

अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि



अणुव्रत

ई-संस्करण

अंक : 6



**ब्यक्ति और सवाज़
संतुलन सफलता का राज़**



वर्ष: 69 अंक: 1

अक्टूबर 2023

**संपादक
संचय जैन**
**सह संपादक
मोहन मंगलम**
**क्रिएटिव्स
आशुतोष रॉय**
**चित्रांकन
मनोज त्रिवेदी**
**पेज सेटिंग
मनीष सोनी**
**ई-संस्करण
विवेक अग्रवाल**

**ई-मैगज़ीन संयोजक
मनोज सिंघवी**
**पत्रिका प्रसार संयोजक
सुरेन्द्र नाहटा**



अनुव्रत आंदोलन वास्तव में असाम्प्रदायिक आंदोलन है और उसको हमारी धर्म निरपेक्ष सरकार का समर्थन मिलना चाहिए। यदि नयी पीढ़ी को इस आंदोलन के मूलभूत सिद्धान्तों की शिक्षा दी जाये तो वे अच्छे नागरिक बन सकेंगे और वास्तव में विश्व-नागरिक कहलाने के अधिकारी हो सकेंगे। इस प्रकार का आंदोलन राष्ट्रीय एकता के ध्येय को अधिक शीघ्रतापूर्वक सिद्ध कर सकेगा।

- प्रोफेसर एन.वी. वैद्य



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



अनुव्रत विश्व भारती सोसायटी

अनुव्रत भवन, 210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग, नई दिल्ली - 2.
दूरभाष : 011-23233345
मोबाइल : 9116634512

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

समाज और इंसान के बीच का द्रंट

इंसान समाज की महत्वपूर्ण और केंद्रीय इकाई है। इंसान समाज को बनाता है, चलाता भी है। दूसरी तरफ, इसका विलोम भी उतना ही सत्य प्रतीत होता है - समाज इंसान को बनाता है, चलाता भी है। यही अंतर्निर्भरता और अंतर्विरोध समाज और इंसान के मध्य सम्बन्ध को जटिल बनाते हैं। इस जटिलता का समाधान बहुत अहम है क्योंकि इसके बिना न समाज का ढाँचा सुचारू चल सकता और न ही इंसान अपने जीवन को सही राह में गतिशील बना सकता है।

आज हम एक वैश्विक समाज में जी रहे हैं। दूरियाँ सिमट गयी हैं और ज्ञान हमारी अंगुलियों पर उपलब्ध है। सामाजिक मूल्य वर्ण-संकर होते चले जा रहे हैं। आपके और आपके पड़ोसी के संस्कारों और मूल्यों में कोई समानता हो, यह अब आवश्यक नहीं रहा। यह आज की सच्चाई है जिसे स्वीकार करके ही हम समाज और इंसान के मध्य के सम्बन्धों की जटिलताओं को नये परिप्रेक्ष्य में परिभाषित, व्याख्यायित और समाहित कर सकते हैं।

महापुरुष हर युग में जन्म लेते हैं। उनके प्रभाव से समाज और इंसान दोनों अभिप्रेरित होते हैं और समाधान के मार्ग पर चलने को प्रशस्त होते हैं। लेकिन, व्यक्ति का अपना विशुद्ध विवेक ही आशा की किरण है जो सभी विपरीत परिस्थितियों और तेज-रफ्तार जिंदगी के बावजूद समाधान ढूँढ़ने में सक्षम है। और ये सक्षमता मिलती है भीतर से। इंसान भीतर झाँकने के लिए जितनी फुर्सत निकाल सके, उतना वह समाधान के निकट खुद को पाएगा।

- संचय जैन

sanchay_avb@yahoo.com

प्रगति के स्वर्ण सूत्र

■ आचार्य महाप्रज्ञ

प्रगति का पहला सूत्र है - अपने आपको देखो। अर्थात् चेतना की गहराई में प्रवेश करो, अन्तस्तल के गहरे में गोते लगाओ और भीतर जो कुछ छिपा पड़ा है, उसे अनावृत करो, बाहर लाओ और उपयोग करो। जो व्यक्ति अपनी चेतना की गहराई में नहीं जाता, उसे कुछ भी नहीं मिलता। जो चेतना की सतह पर यात्रा करता है, उसे मिलता है क्रोध, अहंकार और वासनाएँ। वहाँ सार की बात नहीं मिलती।

प्रत्येक व्यक्ति में महानता होती है, पर वह सदा छिपी रहती है। महान व्यक्तित्व उसी को उपलब्ध होता है जो निरन्तर अपने आपको देखता है और अपनी गहराइयों में डुबकियां लगाता है।

जो व्यक्ति अपने आपको नहीं देखता, वह दूसरों को देखता है। दूसरों को देखना महानता की अनुभूति की सबसे बड़ी बाधा है। क्रोध, अहंकार, माया, लोभ, ईर्ष्या, दोषारोपण, कलह, निन्दा - ये सब महानता के बाधक तत्व हैं। ये सब तत्व दूसरों को देखने से फलित होते हैं। यदि आत्म-दर्शन, स्व-दर्शन का अभ्यास बढ़ जाये और पर-दर्शन की बात गौण हो जाये तो ये बाधक तत्व अपने आप समाप्त हो जाते हैं।

अपनी क्षमता पर आस्था

प्रगति का दूसरा सूत्र है - अपनी क्षमता को बढ़ाओ, अपनी उपयोगिता को बढ़ाओ। जिसे अपनी शक्ति के विकास में भरोसा नहीं है, जो अपनी शक्ति को नहीं बढ़ाता, उसे स्वयं भगवान भी यदि सहारा देना चाहें, आगे बढ़ाना चाहें तो भी वह आगे नहीं बढ़ सकता। आगे बढ़ने के लिए



अपनी क्षमता का विकास होना चाहिए। इससे जुड़ी हुई बात है - अपनी उपयोगिता को बढ़ाना। प्रगति वही कर सकता है जो अपनी उपयोगिता को बढ़ाता है।

स्वयं की शक्ति को विकसित करना ही पड़ता है। कोई चाहे कि वह कलेक्टर बने, मुख्यमन्त्री बने, मुख्य सचिव बने, तो कोई भी बन सकता है, किन्तु वही व्यक्ति बन सकता है जिसने अपनी शक्ति का विकास कर लिया है।

अपनी उपयोगिता बनाये रखो

अपनी क्षमता का विकास होना चाहिए। इससे जुड़ी हुई बात है - अपनी उपयोगिता को बढ़ाना। प्रगति वही कर सकता है जो अपनी उपयोगिता को नहीं बढ़ाता, वह पिछड़ जाता है। जहाँ प्रतियोगिताएँ होती हैं, आदमी यही सोचता है कि उसने मुझे पीछे छोड़ दिया। दुनिया में कोई किसी को पछाड़ने का प्रयत्न नहीं करता। जो उपयोगिता को अधिक सक्षम बना लेता है, जिसकी उपयोगिता अनिवार्य हो जाती है, वह आगे बढ़ जाता है। 'मुझे पीछे रख दिया गया' - यह शिकायत करने वाला पिछड़ जाता है। इसलिए प्रगति का महत्वपूर्ण सूत्र है - अपनी उपयोगिता को बढ़ाते रहो। देश-काल की उपयोगिता है। यदि उपयोगिता न हो तो आगे नहीं बढ़ सकता। इस स्वार्थी दुनिया में अपनी उपयोगिता खो देने वाला कोई भी व्यक्ति अपना मूल्य बनाये नहीं रख सकता।

सीमा-बोध

प्रगति का तीसरा सूत्र है - सीमा-बोध। व्यक्ति अपनी सीमाओं को समझे। इस संसार में शक्तिमान व्यक्ति होते हैं,

