



अहिंसक-नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

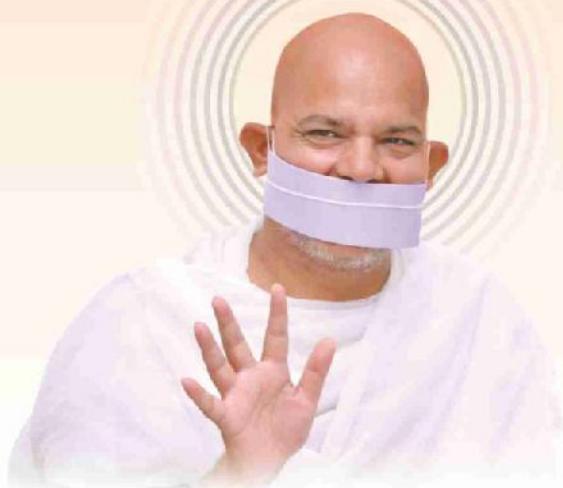
अणुप्रात

वर्ष 66
अंक 04
कुल पृष्ठ 60
जनवरी, 2021
मूल्य ₹ 50



समस्या अनेक - समाधान एक
संयमित जीवनशैली





अहं

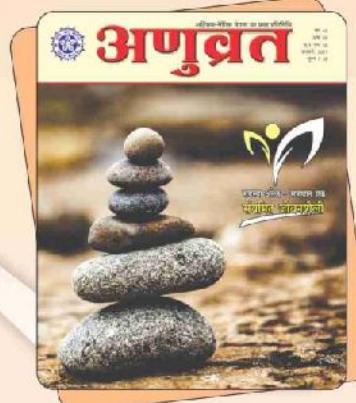
सामान्य आदमी की चेतना में राग-द्वेष आदि विजातीय तत्त्वों का मिश्रण हो जाता है और यह मिश्रण अनन्तकाल से चला आ रहा होता है। उस मिश्रण के कारण आदमी हिंसा, धोखाधड़ी आदि अपराधों में भी प्रवृत्त हो जाता है। हिंसा आदि अपराधों को रोकने के लिए चेतना के साथ होने वाले राग-द्वेष आदि विकारों के मिश्रण को निष्क्रिय अथवा कमज़ोर करना आवश्यक होता है। उसका एक उपाय है— त्याग व संयम का विकास करना।

परम पूज्य आचार्यश्री तुलसी के द्वारा संप्रवर्तित 'अणुव्रत आंदोलन' संयम के विकास का एक साधन है। 'अणुव्रत' पत्रिका अणुव्रत के प्रसार का एक माध्यम है। प्रस्तुत पत्रिका इस कार्य में नई सफलता का वरण करे। अणुव्रत से जुड़े हुए कार्यकर्ता और अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी नैतिक मूल्यों के विकास में निष्ठा के साथ लगे रहें। मंगलकामना।

24 दिसम्बर, 2020
तेलंगाना

आचार्य महाश्रमण





वर्ष 66 • अंक 04 • कुल पृष्ठ 60 • जनवरी, 2021

:: सम्पादक ::
संचय जैन

9829052452

:: कार्यालय ::

अनुव्रत विश्व भारती

अनुव्रत भवन, 210 दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली-110002 दूरभाष : 011-23233345

anuvrat_patrika@anuvibha.org
www.anuvibha.org

:: शुल्क ::

एक अंक	- ₹ 50
त्रैवर्षीय	- ₹ 1500
दसवर्षीय	- ₹ 5000

ऋणी

योगक्षेमी (15yrs.) - ₹ 11000

विशेष : सदस्यता नवीनीकरण, जिज्ञासा-समाधान एवं अन्य प्रशासनिक जानकारियों हेतु कार्यालय समय में 9116634512 पर संपर्क करें।

लेखकों, साहित्यकारों, रचनाकारों तथा समाचार प्रेषकों द्वारा
'अनुव्रत' में प्रकाशनार्थ संप्रेषण हेतु ध्यातव्य बिंदु -

- अनुव्रत सिद्धांत, स्वास्थ्य, जीवन-मूल्य एवं अभिव्रेणण विषयक सामग्री का उपयोग किया जा सकेगा।
- anuvrat_patrika@anuvibha.org पर ही सामग्री प्रेषित करें।
- ईमेल द्वारा संप्रेषित कन्वोज की गई प्रकाशन सामग्री की Open Word File को प्राथमिकता दी जायेगी।
- फोटो की गुणवत्ता कम होने पर उसे प्रकाशित करने में असमर्थता रहेगी। इस हेतु समाचार के साथ प्रेषित फोटो की गुणवत्ता पर विशेष ध्यान दें। वाट्सएप पर फोटो न में।
- अनिमंत्रित सामग्री को लौटाने हेतु वाध्यता नहीं रहेगी।
- प्रकाशित रचनाओं में व्यक्त विचार लेखकों का निजी वित्तन है।

जनवरी 2021



अनुव्रत



:: अनुक्रमणिका ::



जनवरी 2021

अणुव्रत
विचार-कर्मी

दिशा-बोध	संयम का दर्शन अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी	पृष्ठ सं. 06
जीवन-मूल	कोरोना ने दी संयम.. मुनि विजय कुमार	पृष्ठ सं. 12
विचार-बोध	संयम संजीवनी जड़ी है साध्वी निर्मलप्रज्ञा	पृष्ठ सं. 16
स्वास्थ्य	शाकाहार बचाए कोरोना से... डॉ. दिलोप धींग	पृष्ठ सं. 18
जीवन-कर्मी	प्राण ऊर्जा का संतुलन... डॉ. चंचलमल चोरडिया	पृष्ठ सं. 22
विचार-समर्पण	राष्ट्रीय चरित्र-निर्माण... ललिता कुलवंत	पृष्ठ सं. 25
विचार-सारांश	स्कूल खात्म कर रहे हैं... जसविंदर शर्मा	पृष्ठ सं. 28
विचार-चिंतन	माँ के बिना जीवन... रामसिंह यादव	पृष्ठ सं. 30
पाठ्यक्रम	संस्कारों की जननी नीना छिल्कर	पृष्ठ सं. 34

दिशा-दर्शन	प्रबंध का प्राणतत्व अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ	पृष्ठ सं. 09
आस-विकास	संयम की साधना से... आनंद प्रकाश त्रिपाठी	पृष्ठ सं. 14
दृष्टिकोण	एक बड़ा मानवीय गुण... डॉ. विद्या श्रीवास्तव	पृष्ठ सं. 17
व्यार्थ	कोरोना के बाद... पारसपल चिण्डालिया	पृष्ठ सं. 20
भौतिक-विकास	सामाजिक बदलाव... रमेश हिरण	पृष्ठ सं. 24
जीवन-मूल	बालकों की सुरक्षा... रेणु रघुवीर	पृष्ठ सं. 26
सेवा	साहित्य की दरी पर रामस्वरूप रावतसरे	पृष्ठ सं. 29
त्वंवंय-प्रसंग	धार्मिक व सामाजिक व्यंग्य छत्रसिंह बच्छावत	पृष्ठ सं. 32

:: विविधा ::

सम्पादकीय	05
गति-प्रगति	38
Q10 प्रतियोगिता	57

जीवनशैली अणुव्रत एक श्रेष्ठ विकल्प

अणुव्रत आंदोलन गत सात दशकों से गतिमान है। महान् दूरदृष्टा आचार्य तुलसी ने जब इसका प्रवर्तन किया था तब इसकी बड़ी प्रासंगिकता थी। आज इसकी प्रासंगिकता बहुगुणित हो गई है। आचार्य तुलसी के शब्दों में ही कहूँ तो – “अणुव्रत संयम का रास्ता है। कोई भी सदी क्यों न हो, पांचवीं सदी हो या पच्चीसवीं, संयम कभी अप्रासंगिक नहीं हो सकता। जब तक संयम की प्रासंगिकता है, अणुव्रत कभी अप्रासंगिक नहीं बन पाएगा।”

आज विश्व जिन विकट परिस्थितियों से गुजर रहा है, आचार्य तुलसी के ये शब्द विश्व मानव को अपनी जीवनशैली के बारे में गहरे सोचने पर मजबूर कर रहे हैं। परिस्थितियां याहे पर्यावरणीय हों या अर्थजगत से जुड़ी, वैयक्तिक, पारिवारिक संबंधों की हों या सामाजिक और व्यावसायिक, सांप्रदायिकता जनित हिंसा की हो या युद्धोन्माद की, शारीरिक स्वास्थ्य की हो या मानसिक स्वास्थ्य की, संयमित जीवनशैली हर समस्या का समाधान प्रस्तुत करती है।

कोरोना महामारी से जूझ रहा विश्व आज संयम के महत्त्व को अधिक स्पष्टता के साथ समझ पा रहा है। अनियंत्रित आर्थिक दौड़ ने उपभोगवाद को बढ़ावा दिया है। उपभोगवादी संस्कृति ने समस्याओं को बढ़ाया है क्योंकि उपभोगवाद का अस्तित्व ही असंयमित जीवनशैली पर टिका है। यदि हमें इन मानवजनित समस्याओं से मुक्ति पानी है तो अणुव्रत दर्शन पर आधारित जीवनशैली को अपनाना ही होगा।

अणुव्रत आंदोलन स्वरथ समाज संरचना की अपनी इस मुहिम को जन-जन तक पहुंचाने के लिए कृत-संकल्पित है। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण का युगीन मार्गदर्शन हमारी ताकत है। अणुव्रत कार्यक्रमों व कार्यकर्ताओं को एक मंच पर लाकर उन्होंने इस आंदोलन की शक्ति को द्विगुणित कर दिया है। अणुविभा को अणुव्रत आंदोलन की प्रतिनिधि संरथा होने का गुरुत्तर दायित्व मिला है। अणुव्रत का प्रत्येक कार्यकर्ता इस दायित्व के निर्वहन में अपना श्रम व समर्पण नियोजित करे, यह हमारा दायित्व भी है और कर्तव्य भी।

अणुव्रत आंदोलन नए वर्ष का स्वागत नई ऊर्जा और नई संभावनाओं के साथ कर रहा है। अणुव्रत आंदोलन और भी अधिक प्रभावी बने, इसकी प्रथम आवश्यकता है कि अणुव्रत का प्रत्येक कार्यकर्ता अणुव्रत के दर्शन का स्वयं संवाहक बने। अणुव्रत उसके जीवन में बोले।

आचार्य तुलसी ने कहा था – सुधरे व्यक्ति, समाज व्यक्ति से राष्ट्र स्वयं सुधरेगा। इस अवसर पर बदलाव की शुरूआत करने का मैं स्वयं संकल्प लेता हूँ और आप सबसे भी इसका सादर अनुरोध करता हूँ।

‘अणुव्रत’ का यह अंक आपके हाथों में है। आने वाले समय में आप इसमें क्या बदलाव चाहते हैं, कैसा निखार चाहते हैं, कृपया अपने सुझाव मुझे नीचे लिखे ईमेल पर अवश्य भेजें। यह पत्रिका जन-जन के जीवन में सकारात्मक बदलाव का सशक्त माध्यम रही है, जिसे हमें और भी अधिक प्रभावी बनाना है।

मैं ‘अणुव्रत’ के सभी पूर्व सम्पादकों के प्रति अपना आदर भाव व्यक्त करता हूँ जिनकी लेखनी व सम्पादकीय कला ने इसे लोकप्रियता व प्रतिष्ठा प्रदान की। निर्वत्मान सम्पादक श्री अशोक जी संचेती के प्रति विशेष साधुवाद। कोरोना महामारी से पूर्व ‘संयम’ विषयक अंक के लिए उनके द्वारा तैयार सामग्री का इस अंक में समावेश किया गया है।

अणुव्रत अनुशास्ता के प्रति हृदय की गहराइयों से अपनी श्रद्धा व्यक्त करते हुए मैं प्रदत्त दायित्व को यथाशक्ति अपनी निष्ठा, प्रामाणिकता और समर्पण भाव से निभाने का संकल्प व्यक्त करता हूँ।

– संचय जैन
sanchay_avb@yahoo.com

संयम का दर्शन



जनवरी 2021



अणुव्रत

बीसर्वी शताब्दी वैज्ञानिक उपलब्धियों की शताब्दी है। इस शताब्दी में विज्ञान ने हर दिशा में प्रगति की है। सामाजिक जीवन में उस प्रगति के लाभ स्पष्ट दिखायी दे रहे हैं। एक सामाजिक प्राणी को सुविधा के जितने साधन इस शताब्दी ने उपलब्ध कराए हैं, वे निकट अतीत में नहीं थे। इस सुविधावाद ने दीखते कष्टों अथवा दुःखों को बहुत कम किया है। संस्कृत का एक प्राचीन सूक्त सहज ही स्मृति में आ जाता है – स्कन्धात् स्कन्धान्तरं नयत् – व्यक्ति भार को एक कंधे से दूसरे कंधे पर डालता है और आराम महसूस करता है। क्या आज ऐसा नहीं हो रहा है? एक दुःख को मिटाने के लिए दूसरे दुःख को स्वीकार किया जा रहा है। सुविधावाद की यह बहुत स्पष्ट व्याख्या हो सकती है।

सुविधावादी दृष्टिकोण ने पदार्थवादी दृष्टिकोण को जन्म दिया। पदार्थवादी दृष्टिकोण ने धन संग्रह की अभिषिक्षा प्यास जगाई। हमारी दृष्टि में हिंसा, आतंक आदि बुराइयां मूलभूत बुराइयां नहीं हैं। इनका स्थान नम्बर दो पर है। इनकी पृष्ठभूमि में मूलभूत कारण हैं—सुविधावादी दृष्टिकोण, भोगवादी दृष्टिकोण और संग्रहवादी दृष्टिकोण। हिंसा और आतंक में फंसे लोगों का दृष्टिकोण शेष समाज से भिन्न नहीं है। समाज के लोग सुविधा चाहते हैं, भोग चाहते हैं और धन चाहते हैं। हिंसा और आतंक में फंसे लोगों की दृष्टि भी सुविधा, भोग और धन पर है।

जब तक आर्थिक नियोजन पर समग्र दृष्टि से विचार नहीं किया जायेगा, तब तक हिंसा, आतंक और अपराधों को रोकने का कारगर उपाय हाथ नहीं लगेगा। चिंतन के स्तर

पर यह माना गया था कि आर्थिक विकास होने पर ये समस्याएं सुलझ जाएंगी। किंतु अनुभव यह बता रहा है कि आर्थिक विकास होने पर समस्याएं और अधिक उलझी हैं। समस्या के समाधान का एक सूत्र है – संयम। इसका प्रयोग व्यापक स्तर पर हो, यह आवश्यक है। संयम का अर्थ है अल्पीकरण या परिसीमन। सुविधा का संयम, भोग का संयम और धन का संयम। इस परिप्रेक्ष्य में अणुव्रत का धोष – ‘संयमः खलु जीवनम्’ ‘संयम ही जीवन है’ राहीं और स्थायी समाधान देने वाला है।

रोटी-पानी से जीवन चलता है, पर जीवन का मूल आधार इनसे नहीं चलता। रोटी-पानी भी जीवन तब देते हैं, जब इनके साथ संयम जुड़ा हुआ हो। इसे इस दृष्टि से स्वीकार किया जा सकता है कि जीवन देने वाला विश्व तत्त्व है संयम।

वैज्ञानिक युग में सबसे अधिक किसी की उपेक्षा हुई है तो संयम की हुई है। अणुव्रत का संदेश संयम का संदेश है। अणुव्रत का दर्शन संयम का दर्शन है। संयम को व्यापक बनाने के लिए समूचे वर्तमान और अतीत पर दृष्टिपात करना होगा। सबसे अधिक दृष्टिपात करना है विश्व की शिक्षा प्रणाली पर, जिसकी फलश्रुति सुविधा, भोग और संग्रह से जुड़ी हुई है।

यदि प्रारंभ से ही एक विद्यार्थी में संयम के संस्कार—बीज बो दिए जाएं तो हम नये मनुष्य, नये समाज और नये विश्व की कल्पना कर सकते हैं। केवल पदार्थ विस्तार और शस्त्र-विस्तार के आधार पर नये विश्व की संरचना नहीं हो

सकती। यह एक सच्चाई है। इसे हम स्पष्ट रूप से स्वीकार करें तो बहुत अच्छा है। यदि हम प्रत्यक्षतः स्वीकार नहीं करेंगे तो आने वाले युग की समस्याएं इस सच्चाई को स्वीकार करने के लिए विवश कर देंगी।

जिस समय अणुव्रत का अभियान प्रारंभ किया गया, उस समय उसकी प्रासांगिकता थी। आज वह अतिप्रासांगिक बन गया। उसकी प्रासांगिकता हजार गुण बढ़ गयी। अब अपेक्षा इस बात की है कि हम लोग मिलें और समस्या के मूल पर विचार करें। केवल पत्तों की काट-छांट कर या उन्हें सींचन देकर समाधान की बात न सोचें।

जड़ तक पहुंचने का प्रयत्न करें।

वर्तमान की सबसे बड़ी समस्या

शिक्षा की है, जीवनशैली की है। इस संबंध में पूरी गंभीरता के साथ सामूहिक चिंतन की अपेक्षा है। यदि मनुष्य को सुख-शांति के साथ जीना है तो अणुव्रत दर्शन के साथ जीना होगा। इस दृष्टि से यह कहा जा सकता है कि 21वीं शताब्दी अणुव्रत की शताब्दी होगी, अध्यात्म की शताब्दी होगी।

अणुव्रत जीवन का दर्शन है, समाज का दर्शन है, मानवीय मूल्यों का दर्शन है चरित्र का दर्शन है। साइंस और टेक्नोलॉजी से उसका कोई विरोध

नहीं है। उसका विरोध है असंयम से। जिस राष्ट्र के जीवन-दर्शन में असंयम घुला हो, वह राष्ट्र संयम, चरित्र या मानवीय मूल्यों को प्रतिष्ठित करने का प्रयास क्यों करेगा? जिस राष्ट्र की धर्मनियों में असंयम का रक्त प्रवाहित हो रहा हो, वहां संयम को आदर्श क्यों माना जाएगा? त्याग और भोग की दिशाएं सर्वथा भिन्न हैं। जिस प्रकार पूर्व और पश्चिम के रास्ते अलग-अलग होते हैं, उसी प्रकार संयम और असंयम के रास्ते भिन्न-भिन्न हैं। अणुव्रत संयम का रास्ता है। कोई भी सदी क्यों न हो, पांचवीं सदी हो या पच्चीसवीं, संयम कभी अप्रासांगिक नहीं हो सकता। जब तक संयम की प्रासांगिकता है, अणुव्रत कभी अप्रासांगिक नहीं बन पाएगा। अणुव्रत व्यक्ति को संन्यासी बनाने की बात नहीं करता। वह जीवन को परिष्कृत या संशोधित करने का निर्देश देता है। उसकी न कोई जाति है और न कोई सम्प्रदाय। वह किसी वर्ग विशेष के लिए है, यह बात भी नहीं है। क्षेत्रीय सीमाएं उसकी गति को बाधित नहीं करतीं। मानव मात्र को संयम की दिशा में प्रेरित करने वाली आचार संहिता का नाम है अणुव्रत।

अणुव्रत न स्वर्ग की चर्चा करता है और न मोक्ष की। वर्तमान जीवन की शैली कैसी हो? उसका एक मॉडल प्रस्तुत करता है – अणुव्रत। इस सदी का मनुष्य हिंसा, आतंक, युद्ध, वैमनस्य, घृणा आदि समस्याओं से आक्रान्त है। साम्प्रदायिक उन्माद की घटनाएं बढ़ती जा रही हैं। धर्म के नाम पर राजनीति खेली जा रही है। व्यवसाय की प्रतिस्पर्धा से नीति नामक तत्त्व को गौण किया जा रहा है। नशे की संस्कृति युवा पीढ़ी को गुमराह बना रही है। चुनाव की धांधली ने लोकतंत्र की पवित्रता के आगे प्रश्नचिह्न खड़ा कर दिया है। पर्यावरण का संकट गहराता जा रहा है।

अणुव्रत इस प्रकार की सभी समस्याओं को समाहित करने की दिशा प्रशस्त कर सकता है, बशर्ते कि मनुष्य गहरी आरथा के साथ ब्रतों का अनुशीलन करे।

अणुव्रत का दर्शन मुख्यतः संयम का दर्शन है। संग्रह और व्यक्तिगत भोग की सीमा का सिद्धांत आर्थिक दृष्टि से पनपने वाली बुराइयों की जड़ पर कुठाराघात करता है।

पृथ्वी, पानी, वनस्पति आदि का संयम पर्यावरण को प्रदूषित होने से रोक सकता है।

इस बात को सिद्धान्ततः स्वीकार करने पर भी जीवन-व्यवहार में संयम का यथेष्ट अभ्यास नहीं हो पा रहा है। यह मानवीय दुर्बलता है कि मनुष्य जिस जीवन-शैली को समाधानकारक और उन्नत मान रहा है, उसे भी स्वीकार नहीं कर पा रहा है। इसका मूलभूत कारण है प्रतिरोधात्मक शक्ति अथवा प्रतिस्तोत में बहने की क्षमता का अभाव।

शिक्षा में अणुव्रत दर्शन का प्रवेश एक उपाय है संस्कार-परिवर्तन की दिशा में नई संभावनाओं के द्वारा खोलने का। विद्यार्थी जीवन में अणुव्रत की शिक्षा का अभ्यास हो जाए तो संयम की साधना दुष्कर नहीं रहती। इक्कीसवीं सदी में प्रवेश करने का समय सामने है। सात वर्षों का समय बहुत लग्बा समय नहीं होता। उस समय तक अणुव्रत जैसे व्यापक जीवन-दर्शन को आत्मसात् किया जा सके तो अगली सदी में प्रवेश पूरी भव्यता और दिव्यता के साथ हो सकेगा। मेरा यह निश्चित विश्वास है कि अणुव्रत-दर्शन आगामी सदी के उजाले में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकेगा।

(सन् 1993 का आलेख)

अणुव्रत गीत

संयममय जीवन हो ॥
नैतिकता की सुर-सरिता में जन-जन मन पावन हो ।
संयममय जीवन हो ॥

अपने से अपना अनुशासन, अणुव्रत की परिभाषा ।
वर्ण, जाति या सम्प्रदाय से, मुक्त धर्म की भाषा ।
छोटे-छोटे संकल्पों से, मानस-परिवर्तन हो ॥
संयममय जीवन हो ॥

मैत्री-भाव हमारा सबसे, प्रतिदिन बढ़ता जाए ।
समता, सह-अस्तित्व, समन्वय-नीति सफलता पाए ।
शुद्ध साध्य के लिए नियोजित, मात्र शुद्ध साधन हो ॥
संयममय जीवन हो ॥

