र संघ के उपमहासचिव श्री जोसेफ वर्नर रीड, संयुक्त राष्ट्र संघ के निःशस्त्रीकरण विशेषज्ञ श्री मैनफ्रिड नोएटजर, रोयल नेपाल अकादमी के कुलपति श्री मदनमणि दीक्षित और आचार्य महाप्रज्ञ के वक्तव्य हुए।

संयुक्त राष्ट्र संघ के उपमहासचिव ने अपने वक्तव्य में कहा- "आपके सान्निध्य में आयोजित इस सम्मेलन में आकर मुझे गौरव का अनुभव हो रहा है। क्योंकि इस सभा में हृदय और मरित्तष्क, दोनों का समन्वय दिखायी दे रहा है। मैं यहाँ संयुक्त राष्ट्र संघ के महासचिव श्री बुतरस घाली का प्रतिनिधित्व करने आया हूँ। मैं भारत में व्यक्तिगत तथा सरकारी स्तर पर पहले भी अनेक बार आ चुका हूँ। मैंने यहाँ बहुत कुछ सीखा है और यहाँ से बहुत कुछ पाया भी है। आज संसार के अनेक राष्ट्र भारत की ओर लोकतंत्र का मसीहा होने की आशा से देख रहे हैं। ऐसी स्थिति में लाडनूँ में विश्व शान्ति और अहिंसा सम्मेलन का आयोजन अपने आपमें बहुत महत्वपूर्ण है। इस सम्मेलन में चिन्तकों को एक नया मार्गदर्शन मिलेगा।" श्री जोसेफ ने महासचिव बुतरस घाली द्वारा प्रदत्त सन्देश पढ़कर सुनाया।

व्यक्ति और विश्व की शान्ति है सापेक्ष

इस अवसर पर आचार्य श्री तुलसी का प्रवचन हुआ। उसके कुछ अंश इस प्रकार हैं- "अहिंसा और शान्ति दो शब्द हैं किन्तु इनका तात्पर्य एक है। प्रत्येक व्यक्ति के मन की शान्ति और विश्व शान्ति, दोनों में एकात्मकता है। इसलिए हम एक व्यक्ति की शान्ति पर विचार करें तो उसका अर्थ होगा कि हम विश्व शान्ति पर विचार कर रहे हैं और विश्व शान्ति पर विचार करने का अर्थ है कि प्रत्येक व्यक्ति की शान्ति पर विचार कर रहे हैं। मनुष्य में ज्ञान और कर्मजा शक्ति का विकास सर्वाधिक है। फिर भी पर्यावरण की दृष्टि से उसकी श्रेष्ठता प्रमाणित नहीं होती। दूसरों के अस्तित्व को खतरा पहुँचाने वाली मनोदशा को श्रेष्ठता का प्रमाणपत्र कभी नहीं दिया जा सकता। मनोरंजन, प्रसाधन, इन्द्रियजनित सुख और सुविधा के लिए जितनी हिंसा हो रही है, उसका चतुर्थांश भी आशयकता पूर्ति के लिए नहीं होता। गहरे में उत्तरने पर पता चलता है कि मनुष्य के मरित्तष्क में जो करुणा की परत है, उसके पीछे कूरता की परत छिपी है। करुणा की परत कूरता की परत से ज्यादा प्रभावित है। जहां अपने सुख-सुविधा में कोई कमी नहीं आती, वहां मनुष्य प्रकृति के साथ जीने का अभिनय करता है। थोड़ी-सी कठिनाई आने पर उसकी कूरता प्रकृति अथवा पर्यावरण को कुचलने के लिए तत्पर हो जाती है। करुणा को प्रभावी बनाये बिना हम प्रकृति के साथ कभी भी न्याय नहीं कर सकते। वर्तमान शिक्षा प्रणाली में मरित्तष्क के उस भाग को नहीं छुआ जा रहा है, जो दूसरों के अस्तित्व के प्रति जागरूक है। जागरूकता के अभाव में पर्यावरण के प्रदूषण से होने वाले खतरों के प्रति मनुष्य सचेत नहीं हो सकता।"

संयुक्त राष्ट्र संघ का निमंत्रण

श्री जोसेफ ने संयुक्त राष्ट्र संघ की पचासवीं जयन्ती का घोषणा-पत्र आचार्य श्री को भेंट किया। घोषणा-पत्र पर अंकित संयुक्त राष्ट्र संघ के ऑफिस के चित्र की ओर संकेत करते हुए श्री जोसेफ ने कहा- "मैं आपका यहाँ स्वागत करना चाहता हूँ। आपको मैं अपने संस्थान में आने का निमंत्रण दे रहा हूँ। वहाँ जाकर मैं विधिवत निमंत्रण पत्र आपको प्रेषित करूँगा।"

पाँच दिनों तक अन्तरराष्ट्रीय सम्मेलन प्रवर्धमान उत्साह के साथ चला। सम्मेलन में अन्तिम दिन कोस्टारिका विश्वविद्यालय के वाइस चांसलर श्री फ्रांसिस्को आये। आचार्य श्री तुलसी की उनके साथ काफी लम्बी चर्चा हुई। वे अत्यन्त प्रभावित होकर गये। और भी अनेक गणमान्य व्यक्ति आये। उनमें भारतीय एवं विदेशी, दोनों ही थे। अच्छे-अच्छे विद्वान थे।





जनता में रहे शांति, मैत्री व धर्म का प्रभाव : आचार्य श्री महाश्रमण अणुव्रत अनुशास्ता का मायानगरी मुम्बई में भव्य नागरिक अभिनंदन

मुम्बई। भारत की आर्थिक राजधानी मुम्बई की धरा पर 17 जून को गोरेगांव स्थित नेस्को के विशाल ग्राउण्ड में अणुव्रत अनुशास्ता मानवता के मसीहा, महातपस्वी आचार्य श्री महाश्रमण का मुम्बई की जनता द्वारा भव्य नागरिक अभिनंदन समारोह समायोजित किया गया। इसमें महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस, पर्यटन, कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्री मंगल प्रभात लोदा, कई विधायकों, विभिन्न धर्मगुरुओं, अनेकानेक धार्मिक, सामाजिक, राजनीतिक संगठनों के प्रमुख व्यक्तियों सहित हजारों जनता संभागी बनी। महातपस्वी के महा अभिनंदन में उमड़ा जनसैलाब मानवता और सद्भावना का व्यापक संदेश देनेवाला था।

आचार्यश्री के मंगल महामंत्रोच्चार से अभिनंदन समारोह का शुभारम्भ हुआ। युगप्रथान आचार्य श्री महाश्रमण ने मंगल प्रेरणा प्रदान करते हुए कहा कि दुनिया में मंगल की बात होती है। आदमी स्वयं की मंगलकामना करता है तो दूसरों के प्रति भी मंगलकामना व्यक्त करता है। इसके लिए मंगल पदार्थों आदि का उपयोग भी होता है तो मंगल के लिए शुभ मुहूर्त आदि भी देखे जाते हैं। अहिंसा, संयम और तप रूपी धर्म सबसे उत्तम मंगल है। इन तीनों का पालन करना ही धर्म है। जहाँ इन तीनों का प्रभाव होता है, वहाँ जीवन ही मंगलमय हो जाता है। जिसका मन सदा धर्म में रमा रहता है, देवता भी उसे नमस्कार करते हैं। जीवन में अहिंसा, संयम और तप के विकास का प्रयास करना चाहिए।

आचार्यश्री ने कहा कि वर्ष 2023 के चतुर्मास के लिए मुम्बई में आना हुआ है। हमारे साथ मुख्यमुनिश्री, साध्वीप्रमुखाजी और साध्वीवर्याजी आदि साधु-साधियां भी हैं। मैं समस्त जनता के प्रति आध्यात्मिक मंगलकामना करता हूँ। महाराष्ट्र की जनता में खुब शांति रहे। आर्थिक और भौतिक विकास के साथ-साथ आध्यात्मिकता का भी विकास हो, मंगलकामना।

महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री ने आचार्यश्री को सौंपी मुम्बई की चाबी



कार्यक्रम में विशिष्ट अतिथि महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस ने मुम्बई महानगर की प्रतीकात्मक चाबी आचार्यश्री महाश्रमण के श्रीचरणों में समर्पित की। फडणवीस ने कहा कि सर्वप्रथम मैं राष्ट्रसंत आचार्य श्री महाश्रमणजी को प्रणाम करता हूँ और इस नागरिक अभिनंदन समारोह में महाराष्ट्र की 12 करोड़ जनता की ओर से आचार्यश्री का हार्दिक स्वागत एवं अभिनंदन करता हूँ। आपश्री ने नशामुक्ति के संकल्पों के साथ अभियान छेड़ा है और अब तक 1 करोड़ से अधिक लोगों को नशामुक्ति का संकल्प कराया है।

उन्होंने कहा कि नशे से लड़ती सरकार के लिए आपश्री प्रेरणा के स्रोत हैं। आपश्री नैतिक मूल्यों और संस्कारों की प्रेरणा से युवाओं को नशे से मुक्त करा रहे हैं। आपश्री के विचारों को अपनाने वाला कभी दुःखी नहीं रह सकता। आपश्री के इस चतुर्मास से लाखों लोगों को लाभ प्राप्त होगा। महाराष्ट्र सरकार के पर्यटन, कौशल विकास एवं उद्यमिता मंत्री मंगल प्रभात लोदा, सांसद गोपाल शेष्ठी, विधायक गीता जैन व पूर्व मंत्री राज के पुरोहित ने भी पूज्यप्रवर की अभिवंदना में अभिव्यक्ति दी।