पर ऐसा एक भी व्यक्ति नहीं होता जो सर्वशक्ति सम्पन्न हो। शक्ति की सीमाएं हैं। प्रत्येक व्यक्ति की शक्ति की सीमा है। हर व्यक्ति के साथ सीमा जुड़ी हुई है। जो अपनी सीमा को नहीं जानता, वह प्रगति नहीं कर सकता। सीमा-बोध अत्यन्त आवश्यक है। हमारी शक्ति की सीमा, हमारे आनन्द की सीमा, हमारे सुख की सीमा, सब कुछ सीमित है। इस सीमा-बोध के अतिक्रमण का अर्थ होता है - क्रान्ति, युद्ध, संघर्ष और लड़ाइयाँ।

आज सारा संसार एक प्रकार की क्रान्ति के कगार पर खड़ा है। किसलिए? इसीलिए कि बुद्धि का उपयोग सीमा से अतिक्रान्त होकर हो रहा है। प्रश्न होता है - उसकी सीमा क्या है। सीमा यह होनी चाहिए कि बुद्धि-शक्ति का



**सीमा यह होनी चाहिए कि
बुद्धि-शक्ति का उपयोग अपने
सुख के लिए अवश्य हो, पर
उससे दूसरों के सुख में कोई
बाधा नहीं पहुँचनी चाहिए।**

उपयोग अपने सुख के लिए अवश्य हो, पर उससे दूसरों के सुख में कोई बाधा नहीं पहुँचनी चाहिए।

अपनी प्रगति के लिए जरूरी है - सीमा का बोध। जब सीमा-बोध की

चेतना स्पष्ट हो जाती है, तब प्रगति की बाधाएँ समाप्त हो जाती हैं। यदि सीमा-बोध की चेतना नहीं जागती तब जो व्यक्ति अपनी शक्ति का उपयोग करता है, उसके प्रति दूसरे के मन में प्रतिहिंसा की भावना जागती है। हिंसा और प्रतिहिंसा, क्रिया और प्रतिक्रिया - यह सब सीमा के अतिक्रमण के परिणाम हैं। प्रगति के लिए सीमा-बोध को मूल्य देना आवश्यक है। यदि सभी लोग अपनी सीमा में होते तो आज प्रगति का चक्र बहुत तेजी से घूमने लग जाता।

विलियम जेम्स ने मनोवैज्ञानिक दृष्टि से आदतों को बदलने का कोर्स प्रस्तुत किया है। उसमें तीन बातें मुख्य हैं -

- बदलने की तीव्र इच्छा
- दृढ़ निश्चय
- निरन्तरता

पहली बात है कि व्यक्ति के मन में तीव्र अभीप्सा जागे कि उसे अपनी आदतों को बदलना है। मान लें कि बदलने की इच्छा पैदा हो गयी, पर उससे भी प्रयोजन सिद्ध नहीं होगा। इच्छा के साथ दृढ़ निश्चय भी होना चाहिए। निश्चय ऐसा हो कि मुझे बदलना ही है। बदले बिना चैन नहीं लूँगा। निश्चय दृढ़ होगा तो रूपान्तरण प्रारम्भ हो जाएगा। दृढ़ निश्चय के साथ-साथ निरन्तरता भी होनी चाहिए। एक दिन निश्चय किया, फिर दस दिन तक उसकी स्मृति ही नहीं रही तो कुछ भी रूपान्तरण घटित नहीं होगा। निरन्तरता से आदत अपने आप बदलने लग जाएगी।

रूपान्तरण के तीन उपाय

जयाचार्य के अनुसार बदलने के तीन मुख्य उपाय हैं -

1. वर्तमान में पाप का व्युत्सर्ग करें - पाप न करने का निश्चय करें।
2. अतीत का शोधन करें - प्रायश्चित्त के द्वारा, मिच्छामि दुक्कड़ के द्वारा पूर्वार्जित पापों का शोधन करें।
3. भविष्य के लिए प्रत्याख्यान करें - भविष्य में पाप न करने का दृढ़ संकल्प करें - 'इयाणि णो जमहं पुव्वमकासी पमाएण' - अब मैं वैसा काम नहीं करूँगा जो मैंने पहले प्रमादवश कर लिया था।

ये तीनों उपाय जब एक साथ काम में लिये जाते हैं तब रूपान्तरण घटित होने लग जाता है, प्रगति होने लग जाती है।

'मैत्री भाव हमारा सबसे प्रतिदिन बढ़ता जाए'
आचार्य श्री महाप्रज्ञ के इस वीडियो को देखने के लिए क्लिक करें...



सात्त्विक प्रवृत्तियों से जीवन बनाएँ सार्थक

■ सुज्ञान मोदी, नोएडा

गांधीजी अपने जीवन में इतने बड़े-बड़े कार्य कर पाये क्योंकि उनका जीवन अत्यंत सात्त्विक था। उन्होंने सात्त्विकता के रहस्य को समझ लिया था। दुनिया के महान संतों, पैगंबरों, क्रषियों और तीर्थकरों के जीवन में उन्हें एक बात समान लगी और वह थी उन सबकी सात्त्विकता। यहाँ तक कि दुनिया के जिस हिस्से में भी वे गये और वहाँ जिन गृहस्थों से वे प्रभावित हुए, उन सबका जीवन प्रायः सात्त्विक ही था।

युवावस्था में लंदन में वेजिटेरियन सोसाइटी के तत्कालीन सदस्यों और पूर्व सदस्यों के जीवन और लेखन ने भी गांधीजी को बहुत प्रभावित किया। यहीं पर उन्हें बुद्ध के जीवन और उपदेशों के साथ-साथ श्रीमद्भगवद्गीता को भी गंभीरता से पढ़ने का प्रथम अवसर मिला। बाद में तो गीता उनके जीवन की पथ-प्रदर्शिका ही बन गयी। उन्हें एक ऐसा सूत्र हाथ लग गया जिससे वे पूरी मानव जाति की प्रवृत्तियों का ठीक-ठीक अध्ययन करने और उनकी समस्याओं का समाधान सुझा पाने में समर्थ होते गये।

सात्त्विकता अर्थात् स्वयं को तमोगुण और रजोगुण की ऐसी प्रवृत्तियों से मुक्त करना जो हमारी उच्चतर चेतना के विकास में बाधक होती हैं। तमोगुण की प्रबलता में मनुष्य भ्रम, आलस्य, नशा, मांसाहार, निद्रा और जागते हुए भी बेहोश की तरह आचरण करता रहता है। रजोगुण की प्रबलता में मनुष्य अंतहीन कामनाओं और सांसारिक आकर्षणों के लिए अतृप्त महत्वाकांक्षाओं को बढ़ाता जाता है। इसमें मनुष्य रूप, पद, शरीर बल, धन, सत्ता,

पुरस्कार, मान-बड़ाई, प्रचार और यश आदि के लिए व्याकुल रहता है और इसके लिए किसी भी हृदय तक जाने को आमादा रहता है।

वहीं सत्त्व गुण शांत स्वभाव, सदृगुण और शुद्धता को चिन्तित करता है। इसमें शाकाहार, सादगी, भीतर और बाहर की स्वच्छता, निर्लोभता, उदारता, बिना प्रचार के परोपकार, संयम और श्रद्धा से भरा हुआ जीवन होता है। सात्त्विक जीवनचर्या हमें अनंत प्रेम, करुणा, आरोग्य, निर्भयता, विनम्रता, मोद, मैत्री और सच्चे आनंद से भर देती है। हम प्रयासपूर्वक इस दिनचर्या को अपनाएं तो हमारा जीवन सुंदर, पवित्र, आनंदप्रद और सार्थक हो सकता है।