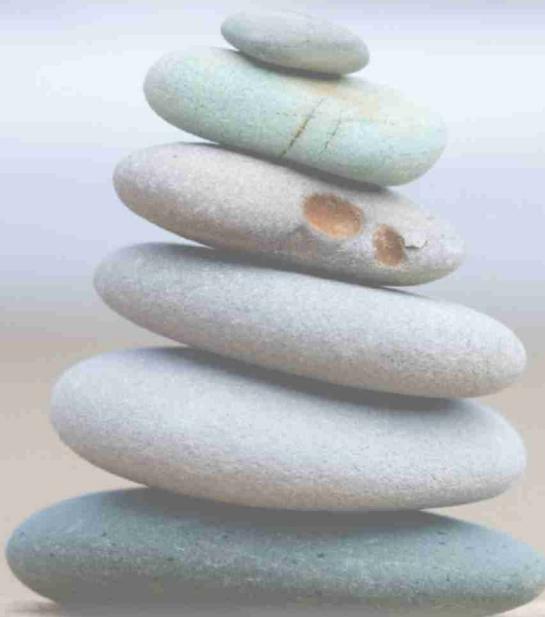
विद्यार्थी या शिक्षक हो, मजदूर और व्यापारी ।
नर हो नारी बने नीतिमय, जीवनचर्या सारी ।
कथनी-करनी की समानता, में गतिशील चरण हो ॥
संयममय जीवन हो ॥

प्रभु बनकर के ही हम, प्रभु की पूजा कर सकते हैं ।
प्रामाणिक बनकर ही, संकट सागर तर सकते हैं ।
शौर्य-वीर्य-बलवती अहिंसा, ही जीवन-दर्शन हो ॥
संयममय जीवन हो ॥

सुधरे व्यक्ति, समाज व्यक्ति से, राष्ट्र स्वयं सुधरेगा ।
'तुलसी' अणुव्रत-सिंहनाद, सारे जग में प्रसरेगा ।
मानवीय आचार-संहिता, में अर्पित तन-मन हो ॥
संयममय जीवन हो ॥

आचार्य श्री तुलसी रचित इस गीत ने लाखों लोगों के दिल में
बदलाव की तौ जगाई है। इस गीत का एक-एक शब्द, एक-एक
पंक्ति व्यक्ति को मूल्यपरक जीवन जीने को प्रेरित करते हैं। हजारों
स्कूलों में इस गीत को प्रार्थना के रूप में गाया जाता है। एकात्म
होकर गाइए, रूपांतरण आप स्वयं अनुभव करेंगे।





प्रबंधन का प्राणतत्त्व संयम



अणुवत् अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ

प्रबंधन का एक महत्वपूर्ण सूत्र अणुवत् ने प्रस्तुत किया। वह है – **संयमः खलु जीवनम्।** संयम प्रबंधन का प्राणतत्त्व है। वर्तमान प्रबंधन में इस सूत्र की उपेक्षा की गई अथवा जितना अपनाना चाहिए, उतना नहीं अपनाया गया। संयम ही जीवन है – यह अणुवत् का महत्वपूर्ण घोष है और एक प्राचीन विचार का नवीनीकरण है। वही संगठन चिरजीवी रहेगा, जिसमें संयम से अनुप्राणित व्यक्तित्व हैं। ऐसा संगठन ही प्रेरणा का स्रोत बन सकता है।

जीवन का संयम

संयम का एक घटक है जीवन का संयम। चाहे राजनीतिक संगठन हो, सामाजिक, पारिवारिक या धार्मिक संगठन, उसके मुखिया यदि जीवन का संयम नहीं रखते हैं तो संगठन बनेगा ही नहीं और बन भी जाएगा तो बिखर जाएगा, टूट जाएगा, टिक नहीं पाएगा। बहुत जागरूक रहना पड़ता है। कभी-कभी एक शब्द भी संगठन की चूलें हिला देता है। एक भी शब्द ऐसा नहीं निकलना चाहिए, जो संगठन की जड़ों को हिला दे।

महावीर के पास लोग आए और गालियां बकीं, बुद्ध के सामने आए और गालियां बकीं, आचार्य भिक्षु को गालियां बकीं। गालियां ही नहीं बकीं, मुक्का भी जमा दिया। वे फिर भी मौन और शांत रहे, कुछ भी नहीं बोले। जीवन का इतना संयम कि एक भी शब्द ऐसा न निकला, जिससे किसी को आंच आती, संगठन कमजोर बनता। एक ही शब्द पर बड़े-बड़े युद्ध हो गए हैं। इतिहास को देखें। महाराणा प्रताप और शक्तिसिंह आपस में लड़े। कोई राज्य के बंटवारे के लिए नहीं लड़े। दोनों ने एक साथ तीर छोड़ा। एक हिरण मारा गया। प्रताप ने कहा – यह मेरे बाण से मरा है और शक्तिसिंह ने कहा – यह मेरे बाण से मरा है। यह विवाद

लड़ाई का केन्द्र बन गया। हिरण मैंने मारा या तुमने मारा, इस बात पर विवाद खड़ा हो गया। इस वाणी के विवाद से दोनों भाई एक-दूसरे के दुश्मन बन गए।

जीवन है संयम

अनेक बार एक प्रश्न आता है – रोटी जीवन हो सकती है, पानी जीवन हो सकता है, क्योंकि इनके बिना जीवन नहीं चलता। लेकिन संयम जीवन कैसे? श्वास जीवन है, इसके बिना दो क्षण भी जीवन नहीं चलता। किंतु संयम जीवन कैसे हुआ? मनुष्य इस सच्चाई को भुला देता है – रोटी जीवन है, किंतु रोटी न खाना उससे भी बड़ा जीवन है। पानी जीवन है पर पानी न पीना उससे भी बड़ा जीवन है। श्वास जीवन है पर योग के आचार्यों ने बतलाया – श्वास का संयम करो, कुंभक करो, श्वास लम्बा लो, जीवन और बढ़ जाएगा। श्वास का संयम, आहार का संयम, हमारे जीवन को बढ़ाता है।

इच्छा का संयम

संयम का महत्वपूर्ण घटक है इच्छा का संयम। जो इच्छा आए, वह काम न करें। एक आदमी जा रहा था। कुछ दूर जाकर सड़क पर लेट गया। सामने से तांगा आया।

तांगेवाला बोला – हट जाओ। सड़क पर क्यों लेटे हो? उसने कहा – मेरी इच्छा है। तांगेवाले ने तांगा आगे बढ़ाया। लेटे हुए व्यक्ति ने घबराकर कहा – अरे, क्या कर रहे हो?

तांगेवाला बोला – मेरी इच्छा है।

जो व्यक्ति समझदार होता है, वह इच्छाओं की काट-छांट करना जानता है। हर इच्छा को क्रियान्वित नहीं करता। बहुत सारी इच्छाएं पैदा होती रहती हैं। सबकी पूर्ति संभव नहीं होती। समझदार व्यक्ति, संगठन को चलाने वाला या संगठन में चलने वाला व्यक्ति कभी यह दुहाई नहीं देता – मेरी यह इच्छा हुई और मैंने यह काम कर लिया।



शरीर का संयम

शरीर का संयम भी बहुत जरूरी है। थोड़ा—सा आवेश आया और एक चांटा जड़ दिया। इस उत्तेजना की स्थिति में परिवार बिखर जाता है। हाथ का संयम बहुत जरूरी है। क्रोध जब तक भीतर रहे, तब तक स्वर्य का नुकसान करता है। वह बाहर न आए, तब तक किसी अन्य का नुकसान नहीं करता। इसी को आगम की भाषा में कहा गया है—क्रोध का विफलीकरण और क्रोध का सफलीकरण। क्रोध को अपने तक सीमित रखें तो वह विफल बन गया। क्रोध के दो फल हैं—या तो गाली बकना या हाथ—पैर चला देना, मार देना। क्रोध को सफल न बनाना शरीर का संयम है। संयम को हम ठीक ढंग से समझें, यह

प्रबंधन का प्राणसूत्र बन सकता है।

**सुखी जीवन का सूत्र—
संयम**

पास में सब कुछ, फिर भी समस्या का समाधान और प्रश्न का उत्तर नहीं मिलता तो आदमी की बैचैनी बढ़ जाती है।

इसीलिए बड़े—बड़े कुबेरपति, राजा—महाराजा और सम्राट अपने प्रश्नों के उत्तर पाने के लिए उन लोगों के पास जाते रहे हैं, जो आत्मा की दृष्टि से समुन्नत थे। सारी समस्याओं की जड़ है ज्ञान का अभाव। ज्ञान का विकास होते ही समस्या का समाधान हो जाता है, प्रश्न का उत्तर भी मिल जाता है।

ज्ञान से तात्पर्य यहां सत्य के ज्ञान से है। आजीविका चलाने के लिए भी ज्ञान अर्जित करना पड़ता है, किंतु वह दूसरा ज्ञान है। आत्मिक और आध्यात्मिक ज्ञान से उसका कोई लेना—देना नहीं है। आत्मज्ञान ही यथार्थ का ज्ञान है। वह किसी स्कूल या कॉलेज से नहीं, अपनी स्वयं की साधना से अर्जित करना होता है। बुद्धि और विवेक किराए पर नहीं मिलते। मिल भी जाएं तो अपने काम नहीं आते। इसे स्वयं से उत्पन्न करना पड़ता है। यहां 'अपनी समर्था, अपना समाधान' वाला सूत्र चलता है।

एक राजा कुछ दिनों से बड़ी उलझन का अनुभव कर रहा था। उसे यह आभास हो रहा था कि उसके निकट के लोगों की वफादारी में कमी आ रही है। मंत्री, दरबारी, सेनापति आदि उसके खिलाफ किसी षड्यंत्र का जाल बुन रहे हैं। उसके आसपास जो कुछ घट रहा था, उससे उसका

संदेह गहराता जा रहा था। राजसत्ता के सामने ऐसी चुनौतियां आती रहती हैं। शासक अगर सावधान न रहे तो उसके ही सहयोगी उसे उखाड़ फेंकने में देर नहीं लगाएं।

राजा की राजधानी में एक दिन एक महात्माजी का आगमन हुआ। राजा ने उन्हें महल में आमंत्रित किया और एकांत में वार्तालाप की इच्छा व्यक्त की। एकांत में राजा और संन्यासी दोनों मिले। संन्यासी ने कहा—‘राजन! बताएं, आपकी क्या क्या समस्या है?’

राजा ने कहा—‘महात्माजी! मैं आसपास के राजाओं से ज्यादा समृद्ध हूं। सैन्य ताकत में भी मैं सब पर भारी पड़ता हूं। फिर भी एक अज्ञात आशंका से हर समय संशक्ति रहता हूं। ऐसा लगता है जैसे

मेरे ही लोग
मेरे खिलाफ
षड्यंत्र कर
रहे हैं। वैसे
प्रत्यक्ष रूप में
अभी तक
सामने कुछ भी
नहीं आया है।
लेकिन भीतर
ही भीतर मैं
डरा हुआ हूं।
भविष्य में कुछ
भी हो सकता
है। कृपा कर
मुझे इस

समस्या से मुक्ति का उपाय बताएं।’

संन्यासी ने एक क्षण सोचा, फिर गंभीर होकर कहा—‘राजन! आपकी समस्या बाहर की नहीं, भीतर की है। इसलिए इसका समाधान भी कुछ अलग ढंग का होगा। वह समाधान मैं सुझा सकता हूं किंतु करना पड़ेगा आपको। लगता है आपकी प्रजा आपसे संतुष्ट नहीं है। प्रजा असंतुष्ट तब होती है, जब उसकी मूलभूत समस्याओं पर ध्यान नहीं दिया जाता। आप प्रजा की आजीविका का सम्यक् प्रबंध करें। भरोसा रखें, पचास प्रतिशत समस्या तो यह कदम उठाते ही दूर हो जाएगी।

दूसरी बात—समस्या के समाधान में सहयोग देने वाले मंत्री, कोषाध्यक्ष, सेनापति आदि जब समस्या के प्रति उदासीन हो जाते हैं और सुलझाने के बजाय उसे हवा देने लगते हैं तो समझ जाना चाहिए कि वे असहयोग कर रहे हैं। असहयोग कोई यों नहीं करता, उनके मन में भी किसी बात को लेकर असंतोष है। आप उन्हें विश्वास में लें। उनकी बातों पर ध्यान दें, उन्हें सम्मान दें। इससे विश्वास की बहाली होगी और वे फिर से आपके वफादार बन जाएंगे। उनकी बातों पर ध्यान नहीं देंगे तो वे आपकी जड़ खोदने का काम करेंगे। आप उन्हें अनुकूल बनाने का हररांभव प्रयास करें।’

समस्या भीतर की हो तो उसके समाधान का उपाय भी वैसा ही करना पड़ता है।

मधवा जन्म शताब्दी के अवसर पर अणुव्रत आंदोलन प्रवर्तक आचार्य तुलसी ने कहा था कि आचार्य में तीन विशेष गुण होने चाहिए — क्षमता, समता और ममता। उसमें सहन करने की शक्ति हो। आचार्य जिनका नेतृत्व कर रहे हैं, वे भले ही एक ही संप्रदाय के हों, किंतु विचारों की दृष्टि से भिन्न-भिन्न होते हैं। आचार्य में अगर सहनशीलता नहीं है तो भिन्न विचार वाले शिष्य-शिष्याओं का नेतृत्व करना कठिन हो जाएगा। परिवार और समाज के मुखिया को वैसे ही सहिष्णु होना चाहिए।

तीसरी बात अधीनस्थों को सम्मान दो, वे भी आपका सम्मान करने लगेंगे। जो जितने सम्मान का हकदार है, उसे उतना सम्मान नहीं मिलता है तो वह विरोधी हो जाता है। आलोचक और विरोधियों की संख्या इसी क्रम में बढ़ती है।

संन्यासी ने राजा से कहा — ये तीन अनायत शस्त्र हैं। ये केवल राजा और शासक के लिए ही नहीं, जिम्मेदारी के पद पर बैठे हर व्यक्ति के लिए हैं। इनका प्रयोग करें तो समस्या बड़ी जल्दी सुलझ जाएगी। राजा ने वैसा ही किया और समस्या समाहित हो गई।

आज हिंसा क्यों बढ़ रही है? आतंकवाद, उग्रवाद, अलगाववाद क्यों सिर उठा रहे हैं? यह सब प्रतिक्रिया का परिणाम है। इसका समाधान है — अणुव्रत, संयम और सीमाकरण। भोग की सीमा करो। पदार्थवादी दृष्टिकोण में परिवर्तन करो। सङ्कों पर स्पीडब्रेकर लगे होते हैं। अगर ये न हों तो दुर्घटना की संभावना बढ़ जाती है। संयम और व्रत ब्रेकर हैं। ये रफतार को कम करने या रुक जाने के लिए विवश कर देते हैं। तेज रफतार न सड़क पर अच्छी है, न जीवन में। दुर्घटना की संभावना दोनों में है।

बढ़ती महत्वाकांक्षा और अधिकाधिक पाने की भूख आदमी को अशांत बना रही है। तृष्णा संतोष पर हावी है। एक राजा ने किसी पर प्रसन्न होकर कहा — मांगो, तुम जो मांगोगे, वह तुम्हें दूंगा। वह भूमिहीन था। उसने कहा — मुझे भूमि चाहिए। राजा ने कहा — आज दिनभर में तुम पैरों से जितनी भूमि माप लोगे, वह तुम्हारी।

उस आदमी में तृष्णा जाग गई। उसने बेतहाशा दौड़ना शुरू कर दिया। लेकिन था तो आदमी ही। आखिर कितना दौड़ता? बिना खाए—पीए जमीन की लालच में पन्द्रह किलोमीटर की दौड़ लगा सका। लौटकर राजा के पास आया तो राजा ने देखा — वह दौड़ नहीं रहा था, लड़खड़ा रहा था। परीने से तरबतर राजा के सामने पहुंचा और मुंह के बल गिर पड़ा और दम तोड़ दिया। जो भूमि उसने मापी थी, वह उसके काम नहीं आई। उसके काम आई सिर्फ़ छँगज भूमि।

एक व्यक्ति को कितना चाहिए जीवनयापन के लिए? लेकिन आदमी इतने का आकांक्षी है, जितने में कई जन्म तक काम चलाया जा सके। आज का आदमी विराम, पूर्ण विराम

को मान्य नहीं करता। तृष्णा की समस्या का समाधान सिर्फ़ अध्यात्म के पास है और वह है त्याग और संयम।

आज त्याग का संस्कार है कहाँ? सारा संस्कार तो भोग का है। बेटे का जन्म होता है तो माता-पिता उससे यह आशा बांधने लगते हैं कि बड़ा होकर खूब कमाएगा। उसका लालन-पालन और शिक्षण-प्रशिक्षण भी इसी दृष्टि से होता है कि वह कमाऊ पूत बने। यह दूसरी बात है कि वह वैसा बन पाता है या नहीं? अधिकांश तो गंवाऊ पूत ही साबित होते हैं।

इच्छा को पूरी करते जाओ, भोग का संस्कार प्रबल बनता जाएगा। हम अपने जीवन में त्याग के संस्कार पैदा करें। इच्छा को रोकने और छोड़ने की क्षमता पैदा करें। जीवन में व्रतों को महत्व दें, उन्हें स्वीकार कर अपने रेजिस्टरेंस पावर को मजबूत बनाएं। त्याग, संयम और व्रत — ये सुखी जीवन के लिए एंटीबॉली का काम करते हैं।

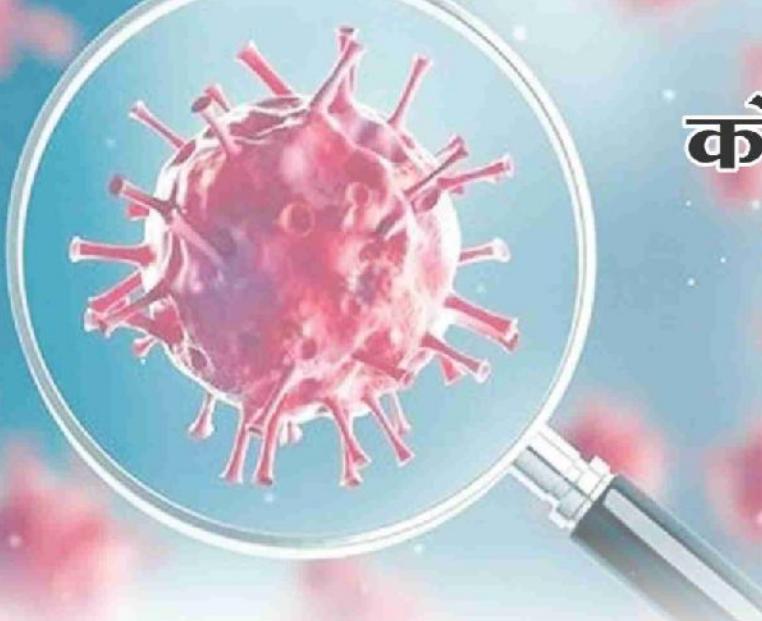
कष्ट और प्रतिकूलता को सहन करने की आदत डालनी चाहिए। स्वास्थ्य की दृष्टि से भी यह बहुत महत्वपूर्ण है। सुविधावाद तो बीमारी का जनक है। सुविधावाद आदमी को एबनॉर्मल बनाता है। कठिनाइयां जीवन को हौसला प्रदान करती हैं।

एक अनुपात होना चाहिए कि जीवन में अगर इतनी सुविधा भोगें तो इतनी ही कठिनाई का जीवन भी जीए। अनुपात में साठ और चालीस का अनुपात रख सकते हैं। साठ प्रतिशत सुविधा और चालीस प्रतिशत कठिनाई। आप अपने जीवन में इस फॉर्मूले को अपनाएं और देखें कि आपका जीवन कितना सहज और आनंदमय बनता है।

तप, त्याग और संयम का मूल्यांकन करें और इसे एक प्रतिरोधक शक्ति के रूप में स्वीकार करें। समस्या, पदार्थ की हो, शरीर की हो या मन की, वह केवल औषधोपचार से समाप्त नहीं होगी।

औषधि से उसका शमन हो सकता है, किंतु नष्ट या समाप्त होगी तो वह आध्यात्मिक औषधि से ही होगी। समस्याओं का कभी अंत नहीं होता। वे अतीत में रही हैं, वर्तमान में हैं और भविष्य में भी रहेंगी। उनके समाधान के लिए जरूरी है कि हम संयमप्रधान जीवनशैली और अध्यात्मप्रधान दृष्टिकोण को अपनाएं।

पदार्थोन्मुखी जीवनशैली की सबसे बड़ी कठिनाई यही है कि यह दृष्टिकोण को पूरी तरह से असम्यक बना देती है। जो भी चिंतन होता है, वह अर्थ को केन्द्र में रखकर होता है। अध्यात्म के लिए जैसे वहां कोई अवकाश नहीं रह जाता। उपभोग संयम पर हावी हो जाता है, जिससे जीवन में तरह-तरह की विकृतियां प्रवेश करने लगती हैं। स्वाभाविक है ये विकृतियां दुःख की ही सृष्टि करेंगी, सुख की नहीं। सुख प्राप्ति का एक ही उपाय है और वह है अध्यात्म और संयमप्रधान जीवनशैली।



कोरोना ने दी संयम से जीने की सीख

मुनि विजय कुमार

भगवन् महावीर की वाणी में संयम शब्द का बहुत प्रयोग हुआ है।

दश्वैकालिक सूत्र के पहले पद्य में उन्होंने धर्म के तीन लक्षण बताये, उनमें एक है संयम। धर्म के दस भेदों में वीतराग प्रभु ने संयम की भी विवेचना की। कोई व्यक्ति जब गृही जीवन का त्याग करके साधुत्व को स्वीकार करता है तब वह एक संकल्प लेता है – 'असंजमं परियाणामि, संजमं उवसंपज्जामि' मैं असंयम का परित्याग करता हूँ और संयम को स्वीकार करता हूँ। संयम का महत्त्व न केवल जैन धर्म में, अन्य धर्म परम्पराओं में भी स्वीकार किया गया है। कह देना चाहिए, विना संयम के धर्म के द्वारा मैं प्रवेश संभव नहीं है।

संयम सबके लिए उपयोगी

यहां एक प्रश्न भी उद्भूत हो सकता है कि संसार में ऐसे व्यक्ति भी बहुत हैं जिनका धर्म में विश्वास नहीं है, जो नास्तिक हैं, क्या उनके लिए संयम की उपयोगिता नहीं है? यह प्रश्न यौक्तिक है किंतु इसका समाधान भी बुद्धिगम्य है। चाहे कोई भी व्यक्ति हो, स्वस्थ और आनंदमय जीवन सभी को काम्य है। संयम को जिन्होंने भी दुकराया, उन्होंने अपने स्वास्थ्य और जीवन के सुख को खोया है, यह एक निर्विवाद तथ्य है, इसलिए नास्तिक और अधार्मिक व्यक्ति के लिए भी संयम उपयोगी है।

लड्डू खाकर मौत बुलाई

बीमारियों के अनेक रूप हैं, अगर कह दूँ बहुत सारी बीमारियों को व्यक्ति निमत्रण देकर बुलाता है तो गलत नहीं होगा। मन को लुभाने वाले पदार्थ सामने आते ही व्यक्ति अपने आप पर नियंत्रण नहीं रख पाता, सारी सीमाएं टूट जाती हैं, संयम रखना वह भूल जाता है, उसका दुष्परिणाम भी बाद में उसी को भोगना पड़ता है। कई व्यक्ति तो असमय ही मृत्यु के ग्रास बन जाते हैं। मेवाड़ के किसी एक गांव की सब्जी घटना है। गांव में किसी प्रसंग पर एक वृहद् भोज का आयोजन किया गया था। लड्डू जायकेदार बने थे।

कहते हैं, एक व्यक्ति ने छत्तीस लड्डू खा लिये। खाते समय उसे बड़ा मजा आ रहा था किंतु कुछ ही समय पश्चात् उसे बेचैनी महसूस होने लगी। बमन और दस्त शुरू हो गए, दर्वाई भी ली किंतु दोष शांत नहीं हुआ। तीन दिन तक वह