आचार्यश्री ने कहा कि साधनों से सुविधा और साधना से आंतरिक सुख की प्राप्ति होती है। महानगर की प्रतीकात्मक चाबी को हम अहिंसा, संयम और तप की चाबी मानते हैं। मुम्बईवासियों के जीवन में शांति, मैत्री, सद्व्याव, नैतिकता और धर्म का प्रभाव बना रहे। अणुव्रत अनुशास्ता ने अणुव्रत यात्रा के उद्देश्यों - सद्व्यावना, नैतिकता और नशामुक्ति के विषय में उद्बोधित करते हुए इन संकल्पों को स्वीकार करने का आद्वान किया तो उपस्थित लोग अपने स्थान पर खड़े होकर कृतसंकल्प बने। साध्कीप्रमुखा विश्रुतविभाजी ने भी जनता को उद्बोधित किया।

विशिष्ट विभूतियों ने किया आचार्यश्री का अभिनंदन

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के अध्यक्ष अविनाश नाहर ने अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण का अभिनंदन करते हुए उनकी अणुव्रत यात्रा को ऐतिहासिक बताया। उन्होंने कहा कि आचार्य प्रवर के आध्यात्मिक नेतृत्व में अणुव्रत आंदोलन एक नयी करवट ले रहा है। कार्यक्रम में अविनाश नाहर की अगुवाई में अणुविभा टीम द्वारा अतिथियों को अणुव्रत आचार संहिता का पट्ट भेंट किया गया। कार्यक्रम में अणुविभा द्वारा लॉन्च किये गये नशामुक्ति अभियान की डॉक्यूमेंटी की प्रस्तुति की गयी।

इस अवसर पर स्वगताध्यक्ष सुरेन्द्र बोरड पटावरी, जीतो के अध्यक्ष सुखराज नाहर, दिग्म्बर जैन समाज के पूर्व अध्यक्ष केसी जैन, जैन भारत महामण्डल के राष्ट्रीय अध्यक्ष सीसी डांगी, आरबीएसएल के मैनेजिंग डायरेक्टर पृथ्वीराज कोठारी, कोटेक महिन्द्रा फण्ड के एमडी निलेश शाह, अग्रवाल विकास ट्रस्ट के अध्यक्ष सचिन अग्रवाल ने आचार्यश्री की अभिवंदना में अभिव्यक्ति दी। जी बिजनेस के एडिटर एंड एमडी अनिल सिंधवी, डब्बा एसोसिएशन के अध्यक्ष विष्णु कल्या, बोहरा समाज के प्रतिनिधि मोइन भाई मांझी, ईसाई समाज के माइकल रोजारियो, मुस्लिम समाज की ओर इमाम सैयद जाफर, सिख समुदाय के अध्यक्ष मनमोहन सिंह, साउथ इंडियन समाज का प्रतिनिधित्व करते हुए एमएलए कैप्टन सेल्वमजी, विट्टी इंटरेनशनल स्कूल के अध्यक्ष विनय जैन, नागरिक अभिनंदन समारोह के संयोजक वी. सी. भलावत और मुम्बई चतुर्मास प्रवास व्यवस्था समिति के अध्यक्ष मदनलाल तातेड़े ने आचार्यश्री की अभिवंदना में श्रद्धासिक्त भावों की अभिव्यक्ति दी। विभिन्न धर्मगुरुओं, सामाजिक संगठनों एवं डब्बा एसोसिएशन व रिक्शा एसोसिएशन के प्रतिनिधियों ने अणुव्रत दर्शन को वर्तमान समय की आवश्यकता बताते हुए अपना पूर्ण समर्थन देने का विश्वास व्यक्त किया। कार्यक्रम की शुरुआत तेरापंथ युवक परिषद्, तेरापंथ महिला मण्डल व तेरापंथ कन्या मण्डल द्वारा आचार्यश्री के अभिनंदन में गीत के संगान से हुई।





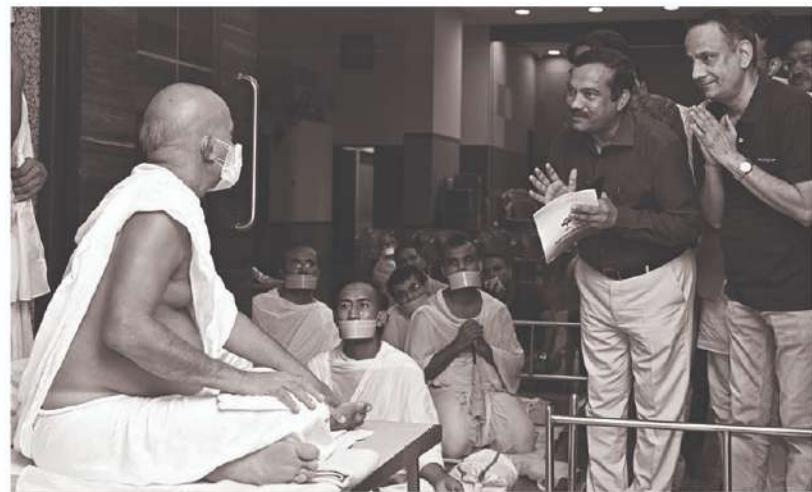
अणुविभा द्वारा मुम्बई में नशामुक्त समाज के लिए विशेष अभियान का आगाज

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में 17 जून 2023 को नागरिक अभिनन्दन के मुख्य कार्यक्रम में नशामुक्त व ड्रग्समुक्त समाज हेतु अणुविभा के विशेष अभियान का आगाज हुआ। **Elevate - Experience the Real High** आओ, जिंदगी की बात करें! पंचलाइन के साथ शुरू हुए इस अभियान का आगाज महाराष्ट्र के उपमुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस ने बैनर लोकार्पण कर किया। इस अवसर पर उन्होंने कहा कि प्रशासन कितना भी प्रयास करे, आचार्य श्री महाश्रमण जी जैसे राष्ट्रसंत की प्रेरणा से ही नशे जैसी बुराइयों से मुक्त एक स्वस्थ समाज का निर्माण संभव है। उन्होंने अणुव्रत के माध्यम से अच्छे संस्कार और दृढ़ संकल्प से युक्त मानव निर्माण के अभियान की सराहना की।

अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष अविनाश नाहर ने कहा कि अणुविभा की ओर से मानव मात्र के उत्थान के लिए ड्रग मुक्त समाज बनाने की यह सकारात्मक पहल है। हर व्यक्ति इस कार्यक्रम से जुड़कर संकल्पित होकर स्वयं का उत्थान कर सकता है। श्री नाहर ने अणुव्रत अनुशास्ता को एलिवेट कार्यक्रम की योजना का फोल्डर भेंट किया। एलिवेट कार्यक्रम के संयोजक डॉ. गौतम भंसाली एवं अशोक कोठारी ने भी इस अवसर पर अपने विचार अभिव्यक्त किये। डॉ. भंसाली ने आचार्य प्रवर एवं उपमुख्यमंत्री के समक्ष मुंबई शहर में बढ़ रही ड्रग्स की समस्या का जिक्र करते हुए अभियान की रूपरेखा पर प्रकाश डाला। वहीं अशोक कोठारी ने जनता को इस अभियान से जुड़ने और स्वयं डी-एडिक्शन के प्रति संकल्पित होने का आह्वान किया।

उपमुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणवीस, महिला एवं बाल विकास मंत्री मंगल प्रभात लोढ़ा, अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष अविनाश नाहर, 'एलीवेट' कार्यक्रम के संयोजक डॉ. गौतम

भंसाली, कस्टम कमिशनर आईआरएस अशोक कोठारी, सह-संयोजक ललित छाजेड़ और मुदित भंसाली ने अभियान के बैनर का अनावरण किया। इस अवसर पर आयोजित समारोह में चतुर्मास व्यवस्था समिति के अध्यक्ष मदन तातेड़, महामंत्री द्वय सुरेन्द्र कोठारी व महेश बाफना, अणुविभा के न्यासी सुमति गोठी, उपाध्यक्ष विनोद कोठारी, सहमंत्री मनोज सिंघवी, प्रकाशन मंत्री, देवेन्द्र डागलिया, सर्वधर्म सद्भाव मंच संयोजक राजकुमार चपलोत एवं अणुव्रत समिति मुम्बई के अध्यक्ष रोशन मेहता की सहभागिता रही। कार्यक्रम में उपस्थित हजारों की तादाद में विभिन्न समाज और संस्कृतियों के लोगों ने ड्रग मुक्त रहने का संकल्प आत्मीय भाव से स्वीकार किया।



अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर के नेतृत्व में अशोक कोठारी व डॉ. गौतम भंसाली के संयोजकत्व तथा ललित छाजेड़ व मुदित भंसाली के सहसंयोजकत्व में इस अभियान की रूपरेखा निर्धारित की गयी और अणुव्रत अनुशास्ता को इसकी अवगति प्रदान की गयी। अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनि श्री मनन कुमार तथा मुनि श्री अभिजीत कुमार जी का महत्वपूर्ण मार्गदर्शन इस योजना को प्राप्त हुआ।





अणुव्रत अनुशास्ता जन-जन को दिखा रहे सद्भावना और नैतिकता की राह, करा रहे नशामुक्ति का संकल्प

अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तन का 75वाँ वर्ष अणुव्रत अमृत महोत्सव के रूप में देश-विदेश में मनाया जा रहा है। अणुव्रत अनुशास्ता के नेतृत्व में सद्भावना, नैतिकता और नशामुक्ति के उद्देश्यों को लक्षित अणुव्रत यात्रा जन-जन को अणुव्रत के दर्शन से परिचित कराने के साथ ही सामाजिक समरसता और व्यक्तित्व विकास की दिशा में एक पथदर्शक की भूमिका निभा रही है। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी तथा अणुव्रत समितियों से जुड़े कार्यकर्ता अणुव्रत यात्रा से जुड़कर स्वयं को कृतार्थ मान रहे हैं।

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी 21 मई को अपनी अणुव्रत यात्रा के साथ उपासना लायंस इंग्लिश मीडियम स्कूल, वापी पहुँचे। रास्ते में ग्रामीणों ने पूज्यप्रवर के दर्शन किये और आशीर्वाद प्राप्त किया। बोहरा मुस्लिम समुदाय के लोग गुरुदेव के दर्शनार्थ पहुँचे। यहां से आचार्य प्रवर अणुव्रत यात्रा के साथ दादरा नगर हवेली पहुँचे। यात्रा मार्ग में अनेक स्थानों पर स्वयं आचार्य प्रवर ने लोगों को सद्भाव, नैतिकता और नशामुक्ति का संदेश दिया।

बीच रास्ते में खानोड़ कॉलोनी, वापी में कॉलेज के विद्यर्थियों ने गुरुदेव के दर्शन किये और आशीर्वाद प्राप्त किया। दादरा प्रवेश पर मंगलम कॉलोनी में मजदूरों और नागरिकों ने आचार्य श्री के दर्शन करके आशीर्वाद प्राप्त किया। प्रवचन के दौरान सिख समुदाय के लोगों ने गुरुदेव का स्वागत किया और दर्शन लाभ लिया। आचार्य श्री महाश्रमण जी अपनी अणुव्रत यात्रा

को लेकर सिलवासा चौकड़ी पर दिहाड़ी मजदूरों ने पूज्यप्रवर का आशीर्वाद और दर्शन लाभ लिया। प्रवचन के दौरान सिलवासा कलेक्टर भानुप्रभा, डीवाईएसपी सिद्धार्थ जैन, नगर परिषद् अध्यक्ष राकेश चौहान, विश्व हिंदू परिषद्, बजरंग दल, सिख समुदाय, राजपूत समुदाय, मराठा समुदाय, दिगम्बर और स्थानकवासी समुदाय को अणुव्रत पट्ट और खेस पहनाकर सम्मानित किया गया।

यहाँ से चलकर आचार्य प्रवर अपनी ध्वल सेना के साथ अणुव्रत यात्रा को लेकर भिलाड़ पहुँचे। रास्ते में झण्डा चौक और अथाल गाँव में ग्रामीणों और मजदूरों को आचार्य प्रवर ने आशीर्वाद प्रदान किया व जीवन में सद्भावना, नैतिकता और नशामुक्ति अपनाने की प्रेरणा दी। अनेक स्थानों पर मुनिश्री सुधांशु कुमार,



मुनिश्री अनुशासन कुमार का मार्गदर्शन लोगों को प्राप्त हुआ और लोगों ने संकल्प ग्रहण किये। स्वामी नारायण गुरुकुल, भीलड़ में आचार्य श्री के प्रवचन के दौरान स्वामी संत स्वरूपदास और भिलाड़ विधायक समण भाई पाटकर ने अणुव्रत यात्रा को मानवता के हित में बड़ा कदम बताया।

यहाँ से अणुव्रत अनुशास्ता संजान पहुँचे। रस्ते में डहेली और तुंब गाँव में ग्रामीणों और राहगीरों ने परमपूज्य का आशीर्वाद और दर्शन लाभ लिया। स्वागत समारोह में श्री एस.जी. डाकले सार्वजनिक विद्यालय, संजान के ट्रस्टी आनंद कुमार मगन लाल डाकले का अणुव्रत पट्ट एवं खेस पहनाकर अणुविभा कार्यकर्ताओं ने सम्मान किया। यहाँ से आचार्य श्री महाश्रमण ने उमरगाम के बाद घोलवाड़ पहुँचने के साथ ही महाराष्ट्र में प्रवेश किया। यहाँ से दहानु जाने के दौरान रस्ते में कासपाड़ा और वाकी (सारलीपाड़ा) में आदिवासी समुदाय के लोगों ने गुरुदेव का आशीर्वाद प्राप्त किया।

अणुव्रत यात्रा के साथ चल रहे अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर और जस्टिस गौतम चौरड़िया ने देहानु विधायक विनोद प्रसाद का अणुव्रत पट्ट एवं खेस पहनाकर सम्मान किया। आचार्य श्री नवापाड़ा, वांगांव, भारतनगर होते हुए बोइसर पहुँचे। आचार्य महाप्रज्ञ विद्या निधि फाउंडेशन कॉलेज, कांबलगांव में अणुव्रत समिति, बोइसर के अध्यक्ष गणेश नांद्रेचा और अणुविभा कार्यकर्ताओं ने खेराफाटक में ग्रामीणों और प्रवासी मजदूरों को डॉक्यूमेट्री फिल्म दिखायी तथा अणुव्रत संकल्प लेने के लिए प्रेरित किया।

यहाँ से प्रस्थान कर आचार्य प्रवर पालघर, केलवा रोड, सफाले, पारगांव, दारशेत, उमरपाड़ा, शिरगांव (विरार) पहुँचे। यहाँ प्रवचन के दौरान अणुविभा कार्यकर्ताओं ने विष्णु वामन ठाकुर चैरिटेबल ट्रस्ट के अध्यक्ष हितेंद्र ठाकुर तथा वर्सई, विरार महानगरपालिका की प्रथम महिला महापौर प्रवीणा हितेंद्र ठाकुर और सभापति यज्जेश्वर पाटिल का सम्मान किया। विरार सिटी में गणेश मंदिर के पास स्कूली बच्चों ने गुरुदेव के दर्शन किये।



गुरुदेव ने बच्चों को नशे से दूर रहने का संकल्प दिलाया। अणुव्रत अनुशास्ता नाला सोपारा (पालघर), वर्सई, जुचंद्र, लोढ़ाधाम, मीरा रोड होते हुए विद्वां इंटरनेशनल स्कूल, मलाड पहुँचे। स्कूल के ट्रस्टी विनय शाह और पूर्व महापौर संजीव नायक को अणुव्रत पट्ट, खेस, कैलेंडर और घड़ी प्रदान कर सम्मानित किया गया।

अणुव्रत यात्रा में अणुव्रत वाहिनी के साथ अणुविभा के कर्मठ एवं परिश्रमी कार्यकर्ता राकेश मौर्य, जगदीश बैरवा व शंकर शेखावत निरंतर अपनी सेवाएं दे रहे हैं। दिन-रात की मेहनत से इन्होंने सेवाभावना का उल्कृष्ट उदाहरण प्रस्तुत किया है।

21 मई से 19 जून 2023 तक अणुव्रत यात्रा में सहभागी कार्यकर्ताओं का विवरण

अणुविभा टीम

अविनाश नाहर- अध्यक्ष (7 दिन)

संचय जैन, संयोजक- अणुव्रत अमृत महोत्सव (3 दिन)

भीखम सुराणा, महामंत्री (2 दिन)

मनोज सिंघवी, सहमंत्री (5 दिन)

अर्जुन मेड़तवाल, गुजरात संगठन मंत्री (1 दिन)

अणुव्रत समिति, बारडोली

पायल चोरड़िया, अध्यक्ष (2 दिन)

राजेश चोरड़िया, सदस्य (2 दिन)

अणुव्रत समिति, वापी

विमल झाबक, अध्यक्ष (4 दिन)

अणुव्रत समिति, सूरत

सुरेंद्र ललानी (1 दिन)

अणुव्रत समिति, मुंबई

महेंद्र परमार (सफाले) 7 दिन

ममता परमार (सफाले) 7 दिन

बसंत कुमठ (मुंबई) 5 दिन

दिलीप मुनोत (डोंबिवली) 3 दिन

महावीर बड़ाला (मुंबई) 2 दिन

शांतिलाल बाफना (गोरेगांव) 2 दिन

विकास धाकड़ (गोरेगांव) 2 दिन

राकेश बोहरा (गोरेगांव) 2 दिन

दिलीप धींग (मुंबई) 2 दिन

गणपत लाल हिंगड़ (डोंबिवली) 1 दिन

गौतम बाफना (डोंबिवली) 1 दिन

ओम प्रकाश चोरड़िया (मुंबई) 1 दिन

अणुव्रत समिति, पालघर

रेणुका बाफना, अध्यक्ष (1 दिन)

कांति परमार (1 दिन)

विक्रम बाफना (1 दिन)

अणुव्रत समिति, बोइसर

गणेश नांद्रेचा, अध्यक्ष (3 दिन)

चंद्रप्रकाश जैन (1 दिन)

योग दिवस पर अणुविभा के देशव्यापी आयोजन

■■ संयोजक रमेश पटावरी की रिपोर्ट ■■

■ अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग के तत्त्वावधान में देशभर में कार्यरत अणुव्रत समितियों द्वारा अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में वृहद स्तर पर उत्साह के साथ अनेक आयोजन संपन्न हुए।

■ अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर एवं राष्ट्रीय संयोजक रमेश पटावरी के साथ जीवन विज्ञान केंद्रीय टीम के चिन्तन-मंथन एवं सहमति के पश्चात देशभर की अणुव्रत समितियों कार्यक्रम की रूपरेखा प्रस्तुत की गयी।