हीनताबोध से मुक्त हों

गांधीजी ने जब 'हिंद स्वराज' लिखी तो उसमें पहली बार किसी भारतीय ने पश्चिमी सभ्यता और जीवनशैली का एक कठोर मूल्यांकन मजबूती से प्रस्तुत किया। उन्होंने कहा कि अंग्रेजों ने भारतीयों को मानसिक रूप से भी गुलाम बनाकर रखा है क्योंकि उन्होंने अपनी हिंसक, भोगवादी और युद्धवादी सभ्यता-संस्कृति का ऐसा आडंबर प्रस्तुत कर रखा है कि आम भारतीय उसके रौब और चकाचौंध को देखकर ही हीनता से ग्रसित हो जाते हैं। बल्कि उन्हें आधुनिक, सभ्य, उदार और उपकारी समझने की भूल करते हैं। गांधीजी ने भारतीयों को इस हीनताबोध से निकल जाने को कहा।

कुछ हृदय तक राजनीतिक आजादी मिल जाने के बावजूद भारत का समाज सांस्कृतिक और मानसिक गुलामी से अब भी मुक्त नहीं हो पा रहा है। आज भी यहाँ भाषा,

पहनावा, रूप, धन, पद, जाति, मजहब, त्वचा के रंग, नाक के आकार, क्षेत्र और लिंग आदि के आधार पर दूसरों को हीनता का बोध कराया जाता है। लोग स्वयं भी हीनता का शिकार होकर या तो नकल और अंधानुकरण का हास्यास्पद प्रयास करने लगते हैं या फिर असंतोष और पीड़ाबोध के चलते हृताश-निराश, प्रतिक्रियावादी और आक्रामक हो जाते हैं। यह स्थिति समाज और देश के लिए ठीक नहीं है। हीनताबोध से मनुष्यों के व्यक्तिगत जीवन में



तो समस्याएँ पैदा होती ही हैं, साथ ही परिवार, समाज और देश भी भेड़चाल, अंधानुकरण और नकलची बनने की राह पर चल पड़ते हैं। इससे एक नये प्रकार की

**सौ उपदेशों से भी बढ़कर
यह है कि हम अपनी
एक-आध बात पर ही स्वयं
अमल करके दिखाएँ।**

पतनशीलता और गुलामी की स्थिति उत्पन्न हो जाती है। इसलिए गांधीजी की यह सीख भी जीवन में अपना सकें तो बहुत-सी मानसिक और सामाजिक समस्याओं का समाधान होगा।

आचरण से पेश करें मिसाल

हम मुँह से कुछ भी कहते रहें, बड़ी-बड़ी बातों से भरे लेख लिखते रहें, भाषण देते रहें, लेकिन यदि वे विचार हमारे स्वयं के जीवन में और आचरण में न हों तो उनका कोई फायदा न तो हमें स्वयं मिलेगा और न ही उनका कोई सकारात्मक प्रभाव दूसरों पर पड़ेगा, बल्कि समाज में पाखंड और दोहरे चरित्र का संदेश ही जाएगा। परस्पर अविश्वास तथा उपहास और निराशा की स्थिति ही पैदा होगी। इसलिए गांधीजी ने कहा कि सौ उपदेशों से भी बढ़कर यह है कि हम अपनी एक-आध बात पर ही स्वयं अमल करके दिखाएं। हमें अपने जीवन और आचरण से ही श्रेष्ठ उदाहरण प्रस्तुत करना होगा। तभी वह अपने लिए लाभकारी और दूसरों के लिए प्रभावकारी हो पाएगा।

अहिंसा का अर्थ हिंसा की अनुपस्थिति!

■ राजेन्द्र बोडा, जयपुर

अहिंसा का अर्थ केवल किसी को 'मारना नहीं' ही नहीं है, उससे प्रेम करना भी है। सक्रिय अहिंसा प्रेम से लबरेज होती है। वहाँ क्रोध के लिए कोई जगह नहीं होती। उसमें धैर्य का बड़ा महत्व होता है क्योंकि धैर्य छूटा कि अहिंसा टूटी। अपने दैनिक जीवन में ईमानदारी से सच्चाई, विनम्रता, सहिष्णुता और प्रेममय दयालुता के व्यवहार से मनुष्य अहिंसा के मार्ग पर चल सकता है। अहिंसा का अर्थ है हिंसा की अनुपस्थिति। अहिंसा इसलिए कोई कर्म नहीं है। यह एक धर्म है। महात्मा गांधी ने कहा था कि अहिंसा का धर्म केवल ऋषियों और संतों के लिए ही नहीं है। यह सामान्य लोगों के लिए भी है।

जिन ऋषियों ने हिंसा के बीच अहिंसा की खोज की, वे किसी भी वैज्ञानिक से अधिक प्रतिभाशाली थे। वे सिकंदर जैसे सम्राटों से भी बड़े योद्धा थे। शक्त्रों के प्रयोग का ज्ञान होने पर भी उन्होंने उसकी व्यर्थता को पहचाना और अशांत मानव को बताया कि उसकी मुक्ति हिंसा में नहीं अपितु अहिंसा में है।

हिंसा केवल प्रत्यक्ष ही नहीं होती। जैसे युद्ध, आतंकवाद आदि। वह अप्रत्यक्ष रूप से हमारी आर्थिक, राजनीतिक, सामाजिक तथा पारिवारिक संरचनाओं में भी व्याप्त हो सकती है। यहाँ तक कि हमारी आस्था और विश्वास तथा विचारों में भी उपस्थित हो सकती है।

वास्तव में हिंसा समाज में विषमता की उपज है। इसे जाति, लिंग, धर्म, भाषा, प्रांत, क्षेत्र, संस्कृति, सामाजिक स्थिति, शिक्षा, व्यवसाय, आय, संपत्ति और शक्ति के आधार पर

देखा जा सकता है। इसी विषमता को दूर करने के लिए हिंसक क्रांतियां भी हुई हैं। उच्च चेता लोगों ने समता को मानवतावादी, प्रकृतिवादी तथा आदर्शवादी मूल्य माना है। इसीलिए समान अधिकार एवं कर्तव्य की लोकतान्त्रिक अवधारणा का विकास हुआ है।

‘अहिंसा परमो धर्मः’ शास्त्रीय वचन है। गोस्वामी तुलसीदासजी ‘मानस’ के उत्तरकाण्ड में ‘परम धर्म श्रुति विदित अहिंसा’ कहकर इसका अनुमोदन करते हैं। अहिंसा एक प्रकार की प्रतिबद्धता है। यह प्रतिबद्धता थोपी हुई नहीं हो सकती है। मनुष्य जैविक विकास का सर्वश्रेष्ठ स्तर है जिसमें भौतिक विकास ही नहीं है बल्कि चेतना का विकास भी हुआ है। चेतना का उच्च स्तर पाकर मानव ने अपने आपको एक ऐसा व्यापक जीवन दर्शन दिया जिसमें अहिंसा उसका दायित्व हो जाती है।

गांधीजी कहते थे कि आप अहिंसा का अनुगमन कर रहे हैं, उसका पता तब मिलता है जब चारों ओर हिंसा का नंगा नाच हो रहा हो। इसीलिए उन्होंने यह भी कहा कि इस मार्ग पर चलना तलवार की धार पर चलने के समान है। क्या प्रत्येक के लिए ऐसा संभव है? इस पर गांधी ने बड़ी खूबसूरत बात कही कि “जीवन का आनंद लक्ष्य को प्राप्त करने में नहीं बल्कि उसके लिए सदैव प्रयत्न करते रहना है। हम उसके निकट पहुँच सकते हैं किन्तु उसे कभी पूर्ण रूप से प्राप्त नहीं कर सकते। अहिंसा का आदर्श गणितशास्त्र के उस बिन्दु के समान है जिसकी पूर्ण उपलब्धि तो संभव नहीं है, लेकिन यथार्थ जीवन में जिसके निकट हम अवश्य पहुँच सकते हैं।” अणुव्रत जैसे छोटे-छोटे प्रयास हमें अहिंसा के आदर्श को सम्पूर्ण अवस्था में पाने के निकट ले जाते हैं।