छटपटाता रहा, नींद भी नहीं ले सका। इस तरह छटपटाते हुए वह चौथे दिन मर गया।

स्वामी रामकृष्ण परमहंस का एक प्रसंग है। वे पहुंचे हुए योगी पुरुष थे। उनको बंगाल की संदेश नाम की मिठाई खाने का बड़ा शौक था। एक दिन कोलकाता में किसी भक्त के यहां जा रहे थे। रास्ते में एक भक्त की मिठाई की दुकान आई। दुकानदार ने रामकृष्णजी से भोग लगाने के लिए दुकान में पधारने का आग्रह किया। एक अलग कोठरी में ससम्मान उनको बिटाया। भक्त स्वामीजी की पसंद को जानता था। वह एक टोकरी भरकर संदेश लाया, महात्माजी को परोसता रहा, वे भी खाते रहे। खाते-खाते स्वामीजी के मन में विंतन आया, इस संदेश ने मुझे गुलाम बना दिया, यह जब सामने आता है, तो सीमा का ख्याल नहीं रखता। मन से उन्होंने कहा – रे मन, तू आज जी भरकर खा ले, फिर इसका क्या परिणाम आता है, अनुभव करना। वे खाते रहे, पेट भर गया तो भी संदेश खाना नहीं छोड़ा। अब तो उबाक आने लगी, खाते ही बमन हो गया और स्वामीजी ने स्वयं से कहा – देख लो, यह है संदेश खाने का परिणाम। कहते हैं, उस दिन के बाद उन्होंने संदेश खाने का संयम कर लिया।

संयम के सही अर्थ को सगझें

भौतिकवाद में रंगा हुआ व्यक्ति संयम की बात को कम पसंद करता है। इसके पीछे एक कारण है, वह संयम को त्याग के अर्थ तक ही सीमित कर देता है। त्याग की बात कहते ही वह दूर भागता है जबकि संयम हर व्यक्ति के लिए जरूरी है, उसे कोई भी अस्वीकार नहीं कर सकता। आचार्य महाप्रज्ञ जी अपने प्रवचन में कभी-कभी जनता से प्रश्न करते थे कि बताओ, आदमी खाने से जीता है या नहीं खाने से? लोग बोलते – 'गुरुवर! खाने से' फिर वे दूसरी बात कहते कि खाने से जीता है तो दिनभर खाता ही रहे। लोग बोलते – 'गुरुवर!' फिर तो वह शीघ्र ही मर जायेगा।

संयम केवल धार्मिक क्रिया से जुड़ा हुआ शब्द ही नहीं है। इसकी गहराई में जायें तो लोक जीवन में इसकी अनिवार्यता स्वतः समझ में आने लगेगी। त्याग के अलावा भी अनेक अर्थों में संयम शब्द का प्रयोग किया जा सकता है। सीमा में रहना,



अपने आप पर नियंत्रण रखना, पदार्थ का उपभोग नहीं करना, इच्छाओं को कम करना ये सब त्याग के ही रूप हैं।
कोरोना ने संयम से जीना सिखाया

कोरोना महामारी जिससे पूरा विश्व आतंकित है, ने आदमी को संयम से जीना सिखा दिया। जिन घरों में खाद्य पदार्थों की कोई सीमा नहीं रहती थी, उन्होंने स्वयं अपनी सीमा बना ली, जो होटल—रेस्टरां में जाकर बिना रोक—टोक खर्च कर देते थे, उन्होंने उसमें कमी कर दी। देश—विदेश में यात्राओं पर नियंत्रण हो गया, दिन भर खाते रहने वालों ने भी अपनी आदत को बदल दिया। कहना चाहिए कि कोरोना ने व्यक्ति की जीवनशैली में संयम को प्रतिष्ठित कर दिया। मास्क लगाना, सोशल डिस्टेंसिंग रखना, आपस में दो गज की दूरी रखना, हाथ नहीं मिलाना, ये सारे संयम के ही रूप हैं जिनको अपनाकर बहुत सारे व्यक्ति आज बीमारी से बचे हुए हैं।

आंकड़े बताते हैं संयमहीनता के दुष्परिणाम

भारतवासियों को संयम के संस्कार विरासत में मिले हैं, आज भी हजारों—हजारों संत, संन्यासी, आचार्य, ऋषि संयम का स्वयं के जीवन में पालन करते हैं और जन—जन को संयम की निरंतर प्रेरणा देते रहते हैं, इसलिए संयम से चलना, नियंत्रण में रहना भारतीय को अटपटा नहीं लगता है। उसी का परिणाम है कि 1 अरब 38 करोड़ से अधिक आबादी वाले इस देश में कोरोना से मरने वालों का आंकड़ा कई देशों से सांख्यिकी दृष्टि से कम है। मरीजों की रिकवरी का प्रतिशत भी कई देशों से ज्यादा है। अमेरिका की आबादी भारत से बहुत कम लगभग 33 करोड़ है और ब्राजील की लगभग 23 करोड़ से कम है। वहां के आंकड़े भारत से बहुत ज्यादा हैं।

कई देशों में शवों को दफनाने के लिए जगह की समस्या सामने आ रही है। वहां संख्या बढ़ने का सबसे बड़ा कारण यही रहा कि संयम में रहने की शिक्षा उन्हें कभी मिली नहीं और जबरदस्ती नियंत्रण में रहना उन्होंने कभी सीखा ही नहीं। भारत के प्रधानमंत्री मोदी जी बहुत जल्दी सजग हो गए, उन्होंने देश में लॉकडाउन लगाकर आम आदमी को संयम, नियम में चलने का निर्देश कर दिया। अमेरिका के राष्ट्रपति ट्रम्प ने इस दृष्टि से देशी से निर्णय लिया, प्रारंभ में वे इन नियमों का मखौल उड़ाने वालों में थे। कॉन्फ्रेंस मीटिंग में भी वे बिना मास्क के सबके साथ बैठते थे। स्थिति भयावह हुई तब देश में लॉकडाउन लगाया भी, पर जनता सदा उन्मुक्त वातावरण में जीती रही थी, ऐसे में लॉकडाउन को सबने दिल से रवीकार नहीं किया।

समुद्री तटों, पार्कों में लोग इकट्ठे होने से रुके नहीं। संयमहीनता का दुष्परिणाम आज भी वे देश भोग रहे हैं। खुलावट में रहने वालों को नियम से चलना बंधन लगता है। कई देशों में आंकड़े बढ़ते देखकर फिर लॉकडाउन लगाया गया किंतु जनता के भारी विरोध का सामना जन नेताओं और प्रशासन को करना पड़ा।

कोरोना के उत्तरकाल में भारत में संक्रमण और मृत्यु के आंकड़े बढ़े हैं। जैसा मैंने एक न्यूज पेपर में पढ़ा, 68 दिन के लॉकडाउन में देश में 1.90 लाख मरीज थे और आगे के 46 दिन के अनलॉक में 8.10 लाख मरीज व मरने वालों का आंकड़ा भी जो 32 दिनों का था वह 23 दिनों में पूरा हो गया।

इसका कारण बहुत स्पष्ट है, एक वाक्य में कहूं तो लॉकडाउन के बाद जनता को जिस संयम का परिचय देना था, नहीं दिया। विस्तार में जायें तो गौण रूप में और भी बातें हो सकती हैं। ऐसे भी कुछ देश हैं जिन्होंने अपने नागरिकों पर नियंत्रण रखा, वहां मृत्युदर बहुत कम हो गई। एक लेख में पढ़ा था, दक्षिण कोरिया, वियतनाम, ताइवान जैसे देशों में मृत्यु दर प्रति दस लाख ४८ से भी कम रह गई। भारत में जिन राज्यों में जनता ने संयम और नियंत्रण को मुख्यता दी, वहां कोरोना अपने पंख नहीं फैला सका। संयम की अवहेलना, नियमों की उपेक्षा ही कोरोना को निमत्रण देने के समान है।

संयम स्वभावगत बने

संयम का प्रयोग कोई परिस्थितिवश करता है, यह भी अच्छा है किंतु यह स्वभावगत बन जाये तो अति उत्तम है। महात्मा गांधी के जीवन का एक प्रसंग है, वे इलाहाबाद में थे। हाथ धुलाने के लिए उन्होंने नेहरू जी से कहा। नेहरूजी पानी ज्यादा गिरा रहे थे, उन्होंने नेहरूजी को इसके लिए टोका। उन्होंने हंसते हुए गांधीजी से कहा — बापू! हम संगम के किनारे रहते हैं, यहां पानी की कभी कमी नहीं होती।

गांधीजी ने कहा — नेहरू! भारत में 40 करोड़ जनता है, सबको पीने का पानी नसीब नहीं होता। स्वभावगत संयम का यह एक आदर्श उदाहरण है। संयम करके व्यक्ति स्वयं का आत्महित ही नहीं करता, लोकहित भी करता है। वह पदार्थों के उपयोग की सीमा करके अपव्यय से भी स्वयं को बचा लेता है। किरी एक निबंध में संयुक्त राष्ट्र के खाद्य एवं कृषि संगठन की रिपोर्ट पढ़ रहा था जिसमें चौंकाने वाले आंकड़े लिखे थे कि भारतीय प्रतिदिन 244 करोड़ रुपये का भोजन बर्बाद कर देते हैं जो 89060 करोड़ रुपये वार्षिक बैठता है।

दूसरी ओर भारत में प्रतिदिन 19 करोड़ 40 लाख लोग भूखे रहते हैं। कुल उत्पादित सामग्री का 40 प्रतिशत हर वर्ष नष्ट हो जाता है। अगर इस असंयम को रोका जा सकता तो अन्न की बर्बादी नहीं होती, साथ ही वह दूसरों के लिए भी उपयोगी हो सकता था। ये आंकड़े कोरोना काल से पहले के हैं। आज तो ऐसा अन्न का अपव्यय देखने को शायद ही मिले। फिर भी उपरोक्त आंकड़े असंयम की पराकाष्ठा को दर्शाते हैं। व्यक्ति थोड़ा भी विवेक रखे तो बहुत सारे असंयम के प्रकारों से बचा जा सकता है।

संयम है जीवन शक्ति

आचार्य तुलसी ने अणुव्रत का उद्घोष दिया — 'संयमः खलु जीवनम्' संयम ही जीवन है। वस्तुतः संयम जीवनी शक्ति को बढ़ाने वाला है। जीवनी शक्ति पर ही व्यक्ति का स्वास्थ्य टिका हुआ है। रवास्थ्य सब उपलब्धियों का मूल है। इसलिए जरूरी है, व्यक्ति संयम को स्वभावगत बनाकर जीये।

इसके लिए जरूरी है कि व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं को न बढ़ाए। अपेक्षाएं हर व्यक्ति की सीमित होती हैं, उनकी पूर्ति भी हो जाती है। किंतु आवश्यकताएं जहां दिन—प्रतिदिन बढ़ती जाती हैं, वहां संयम की बात गौण हो जाती है। व्यक्ति उनकी पूर्ति के लिए अपना पूरा जीवन भागदौड़ में बिता देता है, भूख और नीद भी छू मंतर हो जाती हैं, जीवन का असली आनंद वहां लुप्त हो जाता है। कोरोना काल में संयम का जो पाठ पढ़ा, उसे हर व्यक्ति कभी भूले नहीं। ☆

संसार में सुख के अभिलाषी सभी हैं। कोई भी ऐसा नहीं होगा, जिसे सुख की चाहत न हो। पाश्चात्य विद्वान बैथम तो यहां तक कहता है कि मनुष्य अपने सुख के लिए अत्यंत स्वार्थी है। बिना स्वार्थ के अपनी कनिष्ठिका अंगुली को भी नहीं हिला सकता है। एरिस्टिपस तो यहां तक कहता है कि समस्त मानव क्रियाओं का एकमात्र लक्ष्य सुख है।

अब प्रश्न उठता है कि 'सुख' क्या है? अलग—अलग विद्वानों ने अलग—अलग ढंग से सुख को परिभाषित किया है। एरिस्टिपस 'इन्द्रिय सुख' को ही वास्तविक सुख मानता है। एपीक्यूरस इन्द्रिय सुख के साथ—साथ मानसिक सुख को भी वास्तविक सुख मानता है। काण्ट के अनुसार 'सदिच्छा' ही सुख है और यही परम सुख है। नीत्शे 'शक्ति' को ही परमसुख मानता है। पाश्चात्य मनीषियों ने प्रायः जीवन का लक्ष्य सांसारिक सुख को ही माना है। इसके विपरीत चार्वाक को छोड़कर प्रायः सभी भारतीय विंतक और दार्शनिक 'सुख' का मतलब 'परमसुख' से लेते हैं। यह परमसुख या परमानन्द सभी भारतीय विन्तकों का एकमात्र लक्ष्य है। इसी स्थिति को भारतीय मनीषी 'मोक्ष' भी कहते हैं।

आचार्य शंकर के अनुसार 'मोक्ष' परमानन्द की अवरथा है। इस परमानन्द अथवा परमसुख की प्राप्ति के लिए कोई ज्ञान, कोई कर्म, कोई भक्ति, कोई संयम की आराधना की बात करता है। ज्ञान, कर्म और भक्ति को मानने वाले भी 'संयम' का गुणानुवाद करते हुए थकते नहीं हैं।

एक बार भगवान बुद्ध प्रवचन कर रहे थे। प्रवचन का विषय 'संयम का महत्व' था। वह कह रहे थे, क्रोध सबसे खतरनाक है। क्रोध नहीं करना चाहिए। क्रोध की स्थिति में व्यक्ति स्वयं को विस्मृत कर जाता है और अपना अनिष्ट कर लेता है। अतः संयम से क्रोध को जीतने का प्रयास करना चाहिए। एक व्यक्ति उठा और गुस्से में भगवान बुद्ध को गाली देने लगा।

वह कह रहा था कि तुम झूठ बोल रहे हो। गुस्से से कोई अपना अहित नहीं होता है। मुझ गुरसौल को देखिए। मैं पूरी तरह से स्वस्थ हूं। भगवान बुद्ध ने समझाने की कोशिश की तो वह उनके मुख पर थूककर चला गया। घर गया तो अचानक उसे बैचैनी होने लगी। उसकी सांसें थम नहीं रही थीं। उसे अपनी भूल का पश्चात्याप होने लगा। वह मन ही मन सोचने लगा कि कल मैंने महात्माजी के साथ जो दुर्व्यवहार किया था, यह उसी का परिणाम है। वह महात्मा जी से क्षमा चायना करने उसी स्थान पर पहुंचा तो पता लगा कि महात्मा जी आगे चले गये हैं।

वह वहां पहुंचकर अपने कल के बुरे बर्ताव पर क्षमा याचना करने लगा तो भगवान बुद्ध ने कहा — मेरे साथ तुमने जो कुछ कल किया था, मैं तो वहीं छोड़कर आ गया। मैं कुछ लेकर आया नहीं हूं। बुरा तो मुझे तब लगता जब मैं तुम्हारे बुरे बर्ताव को स्वीकार करता। अच्छी बात यह है कि तुम्हें अपने कृत्य पर पछतावा है। भविष्य में जागरूक होकर संयम की साधना करते रहना।



संयम की साधना से परमानन्द की आराधना

• प्रो. आनंद प्रकाश त्रिपाठी 'रत्नेश' •



**भगवान महावीर ने तो
‘संयम’ पर अत्यधिक बल
देते हुए कहा था कि
संयम ही जीवन है।
उन्होंने बैठने, उठने,
चलने, फिरने आदि सभी
क्रियाओं को जागरूकतापूर्वक
करने को संयम कहा था।
जीवन की प्रत्येक क्रिया
को जानते हुए करना ही संयम है।**

भगवान महावीर ने तो ‘संयम’ पर अत्यधिक बल देते हुए कहा था कि संयम ही जीवन है। उन्होंने बैठने, उठने, चलने, फिरने आदि सभी क्रियाओं को जागरूकतापूर्वक करने को संयम कहा था। जीवन की प्रत्येक क्रिया को जानते हुए करना ही संयम है। प्रश्न उठता है कि संयम की साधना के लिए किन गुणों का होना जरूरी है? धैर्य को संयम की पहली सीढ़ी कहा गया है। जो जितना धीर, गम्भीर होगा वह उतना ही संयम का साधक होगा। सच कहा गया है –

धीरे-धीरे रे मना! धीरज से सब होय।
माली सींचे सौ घड़ा, ऋतु आये फल होय॥

ऐसा नहीं होता कि आज पौधा लगाया और वह तत्काल फल देने लगेगा। उसके लिए धैर्यपूर्वक समय का इंतजार करना पड़ता है। विवेकानंद ने कहा था कि धैर्य हमारी सभी समस्याओं का समाधायक है। अरविंद घोष ने कहा था कि संयमपूर्वक किया गया ध्यान चमत्कारिक परिणाम देने वाला होता है। भगवान राम के जीवन में धैर्य और संयम का अहसास किया जा सकता है। जरा कल्पना कीजिए जिस व्यक्ति के राज्याभिषेक की तैयारी हो रही हो अचानक उसे 14 वर्ष के लिए वनवास जाने की आज्ञा हो जाये तो उसकी मनःस्थिति क्या होगी? इस जटिल मनःस्थिति का सामना जिस धैर्य के साथ राम ने किया, उसकी जितनी प्रशंसा की जाये, कम है। जटिल परिस्थितियों में सम रहना ही सही मायने में संयम है।

अभिज्ञानशाकुन्तलम् में कालिदास ने सूर्य और चन्द्रमा का उदाहरण देकर यह समझाने की कोशिश की कि सूर्य और चन्द्रमा जिस प्रकार अपने अस्त होने पर निराश, हताश नहीं होते और अगले दिन सम्पूर्ण प्रखरता के साथ उदित होते हैं, उसी प्रकार हे मानव! तुम्हें भी अपने दुर्दिन को संयम के साथ बिताना चाहिए और अगली प्रभात अर्थात् सुदिन का इंतजार करना चाहिए। संयम की साधना विवेक से ही संभव है। अविवेकी अर्थात् अज्ञानी कभी संयम का आराधक नहीं हो सकता। कहते हैं कि व्यक्ति का हर अगला कदम विवेकपूर्ण ही बढ़ना चाहिए अन्यथा कुएं में गिरने का डर रहता है। सुकरात ने भी कहा था कि जान-बूझकर किया गया कार्य अनजान में किए गये कार्य से श्रेयस्कर होता है। अतः हर कार्य के पीछे विवेक होना चाहिए।

भगवान महावीर की संयम की साधना का एक अप्रतिम उदाहरण है कितने परीष्ठ और उपर्युक्त उन्होंने सहन किये। हर स्थिति में उनकी संयम की साधना अटल रही। इसी विवेकपूर्वक संयम की साधना से वर्धमान बालक एक दिन भगवान महावीर बन गये। भगवद् गीता में भी कहा गया है कि संयम की साधना से ब्राह्मी स्थिति की प्राप्ति होती है। यह स्थिति परमानंद की ही स्थिति है। अतः यह कहना अधिक समीक्षीय प्रतीत होता है कि प्रायः सभी दर्शनों में परमसुख या परमानन्द की प्राप्ति का कारण संयम को ही माना गया है। *

प्रवृत्ति मनुष्य की अनिवार्यता है। प्रत्येक प्रवृत्ति के साथ रसायन पैदा होता है, ऐसिड पैदा होता है, जो असंयम को बढ़ाने वाला होता है। अनावश्यक चिंतन, अनावश्यक वाणी का प्रयोग एवं काया की प्रवृत्ति व्यक्ति के जीवन में समस्या पैदा करती है, इसीलिए संयम का मूल्यांकन करें, संयम एक अमर जड़ी है। संयम से नई जीवन शक्ति मिलेगी। मन का संयम मस्तिष्कीय शक्ति को जागृत करेगा, वाणी का संयम संघर्ष से मुक्त रखेगा एवं काया का संयम एकाग्रता बढ़ाएगा। आचार्यश्री तुलसी ने अणुव्रत का धोष दिया – ‘संयम खलु जीवनम्’ अर्थात् संयम ही जीवन है। मनुष्य के मस्तिष्क के दो खण्ड हैं। वर्तमान समय में बायां पटल अधिक सक्रिय बना हुआ है। बाहर की दुनिया का बढ़ता हुआ आकर्षण व्यक्ति के बाएं पटल को सक्रिय बना रहा है एवं व्यक्ति इन्द्रियों के आसपास ही परिक्रमा कर रहा है। इसलिए समस्याएं बढ़ रही हैं। जब तक मनुष्य मस्तिष्क के दाएं पटल को सक्रिय बनाकर भीतर की दुनिया में प्रवेश नहीं करेगा, तब तक इन्द्रियातीत चेतना का जागरण नहीं होगा एवं समस्याएं समाहित नहीं होंगी। व्यक्ति सत् संकल्प करे – मैं अपने गलत आचरण से अकाल मृत्यु को निमंत्रण नहीं दूंगा। आज गलत आचरण से मृतकों की संख्या बढ़ रही है।

वर्तमान में ‘कोरोना वायरस’ वैश्विक महामारी बन चुका है। इस समस्या से निजात पाने हेतु व्यक्ति में समता एवं अभय की चेतना का जागरण आवश्यक है। आर्थिक मनोबल के साथ रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति का विकास आवश्यक है। हम अपनी क्षमताओं को जागृत करें। हमारे शरीर में रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति होती है। बीमारी के कीटाणु शरीर में भरे पड़े हैं। वे कीटाणु कार्य भी करते हैं, किंतु रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति है तो वे कीटाणु को मार देते हैं तथा आदमी स्वस्थ हो जाता है। रोग प्रतिरोधात्मक शक्ति कमजोर होने पर आदमी को कीटाणु धेर लेते हैं तथा आदमी बीमार हो जाता है।

आचार्यश्री महाश्रमण जी ने कोरोना वायरस की स्थिति से बचने हेतु उपाय बताया – ‘प्राणिमात्र के प्रति क्षमायाचना का प्रयोग करते रहें, समता एवं अभय का भाव बनाएं रखें।’ वर्तमान युग में पूरा विश्व भयभीत है, चिंतित है। हिंसा की ज्वलंत समस्या के समाधान हेतु मानव को आश्वासन की अपेक्षा है। अहिंसा के विकास हेतु अभय की चेतना का विकास जरूरी है। उसके लिए भय की वृत्ति का परिष्कार जरूरी है।

भगवान महावीर का संदेश है – ‘डरो मत’ इस चेतना का विकास किया जाए। विजातीय तत्त्वों का प्रवेश होने पर आदमी हिंसा में प्रवृत्त हो जाता है। मस्तिष्क के अग्रभाग पर चमकते हुए श्वेत रंग का ध्यान करें जिससे आवेश कम होगा एवं संतुलित जीवनशैली का निर्माण होगा। भगवान महावीर का संदेश है – ‘अहिंसा सब्बमूय खेमंकरी।’ अहिंसा प्राणिमात्र के लिए कल्याणकारी है। इस समग्रता का मनुष्य मूल्यांकन करें एवं आंतरिक सम्पदा से संपन्न बने, समाज का इम्युन सिस्टम अहिंसा है।

हमारे हायपोसमिया में हिंसा के भाव पैदा होते हैं अतः हम भावतंत्र का परिष्कार करें। मनुष्य के पास विकसित मन है एवं अभिव्यक्ति हेतु समर्थ भावतंत्र है। भावतंत्र का परिष्कार होने पर अहिंसा प्रस्फुटित होगी, मानवीय दृष्टिकोण बदलेगा एवं