■ अणुविभा के संगठन मंत्री, राज्य प्रभारी, जीवन विज्ञान विभाग की उच्च शिक्षा प्रबन्धन प्रभारी डॉ. हंसा संचेती, स्कूल प्रबन्धन प्रभारी ममता श्रीश्रीमाल, ऑनलाइन प्रशिक्षण प्रभारी रीना सेठी गोयल तथा सहायक निदेशक हनुमान मल शर्मा ने देश भर में अणुव्रत समितियों के माध्यम से सफल कार्यक्रमों की संयोजना की जिससे पहली बार एकरूपता से अन्तरराष्ट्रीय योग दिवस का भव्य आयोजन सम्पन्न हुआ। अनेक क्षेत्रों में चारित्रात्माओं के सान्निध्य में योग दिवस का आयोजन हुआ। इसके साथ स्थानीय राजकीय प्रशासन के अलावा तेरापंथी सभाएं, तेरापंथ युवक परिषद्, तेरापंथ प्रोफेशनल फोरम, प्रेक्षा वाहिनी, महिला मण्डल, भारत विकास परिषद् आदि अनेक संघीय एवं सामाजिक संस्थाओं का सहयोग प्राप्त हुआ।

■ विभिन्न माध्यम से अब तक प्राप्त सूचनाओं के आधार पर अणुव्रत समिति अम्बिकापुर, चेन्नई, गुवाहाटी, गाजियाबाद, चूरू में 3 स्थान, मुंबई-ठाणे आदि में 9 स्थान (कांदिवली, दहिसर, बोरीवली, गोरेगांव, जोगेश्वरी, मलाड (मुलुंड, भांडुप, कांजुरमार्ग), इंदौर, रायपुर, बलाशहरी, जयपुर, अहमदाबाद, इस्लामपुर, सिलीगुड़ी, दालखोला, दिनहाटा, लाडनूं, पाली, विजयवाड़ा, पेटलावद, झकनावद, कानपुर, इचलकरंजी, भिलाई, छापर, सवाईमाधोपुर, नौगांव, धुबड़ी, भीलवाड़ा, बालोतरा, श्रीगंगानगर, दिवेर, राजसमंद, पीलीबंगा, आबसर, डाबड़ी, करवड़, हांसी, फरीदाबाद, सुनाम, रायपुरिया, चिकमंगलूर, बारडोली, वापी, काठमाण्डू, कोलकाता, फॉरबिसगंज, शाहपुरा आदि 47 अणुव्रत समितियों द्वारा 54 स्थानों पर आयोजन की जानकारी मिली है। धन्यवाद के साथ सभी के प्रति हार्दिक शुभकामना।



विश्व पर्यावरण दिवस पर वेबिनार

■■ संयोजक डॉ. नीलम जैन की रिपोर्ट ■■



अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी द्वारा विश्व पर्यावरण दिवस के उपलक्ष में अंतरराष्ट्रीय वेबिनार का आयोजन 4 जून को किया गया। इस अवसर पर अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने अणुव्रत आचार संहिता में निहित भावों को आत्मसात करने का आह्वान करते हुए कहा कि यदि पर्यावरण संरक्षण के लिए हमने एकजुट प्रयास शुरू नहीं किये तो आने वाली पीढ़ियों के प्रति अपनी जिम्मेदारी का निर्वहन नहीं कर पाएंगे। कई लोग अपनी शान-ओ-शौकत के दिखावे के लिए पानी, बिजली का घोर अपव्यय करते हैं। वहीं, दुनिया में जहां भी रेगिस्तान पसरा है, वहां के लोग एक मटके पेयजल के लिए कई किलोमीटर तक चलने को मजबूर हैं।

दिल्ली इस्कॉन मंदिर के वाइस प्रेसिडेंट व अंतरराष्ट्रीय पर्यावरणविद् अमोघलीला दास ने कहा कि वैश्विक स्तर पर अभी मनुष्य की सोच ही नहीं बन पायी है कि पर्यावरण जन-आंदोलन का रूप ले सके। छोटे-छोटे कार्यक्रमों में हम ढेर सारे प्लास्टिक का उपयोग कर प्रदूषण फैलाते हैं। शहरों-गाँवों में कचरे के पहाड़ लग जाते हैं। उन्होंने कहा कि मन के शुद्धीकरण का काम भी होना चाहिए ताकि मनुष्य कर्तव्य को समझे तथा अपनी दृष्टि को पर्यावरण के अनुकूल रखे। स्वच्छ भारत मिशन के नेशनल एम्बेसेडर डी. पी. शर्मा ने कहा कि अब तो वैज्ञानिक भी कहने लगे हैं कि मनुष्य का आचरण यदि पर्यावरण के प्रति उदासीन रहा तो संभवतः एक हजार साल बाद यह धरती रहने लायक नहीं रहेगी।

आईएसबीएम के प्रोफेसर-डीन, डायरेक्टर बोस इंडस्ट्री एवं मोटिवेशनल स्पीकर डॉ. टी. के. जैन ने कहा कि पर्यावरण को बचाने के लिए जो ऊर्जा, जो शक्ति, जो विवेक, जो बुद्धि और कौशल युवा पीढ़ी के पास है, अन्य किसी के पास नहीं है। इसलिए युवा साथियों को अपने स्तर पर कुछ प्रयास-प्रयत्न करने होंगे।

युवा बरसात के मौसम में शैक्षणिक संस्थानों के सहयोग से खूब पौधरोपण करें। जो भी विद्यार्थी ऑर्गेनिक खेती करने, पर्यावरण को बढ़ावा देने के लिए पौधरोपण के लिए अपना स्टार्टअप शुरू करना चाहते हैं, हमारा विश्वविद्यालय उनको सीड-फण्ड के बतौर पचास हजार रुपये उपलब्ध करवाता है। भारत सरकार भी पर्यावरण से सम्बद्ध स्टार्टअप के लिए बीस लाख से दो करोड़ रुपये का फण्ड मुहैया करवाती है। युवा वर्ग इन अवसरों का लाभ उठाये।

सी 5 (चेंज कैन चेंज क्लाइमेट चेंज) फाउंडेशन के निदेशक तथा अर्थ डे नेटवर्क के यूथ एबेसडर विष्णु पीआर ने कहा कि ऑर्गेनिक खेती को अधिकाधिक बढ़ावा देने का समय आ गया है क्योंकि रासायनिक उर्वरकों और कीटनाशकों के प्रयोग के कारण हम स्वास्थ्य के ग्राफ में नीचे उतरते जा रहे हैं। उन्होंने सी 5 फाउंडेशन में चल रहे प्रोजेक्ट्स के बारे में वीडियो प्रेजेंटेशन दिया तथा युवाओं से इन कार्यक्रमों से जुड़ने का आह्वान किया।

बीआईआरसी निदेशक, एसोसिएट प्रोफेसर ग्रीन केमिस्ट्री रिसर्च सेंटर, दूंगर कॉलेज के डॉ. नरेंद्र भोजक ने कहा कि अब प्रतिवर्ष विश्व पर्यावरण दिवस मनाने का समय समाप्त हो चुका है। अब तो प्रतिदिन प्रातः कुछ घंटे पर्यावरण हित हेतु सुरक्षित करने का वक्त आ गया है।

पर्यावरणविद् राजेंद्र सिंह, अणुविभा के निवर्तमान अध्यक्ष संचय जैन के अलावा देशभर की अणुव्रत समितियों के पदाधिकारियों व सदस्यों तथा श्रीदेवी महाविद्यालय हनुमानगढ़ तथा तेजपुर ज्ञानशाला के विद्यार्थियों ने वेबिनार में हिस्सा लिया। अणुव्रत समिति चूरू ने विद्यार्थी मण्डल के संग वीडियो के रूप में प्रभावशाली प्रस्तुति दी।

इससे पहले अणुविभा के महामंत्री भीखम सुराणा ने विषय प्रवर्तन करते हुए कार्यक्रम की रूपरेखा प्रस्तुत की। वरिष्ठ उपाध्यक्ष तथा राष्ट्रीय पर्यावरण प्रभारी प्रताप दुग्ध ने धन्यवाद ज्ञापित किया। वेबिनार का सफल संचालन अणुविभा के पर्यावरण जागरूकता अभियान की राष्ट्रीय संयोजिका डॉ. नीलम जैन ने किया। 250 से अधिक लोग इस वेबिनार से जुड़े।

अणुव्रत व्याख्यानमाला

■ ■ राष्ट्रीय संयोजक प्रो. आनंद प्रकाश त्रिपाठी की रिपोर्ट ■ ■

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में अणुव्रत आंदोलन के 75वें वर्ष को अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के आध्यात्मिक मार्गदर्शन में अणुव्रत अमृत महोत्सव के रूप में मनाया जा रहा है। इस दौरान अणुव्रत विचार, मूल्य एवं सिद्धांत जन-जन तक पहुँचें, इसके लिए अणुव्रत व्याख्यानमाला का आयोजन पूरे देश में किया जा रहा है।



गुवाहाटी अणुव्रत समिति की ओर से साध्वीश्री स्वर्णरिखा जी के सान्निध्य में अणुव्रत व्याख्यानमाला का आयोजन किया गया। आचार संहिता का वाचन एवं स्वागत भाषण अध्यक्ष बजरंगलाल डोसी ने दिया। अणुविभा के संगठन मंत्री बजरंग बैद ने कहा कि अणुव्रत का मूल मंत्र संयम है। संयम के द्वारा हर समस्या का समाधान संभव है।