अहिंसा एक प्रकार की प्रतिबद्धता है। यह प्रतिबद्धता थोपी हुई नहीं हो सकती है।



अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी
का 110 वां जन्म दिवस

अणुव्रत दिवस



15 नवम्बर 2023
कार्तिक शुक्ल द्वितीया

संयम के प्रतीक स्वरूप

उपवास

आइए! इस दिन उपवास रखकर
संयम को अपने जीवन में प्रतिष्ठापित करें।



अणुव्रत विश्व
भारती सोसायटी

www.anuvibha.org

इस अभियान से जुड़ने के लिए सम्पर्क सूत्र



+91- 91166 34512
+977 984-2055685



भारत के लोगो जागो तुम..

रचयिता : अणुब्रत अनुशास्ता युगप्रधान आचार्य श्री महाश्रमण

भारत के लोगो जागो तुम, जीवन में संयम अपनाओ।

निष्णात बनो नैतिकता में, पावनता बगिया विकसाओ॥

भारत के लोगो जागो तुम...

यदि राजनीति में निपुण बनो, तो प्रामाणिक बनकर रहना,
मदिरा वित्ताधारित मत लेने का प्रयास तुम मत करना,
चारित्रिक मूल्यों को स्थापित कर, गीत विजय के तुम गाओ।

भारत के लोगो जागो तुम...

यदि व्यापारी तुम बनते हो, तो सच्चाई को मत तजना,
बेमेल मिलावट करने वालो, प्रिय ग्राहक को मत छलना,
साधन की निर्मलता रखकर, विश्वासपात्र तुम बन जाओ।

भारत के लोगो जागो तुम...

विद्यार्थी, शिक्षक और चिकित्सक, अधिकारी तुम बनते हो,
विधिवेत्ता, अधिवक्ता, नौकर, जिस किसी क्षेत्र में रहते हो,
सर्वत्र, सर्वदा और सर्वथा, अणुब्रती तुम रह पाओ।

भारत के लोगो जागो तुम...

भौतिक उन्नति भी आवश्यक, पर आध्यात्मिक गति भी करना,
नैतिकता निष्ठा पुष्ट बना, अच्छा मानव बनकर रहना,
मानव जीवन में महाश्रमण, तुम सदाचरण को सरसाओ।

भारत के लोगो जागो तुम...

इस लोकप्रिय गीत को मुख्यमुनि श्री महावीर कुमार जी
की आवाज में सुनने के लिए वीडियो पर क्लिक करें..





...बस थोड़ा-सा प्यार

■ एस. भाग्यम शर्मा, जयपुर

सुबह आँखें खोलते ही मुझे याद आया कि आज चंदाबाई काम पर नहीं आएगी और एक लंबी सांस छोड़ते हुए मैं बिस्तर से उठ गयी। मेरे ऑफिस में आज 10 बजे जरूरी मीटिंग थी। वहीं कल शाम को ही सामने वाले घर में रहने वाली शोभना ने मेरे साथ ही चलने की बात कही थी। मैंने गैस चूल्हा जलाकर खाना बनाने की तैयारी शुरू कर दी।

“नम्रता...” कहते हुए सासू माँ रसोईघर में आकर खड़ी हो गयीं। उधर ससुरजी भी बिस्तर से उठकर बाथरूम की तरफ बढ़ गये।

“मम्मीजी, आज चंदाबाई छुट्टी पर है। चाय बनाने में थोड़ी देर लगेगी।” न चाहते हुए भी मेरी आवाज में थोड़ी तल्खी आ गयी थी।

“अरे! ऐसा है तो सब्जी निकाल दो, मैं काट दूँ।” कहकर चाकू लेने जा रही सासू माँ का हाथ पकड़कर मैंने मना किया - “आप बैठिए मम्मी जी। मैं सब देख लूँगी। पिछले हफ्ते ही तो पालक काटते समय आपकी अंगुली कट गयी थी।”

“ठीक है। फिर मैं दूध गर्म कर देती हूँ।”

“अरे बाप रे! नहीं मम्मीजी। दो दिन पहले ही दूध उबल कर गिर गया था और आपको पता भी नहीं चला था..।”

“चलो छोड़ो, मैं झाड़ू-पोंछा आराम से कर देती हूँ। ठीक है?” सासू माँ बोलीं।

“अरे! आप रहने दीजिए। एक दिन झाड़ू-पोंछा नहीं लगेगा तो कोई पहाड़ नहीं टूट पड़ेगा। पिछली बार गीले फर्श पर फिसलकर पापाजी गिर गये थे। याद है, उस दिन आपके बेटे ने मुझे काफी डांटा था कि मम्मी से ऐसे काम क्यों करवाती हो।” यह सुनने के बाद सासू माँ उतरा हुआ चेहरा लेकर अपने कमरे में चली गयीं।

इस बीच मैंने किचन का सारा काम पूरा किया और स्नान करने चली गयी, मगर मेरा मन भारी हो गया था। मम्मीजी का उदास चेहरा जैसे मेरी आँखों में खटक रहा था। इसी सोच-विचार में ढूबी मैं साथ-साथ तैयार भी हो रही थी।

सैंडिल पहनते समय सामने के घर से शोभना की आवाज साफ सुनायी दे रही थी - “अम्मा, आज तो आपका ही राज है। कहूँ की सब्जी के साथ ही साबुत बैंगन की भी सब्जी और दाल बना दीजिएगा। ओके? और पापाजी! आपके लिए भी एक जरूरी काम है।”

“बोलो बेटी!” यह ससुरजी की आवाज थी।

“अम्मा खाना बनाएंगी तब आपको उसका वीडियो बनाना है। मैं अम्मा की तरह सब्जी क्यों नहीं बना पाती यह भी तो पता चले मुझे।”

“ओके बेटा। पक्का वीडियो बनाऊँगा।” बड़े उत्साहित होकर उसके ससुर बोले।

“ओके पापाजी। टेक केयर। बाय-बाय..।” यह कहते हुए शोभना बाहर आयी और मुझसे मुखातिब होकर बोली -

“अरे नम्रता। तुम आ गयी? चलो, चलते हैं।” यह सब कहते हुए जब उसने मेरी ओर देखा तो मेरे चेहरे पर छाया उजाड़ देखकर पूछ बैठी - “क्या बात है?”

“कुछ समझ नहीं आ रहा शोभना।”



“क्यों? क्या हुआ?”

“मैं अपने सास-ससुर को सिर-आँखों पर रखती हूँ, फिर भी वे उदास रहते हैं। वहीं तुम अपने सास-ससुर को इतना सब करने को कह रही हो और दोनों उत्साह के साथ हामी भरते जा रहे हैं। कैसे खुश रखती हो तुम उन दोनों को?”

शोभना बोली- “यह कोई बहुत बड़ा सीक्रेट नहीं है नम्रता। बुजुर्गों के लिए सबसे ज्यादा जरूरी है कि वे जो कर रहे हैं या कह रहे हैं, उसे स्वीकार किया जाये, उनकी बातें ध्यान से सुनी जाएं और उन पर अमल भी किया जाये। इससे उन्हें आत्मीय खुशी मिलती है। वे सोचते हैं कि इस ढलती उम्र में वे बेकार नहीं हुए हैं, परिवार के लिए आज भी उनकी उपयोगिता है, स्वीकार्यता है। इस सोच से उनका मन हमेशा तुसि के भाव से भरा रहता है। ठीक है?”