संयम संजीवनी जड़ी है

समणी निर्मलप्रज्ञा

स्वरथ समाज की संरचना होगी। समाज में आर्थिक संतुलन का अभाव बीमारी पैदा कर रहा है। श्रम का मूल्यांकन करके स्वरथ समाज की रचना की जाए, जिससे आर्थिक संतुलन के अभाव को मिटाया जा सके। प्रत्येक आत्मा आत्मोन्नयन की दिशा में प्रस्थान करे, भीतर की क्रूरता का रेचन हो। संवेदनशीलता का दृष्टिकोण विकसित हो। प्रसन्नता, मैत्री, करुणा, परोपकार एवं भावों की निर्मलता से अखण्ड शांति का साम्राज्य स्थापित करके विश्व को अहिंसा का मार्गदर्शन दिया जाए, यहीं श्रेयरक्तर होगा।

मनुष्य के मस्तिष्क में स्थित न्यूरो ट्रांसमीटर व्यक्ति के व्यवहार का नियामक है। अहिंसा प्रशिक्षण के द्वारा न्यूरो ट्रांसमीटर को बदलने का प्रयास किया जाए। बदलाव हेतु मनुष्य भोजन का विवेक करे। भोजन संयम के द्वारा मानवीय व्यवहारों को बदला जा सकता है। भगवान महावीर ने कहा – बुढ़ापा, रोग, मृत्यु से मत ऊरो। उपनिषद में बताया – सब दिशाएं मेरी मित्र बनें, अर्थात् भय से मुक्त रहो। किसी के साथ अन्याय, क्रूर व्यवहार, शोषण आदि न करना यही है चेतना का रूपांतरण। प्रतिशोध से हटकर प्रतिकार की शक्ति जागृत हो, हमारी अहिंसा ‘मत मारो तक’ सीमित न रहे, प्राणिमात्र के प्रति करुणा जागे, सृजनात्मक कार्यों में अपनी शक्ति का नियोजन करके व्यक्ति शांति की दिशा में आगे बढ़े। आक्रमण करना अनिवार्य नहीं है। प्रत्येक व्यक्ति अपनी चेतना को जागृत करे एवं संकल्प करे ‘मैं अनावश्यक हिंसा नहीं करूंगा।’ आत्मा की पवित्रता वृद्धिगत बने – इस चिंतन को परिपक्व बनाकर मनुष्य सफलता की दिशा में प्रस्थान करे। हिंसा भड़काने के बाद अहिंसा की चर्चा उतनी सार्थक नहीं हो सकती। हिंसा पैदा ही न हो, इसके लिए आवश्यक है पहले से ही अहिंसा के प्रशिक्षण की सधन व्यवस्था हो।

आचार्यश्री महाप्रज्ञ जी ने कहा – अहिंसा प्रशिक्षण के तीन प्रमुख सूत्र हैं – ज्ञान का विकास, आनंद का विकास और शक्ति का विकास। जहां अंतर का ज्ञान, आनंद और शक्ति का जागरण होता है, वहीं अहिंसा का विकास होता है। अणुव्रत के संकल्पों को अपनाकर मानव और मानवता की पहचान बनाएं। वर्तमान जीवन की अवस्था का सम्यक् चिंतन करें।

एक बड़ा मानवीय गुण है सहनशीलता

डॉ. विद्या श्रीवास्तव

सहनशीलता एक ऐसा गुण है जिससे व्यक्ति को परम संतोष प्राप्त होता है। नारी को सहनशीलता का पर्याय माना गया है। वह अपने जन्म से लेकर अंत तक बड़ी सहनशील बनी रहती है। उसे अनेक बार विभिन्न लोगों से तिरस्कृत और प्रताड़ित भी होना पड़ता है। लोग घर-बाहर उसकी बुराई आलोचना करते हैं। वह चुपचाप बहुत कुछ सहन भी कर लेती है। कोई जवाब भी नहीं देती।

सहनशीलता का यह क्रम घर में छोटी-सी बच्ची के जीवन में 10-12 वर्ष की उम्र से चलने लगता है। जब मां बार-बार बिटिया को डांटती-टोकती है। मैंने कहा था कि घर में झाड़ू लगा लो। या मैंने कहा था कि भझ्या के लिए झटपट नाश्ता बना दो। ऐसी अनेक बातें हैं जब बिटिया बगैर कुछ कहे काम में लग जाती है। कई बार बच्चियों को भले दूसरे जरूरी काम हों, पर वह मां के बचनों का पालन तुरंत करती है। थोड़ी बड़ी होने पर मां समझाती है – बेटी, तुझे दूसरों के घर जाना है जरा सहनशील बनो। यानी सारी सहनशीलता का पाठ बेटियों को ही पढ़ाया जाता है।

शादी होने के बाद बहू आने पर ससुराल के हर सदस्य की अपनी अपेक्षाएं बहू से बनी रहती हैं। बहू यह करे, वह करे। बहू के आते ही सास-ससुर एवं घर के अन्य सदस्य बहुत सारी जिम्मेदारियां बहू पर ही छोड़ देते हैं। जबकि यह किसी भी दृष्टिकोण से उपुयक्त नहीं। बहू अपने घर को छोड़ कर आपके घर आती है। उसे आपके घर की व्यवस्थाएं और सभी सदस्यों की कार्यप्रणाली और स्वभाव समझने के लिए कुछ तो समय चाहिए। उसे थोड़ा वक्त तो दें।

आप स्वयं सोचिए अगर आपका बेटा आपके घर से घर-जमाई बनने अपनी सुसुराल चला जाए तो आपको कैसा लगेगा? आपका बेटा भी अपनी ससुराल में एकदम से एडजर्स्ट नहीं हो सकता। उसे भी घर-जमाई बनने में समय लगेगा। यह बात आपकी बहू पर भी लागू है। वह भी अपने माता-पिता, भाई-बहनों और अन्य रिश्तेदारों को छोड़कर आपके घर सदा के लिए चली आती है। घर में बहू के आते ही देवर, ननद अपने कामों के लिए अपेक्षाएं रखते हैं। वहीं सास-ससुर की यहीं चाहत होती है बहू दिन भर किसी न किसी काम में लगी रहे।

वह जुबान से कुछ अपनी परेशानी या तकलीफ तो कहे नहीं, यानी सहनशीलता की मूर्ति बनी रहे। एक पति भी अपनी पत्नी से यहीं चाहता है कि उसकी पत्नी किसी की आलोचना न करे। चुपचाप सब काम करती रहे। कुछ घरों में उसे 'कोल्हू का बैल' जैसा बना दिया जाता है।

ऐसे दृश्य हम कई परिवारों में देखते हैं। जब लोग दूसरों से यहीं कहते हैं कि वे सहनशील बनें। ऐसे में दूसरों को स्वयं भी विचार करना चाहिए, वे स्वयं के जीवन में कितने सहनशील हैं। स्वयं तो पांच मिनट तकलीफ बर्दाशत नहीं कर सकते। बिजली जाने पर दूसरों को सहनशीलता का उपदेश देते हैं। अगर बिजली चली गई तो गजब नहीं हो गया। कई बार लोगों को खाने-पीने के संबंध में भी उपदेश देते हुए देखा गया है। लोगों को अपने घर का खाना ही पसंद नहीं आता।

एक संत जी थे जो सहनशीलता पर अक्सर वक्तव्य देते थे कि हमें सहनशील बनकर ही संतोष धन मिल सकता है। पर जब एक जजमान ने उन्हें निमंत्रण में साधारण खाना बनवा कर प्रस्तुत किया तो संत जी खाना देखकर बिफर पड़े। ये भी कोई खाना है, मेरे भोजन में हलवा-पूँडी और खीर के साथ पांच-पांच तरह की सब्जियां होती हैं। तुमने ये क्या एक-दो सब्जी ही बनवायी है। जजमान समझदार था, बड़ी विनम्रता से बोला – महाराज जी, मुझे पता नहीं था कि आप किस प्रकार का भोजन ग्रहण करते हैं। मैंने तो सोचा–संत जी अत्यंत सात्त्विक प्रवृत्ति का साधारण भोजन ग्रहण करते होंगे। आप कहें तो मैं और चीजें भी तुरंत बनवाता हूँ। आप सिर्फ एक घण्टे का समय दीजिए। संत जी समझ गए कि यहां तो सहनशीलता मुझे ही सिखलायी जा रही है। हमें चाहिए पहले हम स्वयं सहना सीखें तब दूसरों से कुछ सहने के लिए कहें। अपने लिए अलग मापदण्ड और दूसरों के लिए कुछ और? यह दृष्टिकोण हर प्रकार से गलत है।

यह पक्का मानिए आप पहले स्वयं सहनशील बनिए, बाद में दूसरों को कहिए कि वे सहनशील बनें। छोटी-छोटी बातों पर न घबराएं, न ही किसी तरह की चिंता करें। आज के परिवेश में स्वयं विचार करें, कितने लोग आपको असहनशील मिलते हैं।

शाकाहार बचाए कोरोना जैसी महामारियों से

डॉ. दिलीप धीग

जनवरी 2021



अण्ड्रुत

मांसाहार ने मानवता पर जो कहर बरपाया है, वह संभवतः किसी और चीज ने नहीं। धरती माँ के करुणामय आँचल से संवेदना, मानवीयता, स्वच्छ पर्यावरण, सहअस्तित्व, शान्ति और समृद्धि को छीनने वाले मांसाहार ने मानव के स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ करते हुए कई बीमारियाँ और महामारियाँ पैदा की हैं। किसी समय गौमांस खाने वालों ने 'मेडकाऊ' का हौवा मचाया और हजारों गायों को मौत के घाट उतार दिया। बर्डफ्लू के नाम पर लाखों मुर्गे-मुर्गियों और चूज़ों का कत्ल कर दिया जाता है।

स्वाइन फ्लू (सुअर ज्वर) हर साल अपनी दस्तक देता रहता है और कितने ही लोगों को बीमार या काल-कवलित कर लेता है।

वर्ष 2017 में फैले स्वाइन फ्लू से देशभर में लगभग डेढ़ हजार लोगों के मरने की खबरें आई और लगभग पच्चीस हजार लोग इस रोग से संक्रमित हो गये थे। राजस्थान में तो एक विधायक को स्वाइन फ्लू से काल का ग्रास होना पड़ा और एक अन्य विधायक तथा न्यायाधीश में स्वाइन फ्लू के लक्षण पाए गए।

मार्च-2018 के राजस्थान के समाचार-पत्रों के अनुसार सवाई मानसिंह अस्पताल, जयपुर ने राजस्थान के राज्यपाल को भी स्वाइन फ्लू पॉजिटिव बताया था।

अप्रैल-2018 में उदयपुर रिस्थित टैगोर आयुर्विज्ञान महाविद्यालय (मेडिकल कॉलेज) के चिकित्सकों में भी स्वाइन फ्लू फैलने की खबर आई। ऐसी दुःखद घटनाओं के बाद प्रदेश और देश में स्वाइन फ्लू के लिए चिकित्सा-व्यवस्था और अधिक कारण करने के निर्देश दिये गये थे।

और अब कोरोना वायरस (कोविड-19) के कारण पूरी

दुनिया में दहशत है। कोरोना महामारी के कारण दुनियाभर में व्यक्तियों का आवागमन एवं वस्तुओं व सेवाओं का लेन-देन प्रतिबंधित, नियंत्रित और धीमा हो गया है। इससे भारत सहित कई देशों की, यानी दुनिया की अर्थव्यवस्था को भारी धक्का लगा है। अब तक अरबों-खरबों का व्यापार प्रभावित हुआ है। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू.एच.ओ.) और विश्व व्यापार संगठन (डब्ल्यू.टी.ओ.), दोनों चिंतित हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने तो कोरोना महामारी को आतंकवाद से भी अधिक भयानक खतरा बताया है।

बर्ड फ्लू, स्वाइन फ्लू, निपाह, कोरोना आदि बीमारियाँ महामारी के रूप में तेजी से फैलती हैं। कोरोना वायरस के साथ स्वाइन फ्लू के फिर सक्रिय होने की खबरें भी आई हैं। इससे पता चलता है कि ऐसी बीमारियाँ साथ-साथ पनपती हैं। इन बीमारियों के अनेक कारण हो सकते हैं, लेकिन मुख्य कारण हैं – मांसाहार, बूबङ्खाने और प्राणियों की बढ़ती हत्याएँ।

ये बीमारियाँ मांसाहार करने वालों को हो सकती हैं और मांसाहार नहीं करने वालों को भी संक्रमण से हो सकती हैं। अब कोरोना की दहशत के बाद दुनिया का ध्यान शाकाहार की ओर गया है। यही कारण है कि कोरोना फैलने के बाद जापान के योकोहामा बंदरगाह पर डायमंड प्रिंसेस क्रूज में फँसे भारतीय यात्रियों ने शाकाहार उपलब्ध करवाने की गुहार लगाई। इसके अलावा देश-विदेश में कई जगहों पर लोग अण्डा, मांस, मछली से मुँह मोड़ रहे हैं। भारत का आयुर्वेदिक चिकित्सा के प्रति बढ़ता भरोसा भी इस बात का प्रमाण है कि वह मुख्यतः वनस्पतियों पर आधारित है एवं अतिरिक्त दुष्प्रभावों (साइड इफेक्ट्स) से मुक्त है।



ऐसी स्थिति में भी मांसाहार और जीव हत्याओं के विरोध में तथा शाकाहार के पक्ष में किसी सुस्पष्ट नीतिगत पहल का अभाव चिंताजनक है। ऐसी पहल सामाजिक, सरकारी, राष्ट्रीय, अंतरराष्ट्रीय, वैज्ञानिक और चिकित्सकीय; सभी स्तरों पर होनी चाहिये। मानवता और दुनिया की रक्षा के लिए अपने पूर्वग्रह छोड़ मनुष्य को अब अपने कुदरती आहार शाकाहार पर व्यापक विचार—विमर्श करना चाहिये।

रोग होने पर तो हर हाल में चिकित्सा करवानी ही है। लेकिन, चिकित्सा के साथ परहेज भी बताया जाना चाहिये। जानलेवा बीमारियों और महामारियों की स्थायी विदाई पर भी विचार किया जाना चाहिये। हकीकत यह है कि ऐसे भयानक रोगों के समूल खात्मे के लिए मांसाहार पर अंकुश बेहद जरूरी है। किसी भी प्रकार के मांसाहार में रोग निवारक और रवारथ्यवर्धक विटामिन सी बिल्कुल नहीं होता है। मांसाहार में कार्बोहाइड्रेट्स और रेशे (फाइबर्स) भी नहीं होते हैं।

मांसाहार नकारात्मक आहार है। मांसाहार रोगों का घर है। मांसाहार से कई प्रकार के कैंसर, हृदय रोग, मधुमेह, लकवा, पथरी, गुदाँ के रोग, मोटापा, दमा, उच्च रक्तचाप इत्यादि बीमारियाँ होती हैं। विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यू.एच.ओ.) की बुलेटिन संख्या 637 के अनुसार मांस खाने से शरीर में लगभग 160 प्रकार की बीमारियाँ प्रविष्ट होती हैं। इनमें से अधिकांश असाध्य और अनेक दुःसाध्य हैं। दुःखद यह है कि कुछ चिकित्सक भी इन तथ्यों से या तो अनजान हैं या अनजान बने रहना चाहते हैं।

यह तथ्य है कि किसी भी जीव—जन्तु या पशु—पक्षी की ज्ञात—अज्ञात बीमारी मानव को बीमार कर सकती है, मार सकती है और महामारी का रूप भी ले सकती है। यही वजह है कि मांसाहार से जुड़ी बीमारियाँ मनुष्य के लिए भयावह खतरा बनती जा रही हैं। जबकि किसी भी प्रकार के शाकाहार से कभी कोई महामारी नहीं फैलती है। क्योंकि किसी भी प्रकार का वानस्पतिक रोग मनुष्य या अन्य प्राणी को कभी नहीं होता है। अमेरिकी कृषि विभाग के अनुसार 70 प्रतिशत भोजन विषाक्तता (फूड पॉइंजनिंग) मांसाहार के कारण होती है।

09 मार्च 2016 को भारत के स्वास्थ्य मंत्री जेपी नड्डा ने लोकसभा में एक लिखित जवाब में कहा था कि मांसाहारी की अपेक्षा शाकाहारी व्यक्ति अधिक स्वस्थ जीवन जीते हैं। विश्व

बर्ड फ्लू, स्वाइन फ्लू, निपाह, कोरोना आदि बीमारियाँ महामारी के रूप में तेजी से फैलती हैं। कोरोना वायरस के साथ स्वाइन फ्लू के फिर सक्रिय होने की खबरें भी आई हैं। इससे पता चलता है कि ऐसी बीमारियाँ साथ-साथ पनपती हैं। इन बीमारियों के अनेक कारण हो सकते हैं, लेकिन मुख्य कारण हैं - मांसाहार, बूचड़खाने और प्राणियों की बढ़ती हत्याएँ। ये बीमारियाँ मांसाहार करने वालों को हो सकती हैं और मांसाहार नहीं करने वालों को भी संक्रमण से हो सकती है। अब कोरोना की दहशत के बाद दुनिया का ध्यान शाकाहार की ओर गया है।

स्वास्थ्य संगठन ने भी रोगों से बचने के लिए वनस्पति—आधारित आहार (शाकाहार) अपनाने की सलाह दी है। डॉ. गिरीश पटेल के अनुसार शाकाहार की सात मुख्य विशेषताएँ हैं -

- * यह कोलेस्टरोल को कम करता है।
- * मूत्रामूल (यूरिक एसिड) को घटाता है।
- * पाचन—तंत्र को रोगमुक्त रखता है।
- * मधुमेह (डायबिटीज़) नहीं होने देता।
- * विषमुक्त होता है।
- * इसके उत्पादन में न्यूनतम ऊर्जा लगती है।
- * मनुष्य का शरीर—तंत्र इसके लिए सर्वथा उपयुक्त है।

उधर, अमेरिका में बिल गेट्स, टिवटर के संस्थापक इवान विलियम्स और बिज स्टोन जैसे महानुभावों ने एक ऐसी कम्पनी का समर्थन किया है, जो पशु—प्रोटीन के रक्तान पर वनस्पति—प्रोटीन को महत्व देती है। इस कम्पनी का नाम है—बियांड मीट (गोश्ट से परे)। कैलिफोर्निया की यह कम्पनी बाजार में वनस्पतिजन्य (शाकाहार से प्राप्त) प्रोटीन अपनाने के लिए बड़े पैमाने पर विकल्प और समाधान देती है। यह सर्वज्ञात चिकित्सीय तथ्य है कि पशु—प्रोटीन स्वास्थ्य के लिए हानिकारक और वनस्पति—प्रोटीन स्वास्थ्य के लिए फायदेमंद होते हैं।

अमेरिका की नेशनल अकादमी ऑफ साइंस के अनुसार यदि मांसाहारी अपने भोजन में शाकाहार को बढ़ावा दें तो दुनिया में प्रतिवर्ष विभिन्न रोगों के कारण होने वाली 50 लाख अकाल मौतों को टाला जा सकता है। अमेरिकन डाइटेटिक्स एसोसिएशन के अनुसार शाकाहार में सभी आवश्यक पोषक तत्त्व मौजूद हैं।

ऐसे अनेक शोध—निष्कर्ष शाकाहार को निरापद, पर्यावरण हितैषी, पौष्टिक, रक्षादिष्ट, रोगमुक्त और आरोग्यदायी आहार सिद्ध करते हैं। यही कारण है कि दुनियाभर में लाखों व्यक्ति प्रतिवर्ष शाकाहारी जीवनशैली अपना रहे हैं।

उम्मीद है कि अनेक प्रकार के कैंसर, बर्ड फ्लू, स्वाइनफ्लू, कोरोना वायरस और निपाह जैसी धातक बीमारियों की भयावह त्रासदियों के बाद पशु—पक्षियों के प्रति मानव की करुणा फिर जागेगी तथा एक संवेदनशील स्वरक्ष समाज के बारे में विचार—विमर्श किया जाएगा।



हम जीवन को क्या रूप देते हैं, यह हम पर ही निर्भर है। समय चाहे अच्छा हो या बुरा, व्यक्ति को कुछ न कुछ सीख अवश्य दे जाता है। Every Cloud Has a Silver Lining — हर दुःख या कठिनाई की स्थिति में एक अवसर छुपा होता है। कोरोना ने भी हमें अपने जीवन में परिवर्तन लाने का अवसर दिया है।

कोरोना संकट से मिली सीख को हम समझें और जीवन में तदनुसार बदलाव करें तो भविष्य की हर मुश्किल से लड़ने को तैयार हो सकते हैं। लॉकडाउन के दौरान आए जीवन में बदलाव को अब स्थायित्व देने की आवश्यकता है, इसके लिए अपनी जीवनशैली को इस तरह बनाएं —

अपने और अपने परिवार के लिए समय निकालें

कोरोना वायरस और लॉकडाउन के पहले हर कोई सुबह से लेकर शाम तक अपनी पर्सनल लाइफ में व्यस्त था। प्रगति का पैमाना अर्थ तक सिमट गया था। परिवार, दोस्त, रिश्तेदार पीछे छूटते जा रहे थे। यहां तक कि लोग अपनी सेहत पर भी कम ध्यान दे रहे थे पर लॉकडाउन में सकारात्मक परिवर्तन देखने को मिला क्योंकि —

मशरूफ थे सारे अपनी जिंदगी की उलझनों में
जरा सी जमीन क्या खिसकी
सबको ईश्वर याद आ गया
ऐसा भी आएगा वक्त पता नहीं था
इंसान लड़ेगा इंसान को ही पता नहीं था।

पहले सब कुछ था, पर स्वयं के लिए समय नहीं था। लॉकडाउन में खुद के लिए समय निकाल कर खुद को जानने का मौका मिला। अपनी इम्यूनिटी पर ध्यान नहीं था, उसे भी सुधारने का प्रयास हुआ। परिवार के सभी सदस्यों के साथ मिलजुल कर खाने-पीने, उठने, बैठने और काम करने से सकारात्मक ऊर्जा प्राप्त हुई। सोने-जागने के साथ-साथ

कोरोना के बाद कैसे लाएं जीवन में बदलाव?