साध्वीश्रीजी ने अपने मंगल उद्बोधन में कहा कि अणुव्रत के नियम देखने में जितने छोटे लगते हैं उतने ही व्यापकता लिये हुए सार्वभौमिक हैं। बदलते परिवेश में पर्यावरण संरक्षण पर विशेष ध्यान देना चाहिए। किसी भी चीज का अपव्यय न हो। चाहे वह पानी हो या बिजली। उहोंने कहा कि चुनाव में अनैतिकता का समर्थन नहीं करना चाहिए।

कार्यक्रम को सफल बनाने में उपाध्यक्ष नवरत्न गधैया, सहमंत्री सुरेश मालू, कार्यकारिणी सदस्य बाबूलाल सुराणा, पवन जम्मड़, निर्मल बैद, प्रकाश गोलछा आदि ने सहयोग प्रदान किया। कार्यक्रम में काफी संख्या में लोगों की उपस्थिति रही। कार्यक्रम का कुशल संचालन मंत्री अशोक कुमार बोरड एवं धन्यवाद ज्ञापन कोषाध्यक्ष संजय चौराड़िया ने किया।

दालखोला अणुव्रत समिति द्वारा व्याख्यानमाला का आयोजन किया गया। इस अवसर पर मुनिश्री प्रशांत कुमार ने अपने विशेष उद्बोधन में कहा कि आचार्य श्री तुलसी ने देश में लोगों के चरित्र निर्माण के उद्देश्य से अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन किया था। चरित्र निर्माण और नैतिक मूल्यों के विकास की दृष्टि से



अणुव्रत समिति नेतृत्व
2023-25
नव-निवाचित अध्यक्ष

जयपुर



श्री विलास गोलछा

भिवानी



श्री रमेश बंसल

कोलकाता



श्री प्रदीप सिंघी

कटक



श्री मुकेश खुंगरवाल

नोएडा



श्रीमती आरती कोचर

कोटकपूरा



श्री राजन जैन

मुम्बई



श्री रोशनलाल मेहता

सवाईमाधोपुर



श्री घनश्याम जैन

औरंगाबाद



श्री रजनीश कटारिया

बंगलुरु



श्री देवराज रायसोनी

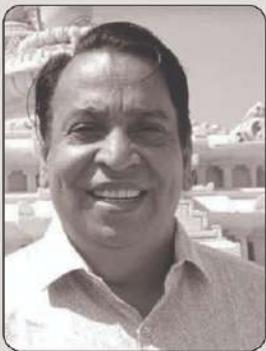
:: हार्दिक बधाई ::

शोक संवेदना



आचार्य महाप्रज्ञ अहिंसा प्रशिक्षण पुरस्कार प्राप्त श्री साधुशरण सिंह सुमन एक कर्मठ, बुद्धिजीवी तथा प्रखर व्यक्तित्व के धनी थे। वे अणुव्रत के प्रति समर्पित कार्यकर्ता थे। अणुव्रत एवं अहिंसा के प्रति आस्था आपके रोम-रोम में व्यास थी। अणुव्रत विश्व भारती परिवार उनके देहावसान पर हार्दिक संवेदना प्रकट करता है।

शोक संवेदना



अणुव्रत समिति सायरा के अध्यक्ष श्री जोधराज मेहता एक संस्कार सम्पन्न, संघ के प्रति समर्पित श्रावक थे। अणुव्रत के प्रति आस्था उनके रोम-रोम में व्यास थी। उनका आकस्मिक निधन परिवारजनों एवं अणुव्रत कार्यकर्ताओं के लिए बहुत बड़ा आघात है। अणुव्रत विश्व भारती परिवार उनके देहावसान पर हार्दिक संवेदना प्रकट करता है।

चलाया जाने वाला देश भर में यह एकमात्र अभियान है। अणुव्रत को अपनाने वाला व्यक्ति तोड़फोड़, आगजनी करने वाली, राष्ट्रीय संपत्तियों को नुकसान पहुँचाने वाली, असामाजिक और हिंसक प्रवृत्तियों में कभी शामिल नहीं होता। वह एक अच्छा इंसान होता है, नैतिक मूल्यों के प्रति निष्ठावान होता है।

मुनिश्री ने कहा कि अणुव्रत इंसान के आचरण को सही करने पर बल देता है। यह इंसानियत को ही महत्व देता है, सांप्रदायिकता को महत्व नहीं देता। किसी भी धर्म-संप्रदाय को मानने वाले अणुव्रत को अपने जीवन का आदर्श बना सकते हैं। उन्होंने जन समुदाय से आह्वान करते हुए कहा कि विद्यार्थियों को प्रारंभ से ही नैतिक मूल्यों की, राष्ट्रीय एकता और इंसानियत के गुणों को विकसित करने की शिक्षा दी जाये। यह गुण उनके जीवन के संस्कार बन जाये, ऐसा प्रयास होना चाहिए। विशेष वक्ता भूपेंद्र नाथ घोष ने भी विचार रखे। स्वागत भाषण अणुव्रत समिति के अध्यक्ष नागराज गढ़वैया ने दिया। कार्यक्रम का संचालन मंत्री प्रेमलता जैन ने किया।

सिलीगुड़ी अणुव्रत समिति की ओर से तेरापंथ भवन में आयोजित अणुव्रत व्याख्यानमाला में समर्णी भावित प्रज्ञा जी ने अनेकानेक कहानियों के माध्यम से अणुव्रत के नियमों के बारे में बताया। उन्होंने व्यापार में प्रामाणिक रहने पर विशेष जोर दिया। समिति की अध्यक्ष पुष्पा चिंडालिया ने भी विचार रखे।

इस्लामपुर अणुव्रत समिति की ओर से आयोजित व्याख्यानमाला में मुनिश्री प्रशांत कुमार और मुनिश्री कुमुद कुमार ने बहुत ही सरल भाषा में अणुव्रत के बारे में बताया तथा इसके नियमों को जीवन में उतारने का आह्वान किया। आभार ज्ञापन मनीषा बोधरा ने किया।

कोटकपूरा अणुव्रत समिति की ओर से श्री सनातन धर्म पुत्री पाठशाला हाई स्कूल में शासनश्री कनकश्री जी (राजगढ़) के सानिध्य में अणुव्रत व्याख्यानमाला का आयोजन किया गया। इस अवसर पर साध्वीश्री कुशलविभा जी ने अणुव्रत पर व्याख्यान देने के साथ ही जीवन विज्ञान के विद्यार्थियों को बुद्धि-बल बढ़ाने एवं आलस्य त्यागने के प्रयोग करवाये। साध्वीश्री निर्मलयशा जी ने श्रद्धा, विनय, विवेक और नैतिकता पर शिक्षक और विद्यार्थी आचार संहिता पर प्रकाश डालते हुए इन्हें अपनाने का आह्वान किया। उन्होंने संयम दिवस में मौन रहने और फोन से दूरी बरतने की सलाह दी।

अणुव्रत कार्यकर्ता राजन जैन ने अणुव्रत के उद्देश्यों एवं जीवन विज्ञान पर प्रकाश डाला। संस्था निदेशक ऑंकार गोयल ने भी विचार रखे। इस अवसर पर अणुव्रत समिति के बृजभूषण जैन व मनोज कुमार उपस्थित रहे। कार्यक्रम में प्रशिक्षण प्राप्त करने वाले 16 शिक्षकों और 140 विद्यार्थियों की उपस्थिति रही। कार्यक्रम का संचालन प्रिंसिपल मंजू गोयल जैन ने किया।





कानून मंत्री बनाये जाने पर अर्जुनराम मेघवाल का अभिनंदन

अणुव्रत संसदीय मंच के राष्ट्रीय संयोजक अर्जुनराम मेघवाल को केन्द्र सरकार में कानून एवं न्याय मंत्री बनाये जाने पर आपके निवास स्थान पर अणुविभा के प्रबंध न्यासी तेजकरण सुराणा, महामंत्री भीखम सुराणा, संगठन मंत्री डॉ. कुसुम लुनिया तथा कार्यसमिति सदस्य बाबूलाल दुगड़ ने अणुव्रत आचार संहिता पट्ट प्रदान कर अभिनंदन किया। मंत्री महोदय ने अणुव्रत आचार संहिता पट्ट अपने मुख्य कक्ष में लगवाया।

उल्लेखनीय है कि पिछले लगभग एक दशक से श्री मेघवाल अणुव्रत आन्दोलन के महत्वपूर्ण प्रकल्प अणुव्रत संसदीय मंच से सक्रियता के साथ जुड़े हैं। आपके नेतृत्व में समय-समय पर आयोजित अनेक गोष्ठियों में देश के विभिन्न सांसदों की सहभागिता रही है। राजनीति में अणुव्रत के सिद्धांतों को प्रभावी रूप में शामिल किये जाने को लेकर अणुव्रत अमृत महोत्सव के अंतर्गत अणुव्रत संसदीय मंच के माध्यम से मंत्री महोदय के मार्गदर्शन में दिल्ली में कार्यक्रम आयोजित करने की अणुविभा की योजना है।

विश्व शान्ति व जनकल्याण का महत्वपूर्ण साधन है अणुव्रत यात्रा अभिनंदन समारोह में बोले केन्द्रीय मंत्री अर्जुनराम मेघवाल

दिल्ली। "मैं आचार्य तुलसी द्वारा प्रवर्तित अणुव्रत आन्दोलन से छात्र जीवन से ही परिचित हूँ। वर्तमान में आचार्य श्री महाश्रमणजी की अणुव्रत यात्रा अत्यंत महत्वपूर्ण है और यह विश्व शान्ति व जनकल्याण का महत्वपूर्ण साधन है।" ये विचार केंद्रीय कानून मंत्री अर्जुनराम मेघवाल ने अणुव्रत भवन प्रांगण में 11 जून को आयोजित कार्यक्रम में व्यक्त किये।