इस बीच मैंने स्टीयरिंग संभाल ली। नम्रता ने मेरी बगल वाली सीट पर बैठते हुए कहा, “मैं बस यही कर रही हूँ अपने सास-ससुर के लिए। अम्मा के द्वारा बनायी गयी डिश की हम तारीफ करते हैं तो उनके चेहरे पर जो खुशी झलकती है, वह देखने लायक होती है। और पापा... उनकी आँखों की रोशनी सही नहीं है, फिर भी मैंने उन्हें वीडियो बनाने के लिए कहा। इससे उन्हें लगेगा कि वे इतने भी बेकार नहीं हैं। ये दोनों काम उन्हें कई दिनों तक खुशी और उत्साह देते रहेंगे। वहीं, यदि हम उनसे कहें कि

आपसे कोई काम सही तरीके से नहीं होता तो यह उनको और भी गड्ढे में धकेलने जैसा होगा। अपनी युवावस्था में उन्होंने भाग-दौड़ कर हमारे लिए बहुत कुछ किया है। अब हमें उनके हाथ-पैरों को आराम देना है, मगर यह आराम उनके मन को तोड़ने वाला नहीं होना चाहिए। वह उनकी खुद की मर्जी से लेने वाला आराम होना चाहिए।”

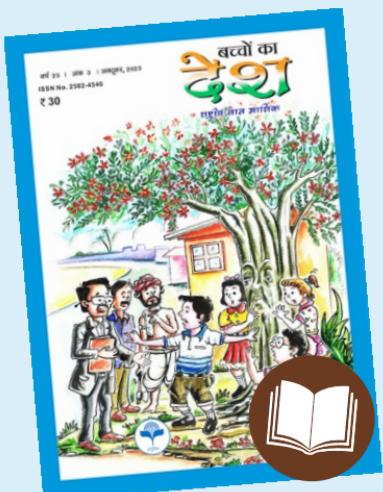
शोभना की बातें सुनते हुए ये दो पंक्तियां जो मैंने काफी पहले कहीं पढ़ी थीं, अवचेतन से निकलकर मेरे दिलो-दिमाग पर दस्तक देने लगीं -

मुझको कुछ नहीं चाहिए, मेरे श्रवणकुमार।
बस थोड़ी-सी दोस्ती, बस थोड़ा-सा प्यार॥

और मैंने शोभना की कही हुई बातों पर अमल करने का मानस बना लिया।



अणुविभा का महत्वपूर्ण मासिक प्रकाशन



बच्चों का
दैश
राष्ट्रीय बाल मासिक

नयी पीढ़ी के जीवन को मानवीय मूल्यों से समृद्ध बनाने के लिए निरंतर प्रयासरत है।

इस पत्रिका का नवीनतम अंक पढ़ने के लिए पुस्तक के चिह्न पर क्लिक करें..



अणुव्रत कोई सम्प्रदाय नहीं,
निर्विशेषण धर्म है।

काव्य-रस

प्रार्थना निष्फल न होगी

■ भारती जैन दिव्यांशी, मुरैना ■

चक्रधारी की शरण में, प्रार्थना निष्फल न होगी।
मन रमा पावन चरण में, याचना निष्फल न होगी॥

जिस तरह संवेदना की, उम्र घटती जा रही है।
भावना की भावना से, डोर कटती जा रही है।
व्यर्थ रिश्तों को अगर तू, चाहता है अर्थ देना।
बह समय की धार के संग, कामना निष्फल न होगी॥

हो तिमिर चाहे सघन घन, हौसले की बात करना।
नफरतों की बस्तियों में, प्यार की बरसात करना।
हर असंभव कर्म को, सत्कर्म से संभव बनाएँ।
दृढ़ रहे संकल्प तो ये, धारणा निष्फल न होगी॥

आस रख विश्वास रख, साथ फिर मधुमास होगा।
जीत के उल्लास का, हर श्वास में आभास होगा।
एक पल पर्याप्त है निज, इष्ट के गुण आचमन को।
जगमगा बन दीप तू, फिर, साधना निष्फल न होगी॥

कीमती चीज

अखिलेश श्रीवास्तव चमन, लखनऊ

गाँव के प्राइमरी स्कूल के मास्टर साहब केदारनाथजी का बेटा संजय दिल्ली में आयकर अधिकारी था। वह येन-केन-प्रकारेण अधिकाधिक पैसे कमाने में जुटा रहता था। उसके घर में ऐशो-आराम की एक से बढ़कर एक आधुनिक चीजें मौजूद थीं।

वहीं, मास्टर साहब यह सोच-सोच कर दुःखी रहते थे कि उनके जैसे सच्चित्र, संयमी और ईमानदार पिता का बेटा ऐसा भ्रष्ट और पैसों का लोभी कैसे हो गया। मन का बोझ जब हृद से अधिक बढ़ गया तो वे पत्नी के साथ दिल्ली चल दिये बेटे से मिलने।

माँ-बाबूजी को अचानक आया देख संजय अचकचा गया। मास्टर साहब एकटक बेटे को देखे जा रहे थे।

“क्या हुआ बाबूजी ?” संजय ने टोका।

“बेटा ! मेरी एक बहुत कीमती चीज खो गयी है। उसे ही छूँढ़ रहा हूँ।” मास्टर साहब ने जवाब दिया।

“कीमती चीज ?” संजय सोच में पड़ गया। बाबूजी के पास तो घड़ी और चश्मा के अलावा कोई कीमती चीज कभी रही ही नहीं। फिर भला किस कीमती चीज के लिए परेशान होकर बाबूजी गाँव से दिल्ली तक आ गये हैं।

“तो इसमें परेशान होने की क्या बात है ? कितनी कीमत है उस खोये हुए कीमती चीज की ?” संजय बोला।

“मेरी वह चीज अनमोल है बेटा। वह पैसों से नहीं खरीदी जा सकती। दरअसल मैं अपने भोले-भाले बेटे मुन्नू को छूँढ़ने आया हूँ जो दिल्ली की भीड़ में खो गया है।” यह सुनकर संजय ने आँखें नीची कर लीं। बाबूजी से नजरें मिलाने की हिम्मत नहीं हो रही थी उसकी।

गौरवशाली अतीत के झारोखे से

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

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

उत्तर प्रदेश विधान परिषद् में अणुव्रत प्रस्ताव

देश के विभिन्न राज्यों की विधानसभाओं और विधान परिषदों में अणुव्रत आंदोलन की चर्चा इसके व्यापक स्वरूप और महत्व को मुखरित करती है। उत्तर प्रदेश के दोनों सदनों में अणुव्रत पर चर्चा एक विशिष्ट घटना रही है। 17 फरवरी 1959 को उत्तर प्रदेश विधान परिषद् में माननीय सदस्य शुगनचन्द्र ने एक संकल्प प्रस्तुत किया जो इस प्रकार था - ‘यह सदन निश्चय करता है कि उत्तर प्रदेश सरकार देश में आचार्य श्री तुलसी द्वारा चलाये गये अणुव्रत आंदोलन में यथोचित सहयोग तथा सहायता दे।’ उत्तर प्रदेश विधान परिषद् में अणुव्रत संकल्प पत्र पर 17, 26 व 27 फरवरी 1959 को मुक्त चर्चाएं हुईं। आंदोलन को भावनात्मक समर्थन मिला। चर्चा के पश्चात् संकल्प शब्द रूप में वापस लिया गया और भावनात्मक रूप से पारित