पारसमल चण्डालिया

खान—पान पर ध्यान रखा गया। अच्छी दिनचर्या को आगे भी बनाए रखना है। अकेलापन उन लोगों को खला जो कोरोना संकट के इस दौर में परिवार से दूर रहे। संयुक्त परिवार का महत्व समझ में आया। अतः भविष्य के लिए भी हम अपने परिवार के लिए व अपने लिए समय निकालें।

स्वयं की रक्षा करना सीखें

हम दूसरों के बारे में तो बहुत सोचते हैं, पर खुद के बारे में कम। दूसरों के कान तो खींच लेते हैं पर स्वयं के नहीं। लॉकडाउन ने स्वयं के बारे में सोचना और स्वयं की रक्षा करना सिखा दिया। इस संसार का प्रत्येक प्राणी कष्ट से बचना चाहता है, पर कष्ट के कारणों से नहीं बचना चाहता। लॉकडाउन में हमने कष्ट के कारणों से बचना सीखा, क्योंकि कष्ट का कारण तो कर्म है। हमने कर्म बांधे तो तोड़ने का प्रयास भी हमें ही करना होगा। कर्म के बांधने से बचकर ही हम स्वयं की रक्षा कर सकेंगे।

सहनशीलता बढ़ाएं

जब पूरे विश्व को वैश्विक महामारी ने घेरा तो लोगों को समझ में आया कि हमें संकट से घबराना नहीं, समझा रे सहन करना है। जैसे वृक्ष, धूप, सर्दी, गर्मी, वर्षा को समता से सहन करता है, वैसे ही हमें भी शारीरिक और मानसिक प्रतिकूलताओं को प्रस्तान रहते हुए सहना है।

पर्यावरण प्रदूषण से बचें

लॉकडाउन में प्रकृति को नजदीक से जानने का अवसर मिला। इंसान और प्रकृति के संबंधों में मजबूती आई। प्रदूषण की कमी से पर्यावरण की ताजगी सुकून देने लगी। वर्क फ्रॉम होम के कई लाभ दिखाई दिये। घर पर रहकर काम करने से गाड़ी व अन्य वाहनों की आवाजाही कम हुई जिसके कारण पर्यावरण शुद्धि में योगदान मिला। जल एवं वायुशुद्धि से आम

लोगों ने काफी राहत महसूस की। लोगों को समझ में आया कि हम अगर ऐसे ही पर्यावरण बिगाड़ते रहे तो फिर कोई नया वायरस पैदा होगा। अतः हम भविष्य के लिए पर्यावरण प्रदूषण से बचें।

सेवा भावना रखें

सेवा का एक अर्थ है – किसी के लिए शुभ सोचने से लेकर कुछ ऐसा काम करना जिससे दूसरों का भला हो, समाज की उन्नति हो। सेवा आत्म-शक्ति बढ़ाती है। लेने में नहीं, देने में शक्ति है, प्यार है, एकता है, सहयोग है। इससे जीवन जीने का तरीका बदल जाता है। लॉकडाउन और कोरोना ने हमें एक बात तो सिखा दी कि सेवा करने से बड़ा सुकून मिलता है। लोग पहले भी सेवा करते थे इस बार तन, मन, धन से मिलजुल कर सेवा की। डॉक्टर आदि सेवाकर्मियों ने तो अपना जीवन दांव पर लगाकर सेवाएं दी हैं।

आध्यात्मिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य सुधारें

हमारी आत्मा एक बैट्री की तरह है। जब आत्मा रूपी बैट्री पूरी चार्ज होती है तो हम आध्यात्मिक रूप से पूर्ण स्वस्थ होते हैं, शांति, प्रेम, दया, खुशी के भाव उत्पन्न होते हैं और जब यह बैट्री डिस्चार्ज होती है तो तनाव, चिंता, दुःख, निराशा और ईर्ष्या के भाव उत्पन्न होते हैं। भावनात्मक स्वास्थ्य सुधारे अतः हम अपनी सोच सही रखें, घर की ऊर्जा को शुद्ध करें, धार्मिक चर्या से दिन की शुरुआत करें। राकारात्मक राहित्य पढ़ें, देखें, क्राइम वायलेंस के कंटेंट नहीं देखें। लॉकडाउन में परिवार के साथ रहते हुए आध्यात्मिक एवं भावनात्मक स्वास्थ्य में सुधार हुआ। अतः हमेशा के लिए जीवन में ऐसा ही बदलाव लाएं। हम आत्मा को समय दें और उसे चार्ज करते रहें।

संतोषी बनें

लॉकडाउन से पहले हम सब भाग रहे थे अधिक से अधिक पाने के लिए। जीवन जीने के लिए जो चाहिये था वह पा लिया था, फिर भी संतोष नहीं था। और अधिक पाने के लिए दौड़ जारी थी परंतु लॉकडाउन में जो था, जो मिला उसमें संतोष रखा। दो माह में हमने बाहर से कुछ भी नहीं लिया, पर बहुत कुछ दिया। जितना समय था, उसमें से भी न केवल घर परिवार का ध्यान रखा अपितु औरें के लिए भी समय निकाला। जितना धन था, भोजन था, साधन थे, उसमें से भी देने की भावना रखी तो शांति-संतुष्टि मिली। लॉकडाउन के बाद भी ऐसा संतोष भाव बनाए रखना है।

सकारात्मक सोच बनाएं

सोच का प्रभाव मन पर होता है, मन का प्रभाव तन पर होता है, तन और मन का प्रभाव सारे जीवन पर होता है। कहा भी है –

कहीं मिलेगी प्रशंसा तो कहीं नाराजगियों का बहाव मिलेगा। कहीं मिलेगी दुआ तो कहीं भावनाओं में दुर्भाव मिलेगा। तू चला चल राही अपने कर्म पथ पे जैसा तेरा भाव, वैसा प्रभाव मिलेगा।

इसलिए सदा अच्छा सोचें और खुश रहें, हंसते मुस्कुराते रहें। अगर हमारी सोच सही होगी तो सभी से व्यवहार सही होगा और जो काम हम कर रहे हैं, उससे दूसरों का भी भला होगा। संक्रमित व्यक्ति का उपचार किया जा सकता है परंतु संक्रमित सोच का उपचार नहीं, इसलिए हम सब बेहतरीन

सकारात्मक सोच के साथ रहें। अतः लॉकडाउन के बाद अनलॉक में भी मस्त रहें, स्वस्थ रहें और प्रसन्न रहें।

इंसानियत बरकरार रखें

कोरोना ने इंसान को समझाया कि 'जान है तो जहान है' जब बीमारी आई तो अमीर-गरीब सब एक कतार में खड़े हो गए। सब पर खतरा बराबर है। सबकी सोच कर चलें। एक दूसरे का ध्यान रखें। पूरे समाज को संभाल कर चलना है। समय, सत्ता, सम्पत्ति और शरीर चाहे साथ दे या न दे परंतु स्वभाव, समझदारी और सच्चे संबंध हमेशा साथ देते हैं। इस संकट ने हमें यह उम्मीद दी है कि लोगों में इंसानियत है और वे एक-दूसरे के साथ खड़े हो सकते हैं। अब जरूरत इस भावना को बनाए रखने की है ताकि दोबारा कभी संकट आ जाए तो हम तैयार रहें।

अहंकार को त्यागें

कोरोना वायरस इतना भयंकर निकला कि बड़ों-बड़ों के अहंकार पिघल गए, पांवों के नीचे धरती खिसकती दिखाई पड़ने लगी तो किसी ने कह दिया –

कुदरत का कहर भी जरूरी था साहब,
हर कोई खुद को भगवान् समझ रहा था
जो कहते थे मरने तक की फुरसत नहीं है,
वो आज मरने के डर से फुरसत में बैठे हैं।।

समय और प्रकृति से बड़ा कोई शिक्षक नहीं। प्रकृति ने कोराना देकर हमारी हठधर्मिता को तोड़ दिया और सामाजिक जीवन में एक नया स्वरूप ला खड़ा किया। जो मानवीय संवेदनाएं मरने के कगार पर पहुंच गई थीं, उनमें प्राण लौट आए, लोगों को समझ में आया कि जिंदगी को अगर खुल कर जीना है तो थोड़ा झुककर जीओ। अहंकार किस बात का? क्योंकि –

बदन मेरा मिट्टी का, सांसें मेरी उधार हैं।

घमण्ड करो तो किस बात का,
हम सब उसके ही किराएदार हैं?

सजगता और सावधानी बढ़ाएं

कोरोना वायरस के प्रकोप ने जीवन के सभी पहलुओं को प्रभावित किया, कई नई समस्याएं उत्पन्न हो गईं। अतः लोगों में चिंता, तनाव व भय व्याप्त है। 'घर में रहें, सुरक्षित रहें' का नारा लॉकडाउन खुलने के बाद पुराना हो गया है, यदि अनलॉक में हमने सजगता और सावधानी नहीं रखी, लापरवाही बरती तो स्थिति भयंकर हो जायेगी, क्योंकि – आज हालात जरूर काबू में हैं, पर मुश्किलें खड़ी बाजू में हैं। लापरवाही संतुलन बिगाड़ देगी, हम सब एक ही तराजू में हैं।।

कोरोना को हम शिकस्त तब ही दे सकेंगे जब हम स्वयं बदलने का पुरुषार्थ करेंगे, इच्छाओं का त्याग कर हकीकत में रहेंगे। पूर्ण सजगता और सावधानी के साथ राजकीय निर्देशों का पालन करते हुए सतर्क रहेंगे, समझदारी से काम लेंगे तो स्वस्थ, प्रसन्न और सुखी रह सकेंगे। कहा भी है –

चेहरे की हँसी से गम को भुला दो,
कम बोलो पर सब कुछ बता दो।
खुद ना रुठो पर सबको हँसा दो,
यही है राज जिंदगी का जीओ और जीना सीखा दो।।

प्राण ऊर्जा का संतुलन ही है स्वास्थ्य

डॉ. चंचलमल चोरडिंगा



प्राण ऊर्जा क्या है?

संसार में दो तत्त्व मुख्य हैं। प्रथम जीव, आत्मा और चेतना एवं दूसरा अजीव, जड़ या अचेतन। इन तत्त्वों से ही सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड की संरचना होती है। इसी आधार पर ऊर्जा को भी मोटे रूप में दो भागों में विभाजित किया जा सकता है। पहली चैतन्य अथवा प्राण ऊर्जा और दूसरी भौतिक ऊर्जा। जिस ऊर्जा के निर्माण, वितरण, संचालन और नियन्त्रण हेतु चेतना की उपस्थिति आवश्यक होती है, उस ऊर्जा को प्राण ऊर्जा और बाकी सभी ऊर्जाओं को जड़ अथवा भौतिक ऊर्जा कहते हैं। भौतिक विज्ञान प्रायः जड़ पर ही आधारित होता है। अतः उसकी सारी शोध एवं विन्तन जड़ पदार्थों तक ही सीमित रहती है।

जब तक शरीर में आत्मा अथवा चेतना का अस्तित्व रहता है, प्राण ऊर्जा क्रियाशील होती है, मानव जीवन का महत्व होता है, परन्तु उसकी अनुपस्थिति में अर्थात् मृत्यु के पश्चात् प्राण ऊर्जा के अभाव में मानव शरीर का कोई महत्व नहीं। अतः उसको जला अथवा दफना कर नष्ट कर दिया जाता है। आत्मा अथवा चेतना अरुपी है। अतः उसकी प्राण ऊर्जा भी अरुपी होती है तथा शरीर में अदृश्य मार्गों से प्रवाहित होती है, फिर भी उसके प्रमाणों को अनुभव किया जा सकता है। इसी कारण चेतना के बिना आज का विकसित स्वास्थ्य विज्ञान शरीर के किसी भी अवयव, यहां तक बाल, नाखून, आंसू, पसीने जैसे, साधारण पदार्थों का भी निर्माण नहीं कर सकता।

प्राण ऊर्जा के मूल स्रोत — मां के गर्भ में आते ही कर्मों की स्थिति के अनुसार जीव को एक विशेष प्रकार की ऊर्जा प्राप्त होती है जिसके द्वारा जीव आहार को शरीर एवं इन्द्रियों में परिणत करता है। इस परिणमन करने वाली जीवन दायिनी मूल ऊर्जा को पर्याप्ति कहते हैं।

मनुष्य को आहार, शरीर, इन्द्रिय के अलावा श्वासोच्छ्वास, भाषा और मन पर्याप्तियाँ भी प्राप्त होती हैं। श्वासोच्छ्वास पर्याप्ति से ही वायुमण्डल से श्वसन योग्य पुद्गलों को ग्रहण कर जीव शरीर के लिये आवश्यक विशेष ऊर्जा में परिणित करता है। भाषा पर्याप्ति के कारण ही जीव भाषा योग्य सूक्ष्म पुद्गलों को ग्रहण कर बोलने की योग्यता

प्राप्त करता है। जिन जीवों में भाषा पर्याप्ति का अभाव होता है, वे मुँह होते हुए भी बोल नहीं सकते। मन पर्याप्ति के प्रभाव से जीव में मनोवर्गण के पुद्गलों को ग्रहण कर द्रव्य मन की सहायता से चिन्तन मनन में परिणत करने की क्षमता प्राप्त होती है। जिन जीवों को मन पर्याप्ति प्राप्त नहीं होती, वे मनुष्य की भाँति मनन, चिन्तन, अध्ययन आदि नहीं कर सकते। उपचार करते समय जब तक चेतना के विकास के इस क्रम की उपेक्षा होगी, निदान अपूर्ण और उपचार अस्थायी होगा।

प्राण क्या है? — जिस शक्ति विशेष द्वारा जीव जीवित रहता है अर्थात् जीवन जीने की शक्ति को प्राण कहते हैं। कानों के द्वारा शब्दों को ग्रहण करने अथवा सुनने की शक्ति विशेष को श्रोत्र इन्द्रिय बल प्राण, आँखों के द्वारा देखने की शक्ति विशेष को वक्षु इन्द्रिय बल प्राण, नासिका द्वारा गंध ग्रहण करने की शक्ति विशेष को घ्राणेन्द्रिय बल प्राण, जीभ द्वारा स्वाद का अनुभव करने की शक्ति विशेष को रसनेन्द्रिय बल प्राण, शरीर द्वारा ठण्डा—गरम, कोमल—कठोर, हल्का—भारी आदि रस्पर्श का ज्ञान कराने वाली शक्ति विशेष को स्पर्शेन्द्रिय बल प्राण, मन से चिन्तन मनन करने की शक्ति को मनोबल प्राण, भाषा वर्गणा के पुद्गलों की सहायता से वाणी की अभिव्यक्ति की विशेष ऊर्जा वचन बल प्राण, शरीर के माध्यम से उठने—बैठने, हलन—चलन करने की विशेष शक्ति काय बल प्राण, श्वासोच्छ्वास वर्गणा के पुद्गलों की सहायता से श्वास लेने और बाहर निकालने की शक्ति विशेष श्वासोच्छ्वास बल प्राण तथा निश्चित समय तक निश्चित योनी में जीवित रहने की शक्ति विशेष आयुष्य बल प्राण कहलाती है।

आयुष्य बल प्राण के अभाव में अन्य प्राणों का कोई अस्तित्व नहीं होता। प्रत्येक व्यक्ति की एक निश्चित आयुष्य होती है जिसका निर्धारण उसके पूर्व भव में ही हो जाता है। अन्य प्राणों की स्थिति बदल सकती है। क्षय के साथ—साथ उन प्राणों का निर्माण भी हो सकता है। प्राणों की विविधता के कारण ही प्रत्येक व्यक्ति के सुनने, देखने, चखने, सूंधने, चिंतन मनन करने, वाणी की अभिव्यक्ति आदि अलग—अलग होती है। कभी—कभी भौतिक उपचारों से कान, नाक, चक्षु, जीभ आदि इन्द्रियों के द्रव्य उपकरणों में उत्पन्न खराबी को तो दूर किया



जा सकता है परन्तु उनमें प्राण ऊर्जा न होने से भौतिक उपचार सदैव सफल नहीं होते।

इसी कारण सभी नेत्रहीनों को नेत्र प्रत्यारोपण द्वारा रोशनी नहीं दिलाई जा सकती। सभी बहरे उपकरण लगाने के बाद भी सुन नहीं सकते। मूर्ति में मानव की आंख लगाने के बाद भी उसमें देखने की शक्ति नहीं आ जाती।

प्राण ऊर्जा का अपव्यय हानिकारक — प्राण और पर्याप्तियों पर ही हमारा स्वास्थ्य निर्भर करता है। शरीर एवं प्राण का परस्पर संबंध न जानने पर कोई भी व्यक्ति न तो प्राणों का अपव्यय अथवा दुरुपयोग ही रोक सकता है और न अपने आपको नीरोग ही रख सकता है। आत्मिक आनन्द सच्ची शांति तो प्राण ऊर्जा के सदुपयोग से ही प्राप्त होती है।

यही प्रत्येक मानव के जीवन का सही लक्ष्य होता है। प्रतिक्षण हमारे प्राणों का क्षय हो रहा है। अतः हमारी सारी प्रवृत्तियां यथा संभव सम्यक् होनी चाहिये। पांचों इन्द्रियों, मन, वचन, काया का संयम स्वास्थ्य में सहायक होता है तथा उनका असंयम रोगों को आमन्त्रित करता है। हवा, भोजन और पानी से ऊर्जा मिलती है परन्तु उनका उपयोग कब, कैसे, कितना, कहाँ करने का सम्यक् ज्ञान और उसके अनुरूप आचरण आवश्यक होता है?

स्वाध्याय, ध्यान, कायोत्सर्ग भी ऊर्जा के स्रोत होते हैं, जिसका जीवन में आचरण आवश्यक होता है। प्राण ऊर्जा के सदुपयोग से शरीर स्वस्थ, मन संयमित, आत्मा जागृत और प्रज्ञा विकसित होती है।

भावों की अभिव्यक्ति — मन शरीर के सभी विषयों को अभिव्यक्त करने की क्षमता रखता है। मन और वचन का अलग से कोई अस्तित्व नहीं होता। सभी बनते हैं चित्त के द्वारा। जो मन के लिये सामग्री चाहिये उसका आकर्षण काया के द्वारा ही होता है। मनन से पहले और मनन के बाद में भी मन नहीं होता। उसी प्रकार बोलने के पहिले और बोलने के पश्चात् वाणी नहीं होती। भाषा और मन का अस्तित्व शरीर पर निर्भर होता है।

जीव शरीर को उत्पन्न करता है। शरीर वीर्य को उत्पन्न करता है और वीर्य, मन, वचन और काया की हलन—चलन को उत्पन्न करता है। सारी शक्ति का केन्द्र, सारी शक्ति का संचालन, नियंत्रण और आत्मा की समस्त अभिव्यक्तियाँ शरीर के द्वारा ही होती हैं। शरीर हमारी सारी शक्ति का उत्पादक यंत्र है। जहां से ये शक्तियाँ विभिन्न मार्गों में प्रवाहित होती हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि जिस प्रकार आत्मा से शरीर और मन, मस्तिष्क प्रभावित होते हैं, उसी प्रकार शरीर की गतिविधियों से मन और आत्मा भी प्रभावित होते हैं। जिस स्तर का रोग हो उसके अनुरूप उपचार करने से ही स्थायी एवं प्रभावशाली परिणाम शीघ्र प्राप्त होते हैं।

प्राण ऊर्जा के असंतुलन का प्रभाव — जब शरीर में कोई रोग होता है तो उसका प्रभाव सारे शरीर में चारों तरफ प्रत्यक्ष—परोक्ष रूप से थोड़ा बहुत पड़ता है। जिस प्रकार विद्युत उपकरणों में जब क्षमता से अधिक वोल्टेज पर बिजली प्रवाहित होती है तो उस उपकरण के खराब होने की संभावना रहती है और यदि कम वोल्टेज पर बिजली प्रवाहित हो तो उपकरण पूर्ण क्षमता से कार्य नहीं करते। ठीक उसी प्रकार जब किसी

अंग में प्राण ऊर्जा का प्रवाह आवश्यकता से कम अथवा अधिक हो तो ऊर्जा असंतुलन के कारण उस की ऊर्जा से संबंधित शरीर के अंग—उपांग रोग ग्रस्त हो जाते हैं। सारे शरीर में अन्य ऊर्जाएं भी असंतुलित होने लगती हैं। लम्बे समय तक ऊर्जा का असंतुलन बने रहने से शारीरिक स्तर पर मांसपेशियां, रक्त परिभ्रमण, श्वसन, पाचन, हृदय की धड़कन, नाड़ी की गति, विजातीय तत्वों के विसर्जन आदि प्रभावित होने लगते हैं। परिणाम स्वरूप मानसिक स्तर पर भूख प्यास, निद्रा, थकान, अरुचि, बैचेनी, तनाव, पीड़ा, दर्द, चिड़चिङ्गापन, मनोबल में कमी जैसी स्थितियां प्रकट होने लगती हैं। आत्मिक स्तर पर स्मरण शक्ति का विस्तृत होना, सम्यक् प्रवृत्तियों के प्रति अरुचि अथवा उपेक्षा भाव, इन्द्रियों और मन पर नियन्त्रण न रख पाना, स्वयं के लिये आवश्यक प्राथमिकता का ज्ञान एवं विवेक न रहना तथा उसके अनुरूप आचरण न कर पाने जैसी स्थिति बनने लगती है। स्वाध्याय, ध्यान, कायोत्सर्ग में मन नहीं लगता। दूसरी तरफ ऊर्जा के असंतुलन के कारण, रक्त, मल—मूत्र आदि अवयवों के रासायनिक तत्वों में परिवर्तन होने लगता है।

शरीर का बाह्य संतुलन भी प्रभावित होने से, चलने—फिरने, उठने—बैठने में तकलीफ तथा अन्य लक्षण प्रकट होने लगते हैं। कमजोरी अनुभव होने लगती है। इन्द्रियों की क्षमताएं क्षीण होने लगती हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि शरीर के विभिन्न अंगों में प्रवाहित प्राण ऊर्जा का संतुलन शरीर की मुख्य आवश्यकता है। जिसके असंतुलन से न केवल शारीरिक स्तर पर दुष्प्रभाव पड़ता है अपितु मानसिक, भावात्मक और आत्मिक स्तर भी प्रभावित होते हैं। अतः जो उपचार प्राण ऊर्जा के संतुलन के सिद्धान्त पर जितना अधिक आधारित होता है, वह उपचार उतना ही अधिक सनातन, व्यापक और प्रभावशाली होता है।

संतुलन बिना उपचार अपूर्ण — अधिकांश चिकित्सा पद्धतियां प्राण ऊर्जा के असंतुलन से मात्र शरीर पर पड़ने वाले प्रभावों को अपने ढंग से समझ, रोग का निदान और उपचार करती है। नाड़ी वैद्य नाड़ी की गति के आधार पर वात, कफ और पित की शरीर में स्थिति द्वारा निदान करते हैं। एलौपैथिक चिकित्सक मल—मूत्र के परीक्षणों तथा ई.सी.जी., सोनोग्राफी, एक्स-रे, सी.टी. स्केनिंग, एम.आर.आई आदि के आधार पर शरीर के रोग का निदान करते हैं।

मन, भाव और आत्मा के विकार निदान और उपचार करते समय प्रायः उपेक्षित होते हैं। अधिकांश चिकित्सा पद्धतियां शरीर में विजातीय तत्वों की उपरिथिति को रोगों का एक मात्र कारण मानती है। आत्मिक विजातीय तत्वों की तरफ उनका ध्यान ही नहीं जाता। शरीर जड़ है। अतः बाजार से मिलने वाली दवाइयां, अन्य खाद्य पदार्थ और भौतिक उपकरणों की मदद से जड़ ऊर्जा तो मिल सकती है, परं प्राण ऊर्जा नहीं। ऐसी चिकित्सा पद्धतियां अधिक से अधिक शरीर को ठीक कर सकती हैं। मानसिक व आत्मिक रोगों का उपचार तो स्वयं की चेतना से उत्पन्न प्राण ऊर्जाओं से ही संभव हो सकता है। प्रत्यक्ष या परोक्ष हिंसा को प्रोत्साहन देने वाली चिकित्सा पद्धतियां प्राण ऊर्जा का उल्टा दुरुपयोग ही करती है, अतः रोगी को स्थायी रूप से रोग मुक्त नहीं बना सकती।