अणुव्रत समिति नेतृत्व 2023-25 नव-निवाचित अध्यक्ष

श्रीगंगानगर



श्री राजकुमार जैन

गाजियाबाद



श्रीमती कुसुम सुराणा

सिरियारी



श्री प्रकाश पड़िहार

चाढ़वास



श्री विनोद बच्छावत

डाबड़ी



श्री घनश्याम शर्मा

मैलूसर



श्री गिरधारीलाल सैनी

आसांद



श्री नोरतमल मेहता

बालोतरा



श्री अशोक सालेचा

राजलदेसर



श्री भुवनेश्वर शर्मा

सरदारशहर



श्री पूर्णीसिंह बिदावत

:: हार्दिक बधाई ::



कार्यक्रम में उग्रविहारी तपोमूर्ति मुनिश्री कमलकुमारजी, शासनश्री साध्वी संघमित्राजी और साध्वीश्री शीलप्रभाजी के प्रेरक उद्घोषण हुए। जैन श्वेताम्बर तेरापंथी सभा दिल्ली, जैन विश्व भारती, अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी, जैन विश्व भारती संस्थान, अग्रवाल मित्र परिषद् और अखिल भारतीय अणुव्रत न्यास द्वारा आयोजित कार्यक्रम की अध्यक्षता शासनसेवी कहैयालाल जैन (पटाकरी) ने की। जैन विश्व भारती संस्थान के प्रबंध मंडल सदस्य प्रो. संजीव शर्मा ने विशिष्ट अतिथि के रूप में अभिनन्दन वक्तव्य प्रस्तुत किया। जैन विश्व भारती की ओर से ट्रस्टी पत्रालाल बैद, अग्रवाल मित्र परिषद् के अध्यक्ष संजय जैन, तेरापंथी सभा के अध्यक्ष मुखराज सेठिया, अणुविभा महामंत्री भीखमचन्द मुराणा, अणुव्रतके प्रबन्धन्यासीके सी.जैन आदि ने सम्मान-वक्तव्य दिया।

तेरापंथ महिला मंडल अध्यक्ष मंजू जैन, तेरुप के अध्यक्ष विकास सुराणा, टीपीएफ अध्यक्ष राजेश गेलड़ा, दिल्ली अणुव्रत समिति के अध्यक्ष शांतिलाल पटाकरी, कुसुम सुराणा (गाजियाबाद) आदि ने केन्द्रीय मंत्री अर्जुनराम मेघवाल का शाल्यार्पण, अंगवस्त्र और साहित्य से सम्मान किया। डॉ. कुसुम लुनिया ने अभिनंदन पत्र का वाचन किया। इस अवसर पर मंत्री अर्जुनराम मेघवाल ने सहित्यकार ललित गर्ग की पुस्तक "जीवन का कल्पवृक्ष" का लोकार्पण किया।

कार्यक्रम का संचालन दिल्ली सभा के महामंत्री प्रमोद घोड़ावत ने किया। इस अवसर पर समाज भूषण मांगीलाल सेठिया, महासभा उपाध्यक्ष सुमन नाहटा, प्रसिद्ध मोटिवेटर टी. एस. मदान, कवि राजेश चेतन, जीतो नॉर्थ जोन से सोनाली जैन सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।

अणुव्रत के कार्यक्रम जन-जन तक पहुँचें : मेघवाल

दिल्ली। अणुव्रत समिति की ओर से 11 जून को अणुव्रत व्याख्यानमाला का आयोजन 5 ए, कामराज मार्ग में हुआ। इस अवसर पर उग्रविहारी तपोमूर्ति मुनिश्री कमल कुमार ने कहा कि अणुव्रत संयम का दर्शन देता है। आध्यात्मिक-सात्त्विक दृष्टिकोण से और नैतिकता की निष्ठा से एक टेलीफोन ऑपरेटर देश के



कानून मंत्री पद पर पहुँच सकता है। इसका प्रत्यक्ष उदाहरण केन्द्रीय मंत्री अर्जुनराम मेघवाल हैं।

मुख्य वक्ता केन्द्रीय कानून मंत्री अर्जुनराम मेघवाल ने कहा कि अणुव्रत आन्दोलन का यह गौरवशाली 75 वां वर्ष चल रहा है। आचार्य श्री महाश्रमण ने इस वर्ष की अपनी पदयात्रा का नाम अणुव्रत यात्रा दे दिया है। भारत की आजादी का अमृतकाल हमारे लिए एक अवसर है। इसमें अणुव्रतमय अनेक कार्यक्रम राष्ट्रपति भवन से लेकर आम जनता तक पहुँचने चाहिए। कार्यक्रम में अणुविभा का प्रतिनिधित्व संगठन मंत्री डॉ. कुसुम लुनिया व कार्यसमिति सदस्य डॉ. धनपत लुनिया ने किया। इससे पहले अणुव्रत समिति दिल्ली के अध्यक्ष शान्तिलाल पटाकरी ने सभी का स्वागत किया।



अणुव्रत पत्रिका प्रकाशन विशिष्ट सहयोगी



श्री संजय कुमार जैन
Managing Director
T.T. Ltd.



श्रीमती ज्योति जैन
Jt. Managing Director
T.T. Ltd.

अणुव्रत आन्दोलन के 75वें वर्ष पर अणुव्रत अमृत महोत्सव के उपलक्ष्य में अणुव्रत दर्शन की मासिक पत्रिकाओं के माध्यम से जन-जन तक पहुँचाने में दिये गये विशिष्ट सहयोग हेतु अणुविभा परिवार आपका हृदय से आभारी है।

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
राजसमंद 9116634515 ■ दिल्ली 9116634512

अणुव्रत समाचार

दस दिवसीय जीवन विज्ञान प्रशिक्षण

भिलाई। अणुव्रत समिति एवं पोरवाल चैरिटेबल ट्रस्ट की ओर से जीवन विज्ञान प्रशिक्षण शिविर 1 जून को शुरू हुआ। शिविर का उद्घाटन अणुव्रत समिति के परामर्शक दानमल पोरवाल, अध्यक्ष



छबिनाथ सिंह, मंत्री श्रीराम साहू तथा प्रधानाचार्य शैल तिवारी की गरिमामयी उपस्थिति में हुआ। दस दिवसीय शिविर में भिलाई नगर के छात्रों से 58 छात्र-छात्राओं तथा 16 शिक्षकों ने हिस्सा लिया। स्थानीय विद्यालय के शिक्षकों कृतकुमार साहू, पूनम तिवारी एवं पूनम चौबे ने प्रेक्षाध्यान, आसन, प्राणायाम तथा प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान आदि का सैद्धांतिक एवं प्रायोगिक अभ्यास कराया। इसके साथ ही विद्यार्थी अणुव्रत एवं शिक्षक अणुव्रत के बारे में जानकारी दी गयी।

शिक्षकों के लिए जीवन विज्ञान प्रशिक्षण कार्यशाला

रायपुर। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में अणुव्रत समिति रायपुर व जतन देवी डागा हायर सेकंडरी स्कूल की ओर से 29 मई से 4 जून तक जीवन विज्ञान प्रशिक्षण शिविर



आयोजित किया गया। इसमें स्कूल के शिक्षकों के अलावा समाज के कुछ व्यक्तियों ने भी प्रशिक्षण लिया। 29 मई को शिविर के उद्घाटन सत्र में जीवन विज्ञान एकेडमी छत्तीसगढ़ के संयोजक दानमल पोरवाल, स्थानीय सभा अध्यक्ष गौतम गोलछा, तेयुप अध्यक्ष मनीष दुगड़, अणुव्रत समिति के पूर्व अध्यक्ष सुरेन्द्र ओसवाल व जीतमल जैन तथा सभी संस्थाओं के सदस्य मौजूद थे। प्रथम सत्र में दिल्ली से आयी प्रशिक्षिका हंसा संचेती ने जीवन

अणुव्रत समिति नेतृत्व 2023-25 नव-निवाचित अध्यक्ष

सिलीगुड़ी



श्रीमती डिम्पल बोथरा

इंदौर



श्री मनीष कठौतिया

सुजानगढ़



श्री महेश तंवर

जयगांव



श्री चंदनमल चौराझिया

दलखोला



श्रीमती प्रेमलता जैन

पुणे



श्री धर्मेन्द्र चौराझिया

अम्बिकापुर



श्री राजेश्वर छाजेड़

आबसर



श्री मोटाराम गोदारा

सायरा



श्री कन्हैयालाल सोलंकी

नाथद्वारा



श्री सुभाष सामोता

:: हार्दिक बधाई ::

विज्ञान क्या, क्यों और कैसे की प्रारंभिक जानकारी दी तथा सन्तोष सेठिया ने ध्यान, कायोत्सर्ग, अनुप्रेक्षा आदि के प्रयोग करवाये। लाडनूँ से आये प्रशिक्षक हनुमान मल शर्मा ने प्रार्थना सभा में कराये जाने वाले आसन तथा यौगिक क्रियाओं का महत्व बताने के साथ ही इन्हें करने का सही तरीका बताया। बाद के दिनों में जयपुर से रीना गोयल व रुचिका जैन भी प्रशिक्षण देने पद्धरी।