किया गया। उन दिनों डॉ. सम्पूर्णानंद उत्तरप्रदेश के मुख्यमंत्री तथा श्री रघुनाथ विनायक धुलंकर विधान परिषद् के अध्यक्ष थे। मुनिश्री महेन्द्रकुमार प्रथम इस उपक्रम के प्रेरक थे।

पंजाब विधानसभा भवन में आचार्य

उन दिनों श्री जयसुखलाल हाथी पंजाब के राज्यपाल थे। उनकी तीव्र भावना थी कि पंजाब विधानसभा में आचार्य श्री तुलसी का कार्यक्रम हो। उनके अनुरोध का सम्मान करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने वहाँ का कार्यक्रम बनाया। आचार्यश्री 2 मई 1979 को दोपहर की तपती गर्मी में लगभग चार किलोमीटर का रास्ता तय करके ठीक एक बजे विधानसभा भवन पहुँच गये। कुछ समय बाद ही पंजाब के मुख्यमंत्री श्री प्रकाशसिंह बादल और उद्योग मंत्री श्री बलरामदास टण्डन वहाँ आये।

आचार्यश्री ने विधायकों की सभा में जीवन मूल्यों की चर्चा करते हुए कहा, “त्याग, तपस्या, संयम, संतोष, अनुशासन आदि हमारे देश के जीवन मूल्य थे। आज इनके स्थान पर सत्ता, सम्पदा, विलासिता, सुविधावाद आदि हावी होते जा रहे हैं। इनको बदलने की जिम्मेदारी मुख्यतः दो वर्गों पर है - विधायकों और साधु-संन्यासियों पर। आप अपने प्रान्त के नुमाइंदे हैं। लाखों व्यक्तियों ने आपको अपना प्रतिनिधि बनाकर भेजा है। साधु-संन्यासियों का जनता पर सर्वाधिक प्रभाव होता है। इसलिए आपका और हमारा

दायित्व है कि हम देशवासियों को सही मूल्यों का पथदर्शन दें।” राष्ट्रीय चरित्र को समुन्नत बनाने की दिशा में अणुव्रत की भूमिका पर आचार्य श्री तुलसी ने विशद चर्चा की। कार्यक्रम प्रभावी रहा।

एक नया उपक्रम

आचार्य श्री तुलसी 30 दिसम्बर 1982 को राजसमंद विराज रहे थे। उसी दिन राजसमंद झील के किनारे पहाड़ी पर स्थित तुलसी साधना शिखर के निकट ‘अणुव्रत भारती’ का शिलान्यास किया जाना था। प्रातःकालीन बेला में राजनगर के ऊच्च माध्यमिक विद्यालय से विहार कर आचार्य श्री तुलसी बिना किसी पूर्व निर्धारित कार्यक्रम के कुछ संतों और श्रावकों के साथ संकड़ी पगडण्डी से होते हुए शिलान्यास स्थल पर पहुँचे। इस अवसर पर आचार्यश्री ने कहा- “शिखर तक पहुँचने वाले व्यक्तियों का जीवन प्रायोगिक होना चाहिए। यहाँ से अणुव्रत और प्रेक्षाध्यान की जो आवाज उठेगी, उसका प्रभाव होगा, ऐसा विश्वास है।” भारतीय संस्कार निर्माण समिति के संयोजक मोहनजी जैन (सरदारशहर) ने अपना जीवन अणुव्रत भारती के लिए समर्पित कर दिया है। उनकी लगन और कार्यनिष्ठा को देखते हुए अणुव्रत भारती को विकसित करने का दायित्व उन्हें ही सौंप दिया गया है। अणुव्रत का काम आगे बढ़ता रहे, यह अपेक्षित है।

अणुविभा को आशीर्वाद

अणुव्रत विश्व भारती की स्थापना के बाद सन् 1986 में आचार्य श्री तुलसी का दूसरी बार यहाँ पथारना हुआ। 23 अप्रैल 1986 को वहाँ पत्रकार सम्मेलन का आयोजन था। दैनिक हिन्दुस्तान के सम्पादक विनोद मिश्र, दैनिक नवभारत टाइम्स के समाचार सम्पादक पारसदास जैन, जयपुर के वरिष्ठ पत्रकार भंवर सुराणा आदि पत्रकार विशेष रूप से उपस्थित थे। साध्वीप्रमुखा कनकप्रभाजी और



युवाचार्य महाप्रज्ञजी के वक्तव्य हुए। पत्रकारों को अणुव्रत और प्रेक्षाध्यान की विशद जानकारी देने के बाद अणुविभा के सन्दर्भ में आचार्य श्री तुलसी ने कहा- “अणुव्रत विश्व भारती भावी पीढ़ी के संस्कार-निर्माण की प्रयोगशाला बन रही है। उसमें आदर्श परिवार, गाँव और नगर के चित्र आलेखित करने की कल्पना संजोयी गयी है। इन सबकी पृष्ठभूमि में अणुव्रत के आदर्शों को व्यवहार के धरातल पर उतारने का अनथक प्रयत्न किया गया है। जब यह कार्य विकास की दिशा में आगे बढ़ेगा तो बड़ की भाँति विशाल होगा।”

अणुविभा के तीन कार्यकर्ता

दिल्ली में 27 जनवरी 1988 के कार्यक्रम में अणुव्रत विश्व भारती के कार्यकर्ता विशेष रूप से उपस्थित थे। अणुव्रत विश्व भारती के प्रसंग में आचार्य श्री तुलसी ने कहा- “सोहनजी गांधी एक कर्मठ एवं निष्ठाशील श्रावक हैं। वक्ता और लेखक भी हैं। इन्होंने अंग्रेजी में अणुव्रत पर पुस्तकें

लिखी हैं। अणुव्रत के प्रति इनमें अच्छा आकर्षण पैदा हो गया। ये अच्छा काम कर रहे हैं।”

श्री मोहनलाल जैन का उल्लेख करते हुए आचार्य श्री तुलसी ने कहा- “मोहनजी जैन धुन के धनी हैं। ये अधिक पढ़े-लिखे व्यक्ति नहीं हैं, फिर भी इन्होंने अणुव्रत विश्व भारती का ऐसा नक्शा बनाया है कि लोग आश्र्य कर रहे हैं। ये तन, मन, धन से अणुव्रत विश्व भारती की योजना को पूर्ण बनाने में लगे हुए हैं।”

श्री मोतीलाल एच. रांका के सम्बन्ध में उद्गार प्रकट करते हुए आचार्यश्री ने कहा- “अणुविभा के तीसरे कार्यकर्ता मोतीलालजी रांका प्रखर वक्ता हैं। इन्होंने अन्य सम्प्रदाय के आचार्यों के साथ चर्चा की है और विजयी भी हुए हैं। अणुव्रत विश्व भारती के साथ ये पूरी निष्ठा के साथ जुड़े हुए हैं।”



अणुव्रत विश्व भारती

की एक अभिनव पहल

अणुव्रत पत्रिका

ई-संस्करण

निःशुल्क पत्रिका प्राप्त करने के लिए दिए गए व्हाट्स एप के

चिह्न का स्पर्श कर अपना संदेश भेज सकते हैं।

पत्रिका नियमित भेजने के लिए आपका मोबाइल नंबर हमारी सूची में स्वचलित रूप से पंजीकृत हो जाएगा।



अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

सर, मैं सांवला हूँ... मेरे सारे साथी
मुझे कालू-कालू कह कर चिढ़ाते हैं।



गलत बात बच्चो...!
इस इंद्रधनुष को देखो...इसके सारे रंग
इसे कितना खूबसूरत बनाते हैं !