सामाजिक बदलाव में अणुव्रत की भूमिका

रमेश हिरण

गानव जीवन की न्यूनतम व विशिष्ट आचार संहिता है अणुव्रत। यह एक ऐसी प्रक्रिया है, जो आचरण व विचार के बीच समन्वय को स्थापित करती है। सही मायने में यह संयम की साधना और प्रामाणिकता युक्त नैतिक जीवन जीने का सुगम पथ है, इस मार्ग पर चलकर व्यक्ति धर्म की नई परिभाषा को ग्रहण करता है, ऐसा धर्म जो जाति, रंग, समुदाय के भेद से अलग आत्मा का स्वतंत्र धर्म कहलाता है। यह धर्म का ऐसा नया अध्याय है, जो विषम हालात में मानवता को त्राण दे सकता है।

उपर्युक्त मीमांसा से यह स्पष्ट हो जाता है कि आखिर अणुव्रत क्या है तथा इससे किस प्रकार व्यक्ति अपने जीवन का सर्वांगीण विकास कर सकता है।

सर्वोदयी नेता जयप्रकाश नारायण ने आचार्य तुलसी से एक बार पूछा था कि देश को आज किस प्रकार के आंदोलन की आवश्यकता है? तब आचार्यश्री ने कहा कि 'नैतिक आंदोलन'। यदि यह आंदोलन सफल रहा तथा इससे व्यक्ति में सदाचार, नैतिकता व चारित्र का विकास हुआ तो, और किसी भी आंदोलन की आवश्यकता रवः समाप्त हो जायेगी। व्यक्ति किसी भी प्रकार की बुराई करने से पहले सोचेगा कि उसके स्वयं पर, समाज पर व राष्ट्र पर उसका कितना विपरीत असर पड़ेगा? ऐसा अंकन करने के पश्चात् उसके कदम स्वतः उस बुराई से विमुख हो जायेंगे।

अणुव्रत एक ऐसे आदर्श व्यक्तित्व की कल्पना करता है जो सभी चारित्रिक विशेषताओं से ओतप्रोत हो। वो रात्यनिष्ठ हो, सदाचारी हो, चरित्र निष्ठ हो, तथा प्रामाणिक हो, उसका जीवन, खानपान, वेशभूषा, सादगी प्रधान हो, आङ्गम्बर व वैभवपूर्ण जीवनशैली से दूर हो, उसके व्यक्तित्व में चरित्र की चमक हो तथा उसके आभामण्डल में चुम्बकीय आकर्षण हो। जिसकी वाणी में ओज हो, भाषा में सत्य व सदाचार बोलता हो, ऐसे आदर्श व्यक्तित्व की कल्पना अणुव्रत करता है। ऐसे व्यक्ति यदि वास्तविक जीवन में मिलते हैं तथा उनकी प्रेरणा से कई नए व्यक्ति अणुव्रत की राह पर चलते हैं तो उसका असर बड़ा व्यापक होगा, क्योंकि उनका जीवन ही अपने आप में प्रेरणा पाथेय का कार्य करेगा।

ऐसे आदर्श व्यक्ति ही सामाजिक जीवन में बदलाव के भागीरथ बन सकते हैं, समाज आज कितनी ही रुद्धियों, विषमताओं, भ्रातियों, उहा-पोहों के मकड़जाल में उलझा हुआ है। नई व पुरानी संस्कृति का घालमेल व्यक्ति को सटीक व सही चिंतन करने से बाधित कर रहा है, व्यक्ति व समाज किसी रीति को अपनाए, अथवा छोड़े, यह तय नहीं कर पा रहा है? इसके परिणामस्वरूप कई विदेशी संस्कृति व विचारों ने व्यक्ति व समाज को अपनी गिरफ्त में लेकर उसकी सोच को विकृत कर दिया है। समाज नित नई परिभाषा लिख रहा है, गढ़ रहा

है, परंतु वह दिग्भ्रमित है, बिना सटीक मार्गदर्शन के विभ्रम की स्थिति बनती जा रही है।

ऐसे समय अणुव्रत एक लाइट हाउस के रूप में समाज का पथ प्रदर्शन कर सकने का सामर्थ्य रखता है। यह अणुव्रत ही है जो निरपराध प्राणी की हत्या से रोकता है, आक्रामक नीति का समर्थन नहीं करता, परस्पर हिंसा के स्थान पर मैत्री की कामना करता है। तोड़-फोड़ की नीतियों का समर्थन नहीं करता, जाति, रंग-भेद के आधार पर अस्पृश्यता को बढ़ावा नहीं देकर, मानवीय एकता में विश्वास करता है। साम्प्रदायिक सहिष्णुता रखकर समाज में तनाव को दूर करता है। व्यवसाय व व्यवहार में प्रामाणिकता का संदेश देता है जिससे नैतिकता पुष्ट होकर स्वस्थ व्यक्ति व समाज की सरचना होती है। ब्रह्मचर्य की साधना से समाज में चारित्रिक पतन होने से रुकता है। जितने भी यौन अपराध हैं, उनसे समाज का बचाव हो सकता है। चुनाव में अनैतिक आचरण नहीं करने पर अणुव्रत बल देता है, जिससे राष्ट्र को योग्य व प्रामाणिक नेतृत्व मिलने की गारंटी रहती है। यह सामाजिक रुद्धियों पर तीव्र प्रहार करता है, जिससे ऊबर कर समाज में नवीन चेतना व जागृति का उदय होता है। समाज में व्याप्त व्यसनों से व्यक्ति को दूर करने की प्रेरणा देता है जिससे व्यक्ति स्वस्थ बने, सबल बने, व दीर्घायु हो, इसकी पृष्ठभूमि अणुव्रत ही तैयार कर सकता है जिससे परिवार सुखी व खुशहाल बनता है। कन्या भ्रूणहत्या को रोककर लिंगानुपात को विषम होने से बचाता है अणुव्रत। तनाव व कुंठा से ग्रस्त व्यक्ति कहीं आत्महत्या न कर बैठे, उसे त्राण देकर शांति लौटाने की जिम्मेदारी भी अणुव्रत ने ली है। व्यक्ति स्वस्थ बने, समाज स्वस्थ बने व वातावरण कम प्रदूषित हो, इसीलिए पर्यावरण स्वच्छ हो, इस पर बल दिया है। हरे-भरे वृक्षों की सुरक्षा की जिम्मेदारी भी अणुव्रत वहन करता है। सामाजिक रुद्धियों पर प्रहार कर खर्चीली शादियों व आङ्गम्बर पर अंकुश लगाता है, जिससे व्यर्थ में समाज में प्रतिस्पर्धा उत्पन्न होने का अवसर नहीं मिलता। कहने का तात्पर्य अणुव्रत एक ऐसा अमोध अस्त्र है, जिससे स्वस्थ व्यक्ति, स्वस्थ समाज व स्वस्थ राष्ट्र का निर्माण अच्छी प्रकार से हो सकता है। इसमें कोई अतिशयोक्ति नहीं। व्यक्ति यदि सुधरता है जो इसका प्रभाव समाज पर पड़ता है, समाज बदलता है, तो राष्ट्र स्वस्थ एवं सम्पन्न व सुदृढ़ बन सकता है। इस प्रकार कहा जा सकता है कि सामाजिक परिवर्तन में अणुव्रत का अतुलनीय योगदान है।

आवश्यकता है इसे सही रूप से समझने व क्रियान्वयन किये जाने की। यदि गंभीरता से ऐसा प्रयास हुआ तो कोई शक नहीं कि समरत विश्व बदलते भारत को बड़े ही गौरव के साथ देखेगा व अणुव्रत को अपनाने में अपनी दिलचस्पी दिखायेगा। ऐसी नवीन सुधर का सभी को इंतजार रहेगा। *

राष्ट्रीय चरित्र-निर्माण और अणुव्रत

ललिता कुलवंत

अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन करने वाले आचार्यश्री तुलसी ने अणुव्रत आंदोलन का सूत्रपात जिन परिस्थितियों में किया, उनके अनुशीलन से ऐसा लगता है कि समाज की समस्याओं का समाधान अणुव्रत द्वारा ही संभव है। कारण हिंसा और भ्रष्टाचार की धंधकती हुई ज्वाला मानवीय मूल्यों को जिस रूप में भस्मसात कर रही है, उसका मूल सहारा अणुव्रत है। अणुव्रत ने चुपचाप जो काम किया वह सामाजिक समस्या के समाधान में बहुत बड़ा योगदान है।

अणुव्रत समाज को सत्य का साक्षात्कार करवाता है। वह समाज और देश सौभाग्यशाली होता है जिसमें मानवता या नैतिकता की चर्चा होती है। अणुव्रत अर्थात् छोटे-छोटे नियमों की पालना। उदाहरण के लिए कोई आदमी जो अहिंसा और अपरिग्रह में विश्वास तो रखता है लेकिन उसके अनुसार चलने की ताकत अपने में नहीं पाता, वह इस पद्धति का आश्रय लेकर किसी विशेष हिंसा से दूर रहने व खास ढंग से संग्रह न करने का संकल्प करेगा और धीरे-धीरे लक्ष्य की ओर बढ़ेगा, समाज, संस्था में उनकी पालना करेगा। यही तो अणुव्रत सिखाता है।

अणुव्रत ने युग की चुनौतियों का सामना कर समाज में चरित्र की प्रतिष्ठा की है। अणुव्रत की आस्था व्यक्ति-निर्माण में है। व्यक्ति जितना नैतिक और आचार-निष्ठा होगा, समाज उतना ही उन्नत, संस्कृत और समृद्ध होगा। व्यक्ति की आचार-निष्ठा और नैतिकता का जीवन्त साक्ष्य होता है उसका अपना मन और व्यवहार। यदि वह चरित्र को सर्वाधिक मूल्य देता है तो किसी भी स्थिति में अवांछनीय तरीकों से व्यवसाय नहीं करेगा।

यदि वह चरित्र को अपना जीवन मानता है तो सत्यनिष्ठा और धर्मनिष्ठा से कतराकर अपने स्वीकृत सिद्धांतों के साथ खिलाड़ नहीं करेगा। यही तो अणुव्रती की पहचान है समाज व संस्था में।

अणुव्रत ने समाज को अनेक नए अवदान दिये उनमें – मानवीय एकता का विकास, सहआस्तित्व की भावना का विकास, सांप्रदायिक सद्भावना का विकास, राष्ट्रीय चरित्र का विकास, धर्म के क्रांतिकारी स्वरूप का विकास आदि। राष्ट्रीय चरित्र के लिए तीन बातें महत्वपूर्ण हैं –

राजनैतिक शुचिता

राजनीति से अलिप्त रहकर भी अणुव्रत ने राजनीति पर प्रभाव छोड़ा है। दलबदल की नीति, स्वार्थपरता और बोटों के विक्रय पर अणुव्रत ने जितना तीखा प्रहार किया है, शायद ही किसी आंदोलन ने किया हो। क्योंकि चरित्रवान व्यक्ति

जंचाइयों तक पहुंचता है। लोग इस यथार्थ को समझते हैं और अणुव्रत के क्षेत्र में ऐसे सामाजिक कार्यकर्ता हैं जो सच्चाई के साथ जीना चाहते हैं। समाज तथा धर्मसंघ में काम कर रहे हैं। उन्हें गर्व होता है कि मैं अणुव्रती हूं। आचार्य तुलसी जैसे गुरु का आभारी हूं जिन्होंने नैतिकता से, प्रामाणिकता से अणुव्रती बनाया।

सामाजिक कुरुद्धियों से मुक्ति

सामाजिक कुरुद्धियों से समाज इतना जर्जर और सत्वहीन बन जाता है कि वह युग की किसी चुनौती को झेल नहीं सकता, फिर वाहे जन्म, विवाह, मृत्यु आदि जीवन के ऐसे कोई भी प्रसंग हो। भारत की धरती पर अणुव्रत से संस्कारित परिवारों में अशिक्षा, पर्दा, मृत्युमोज, विधवा के काले कपड़े पहनना, मृत्यु के प्रसंग में प्रथा रूप में रोना, बाल विवाह, वृद्ध विवाह आदि परम्पराएं चरमराकर टूट गई हैं। दहेज और प्रदर्शन की समस्या भी थोड़ी कम हुई है। यह सब अणुव्रत के परिणाम हैं। समाज ने नई जंचाइयों प्राप्त कर इन प्रथाओं को जड़मूल से खत्म कर दिया। हम यह संकल्प करें कि जिस दिन समाज में किसी प्रकार की नई रुद्धि पनप न पाए, वह दिन अणुव्रत व समाज दोनों का विशिष्ट दिन होगा।

दुर्व्यसनों से मुक्ति

अणुव्रत का अभियान है व्यसनमुक्ति। कुछ लोगों की दृष्टि में मादक तथा नशीले पदार्थों का सेवन सांस्कृतिक उच्चता, सम्भयता और स्तरीय जीवन का प्रतीक है। किंतु वास्तविकता यह नहीं है। ऐसे पदार्थों का सेवन करने वाला व्यक्ति समाज दोनों की नजरों में गिर जाता है तभी अणुव्रत ने व्यसनमुक्ति अभियान चलाकर शहरों में ही नहीं, ग्रामीण व्यक्तियों को भी समाज में सिर ऊंचा कर जीना सिखाया। अणुव्रत के उद्घोषों ने सभी को व्यसनमुक्त जीवन जीना सिखाया।

यही कारण है कि धर्म सभाओं में सैकड़ों-हजारों युवक-युवतियां गर्व से जिज्ञासुभाव से निरंतर उपस्थित होते हैं चारित्रिक उज्ज्वलता के प्रति जागरूक भी रहते हैं। यही युवा पीढ़ी की शक्ति को सही दिशा में नियोजित करने की प्रेरणा देते हैं। ताकि अणुव्रती बनकर निःस्वार्थ सेवाभावना के साथ समाज निर्माण में अपना योगदान दे सकें।

अंत में यही कहूंगी कि हां, सामाजिक समस्याओं के समाधान में अणुव्रत का बहुत बड़ा योगदान है जो हमें अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्यश्री तुलसी द्वारा अणुव्रती बनने से प्राप्त हुआ है। हमें भी स्वस्थ समाज की बुलंदी को नैतिकता से आगे बढ़ाना है।



बालकों की सुरक्षा दायित्व हम सबका

डॉ. रेणु खुबीर

आए दिन बच्चों के साथ हिंसा की घटनाएं सुन, पढ़, देख कर समाज में चिंता की लहर दौड़ना स्वाभाविक ही है। देश में आज बच्चा जितना असुरक्षित है, संभवतः पूर्व में कभी नहीं रहा। राष्ट्रीय अपराध रिकॉर्ड ब्यूरो के अनुसार प्रति वर्ष बालकों के खिलाफ हिंसा के आंकड़ों में वृद्धि हो रही है। बालकों के विरुद्ध हिंसा कई रूपों में हो रही है जैसे तस्करी, अपहरण, हत्या, बलात्कार, यौन शोषण, अमानवीय व्यवहार आदि। चाहे गांव हो, कस्बा हो, शहर हो या महानगर, कहीं भी हमारे बच्चे सुरक्षित नहीं हैं। घर, स्कूल, सार्वजनिक स्थल, ट्रेन, बस, हवाईजहाज, टैक्सी सब जगहों पर हमारे बच्चे महफूज नहीं हैं। बच्चों को अपनी दरिन्द्रिय व हैवानियत के शिकार बनाने वाले हर जगह मिल जाते हैं।

छोटी-छोटी बच्चियों के साथ बलात्कार अधिकांश उनके रिश्तेदार, पड़ोसी, जान-पहचान वाले, बस ड्राइवर, कंडक्टर, अध्यापक, शारीरिक शिक्षक आदि परिचित लोगों के द्वारा किए जाते रहे हैं, यह कटु सत्य है। अभिभावक सामाजिक प्रतिष्ठान का हवाला देकर शिकायत भी दर्ज नहीं कर पाते हैं, इससे दरिन्द्रे बैखौफ होकर अपराध को अंजाम देते हैं।

विद्यालयों में भी इस तरह के मामले सामने आए। गुरुग्राम के रेयान इंटरनेशनल स्कूल के 7 वर्षीय विद्यार्थी प्रद्युम्न की हत्या उसी स्कूल में अध्ययनरत 15 वर्षीय किशोर द्वारा विद्यालय परिसर में ही कर दी गई। इस घटना से अभिभावक, बालक खौफ में, सारा देश सकते में और विद्यालयों की व्यवस्थाएं शक के घेरे में आ गई।

दिल्ली के एक निजी विद्यालय में 40 वर्षीय चपरासी की 5 वर्षीय बालिका से दुष्कर्म की घटना भी समाचार पत्रों में सुर्खियों में रही। कराटे शिक्षकों द्वारा छात्रों का यौन शोषण किया गया, घटना मुरादाबाद की है। माह नवम्बर 2017 में राजस्थान के झूंगरपुर जिले के एक राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में स्कूल आवर्स में पिता-पुत्र द्वारा फायरिंग की गई, पिता-पुत्र का विद्यालय से कोई विवाद चल रहा था। सरेआम फायरिंग से स्टाफ, बच्चे, अभिभावक भयभीत हो गए, विद्यालय

में बालकों की सुरक्षा पर प्रश्न चिह्न लगने लगे। विद्यालयों में बच्चों के साथ अमानवीय व्यवहार, मारपीट, सजा, व्यक्तिगत कार्य करवाने की अध्यापकों द्वारा की जा रही ज्यादतियों की खबरें छपती ही रहती हैं। विद्यालयों में बालकों की हिफाजत न हो पाना गंभीर चिंता का विषय है। वस्तुतः विद्यालय एक ऐसी महफूज जगह मानी जाती है जहां अभिभावक अपने बच्चों को निश्चिंत होकर भेजते रहे हैं। किंतु अब हालात बदलते जा रहे हैं। खोफजदा अभिभावक बच्चा विद्यालय से वापस सुरक्षित आ जाए, यही प्रार्थना करते रहते हैं।

एक प्रश्न जेहन में यह भी उठ रहा है कि किशोर वय के बालक भी हिंसा व आपराधिक प्रवृत्तियों में लिप्त हो रहे हैं। रेयान इंटरनेशनल स्कूल में हत्या का आरोपी उसी विद्यालय का 15 वर्ष का किशोर है। नोएडा में 15 वर्षीय किशोर ने अपनी ही मां व बहन का कत्ल कर सनसनी फैला दी। यही नहीं, कई बार विद्यार्थी अपने ही मित्र को अगवा कर लेते हैं और फिरौती मांगते हैं। कई किशोर चोरी में भी लिप्त पाए जाते हैं। अपनी इच्छाओं, महत्वाकांक्षाओं की पूर्ति के लिए ये किशोर अपहरण, चोरी-डकैती, दुष्कर्म जैसे अपराधों को अंजाम देने में जरा भी नहीं हिचकते हैं। अच्छे-अच्छे धरों के युवा, पढ़े-लिखे, सम्म युवाओं का यह नवीन चेहरा है जो अपराधों को अंजाम देता है बिल्कुल बेखौफ होकर। ये युवक तुरन्त सब कुछ पा लेने की लालसा में बहुत आक्रामक हो उठते हैं। यदि अपनी इच्छित वस्तु प्राप्त न हो तो ये हिंसक होने से भी परहेज नहीं करते। सारी मर्यादाएं तोड़ने पर आमादा हैं ये युवक।

ऐसे हिंसक युवकों के कारण ही समाज का ताना-बाना छिन्न-भिन्न होता नज़र आता है। हालांकि ऐसे किशोरों, युवाओं की संख्या कम ही है फिर भी हैं तो जरूर। ये किशोर भी किसी न किसी अभिभावक की संतान हैं, किसी न किसी परवरिश पर अगुली उठना लाजमी है। हमारे विद्यालयों, महाविद्यालयों की शिक्षा व्यवस्था पर भी प्रश्न चिह्न लगना स्वाभाविक ही है।

इन दिनों विद्यालयों में बालकों की सुरक्षा को लेकर



जबरदस्त बहस छिड़ी हुई है कि कौन जिम्मेदार है बालकों की सुरक्षा के लिए? निश्चित रूप से विद्यालयों में बालकों की सुरक्षा का सम्पूर्ण दायित्व विद्यालय प्रशासन का ही होता है। यदि विद्यालय में कोई अनहोनी घटना घटती है तो जिम्मेदारी विद्यालय की ही होती है, विद्यालय जिम्मेदारी से पल्ला नहीं झाड़ सकते। बड़ा विस्मय व दुःख होता है जब विद्यालय किसी भी प्रकार की जिम्मेदारी लेने से मुकर जाते हैं।

प्राइवेट विद्यालय प्रवेश के समय मोटी-मोटी फीस वसूलते हैं, न जाने किन-किन नामों की फीस लेकर अभिभावकों को लूटते हैं। लेकिन आशर्य होता है जब यदि किसी बच्चे के साथ विद्यालय की बस में कोई हादसा हो जाता है तो वे झट से पल्ला झाड़कर कह देते हैं कि जी! हमने तो ट्रांसपोर्ट व्यवस्था ठेके पर दे रखी है इसमें हमारी कोई जिम्मेदारी नहीं है। ऐसे कई उदाहरण मिल जाएंगे जब बालक विद्यालय परिसर में किसी हादसे का शिकार होता है तो ये विद्यालय अपनी जवाबदेही से बचते नजर आते हैं। मोटी फीस देकर अपने बच्चों को हादसों का शिकार होते देख अभिभावक ठगे से नज़र आते हैं।

विद्यालय परिसर से बाहर भी विद्यालयी गतिविधियां, यथा पिकनिक, कैम्प, गेम्स, टूर्नामेन्ट, सांस्कृतिक कार्यक्रम आदि में भी विद्यार्थियों की सुरक्षा की सारी जिम्मेदारी विद्यालय की ही होती है, वे इशारों मुकर नहीं सकते। प्रशासनिक एवं कानूनी तौर पर भी विद्यालय को ही बालकों की रक्षा का दायित्व सौंपा गया है। केन्द्र सरकार व राज्य सरकारों ने भी अब तो विद्यालयों में बालकों की सुरक्षा की दृष्टि से दिशा-निर्देश जारी किए हैं, जिन्हें प्रत्येक विद्यालय को मानना अनिवार्य होगा। विद्यालयों की जवाबदेही सुनिश्चित की गई है। विद्यालय प्रशासन, प्राचार्य, स्टाफ एवं कर्मचारियों के लिए नॉर्म्स बनाए गए हैं, जिनको फॉलो करना अनिवार्य होगा। बालक के घर से निकलने के बाद बस, विद्यालय परिसर, प्रार्थना सभा, कक्षाकक्ष, टॉयलेट, रेसेस, गेम्स व व्यायाम आदि में सर्वत्र स्थानों पर बालकों की सुरक्षा सुनिश्चित करना विद्यालय का दायित्व होगा। खेलकूद, सांस्कृतिक गतिविधियों, प्रायोगिक कक्षाएं आदि में शिक्षकों की जवाबदेही तय की गई है। बालक के विद्यालय में समस्त क्रियाकलापों पर, मोबाइल, मित्र मण्डली आदि पर पैनी दृष्टि रखने हेतु विद्यालयों को पाबन्द किया गया है। विद्यालय विकास समितियों में अभिभावकों की सक्रिय भागीदारी पर भी बल दिया गया है।

विद्यालय की बिल्डिंग भी सुरक्षा की दृष्टि से सुदृढ़ हो। बाउण्ड्री वॉल, गेट, टॉयलेट आदि का होना अनिवार्य किया गया है। साथ ही स्टाफ को नौकरी देने से पूर्व उनकी शैक्षिक स्थिति के आकलन के साथ-साथ उनकी मानसिक, भावात्मक एवं संवेगात्मक स्थिति का भी आकलन कर लेना चाहिए ताकि यह ज्ञात हो सके कि वे कहीं हिस्क, कामुक या आपराधिक गतिविधियों में लिप्त तो नहीं है, उनकी प्रवृत्ति तो नहीं है ऐसी?