समापन समारोह में सभा-संस्थाओं के पदाधिकारी समिलित हुए। जतन देवी डागा हायर सेकण्डरी स्कूल के संचालक मनीष डागा ने स्वयं भी प्रतिदिन प्रशिक्षण लिया और जीवन विज्ञान को स्कूल में पूर्णरूपेण लागू करने का संकल्प व्यक्त किया। जीवन विज्ञान सेवी प्रदीप लूकड ने प्रतिभागियों से जीवन विज्ञान को अपने व विद्यार्थियों के जीवन में निरंतर बनाये रखने का आह्वान किया। अणुविभा के जीवन विज्ञान विभाग के राष्ट्रीय सह संयोजक एवं रायपुर अणुव्रत समिति के अध्यक्ष कमल बैंगनी ने कार्यक्रम को सार्थक एवं सफल बनाने में उल्लेखनीय भूमिका अदा की। अणुव्रत समिति रायपुर के सदस्य महेश गोलछा ने आभार ज्ञापित किया।

अहिंसा अणुव्रत संकल्प से प्रदूषण पर नियन्त्रण संभव

राजसमंद। अणुव्रत विश्व भारती मुख्यालय पर पर्यावरण दिवस पर पर्यावरण संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इसमें मुनिश्री प्रसन्नकुमार ने कहा कि अणुव्रत आंदोलन 75 वर्षों से पर्यावरण



संरक्षण चेतना जगाने का भागीरथ प्रयास कर रहा है। अहिंसा अणुव्रत के संकल्प के रूप में जन-जन में पर्यावरण संरक्षण की चेतना जगाने का प्रयास निरन्तर चल रहा है। हजारों-हजारों पौधरोपण प्रतिवर्ष होता रहा है। उन्होंने कहा कि सुविधाओं के दुरुपयोग से प्रदूषण बढ़ा है। पानी का अपव्यय, भूजल का अति दोहन रोकना होगा। वर्तमान में बनस्पति का अनावश्यक दोहन बढ़ा है। जंगल नंगे नजर आने लगे हैं। फिर लोग कहते हैं कि वर्षा नहीं होती है। उद्योगों से निकलते जहरीले धुएं ने लोगों को श्वास लेना कठिन कर दिया है। जीना दूधर हो रहा है। शहरों में कचरे का प्रदूषण बहुत बढ़ रहा है। शादियों में आडम्बर और दिखावे की भावना ने प्रदूषण बढ़ाया है। अहिंसा अणुव्रत संकल्प से प्रदूषण पर नियन्त्रण पाया जा सकता है।

एक शाम आचार्य श्री तुलसी के नाम

मुंबई। अणुव्रत समिति द्वारा आचार्यश्री तुलसी के प्रयाण दिवस पर 'एक शाम अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी के नाम' भक्ति संध्या का आयोजन माजीबाड़ा तेरापंथ भवन में किया गया। इसमें



गायक नीलेश बाफना ने भावपूर्ण प्रस्तुतियों से सबको मंत्रमुग्ध कर दिया। इससे पूरा वातावरण अणुव्रत मय, तुलसीमय बन गया।

कार्यक्रम में साध्वीश्री राकेश कुमारी जी, मधु सिंता जी ने उपस्थित जनमेदिनी को प्रेरणा पाथेर प्रदान किया। साध्वीश्री वर्धमानश्री जी ने सुमधुर गीत का संगान किया। इससे पहले आचार संहिता का वाचन अणुविभा के महाराष्ट्र प्रभारी रमेश धोका ने करवाया। स्वागत भाषण अणुव्रत समिति मुंबई की अध्यक्ष कंचन सोनी एवं टाणे सभाध्यक्ष रमेश सोनी ने दिया।

इस अवसर पर पूज्य प्रवर के मुंबई चतुर्मास के मद्देनजर अणुव्रत समिति मुंबई द्वारा वेलकम सोंग भी लॉन्च किया गया। कार्यक्रम का कुशल संचालन बनिता बाफना ने किया। इस अवसर पर अणुविभा उपाध्यक्ष विनोद कोठारी, सहमंत्री मनोज सिंघवी, मुंबई उपाध्यक्ष विजय संचेती, रोशन मेहता समेत अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

तुलसी के पौधों का वितरण

अहमदाबाद। अणुव्रत समिति की ओर से 4 जून को मानव उत्थान सेवा समिति, शाहीबाग में तुलसी के पौधों का वितरण किया गया। समिति अध्यक्ष सुरेश बागरेचा ने अणुव्रत अमृत



महोत्सव के बारे में बताने के साथ ही लोगों से संयमित जीवनशैली अपनाने की अपील की। मानव उत्थान सेवा समिति की साध्वी

अणुव्रत समाचार

आधिना बाईजी व बंदगी बाईजी ने कहा कि विश्व पर्यावरण दिवस पर हर व्यक्ति कम से कम एक पौधा लगाये तथा उसकी सार-संभाल का संकल्प ले। कार्यक्रम में केशरीमल जैन का विशेष सहयोग रहा। इस अवसर पर समिति उपाध्यक्ष प्रकाश धींग, मंत्री मनोज सिंधी, सदस्य सुरेन्द्र लुनिया समेत अनेक कार्यकर्ता उपस्थित थे।

नेता प्रतिपक्ष को तुलसी साहित्य भेंट

चूरू राजस्थान विधानसभा में नेता प्रतिपक्ष राजेंद्र सिंह राठौड़ को उनके चूरू आवास पर अणुव्रत समिति की अध्यक्ष रचना कोठारी ने आचार्यश्री तुलसी रचित पुस्तक भेंट की तथा समिति द्वारा संचालित की जा रही गतिविधियों की जानकारी दी। नेता प्रतिपक्ष ने अणुव्रत आंदोलन के लिए शुभकामनाएं प्रेषित करते हुए हरसंभव सहयोग का आश्वासन दिया। इस अवसर पर पूर्व जिला प्रमुख हरलाल सहारण, प्रधान दीपचंद्र राहड़, चूरू भाजपा नगर मंडल अध्यक्ष दीनदयाल सैनी, जिला मीडिया संयोजक रवि दाधीच, सह संयोजक राजीव शर्मा नीरज जागिंड, अणुव्रत समिति के मंत्री ताहिर खान सहित अनेक गणमान्य लोग उपस्थित रहे।

बच्चों के लिए चित्रकला प्रतियोगिता

भीलवाड़ा। अणुव्रत समिति भीलवाड़ा द्वारा ओम एकिटविटी क्लासेज में चित्रकला प्रतियोगिता का आयोजन हुआ। मीडिया प्रभारी अमिता बाबेल ने बताया कि वरिष्ठ वर्ग में हिमानी कलवानी



ने प्रथम, हर्षिता ने द्वितीय और खुशी ने तृतीय स्थान प्राप्त किया। कनिष्ठ वर्ग में माही प्रथम, अलीशा द्वितीय तथा माही तृतीय स्थान पर रही। समिति की अध्यक्ष आनंदबाला टोडरवाल, उपाध्यक्ष लक्ष्मी लाल झाबक, मंत्री राजेश चोरड़िया, ओम एकिटविटी क्लासेज की संचालिका दीपा पेशवानी एवं अणुविभा के राज्यप्रभारी अभिषेक कोठारी ने विजयी प्रतिभागियों को मोमेंटो तथा सभी संभागियों को प्रमाण पत्र देकर सम्मानित किया। प्रतियोगिता में 32 बच्चों ने भाग लिया। समिति की ओर से द मिडास टच फाउंडेशन की संयोजक मेघा जैन के सहयोग से रंगास्वामी बस्ती में छोटे-छोटे बच्चों द्वारा पौधरोपण करवाया गया। जीवन विज्ञान विभाग संयोजक उषा सिसोदिया ने बच्चों को कविता एवं नारों के माध्यम से पेड़-पौधों द्वारा प्रदत्त प्राणवायु के महत्व को समझाया।

अणुव्रत समिति नेतृत्व

2023-25

नव-निवाचित अध्यक्ष

बारडोली



श्री राजेश चोरड़िया

धुबड़ी



श्रीमती शांतिदेवी बरड़िया

छापर



श्री विनोद नाहटा

अजमेर



श्री बाबूलाल समारा

उदयपुर



डॉ. सुरेन्द्र छल्लाणी

चेन्नई



श्री ललित आंचलिया

चूरू



श्रीमती रचना कोठारी

बरपेटा रोड



श्री कमलेश्वर कलिता

जोधपुर



श्री गोविंदराज पुरोहित

गुवाहाटी



श्री बजरंग बैद

:: हार्दिक बधाई ::

पाठकों के लिए विशेष प्रतियोगिता



आपको
करना है
बस इतना



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

बेघरों की मदद के लिए नक्षत्र द्वारा वर्ष 2020 में स्थापित गैर सरकारी संगठन का क्या नाम है? **01**

धार्मपद किस धर्म का ग्रंथ है? **02**

वर्ष 2004 के अणुव्रत पुरस्कार से सम्मानित श्री हेमभाई का जन्म किस राज्य में हुआ? **03**

कर्मशास्त्रीय अवधारणा के आधार पर व्यक्तित्व का वह कौन-सा खंड है जो छुपा हुआ है, प्रकट नहीं है? **04**

'द सीक्रेट' की लेखिका कौन है? **05**

सत्य को वज्र के समान कठिन और कमल के समान कोमल किसने बताया? **06**

आचार्य तुलसी के अनुसार मनुष्यता का सबसे बड़ा मानदंड क्या है? **07**

किस ग्रंथ में कहा गया है कि अपने सुख के लिए दूसरों के धन की लिप्सा मत करो? **08**