अगर ये एक ही रंग का होता तो
इतना आकर्षक नहीं लगता।



हम समझ गए सर ,
हम सभी एक इंद्रधनुष की तरह हैं।
हमें रंग और जाति का भेदभाव
नहीं रखना चाहिए।



हमसे जुड़ने के लिए नीचे दिये गये
चिह्न को क्लिक करें



एक दिन देश-दुनिया में
लाखों लोगों द्वारा



अणुव्रत अमृत महोत्सव

अणुव्रत गीत महासंग्रान्ति



18
जनवरी
2024

संपर्क सूत्र :

अणुव्रत समिति, ग्रेटर सूरत
9737280171, 9374613000
9825404433, 9374726946

अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्ष

एक विश्व • एक स्वर • मानव धर्म मुखर



अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी



74वां
अणुव्रत
अधिवेशन



18, 19 व 20 नवम्बर, 2023 | नंदनवन, मुंबई

पावन सान्त्रिध्य :

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी



अणुव्रत समाचार



किडजोन में बच्चों को मिलती है अणुव्रत के नियमों की सीख - आचार्य महाश्रमण

मुंबई। अणुव्रत अनुशास्ता परमपूज्य आचार्य श्री महाश्रमण जी के चतुर्मास प्रवास स्थल नंदन वन में अणुव्रत विश्व भारती का प्रकल्प अणुव्रत बालोदय किडजोन अभिभावकों और बच्चों के बीच आकर्षण का केंद्र बना हुआ है। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण 29 अगस्त को किडजोन में पधारे और यहाँ की गतिविधियों का अवलोकन किया। उन्होंने कहा कि यहाँ जैन, जैनेतर सभी बच्चे आकर अणुव्रत के नियमों को जान सकते हैं और नैतिक मूल्यों को पहचान सकते हैं। मुख्य मुनिश्री महावीर कुमार तथा अन्य चारित्रात्माओं ने भी किडजोन का अवलोकन किया। अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने आचार्य प्रवर को किडजोन में विकसित की गयी विभिन्न प्रवृत्तियों के बारे में जानकारी प्रदान की।

किडजोन की संयोजिका सुमन चपलोत एवं सह संयोजिका मीना बड़ाला के संयोजकत्व में समर्पित कार्यकर्ताओं की टीम यहाँ आने वाले बच्चों को नैतिक मूल्यों पर आधारित

शॉर्ट मूवीज दिखाने के साथ ही साथ खेल-खेल में उन्हें मानवीय मूल्यों से परिचित कराती है। अब तक लगभग 6000 बच्चे और लगभग 1500 अभिभावक किडजोन की विजिट कर चुके हैं।

असम के राज्यपाल ने किया अवलोकन



असम के राज्यपाल गुलाबचंद कटारिया, उनकी धर्मपत्नी अनिता कटारिया और महाराष्ट्र के पूर्व मंत्री नसीम खान किडजोन का अवलोकन करने पहुँचे। अणुव्रत अध्यक्ष अविनाश नाहर, अणुव्रत समिति, मुंबई के अध्यक्ष रोशन मेहता एवं अन्य पदाधिकारियों ने सभी का स्वागत किया।

चाड़वास में किडजोन का शुभारंभ

चाड़वास। अणुव्रत अमृत महोत्सव के उपलक्ष में विभिन्न स्थानों पर अणुव्रत समितियों के सहयोग से अणुव्रत बालोदय किडजोन संचालित करने का कार्यक्रम हाथ में लिया गया है। इसकी शुरुआत हुई राजस्थान के छोटे-से कस्बे चाड़वास से। अणुव्रत समिति की ओर से यहाँ 22 सितम्बर को अणुव्रत बालोदय किडजोन का शुभारंभ किया गया। मुनिश्री जम्मू स्वामी ने मंगल पाठ सुनाया। इस अवसर पर राजस्थान सरकार के पूर्व मंत्री राजकुमार रिणवा, अणुव्रत अमृत महोत्सव के राष्ट्रीय संयोजक संचय जैन, अणुविभा के महामंत्री भीखम सुराणा, अणुव्रत बालोदय किडजोन के राष्ट्रीय संयोजक चमन दुधोड़िया



आदि ने विचार रखे। इससे पहले चाड़वास अणुव्रत समिति के अध्यक्ष विनोद बच्छावत व मंत्री जगदीश ज्याणी ने अतिथियों का अणुव्रत दुपट्टा पहना कर स्वागत किया।

पश्चिमांचल अणुव्रत कार्यकर्ता संगठनी

चलथान। अणुव्रत समिति की ओर से 27 अगस्त को पश्चिमांचल अणुव्रत कार्यकर्ता संगठनी का आयोजन होटल ट्राएंगल में किया गया। अध्यक्षता करते हुए अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष अविनाश नाहर ने कहा कि 50 से भी अधिक देशों में अणुव्रत की गूँज हो रही है। अणुविभा को संयुक्त राष्ट्र संघ की भी सदस्यता प्राप्त है। उन्होंने अणुव्रत पत्रिका, बच्चों का देश के अधिकाधिक ग्राहक बनाने का आह्वान किया।

अणुव्रत अमृत महोत्सव वर्ष के राष्ट्रीय संयोजक संचय जैन ने अणुव्रत के लक्ष्य, अणुव्रत साधना, अणुव्रत के निदेशक तत्त्वों आदि की जानकारी दी। उन्होंने प्रत्येक मंगलवार को संयम दिवस के रूप में मनाने का आह्वान किया। अणुविभा महामंत्री भीखमचंद सुराणा और उपाध्यक्ष राजेश सुराणा



ने भी मार्गदर्शन दिया। इससे पहले अणुव्रत समिति चलथान के अध्यक्ष बाबूलाल नौलखा ने स्वागत वक्तव्य दिया। कार्यशाला में गुजरात एवं महाराष्ट्र की 10 अणुव्रत समितियों के 81 कार्यकर्ताओं ने सहभागिता दर्ज करवायी।

बीकानेर संभाग स्तरीय कार्यकर्ता संगोष्ठी



गंगाशहर। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में बीकानेर संभाग स्तरीय अणुव्रत कार्यकर्ता संगोष्ठी का आयोजन 23-24 सितम्बर को आचार्य तुलसी शांति प्रतिष्ठान में हुआ। शासनश्री साध्वीश्री शशि रेखा और साध्वीश्री ललितकला ने मंगल पाथेय प्रदान किया।

अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने कहा कि अणुव्रत का कार्यकर्ता स्वयं का नैतिक विकास कर राष्ट्र को नयी दिशा देने में योगभूत बन सकता है। अणुव्रत अमृत महोत्सव के राष्ट्रीय संयोजक संचय जैन ने अणुव्रत को जन-जन तक पहुँचाने का आव्हान किया।

अणुविभा के राष्ट्रीय महामंत्री भीखम सुराणा और उपाध्यक्ष राजेश सुराणा ने भी विचार रखे। इससे पहले गंगाशहर समिति के अध्यक्ष भंवरलाल सेठिया ने स्वागत वक्तव्य दिया। संगोष्ठी के केंद्रीय संयोजक धर्मेंद्र डाकलिया ने बताया कि इसमें 19 समितियों के माध्यम से 177 अणुव्रत कार्यकर्ता शामिल हुए।