अभिभावकों का भी दायित्व बनता है कि वे अपनी संतान को विद्यालय में प्रवेश दिलाने से पूर्व विद्यालय के सम्बन्ध में सम्पूर्ण जानकारी हासिल कर लें। विद्यालय के विकास में सक्रिय भागीदारी निभाएं। विद्यालय की मीटिंग में बुलाने पर अवश्य भाग लें व सकारात्मक सुझाव दें। यदि विद्यालय से

कोई शिकायत है तब भी निःसंकोच बताएं। बच्चों की स्कूल बस में कौन झाइवर है, कौन कण्डक्टर है, कौन सहायिका है, बस का नम्बर आदि की पूर्ण जानकारी रखें, सम्बंधित के फोन नम्बर भी ले लें। बच्चे की कलास टीचर से सतत सम्पर्क बनाए रखें व बालक की गतिविधियों, शैक्षिक स्तर व प्रगति की जानकारी लेते रहें। बच्चों की संगति पर भी पूरा ध्यान रखें।

अभिभावक अपने बच्चों को पूरा समय दें। उनके साथ संवाद बनाए रखें, भावात्मक सुरक्षा प्रदान करें, उन्हें महत्वपूर्ण होने का अहसास कराएं। अच्छे संस्कार डालें। उन्हें कभी कमतर महसूस न कराएं। वे अवसाद का शिकार न बन जाएं इस पर निगाह रखें। बच्चा मोबाइल, इंटरनेट आदि पर क्या देख रहा है, क्या खेल रहा है उस पर पैनी निगाह रखें।

केवल जैविक अभिभावक बनना ही पर्याप्त नहीं है। वरन् बालक को पर्याप्त स्नेह, सतत मार्गदर्शन, सुरक्षा प्रदान करें। उसकी जिम्मेदारी स्वयं उठाएं। अन्य के भरोसे न छोड़ें। उसकी प्रत्येक बात को, समस्या को ध्यान से सुनें व समाधान दें। अपनी संतान को योग्य, संस्कारी, जिम्मेदार बनाने का दायित्व अभिभावकों को उठाना ही चाहिए। हिंसात्मक गेम्स से दूर रखें व उसके दुष्परिणामों से अवगत कराएं। बालकों के व्यवहार पर भी ध्यान केन्द्रित करने की अपेक्षा है। कहीं बच्चा क्रोधी, आक्रामक, हिंसक तो नहीं बन रहा है, कहीं उसकी चोरी की गंदी आदतें तो नहीं विकसित हो रही हैं, इन पर भी माता-पिता ध्यान दें।

अभिभावक स्वयं संयत व्यवहार रखें, स्वयं वायलेण्ट न हों, बच्चों को नेगलेक्ट न करें, उन्हें पूरा स्नेह दें, उन्हें अपनी जिम्मेदारी समझें। मां का रोल अहम होता है क्योंकि वह ही बालक की प्रथम गुरु होती है। यह सच है कि सारे सिस्टम में परिवर्तन की आवश्यकता है। हमारे जीवन मूल्य बहुत डायल्यूट हो गए हैं। सामाजिक ताना-बाना, घर-परिवार का बदलता स्वरूप, विद्यालयों में गलाकाट शिक्षा व्यवस्था, दादी-नानी की लुप्तप्राय कहानियां आदि पर पुनः विचार की आवश्यकता है।

बालक के विकास में विद्यालय का अहम रोल होता है किंतु आज के विद्यालय गलाकाट प्रतियोगिता की दुकानें मात्र रह गए हैं। बालक का सर्वांगीण विकास, संस्कार, नैतिक मूल्य, जीवन मूल्य आदि तो कब के ताक पर रख दिए गए हैं।

कैसी व्यावहारिकता सिखा रहे हैं ये विद्यालय? क्यों ईर्ष्या, द्वेष, अपराध भाव ही पनपते नजर आ रहे हैं। विनय, करुणा, ईमानदारी, धैर्य, सहनशीलता, सत्यनिष्ठा बीते जमाने की बातें हो चली हैं। हमारा बच्चा सुरक्षित रहे, किशोर हिस्क न हों, इसके लिए हम सबको एकजुट होकर प्रयास करना आवश्यक है। अभिभावक, विद्यालय, समाज व राष्ट्र सभी अपनी जिम्मेदारी संजीदगी से निभाएं।

शिक्षा प्रणाली में आमूल्यूल परिवर्तन की दरकार है। पानी सर के ऊपर से निकले, उसके पूर्व ही हम ईमानदार प्रयत्न करें, जिसमें परिस्थितियों को बदलने की, बालक को सामाजिक व राष्ट्रीय धरोहर के रूप में विकसित करने की अपेक्षा है ताकि कोई बच्चा अब विद्यालय में असुरक्षित महसूस न करे, कोई किशोर हत्या जैसे जघन्य अपराध करने से बचे।



शिक्षा मानव जाति का सबसे उत्तम और फायदेमंद ढांचा है जिसके कारण हमने इतनी तरकी की है। हम सब शिक्षित होना चाहते हैं। सरकारें शिक्षा को लोकप्रिय बनाने के लिए बहुत कुछ करती हैं। मां-बाप नहीं चाहते कि उनकी औलाद अनपढ़ रह जाए। जीवन के मूलभूत तथ्यों को सीखने के लिए शिक्षा बहुत अनिवार्य है। शिक्षा लेने और देने में हमने बहुत संसाधन लगाए हैं मगर शिक्षा अब भी कारगर साबित नहीं हो रही है। हमें शिक्षा पर भरोसा ही नहीं है। गरीब और मध्यम परिवार पूरे जतन से बच्चों को अच्छे स्कूल में भेजता है मगर उन लोगों के मन में कई डर हैं। स्कूल अपनी भूमिका निभाने में असफल रहते हैं। मां-बाप खुद ही मेहनत करके बच्चों को डिग्री तक किसी तरह खींच-खेंचकर एक अदद नौकरी दिलाने में हाँफ जाते हैं। कुछ तेज-तरर बच्चे मेरिट में भी आ जाते हैं, मगर स्कूल-कॉलेज आज भी शिक्षा देने में असहाय हैं।

शिक्षा में हम सबकी रुचि है मगर हम उस पर भरोसा नहीं कर पा रहे हैं। हम शिक्षा के माध्यम से भविष्य को लेकर आश्वस्त नहीं हो रहे। जिन बच्चों ने 2015 के आसपास स्कूल जाना शुरू किया होगा, वे 2080 तक रिटायर हो जाएंगे। आज उन्हें कुछ ऐसा पढ़ाया जाए जो आने वाले छ: दशकों में भी प्रासांगिक रहे। लेकिन दुनिया में कोई यह नहीं बता पाएगा कि आज से दस साल के बाद क्या होगा? 12 साल बाद जब यहीं बच्चे कॉलेज जाएंगे, तब दुनिया का ढांचा क्या होगा? इस बारे में हममें से किसी भी चिंतक के पास कोई उचित जवाब नहीं है। आने वाले कठिन सालों में हमारे सामने क्या चुनौतियां आएंगी, इस बात की तैयारी न किसी सरकार ने की है न ही किसी शैक्षणिक संस्था ने। हमें वही पढ़ाया जाता है जो हमारे माता-पिता पढ़ते थे। हमारे बच्चों को भी यहीं बासी पाठ पढ़ाए जाएंगे।

बच्चे कच्ची मिट्टी की तरह होते हैं। उन्हें क्या शक्ल अस्तियार करनी है, यह उनके परिवेश पर निर्भर करता है। बच्चों में नया सीखने और रचनात्मकता की असीमित क्षमताएं

स्कूल खात्म कर रहे हैं सृजनशीलता

जसविंदर शर्मा

होती हैं। हमारे स्कूल इन संभावनाओं को बेरहमी से खत्म कर रहे हैं।

एक उदाहरण देखिए। एक बच्ची ड्राईंग क्लास में बहुत कम ध्यान देती थी। एक टीचर ने पूछा — तुम क्या बना रही हो? बच्ची ने जवाब दिया — भगवान। टीचर बोली — कोई नहीं जानता कि भगवान कैसे दिखते हैं। बच्ची ने कहा — जैसे ही मैं बनाऊंगी, सब जान जाएंगे। टीचर एक प्रकार से उसकी सृजनशीलता नष्ट कर रही थी।

पिकासो ने कहा था — सभी बच्चे जन्म से ही कलाकार होते हैं, लेकिन समस्या यह है कि बड़े होने के साथ वह कलाकार बच नहीं पाते। उस कलाकार की सृजनशीलता को मारने वाले हैं हमारे स्कूल जहां शिक्षा के नाम पर अंकों की प्रतियोगिता चलती है।

पूरी दुनिया की शिक्षण प्रणालियां एक जैसी ही हैं। विषयों का क्रम भी एक जैसा ही है। सब से टॉप पर गणित है, फिर विज्ञान संबंधी विषय और सबसे अंत में कला को स्थान मिलता है। शिक्षा का एक ही ध्येय है — विश्वविद्यालय में प्रवेश पाना। डिग्री का अर्थ है नौकरी। आज हमारी शिक्षा के सारे प्रोग्राम जवान आदमी को एक ही पाठ पढ़ाते हैं — सृजनशीलता के पीछे मत भागो, बने-बनाए रास्तों पर चलकर किताबों में जो लिखा है उसे रट लो और परीक्षा में हूँ ब हूँ लिखना सीखो। फिर कोई दिक्कत नहीं रहेगी।

अब दिक्कत खड़ी हो रही है। हम स्कूल-कॉलेजों में रोबोट तैयार कर रहे हैं जो एक जैसा सोचते हैं। आने वाले समय में रचनात्मकता पर संकट आने वाला है। उसको लेकर बहुत बड़ी जंग छिड़ने वाली है। आर्ट से संबंधित विषयों को सबसे ऊपर लाना होगा। चित्रकला, संगीत, साहित्य के लिए हमें क्लासिक मास्टर के मुंह की तरफ न देखना पड़े, इसके लिए हमें प्राइमरी लेवल से ही कला के नए पाठ्यक्रम तैयार करने होंगे। आज की सदी के बच्चे बहुत सृजनशील हैं, मगर उन्हें परीक्षा में अंकों के लिए भागने के लिए विवश नहीं किया जाना चाहिए।

साहित्य की दरी पर राजनेताओं के कदम

रामस्वरूप रावतसरे

इन दिनों बड़ा ही अजीब चलन शुरू हुआ है कि साहित्यिक मंचों पर राजनैतिक कदमताल हुए बिना ऐसे कार्यक्रमों को सफल ही नहीं माना जाता। यह भी देखने में आया है कि अपने आपको साहित्यकार कहलाने वाले भी जब तक राजनेताओं के कदमों की धूलि के दर्शन नहीं करते, तब तक उनका साहित्यकार होना तथा साहित्यिक कार्यक्रम परवान भी नहीं चढ़ता।

ऐसे ही गत दिनों एक लिटरेचर फेस्टिवल हुआ, उसमें साहित्यकार थे लेकिन शायद उनसे ज्यादा राजनीतिक बिरादरी के लोग थे। उन्होंने साहित्य के मंच पर बैठकर किस प्रकार राजनैतिक चाशनी में डुबोकर वैचारिक जलेबी को परोसा, उसने वहां उपस्थित जन समुदाय की वैचारिक सोच को बढ़ाया या गिराया यह बहुत बाद का विषय है। परन्तु उनके आगमन से आयोजकों का मनोबल बढ़ा। खैर उनका आना या उन्हें बुलाना उनका अपना निजी मामला हो सकता है। जैसे किसी नेता के असामाजिक कृत्य का चर्चा में आने के बाद उन्हीं की बिरादरी के लोग कहते हैं। वैसे हमारे यहां यह आम बात है कि राजनैतिक मसले धार्मिक स्थानों पर तथा धार्मिक मसले राजनैतिक चौपालों पर हल होते रहे हैं। फिर साहित्य के मंचों पर राजनैतिक कदमताल नहीं हो तो कार्यक्रम का रंग आंखों में सुरमझ पैदा नहीं करता और न ही साहित्यकारों को लगता है कि वे किसी आयोजन में हैं।

आजकल साहित्यकार जिस विषय-वस्तु को लेकर साहित्य की रचना करते हैं उनके उद्दोधन, लेखन का उतना प्रभाव नहीं पड़ता, जितना कि राजनेता द्वारा कही गई वेसिर-पैर की बात का होता है, जिसका साहित्य से दूर का भी वास्ता नहीं होता। इन मंचों पर ये नेता अपनी भड़ास निकालने के लिये कब किस पर पत्थर फेंकने शुरू कर दें कुछ कहा नहीं जा सकता, लेकिन उपस्थित प्रबुद्ध समुदाय द्वारा उनके उद्दोधन को करताल ध्वनि के साथ सुना जाता है। उनके द्वारा कही गई किसी भी प्रकार की बात का भी तत्काल असर दिखाई पड़ता है। इलेक्ट्रॉनिक मीडिया भी ब्रेकिंग न्यूज देगा और समाचार-पत्र में भी मुख्य पृष्ठ पर समाचार स्थान लेगा। यह अलग बात है कि उसमें कार्यक्रम के नाम के अलावा साहित्य का कुछ भी नहीं होगा, लेकिन हम इतने से ही खुश हैं।

शायद इसीलिए आयोजक साहित्यकारों के साथ इन नेताओं को अपने यहां बुलाते हैं। वैसे भी आजकल जितना साहित्यकार नहीं लिख रहे उससे ज्यादा दूसरे लोग लिख रहे हैं उनमें राजनेताओं की संख्या ज्यादा है। इनके अन्दर का लेखक तब उठक-बैठक ज्यादा लगाता है जब ये सत्ता में नहीं होते हैं, इनकी लिखी पुस्तकें देखते ही देखते दूसरे-तीसरे

संस्करण को पार कर जाती हैं, लेकिन साहित्यकार का प्रथम प्रयास ही घर की आलमारी में इस कदर जमा होता है कि लाख कोशिश करने के बाद भी वह बाहर निकलने को तैयार नहीं होता। वैसे जो हालात इस समय हैं, उसके अनुसार तो यह लगता है कि साहित्य समाज का दर्पण नहीं है। राजनीति समाज का दर्पण हो गई है। लोग श्रेष्ठ को कम महत्व देते हैं लेकिन साधन और सुविधा होने पर निकृष्ट ज्यादा आकर्षक लगता है। यही कारण है कि लोगों की भीड़ जुटाने के लिये या यों कहें कि आयोजन स्थल भरा-भरा लगे, इसलिए इन राजनेताओं के चरण कमलों को प्रवेश दिलाया जाता है ताकि कार्यक्रम को सम्मानजनक स्थिति मिल सके। वैसे यह है भी कि किसी भी प्रकार का आयोजन हो नेताजी अवश्य आने चाहिये। छात्रसंघ का उद्घाटन है तो उसमें नेताजी होंगे ही। मन्दिर का उद्घाटन है तो संत बिरादरी कम हो लेकिन असंतों की संख्या में कभी नहीं रहनी चाहिये।

पहले पुस्तक का विमोचन किसी वरिष्ठ साहित्यकार के कर-कमलों से ही होता था। अब ऐसा नहीं है, अब तो पुस्तक किसी भी प्रकार की हो लेकिन उसका विमोचन तथाकथित नेताजी से ही होना चाहिये। अब यह अलग बात है कि जिस पुस्तक का विमोचन नेताजी द्वारा हो रहा है, उसके बारे में वे कुछ जानते भी हैं या नहीं। खैर कभी-कभी विचार आता है कि क्या हमारे समाज को दिशा देने वाले साहित्यकारों का वैचारिक ग्राफ इन नेताओं से कमज़ोर पड़ गया है याकि साहित्य की आधुनिक परिभाषा के केन्द्र बिन्दु में राजनीति ने ही डेरा जमा लिया है।

पहले साहित्यकार सत्य के साथ था लेकिन जबसे सरकारों ने साहित्यिक अकादमियों का गठन किया है, साहित्यकार सत्य के साथ नहीं होकर सरकारों के साथ उठक-बैठक लगाता नजर आ रहा है। साहित्यकार इन अकादमियों में पद पाने के लिए या कि पुरस्कृत होने के लिए किस कदर इन नेताओं के चक्कर लगाते हैं और फिर जब वे इनमें सफल हो जाते हैं तो किस प्रकार के साहित्य की रचना कर पाते हैं, इसका सहज ही अंदाजा लगाया जा सकता है।

वैसे साहित्यकार और समाज सेवी की पहचान भी बहुत कठिन होती जा रही है। आजकल उचकके भामाशाह का प्रमाण पत्र लेकर चौराहे पर खड़े हैं। चुटकलेबाजों ने काव्य की सारी दरियां अपने ही चारों और लेपेट ली हैं। ऐसे में साहित्यिक मंचों पर प्रजातंत्र की प्रजा को जुटाने के लिये इन लोगों का होना जरूरी है। वास्तविकता और वैचारिक गहराई से किसी को क्या मतलब। उनका सत्ता के सक्षमों की नजरों में आना ही साहित्य की गहराई है।

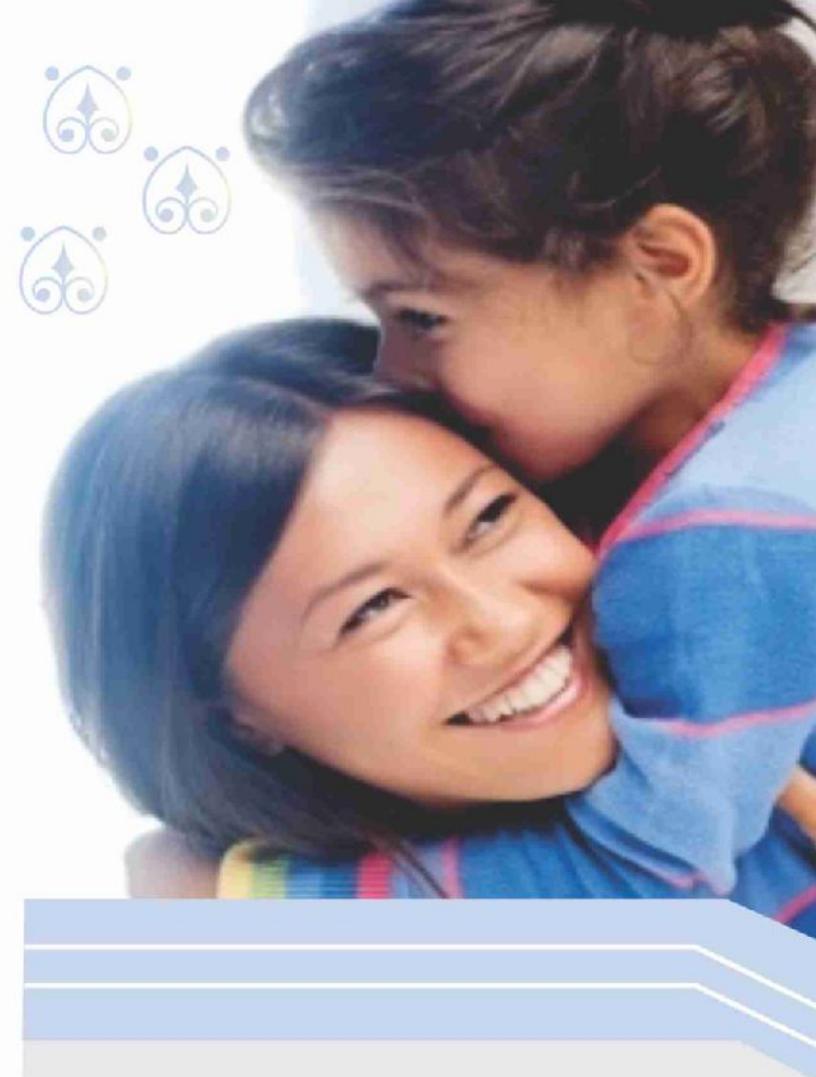
डॉ. रामसिंह यादव

बच्चों की परवरिश का राज माता-पिता के आंचल में, विशेषकर मां की छांह में छिपा हुआ है। वैसे तो माता-पिता दोनों ही बच्चों की सही परवरिश के लिए एक जरूरी कड़ी होते हैं। जिस तरह बिना मां के बच्चों के व्यवहार पर कई तरह के नकारात्मक प्रभाव पड़ते हैं, उसी तरह बिना पिता के भी बच्चों के विकास पर विपरीत असर होता है। दरअसल पिता के बिना बच्चों के आत्मविश्वास में कमी बनी रहती है। ऐसे बच्चे तुरंत फैसला लेने में संकोच करते हैं। वे प्रायः दूसरों का अनुसरण करते हैं और अपने फैसलों के लिए भी दूसरों के निर्णय पर निर्भर होते हैं। इसलिए बच्चों के सर्वांगीण विकास के लिए माता-पिता दोनों की समान भूमिका है और बच्चों के सही पालन-पोषण का दायित्व उनकी महत्वपूर्ण जिम्मेदारी है। लेकिन फिर भी बच्चों की परवरिश में माता जो स्नेह बच्चों पर लुटाती है, जितना उनका ध्यान रखती है, उसके कारण बच्चों को हमेशा ही मां की जरूरत अधिक महसूस होती है।

मां शब्द ही ऐसा है जिसे किसी परिभाषा के दायरे में नहीं बांधा जा सकता और न ही मां के प्यार का एहसान माना जा सकता है, क्योंकि मां जो भी अपने बच्चों के लिए करती है, उसे कोई और नहीं कर सकता, इसलिए उसकी कमी को कोई भी पूरा नहीं कर सकता। मां के लिए यदि संभव हो तो वह अपने बच्चों के लिए आसमान के तारे तोड़कर ले आए और चांद की कमी भी पूरी कर दे। यही कारण है कि असल में इस पूरी दुनिया में मां से ज्यादा अपने बच्चों को प्यार करने वाला कोई दूसरा नहीं होता है।

वर्तमान में कामकाज के चलते समाज में माताओं की भूमिका कुछ अलग होती जा रही है। जो महिलाएं कामकाजी हैं, वे ऑफिस एवं घर के कामकाज को निभाने, उनके बीच सामंजस्य बैठाने के प्रयास में कहीं न कहीं अपने बच्चों को पूरा समय नहीं दे पातीं। इसका मतलब यह नहीं कि वे अपने बच्चों को समय देना नहीं चाहतीं। भले ही उनकी जिंदगी में कई तरह की जिम्मेदारियां हों, इसके बावजूद माताएं अक्सर अपने बच्चों को उतना समय अवश्य देती हैं या देने की कोशिश करती हैं जितनी बच्चों को जरूरत है।

बच्चों की बेहतर परवरिश के लिए उनके साथ मां का आंचल हमेशा बना होना चाहिए और इस बात को कामकाजी महिलाएं समझती हैं। इसलिए जहां तक संभव होता है, वे अपने बच्चों को लेकर लापरवाही नहीं बरततीं और न ही अपनी जिम्मेदारी से मुँह फेरती हैं। दौर चाहे जो भी हो, मां की जगह बच्चों के लिए कभी नहीं बदलती है। असल में मां के बिना सही परवरिश होना लगभग नामुमकिन है। हालांकि कई ऐसे बच्चे हैं जिनकी परवरिश मां के बिना होती है लेकिन यह बात भी किसी से छिपी नहीं है कि ऐसे बच्चों के साथ कई तरह की समस्याएं भी देखने को मिलती हैं। उदाहरण के लिए — मां के बिना ज्यादातर बच्चे लापरवाह और चिड़चिड़े स्वभाव के हो जाते हैं, मनमानी करते हैं, जरा-जरा सी बात पर झागड़ते और अपनी पढ़ाई भी ठीक से नहीं करते हैं।