किसने कहा कि 'मुझे चाहिए, ज्यादा चाहिए, और चाहिए' यह भावना ही वर्तमान अशांति का प्रधान कारण है? **09**

अणुव्रत अमृत महोत्सव का शुभारंभ कब हुआ? **10**

ज्ञातव्य बिंदु •

- ❖ प्रतियोगिता के प्रश्न जनवरी 2023 के अंक पर आधारित।
- ❖ परिवार के एक सदस्य की प्रविष्टि ही मान्य होगी।
- ❖ प्रतिभागी उत्तर के साथ पता और मोबाइल नं. अवश्य उल्लेख करें।
- ❖ उत्तर संक्षेप में दें। पत्रिका में उल्लेखित शब्द ही मान्य होंगे।
- ❖ काट-छांट व शब्दों में त्रुटि होने पर अंक काट लिये जायेंगे।
- ❖ सर्वाधिक सही उत्तर लिखकर भेजने वाला पाठक विजेता होगा।
- ❖ एकाधिक विजेता होने की स्थिति में लॉटरी द्वारा निर्धारण होगा।
- ❖ विजेता का नाम मध्य फोटो पत्रिका में प्रकाशित किया जाएगा।
- ❖ सही उत्तरदाताओं के नाम का पत्रिका में उल्लेख होगा।
- ❖ जुलाई अंक की प्रतियोगिता का परिणाम सितम्बर अंक में प्रकाशित होगा।

उत्तर इस पते पर भेजें

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

आकर्षक पुरस्कार

विजेता

- नकद रु. 2100/-
- अणुव्रत पत्रिका की त्रैवार्षिक सदस्यता
- नकद रु. 1100/-
- अणुव्रत पत्रिका की एक वर्षीय सदस्यता

प्रोत्साहन - दो

उत्तर प्राप्ति की अंतिम तिथि

31 जुलाई 2023

जून 2023 अंक में प्रकाशित प्रतियोगिता के परिणाम

(दिसम्बर 2022 अंक पर आधारित)

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

विजेता



कोमल तातोड़
नोहर

:: प्रोत्साहन पुरस्कार ::

अलका संकलेचा

बालोतरा

नेहा बोरड

जोधपुर

अन्य सही उत्तरदाताओं के नाम

राजेश भसाली, अहमदाबाद
सुशीला गोलकड़ा, विस्सी
सुनीता पारख, सिरसा
अंकुर जैन, जोधपुर
कुमुखलता वर्मा, जयपुर
निलेश बैट, चेन्नई
हेमता, जोधपुर
ए.पी. माधुरा, अजमेर
चारूल चोपड़ा, पचपट्टा
विजय चोपड़ा, पचपट्टा
सुरेश चोपड़ा, पचपट्टा
सारिका कोठारी, अजमेर
ममता जैन, बालोतरा
रामविलास जैन, सूरत

अणुव्रत Q10

प्रतियोगिता

प्रश्नों के सही उत्तर	पृष्ठ
उत्तर 1 सम 2004 सिरियसी में	पृष्ठ 35
उत्तर 2 श्री तेजवरण युराणा	पृष्ठ 40
उत्तर 3 द कैमिली एंड द नेशन	पृष्ठ 43
उत्तर 4 गीता	पृष्ठ 24
उत्तर 5 डॉ. वसंतीलाल बाबेल	पृष्ठ 41
उत्तर 6 बनेबल	पृष्ठ 7
उत्तर 7 डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम	पृष्ठ 2
उत्तर 8 कर्तव्यनिष्ठा	पृष्ठ 7
उत्तर 9 गुरुदेव रवींद्रनाथ टैगोर	पृष्ठ 16
उत्तर 10 मंगलवार	पृष्ठ 38



अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

सुनो जी, इन रुद्धियों में ऐसी भी
क्या बुराई है जो अणुव्रत वाले
इन्हें दीमक बता रहे थे ?



रुद्धियाँ किसी जमाने में शुरू हुई होंगी,
लेकिन आज के जमाने में बाल विवाह,
मृत्यु भोज, लिंग भेद...



तुम्हीं बताओ, क्या ये समझदारी है ?
और दहेज के चलते तो कितने रिश्ते
टूट जाते हैं, मौतें तक हो जाती हैं !



हाँ, सच कह रहे हैं आप !
इस दीमक से तो समाज को
जल्दी मुक्त होना चाहिए ।



Services offered

Domestic Courier Cargo
Full Truck Movement
PTL
Intentional



International



Akash Ganga®

— *Integrity at work* —

ISO 9001:2008 Certified Company

AKASH GANGA COURIER LIMITED

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

Regional Office : Ahmedabad • Bangalore • Chennai
Jaipur • Kolkata • Mumbai • Patna • Siliguri • Surat





अणुव्रत समितियों के नव-नेतृत्व से आत्मीय संवाद...

सम्माननीय साथियों,

यह सुखद संवाद है कि जून माह में सम्पन्न हुई निर्वाचन प्रक्रिया में अणुव्रत समितियों को नया नेतृत्व मिला है। अणुव्रत अमृत महोत्सव के इस गौरवशाली अवसर पर अणुव्रत समिति का नेतृत्व करना एक महत्वपूर्ण उपलब्धि है, वहाँ नव-निर्वाचित अध्यक्षगण पर एक बड़ी जिम्मेदारी आ गयी है। यह जिम्मेदारी है अणुव्रत आंदोलन को और भी अधिक व्यापक व रचनात्मक बनाने की। हमें पूरा विश्वास है कि अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी के आशीर्वाद से आप इस कसौटी पर खेरे उतरेंगे और जनसेवा का उल्कृष्ट उद्हारण प्रस्तुत करेंगे।

आज जब दुनिया भौतिकवाद की अंधी दौड़ में शामिल है, अणुव्रत जीवनशैली वर्तमान युग की सबसे बड़ी आवश्यकता बन गयी है। मानसिक तनाव, अवसाद, आतंकवाद, अनैतिकता, हिंसा, असंवेदनशीलता और बिखरते पारिवारिक मूल्यों के इस संकट भेरे दौर में अणुव्रत एक आशा की किरण है। अणुव्रत आंदोलन से जुड़े प्रत्येक कार्यकर्ता की यह जिम्मेदारी है कि वह स्वयं तो अणुव्रत के आदर्शों को अपने जीवन में उतारे ही, अधिक से अधिक लोगों को इस मानवतावादी दर्शन से परिचित कराये और इससे जोड़े।

आने वाले दो वर्ष आपके ऊपर यह जिम्मेदारी है कि आप साथी कार्यकर्ताओं को साथ लेकर चलें और एक सकारात्मक माहौल में उनकी कर्मजा शक्ति का उपयोग अणुव्रत के विभिन्न प्रकल्पों के सुचारू संचालन में करें। अणुव्रत की संस्थाएँ सेवा का मंच हैं। यहाँ नाम और पद की महत्वाकांक्षा को गौण रख कर विनम्र भाव से हमें आचार्य तुलसी के सपनों को साकार करना है। "अणुव्रत पत्रिका" के इसी अंक में प्रकाशित आचार्य तुलसी का प्रेरणा पाथेर आपका मार्गदर्शन करेगा। इसे आप अवश्य पढ़ें और जीवन में अंगीकार करें।

आप शीघ्रातिशीघ्र चिंतन बैठकों का आयोजन कर अमृत महोत्सव के अंतर्गत किये जाने वाले कार्यक्रमों की रूपरेखा निर्धारित करें और प्रभावी निर्णय लें, यह अपेक्षित है। कृपया सर्वोच्च प्राथमिकता के साथ -

1. अणुविभा द्वारा निर्देशित विभिन्न प्रकल्पों के लिए संयोजकों का मनोनयन कर इसकी जानकारी अणुविभा के प्रकल्प संयोजकों को एवं संगठन मंत्री व राज्य प्रभारी को यथाशीघ्र उपलब्ध कराएँ। अणुव्रत अमृत महोत्सव की कार्ययोजना और अणुव्रत समितियों के लिए करणीय कार्यों की मार्गदर्शिका दिल्ली कार्यालय 9116634512 से मँगायी जा सकती है।

2. आपके क्षेत्र में प्रवासित चारित्रात्माओं को अमृत महोत्सव के प्रकल्पों की जानकारी दें एवं आवश्यक मार्गदर्शन व सहयोग प्राप्त करें। अपने क्षेत्र के विशिष्ट व्यक्तियों, अधिकारियों एवं सामाजिक संस्थाओं से संपर्क कर उन्हें अणुव्रत प्रकल्पों से जोड़ने का प्रयास करें।

3. अध्यक्ष स्वयं अपना और मंत्री का पूरा पता, फोन नंबर और ईमेल आईडी तथा कार्यसमिति की सूची यथाशीघ्र दिल्ली कार्यालय को प्रेषित करें।

हार्दिक बधाई और शुभकामनाओं के साथ,

अविनाश नाहर

अध्यक्ष

एवं समस्त अणुविभा टीम

भीखम सुराणा

महामंत्री

ANUVRAT
RNI No. 7013/57
July, 2023

Delhi Postal Regd. No. DL(C)-01/1261/2021-23
Licence No. U(C)-215/2021-23
Licenced to post without pre-payment
Date of Publication 25/06/2023
Posted at Delhi PSO Delhi-6 on 28-29 of the Previous Month



अनुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्ष
अनुव्रत अमृत महोत्सव

21 फरवरी 2023 से 12 मार्च 2024

इस महाअभियान में जन-जन की सहभागिता का
विनम्र अनुरोध

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