अणुव्रत अनुशास्ता के सान्निध्य में अणुव्रत गीत महासंगान अभियान की घोषणा



मुंबई। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में 18 जनवरी 2024 को देश-विदेश में वृहद् स्तर पर अणुव्रत गीत महासंगान का आयोजन किया जाएगा। महासंगान के बैनर का अनावरण यहाँ नंदनवन में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के पावन सान्निध्य में किया गया। कार्यक्रम में गुरुदेव ने महती कृपा करते हुए अणुव्रत गीत 'संयममय जीवन हो' का संगान भी किया। इस अवसर पर अणुविभा के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर, महामंत्री भीखम सुराणा, अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद् अध्यक्ष पंकज डागा, जैन विश्व भारती के मंत्री सलिल लोढ़ा, अणुव्रत समिति ग्रेटर सूरत के अध्यक्ष विमल लोढ़ा, मंत्री संजय बोथरा उपस्थित रहे।

कंट्रोल रूम का शुभारंभ : अणुव्रत गीत महासंगान कार्यक्रम के कंट्रोल रूम का शुभारंभ 28 अगस्त को यहाँ तेरापंथ भवन में साध्वीश्री त्रिशलाकुमार के मंगलपाठ के साथ हुआ। अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने फीता खोलकर कार्यालय का उद्घाटन किया।

एलिवेट : एक्सपेरियंस द रियल हाई की संगोष्ठी आयोजित

मुंबई। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान

मैं संचालित नशामुक्ति अभियान के अंतर्गत एलिवेट : एक्सप्रेरियंस द रियल हाई की संगोष्ठी नंदनवन में आयोजित हुई। अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर व एलिवेट टीम ने अणुव्रत अनुशास्ता द्वारा प्रदत्त आशीर्वाद के प्रति कृतज्ञता ज्ञापित की।

मुंबई में अणुव्रत संकल्प यात्रा का आगाज

मुंबई। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के मंगल आशीर्वाद के साथ अणुव्रत संकल्प यात्रा की मंगल शुरुआत हुई। इसके तहत अणुव्रत वाहिनी के माध्यम से मुंबई के विभिन्न उपनगरों में नैतिकता, सद्भावना, नशामुक्ति एवं अणुव्रत के संकल्पों का प्रचार-प्रसार किया जा रहा है। अणुव्रत कार्यकर्ताओं के दल फ़िल्म प्रदर्शन, संकल्प पत्र भरवाने सहित विभिन्न माध्यमों का उपयोग करते हुए जन-जागरण का कार्य कर रहे हैं।

अणुव्रत वाटिका अभियान का शुभारंभ

बीकानेर। अणुविभा के पर्यावरण जागरूकता अभियान के अंतर्गत स्थान-स्थान पर अणुव्रत वाटिका के निर्माण का निर्णय लिया गया। इसकी शुरुआत गंगाशहर-बीकानेर क्षेत्र से 23 सितम्बर को हुई। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के पर्यावरण जागरूकता अभियान की राष्ट्रीय संयोजक डॉ. नीलम जैन ने बताया कि साध्वीश्री शशिरेखा तथा साध्वीश्री ललितकला सहित साध्वीवृद्ध के पावन सान्निध्य में अणुव्रत विश्व भारती के राष्ट्रीय अध्यक्ष अविनाश नाहर ने नैतिकता के शक्तिपीठ (आचार्य तुलसी समाधि स्थल) के प्रांगण में ‘अणुव्रत वाटिका’ का उद्घाटन किया। 23 सितम्बर को ही अणुव्रत समिति बीकानेर के सहयोग से हीरालाल सोभागमल रामपुरिया स्कूल में भी अणुव्रत वाटिका का शुभारंभ अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर के कर-कमलों से हुआ। यह एक संयोग है कि श्री नाहर की प्राथमिक शिक्षा इसी विद्यालय में हुई थी।



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 जागरूकता 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 -

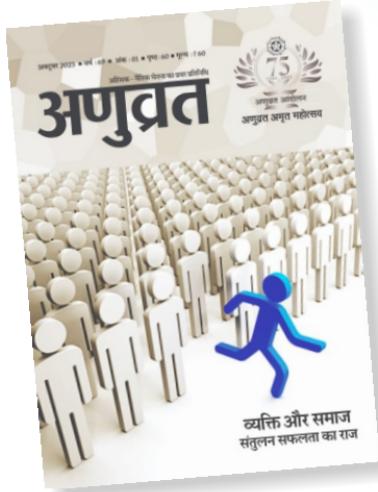
1. एक घंटा मौन साधना करूँगा/करूँगी।
2. नशे से मुक्त रहूँगा/रहूँगी।
3. मांसाहार नहीं करूँगा/करूँगी।

अणुव्रत आचार संहिता

- मैं किसी भी निरपराध प्राणी का संकल्पपूर्वक वध नहीं करूँगा। आत्म-हत्या नहीं करूँगा। भ्रून-हत्या नहीं करूँगा।
- मैं आक्रमण नहीं करूँगा। आक्रामक नीति का समर्थन नहीं करूँगा। विश्व-शांति तथा निःशक्तीकरण के लिए प्रयत्न करूँगा।
- मैं हिंसात्मक एवं तोड़फोड़-मूलक प्रवृत्तियों में भाग नहीं लूँगा।
- मैं मानवीय एकता में विश्वास करूँगा। जाति, रंग आदि के आधार पर किसी को ऊँच-नीच नहीं मानूँगा। अस्पृश्य नहीं मानूँगा।
- मैं धार्मिक सहिष्णुता रखूँगा। साम्प्रदायिक उत्तेजना नहीं फैलाऊँगा।
- मैं व्यवसाय और व्यवहार में प्रामाणिक रहूँगा। अपने लाभ के लिए दूसरों को हानि नहीं पहुँचाऊँगा। छलनापूर्ण व्यवहार नहीं करूँगा।
- मैं ब्रह्मचर्य की साधना और संग्रह की सीमा का निर्धारण करूँगा।
- मैं चुनाव के संबंध में अनैतिक आचरण नहीं करूँगा।
- मैं सामाजिक कुरुदियों को प्रश्रय नहीं दूँगा।
- मैं व्यसनमुक्त जीवन जीऊँगा। मादक तथा नशीले पदार्थों - शराब, गांजा, चरस, हेरोइन, भांग, तंबाकू आदि का सेवन नहीं करूँगा।
- मैं पर्यावरण की समस्या के प्रति जागरूक रहूँगा। हरे-भरे वृक्ष नहीं काटूँगा। पानी, बिजली आदि का अपव्यय नहीं करूँगा।

उपरोक्त संकल्पों में से सभी या
अपने भावानुसार संकल्प लेने
के लिए क्लिक करें..





अणुव्रत अनुशास्ताओं के पावन प्रेरणा पाथेय, प्रसिद्ध साहित्यकारों की रचनाओं तथा प्रखर चिंतकों के आलेखों के साथ मासिक 'अणुव्रत' पत्रिका गत 69 वर्षों से अनवरत प्रकाशित हो

रही है। 'अणुव्रत' पत्रिका का मुद्रित अंक मंगवाने के लिए आज ही सदस्य बनें।

सदस्यता शुल्क विवरण

वार्षिक	- ₹ 750
त्रैवर्षीय	- ₹ 1800
पंचवर्षीय	- ₹ 3000
दसवर्षीय	- ₹ 6000
योगक्षेमी	- ₹ 15000

बैंक विवरण :
**अणुव्रत विश्व
भारती सोसायटी**
कैनरा बैंक
A/C No. 0158101120312
IFSC : CNRB0000158



सदस्यता हेतु ऑनलाइन भुगतान के लिए इस QR कोड को स्कैन करें।

अणुव्रत आंदोलन की प्रतिनिधि संस्था अणुव्रत विश्व भारती के दो प्रकाशन 'अणुव्रत' व 'बच्चों का देश' के बारे में जानकारी के लिए वीडियो पर क्लिक करें :