मां के बिना जीवन अधूरा



मां शब्द ही ऐसा है जिसे किसी परिभाषा के दायरे में नहीं बांधा जा सकता और न ही मां के प्यार का एहसान माना जा सकता है, क्योंकि मां जो भी अपने बच्चों के लिए करती है उसे कोई और नहीं कर सकता, इसलिए उसकी कमी को कोई भी पूरा नहीं कर सकता। इस पूरी दुनिया में मां से ज्यादा अपने बच्चों को प्यार करने वाला कोई दूसरा नहीं होता है।



बच्चों की उम्र बढ़ने के साथ मां अपने बच्चों के साथ रिश्ते में भी अपनी भूमिकाएं बढ़ाती हैं। पहले वह अपने बच्चों के साथ बच्चा बनकर व्यवहार करती है, तो उनके बड़े होने पर उनके साथ धीरे-धीरे दोस्ताना व्यवहार भी करती है। इस तरह मां और बच्चों का रिश्ता मां-बेटी का रिश्ता होने के साथ-साथ बच्चों का अपनी मां के साथ एक दोस्त का रिश्ता भी हो जाता है। पिता यदि अपने बच्चों को पर्याप्त समय नहीं दे पाते तो मां ही अपने बच्चों के लिए पिता की भूमिका भी अदा करती है। इस तरह वह अपने बच्चों के साथ एक अनोखा रिश्ता बना लेती है। वह यदि अपने बेटों की अच्छी दोस्त होती है तो अपनी बेटियां की भी अच्छी सहेली बनती हैं।

यही कारण है कि बच्चे अपनी माता से अपने दिन-भर की घटनाओं की चर्चा करने में सकोच नहीं करते हैं। किसी भी तरह की परेशानी या मुसीबत होने पर अपनी मां से खुलकर उसे बता देते हैं। यही कारण है कि मां हमेशा पिता की तुलना में बच्चों के ज्यादा करीब होती है। बच्चों की उम्र बढ़ने के साथ अपनी कई जिम्मेदारियां एक साथ निभाते हुए माताओं को यह ध्यान रखना चाहिए कि वक्त की कमी के कारण वे अपने बच्चों की चाहतों व जरूरतों को दरकिनार न करें। उन्हें समय के साथ समझने का प्रयास करें और उनकी आवश्यकताओं को ध्यान में रखें। कई बार माता-पिता बच्चों की आवश्यकताएं व जरूरतें पूरी करते हैं, भरपूर प्यार देते हैं लेकिन उनके बच्चे यह महसूस नहीं कर पाते कि उनके अभिभावक उनका अच्छे से ध्यान रखते हैं और उन्हें भरपूर प्यार करते हैं। जबकि बच्चों की आवश्यकताएं पूरी करने या उन्हें प्यार देने से ज्यादा जरूरी है बच्चे यह महसूस करें कि उनके अभिभावक उन्हें बहुत प्यार करते हैं और उनका बहुत ख्याल रखते हैं।

जैसे-जैसे बच्चे बड़े होते हैं, वे अपनी तुलना दूसरों से करने लगते हैं। यदि अन्यत्र कहीं उन्हें यह देखने में आता है कि उनके मित्रों को उनके अभिभावक अधिक प्यार करते हैं, जबकि उनके खुद के अभिभावक उन्हें उतना प्यार व देखभाल नहीं करते तो वे ईर्ष्या से भर जाते हैं। इस बात का उनके जीवन पर, उनके व्यवहार पर नकारात्मक प्रभाव पड़ता है।

माता-पिता दोनों की अपनी-अपनी भूमिका बच्चों की परवरिश के लिए जरूरी होती है। माता की भूमिका यदि बच्चों को स्नेह-पोषण देने के लिए महत्वपूर्ण होती है तो पिता की भूमिका उन्हें सुरक्षा, सुविधा जुटाने, उन्हें हर प्रकार के सहयोग प्रदान करने की होती है। ऐसे कई बच्चे होते हैं जिनकी मां नहीं होती या जिनके पिता नहीं होते। ऐसी स्थिति में मां या पिता दोनों की भूमिकाएं किसी एक को ही निभानी होती हैं ताकि बच्चों की सही ढंग से परवरिश हो सके। उन्हें अपने जीवन में कभी किसी चीज की कमी महसूस न हो, अकेलापन नहीं मिले, अधूरापन नहीं मिले। इसलिए माता-पिता को चाहिए कि वे अपने बच्चों के लिए पर्याप्त समय निकालें, उनसे बातचीत करें, उनकी समस्याएं व परेशानियों को धैर्यपूर्वक सुनें व उनका यथोचित समाधान करें।

अपनी परेशानियों व तनाव के कारण आने वाले गुस्से व खीज को अपने बच्चों पर न उतारें बल्कि बच्चों के साथ घुल-मिलकर अपनी परेशानियों से नाता तोड़ लें और बच्चों के साथ अपने रिश्ते को मजबूत व विश्वसनीय बनाएं। *

मनोरंजन तो बैटरी चार्ज की तरह काम करता है। इससे थकान दूर होती है और हम दुगुनी ऊर्जा से कार्य के लिए तत्पर हो जाते हैं, साथ ही मनोरंजन से खुशी भी मिलती है।

○ एक महिला बाजार से आ रही थी। सामने उसकी पड़ोसन मिली।

महिला ने पूछा – कहां से आ रही हो?

पड़ोसन – तुम्हारे घर से।

महिला – मेरे घर जाना कैसे हुआ?

पड़ोसन – छाँच लेने गई थी। आपकी बहुरानी ने कहा कि आज तो बिलोना ही नहीं किया। यह बात सुनकर वह आवेश में आ गई और बोली – वह कौन होती है यह कहने वाली? चलो मेरे साथ मेरे घर चलो। वह पड़ोसन को अपने घर के भीतर ले गई। फिर कहा – आज दूध जमा नहीं था, इसलिए छाँच नहीं बनी। कल लेने आ जाना।

पड़ोसन – यह जवाब तो आपकी पुत्रवधु ने ही दे दिया था, फिर आप मुझे यहां यहां लेकर आईं?

महिला – घर की मालकिन तो मैं हूं। बहु कैसे इंकार कर सकती है? उसे किसने अधिकार दिया है, इन सब बातों में हस्तक्षेप करने का।

○ लोग कह रहे हैं कि नाक कट गई। किसकी कटी इस बात का फैसला तब हो सकता है जब यह तय हो जाए कि नाक किसके पास है। साझा सरकार में सब कुछ होता है, नाक के सिवा। मुँह होता है जिससे कोई भी समर्थ दल जो चाहे बोल सकता है, कान होते हैं जो सिर्फ खींचने के लिए होते हैं और आंखें होती हैं जिनसे देखने का काम लेने पर प्रतिबंध होता है। जब साझा सरकार बनती है तो क्या उसमें नाक लगाने की कभी परिकल्पना की जा सकती है।

○ फोटोग्राफर ने कहा, यार! थोड़ा मुस्कुरा! ऐसी मूर्दनी सूरत क्यों बना रखी है? कहीं से पिट कर आए हो या फिर किसी पार्टी से खदेड़ दिये गए हो?

वह बोला भाई! मैं इसी लोकतंत्र का सामान्य नागरिक हूं राशन और केरोसिन तेल की लाईन में लगकर थक गया हूं जेब में कड़की है और बायीं आंख कुछ फड़की है इसी वजह से चेहरा कुछ लटक गया है।

फोटोग्राफर ने मजबूरी समझी, फोटो खिंच गई और लोकतंत्र धन्य हो गया।

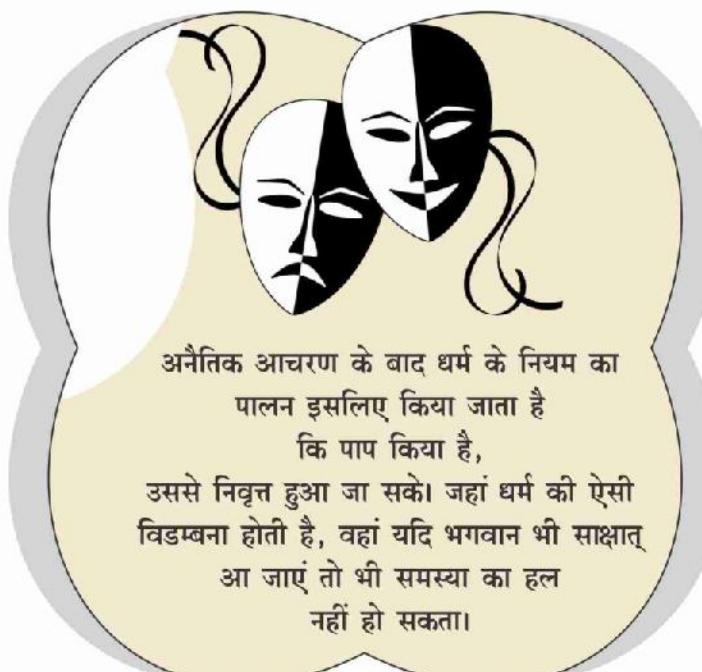
○ एक नागरिक अभिनंदन सामारोह चल रहा था। महाशय जी, आप कहां के नागरिक हैं? वह भड़क गया – बोला, मैं नागरिक नहीं धर्मनिरपेक्ष संस्था का वरिष्ठ अधिकारी हूं।

फिर दूसरे सज्जन से पूछा – भाई साहब आप कहां के नागरिक हैं? उन्होंने अजीब तरह से आंखें दिखाकर नजर फेरते हुए कहा, मैं ग्राम विकास समिति का अध्यक्ष हूं। तो आप हैं नागरिक? मैंने एक अन्य मूँछों वाले भद्र पुरुष से पूछा।

धार्मिक

व सामाजिक व्यंग्य

छत्रसिंह बच्चावत





खबरदार? जो मेरी तौहीन की। वह बुरा—भला कहने लगा और मध्यम ऊंचे स्वर में बोला कि मैं नेताजी का सीआईसी हूं यानि चमचा—इन—चीफ। उस नागरिक अभिनंदन समारोह में हर प्राणी कोई न कोई पदाधिकारी था। कोई भी अपने आपको नागरिक कहलाना पंसद नहीं करता था। वे समय की धारा के साथ बहने की महान कला जानते हैं।

○ संत ने गंगा नदी से पूछा कि कुंभ के मेले में लाखों व्यक्ति अपने पाप धोने के लिए गंगा में स्नान करने आते हैं और अपना पाप धोकर गंगा में छोड़ जाते हैं, तुम इतने सारे पाप का क्या करती हो? गंगा ने कहा, मैं उस पाप को समुद्र में भेज देती हूं। संत ने जब समुद्र से पूछा तो उसने कहा कि मैं उस पाप को भाप बनाकर आकाश में भेज देता हूं। किर जब आकाश से पूछा गया तो कहा कि मैं बादलों को ट्रांसफर कर देता हूं। बादलों से पूछने पर गड़गड़ाते हुए कहा कि मैं उन पापों को किर उन्हीं के पास भेज देता हूं।

○ पिता ने पूछा, बेटा! आठे में मिलावट कर दी?
हां, पिताजी कर दी।



मसालों में मिलावट कर दी।
हां, पिताजी कर दी।
घी में मिलावट कर दी।
हां, पिताजी कर दी।
मिलावट करने योग्य जितने भी पदार्थ है, सबमें मिलावट कर दी?

हां, पिताजी कर दी।
बहुत अच्छे!
लड़के को कहा— अब चलो, हम माला फेर लें।
अनैतिक आचरण के बाद धर्म के नियम का पालन इसलिए किया जाता है कि पाप किया है, उससे निवृत्त हुआ जा सके। जहां धर्म की ऐसी विडम्बना होती है, वहां यदि भगवान भी साक्षात् आ जाएं तो भी समस्या का हल नहीं हो सकता।

○ एक धनी व्यक्ति अपने पुत्रों को सदा मितव्यता का पाठ पढ़ाता था। एक दिन वह अपने जीवन की अंतिम सांसें गिन रहा था। पुत्र उसके पास बैठे थे। आपस में सलाह—मशविरा कर रहे थे कि पिता की अंतिम यात्रा में कैसे कम खर्च हो?

पहला पुत्र — पिताजी को हम एंबुलेंस में ले जाएंगे।
दूसरा पुत्र — एंबुलेंस में खर्चा होगा। हम तो ठेला गाड़ी में ही ले जायेंगे।

तीसरा पुत्र — ठेला—गाड़ी तो बाहर से किराए पर लानी पड़ेगी। हम तो साइकिल पर ही उसे बांध कर ले जायेंगे।

पुत्रों की बातों को सुनकर मरणासन्न पिता अपने आपको रोक नहीं पाया। उठ कर बैठ गया और बोला — तुम लोगों को कुछ करने की जरूरत नहीं है। मेरा कुर्ता ला दो और जूते पहना दो। श्मशान तक तो मैं पैदल ही चला जाऊंगा। ★



संस्कारों की जननी संस्कृति का वर्तमान परिदृश्य

डॉ. नीना छिल्कर

संस्कार शब्द का मूल अर्थ है शुद्धि करण। समाज में संस्कारों द्वारा शरीर, मन और दिमाग को पवित्र एवम परिष्कृत किया जाता है। प्राचीन भारत में मानव-जीवन में संस्कारों को विशेष महत्व दिया जाता था। संस्कारों से ही मानव अपनी सहज प्रवृत्तियों का पूर्ण विकास करता है। सामाजिक और व्यक्तिगत जीवन में कल्याणकारी काम करता है। अच्छे संस्कार अच्छी परवरिश का परिणाम हैं।

इन संस्कारों की जननी, मां, उद्भव हमारी संस्कृति (भाषा) है। संस्कृति अपने साथ सभ्यता लाती है। संस्कृति का प्रसार धीरे-धीरे और लगातार होता है। आज के भाषिक रूप को रख कर वर्तमान युग में आए परिवर्तनों की चर्चा करें तो आमूलचूल बदलाव आया है।

भाषा का सामान्य अर्थ है कि हम अपने विचारों का आदान-प्रदान जिरा माध्यम से करते हैं वही हमारी भाषा है। हमारी भाषा ही हमारी पहचान है। सामाजिक, सांस्कृतिक, व्यापारिक और मनोभावों को स्पष्ट करने का तरीका है हमारी भाषा। भाषा के बिना मनुष्य अपूर्ण है। संसार में हजारों तरह की भाषाएं बोली जाती हैं। आर्य वर्ग की एक शाखा हिंदी है। भाषा का भी मानव की तरह आदिम अवस्था से वर्तमान तक का विकास हुआ है।

भारतीय आर्यों की वैदिक भाषा से संस्कृत और प्राकृतों का, प्राकृतों से अपब्रंश का और अपब्रंश से आधुनिक भारतीय भाषाओं का विकास हुआ है।

व्यक्ति की भाषा यानि उस की बोली उसके स्वभाव

, संस्कार और अनुभूतियों का आईना होती है। भाषा सिर्फ यंत्र नहीं है, वो है आंतरिक भावों का सम्बोधन, जीवन की धड़कन। हम सब जब अपने विचार रखते हैं, बोल कर बताते हैं तो अपनी सोच को भी सामने रखते हैं। बालक जब बोलना सीखता है तो परिवार के सदस्य उस के लिए सरल शब्दों का चयन करते हैं, कह सकते हैं कि नए शब्द बनाते हैं। जैसे पानी को मम, नींद को निनी, मिठाई को बाऊ, आरती को जै-जै, पैर को पैया आदि-आदि। इन ध्वनियों को वो सुन कर शब्दों को समझता है और कुछ समय बाद बोलता भी है। यह भाषा का पहला सोपान है। परिवार और परिवेश दोनों बचपन से ही अच्छे संस्कार, छोटी-छोटी बातों से ही सिखाते हैं। बड़ों की यह कोशिश रहती है कि बच्चों के सामने अपशब्द, अमद्र बातें, असामाननीय वाक्य न बोलें। बालक चीजों को सुनकर, नकल कर सीखता है। वह शब्दों का अनुसरण करता है, अर्थ जाने बिना। जब बड़े अपने छोटे बच्चों से 'आप' कह कर बात करते हैं तो वो कभी तू-तड़क कर के नहीं बोलेगा। यही भाषा का असली काम है। जब तक वो बाहर की दुनिया के सम्पर्क में नहीं आता उसे अपशब्द नहीं आते।

जैसे-जैसे वो बड़ा होता है स्कूल और मित्रों के सम्पर्क में आता है, उसके सामने नयी दुनिया खुलती है। उस की भाषा बदलती है। यहीं पर स्कूल का दायित्व बढ़ जाता है कि सही भाषा का उपयोग हो। अब बालक भाषा के कई अर्थ जानने लगता है। आज से एक दशक पहले हिंदी भाषा कहें या भारत में बोली जाने वाली अनेक बोलियों की बात करें तो इतना

बदलाव, इतना लचीलापन पहले नहीं आया था।

आज तकनीक और विज्ञान ने सम्रेषण की भाषा को कई स्तरों पर नुकसान पहुंचा है। व्हाट्स एप, एस.एम.एस, ट्वीटर, ब्लॉग आदि ने शब्दों का ऐसा शॉर्टकट बना दिया कि अर्थ का अनर्थ भी हो जाता है। शुद्ध भाषा तो आजकल मजाक बन गई है। हिंदी भाषी प्रदेशों में भी बोलचाल की भाषा में अंग्रेजी के शब्दों की बहुतायत है। यह तो फिर भी सहनीय है पर आधे अधूरे शब्द बोलने का प्रचलन आम हो गया है। आज माता-पिता भी अपने संस्कारों से दूर हो गए हैं। उन्हें अपने बच्चे के अंग्रेजी बोलने पर गर्व होता है, हिंदी नहीं आती या गलत बोले तो अफसोस नहीं होता।

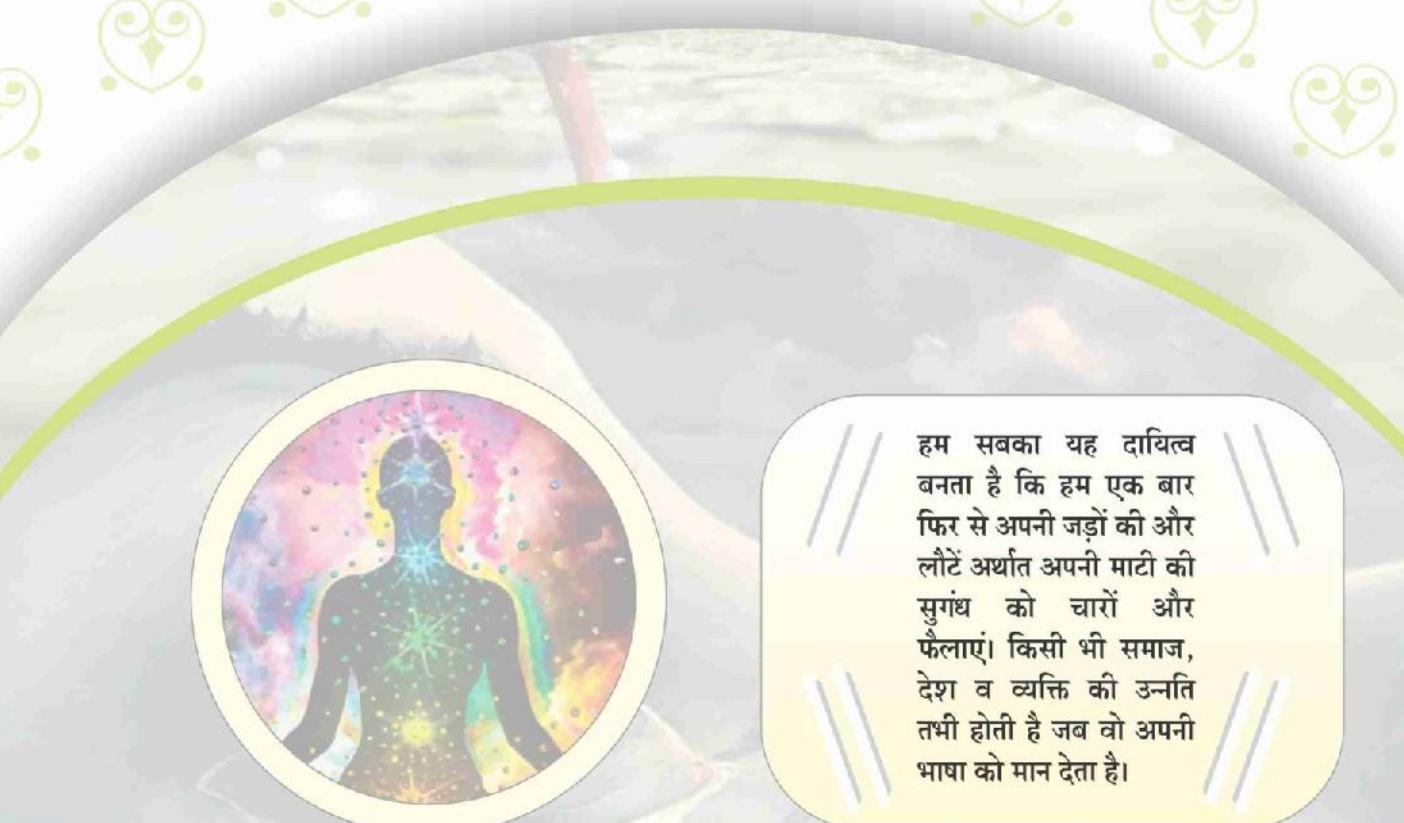
सबके मन में एक ही बात है नौकरी में तरक्की के लिए, विदेश जाने के लिए अंग्रेजी जरूरी है, बेचारी हिंदी तो काम चलाऊ भी हो तो ठीक है। अब जब साहित्य, कविताएं, नाटक अंग्रेजी में ही पढ़े जाएंगे तो अपनी संस्कृति, संस्कार बुजगाँव की बातें कौन सुनेगा? युवा की भाषा तो एकदम नयी नवेली है। किसी बड़े को ज्यादा अफसोस नहीं होता यह अधिक शोचनीय है। अधिकतर बच्चों को सौ तक गिनती हिंदी में नहीं आती। अंग्रेजी धारा प्रवाह बोल लेगा। युवा पीढ़ी में भाषा के साथ विचारों का भी हास हो रहा है। संस्कारों की अनदेखी के साथ भाषा में उत्कृष्ट विचारों का अभाव रवाभाविक है।

नमस्कार, प्रणाम, आदरणीय, आदर-सूचक शब्द तो विलुप्त ही हो गए हैं। भोजन परोसना, आसन ग्रहण करना,

मन्त्र बोलना, जी लगाकर बात करना आज के बच्चों को हास्यास्पद लगता है। सब कूल-झूल बन गए हैं। शॉर्टकट बोलते-बोलते, लिखने में भी कंजूसी की आदत बन गई है जिस का असर परीक्षा परिणामों में दिख रहा है। आज के परिदृश्य में देखें तो परिवार समाज, देश आधुनिकता के मायाजाल में आंनद से फंस रहा है। माता-पिता, दोस्त और ऑफिस के साथी भी अंग्रेजी को महत्व देते हैं। हिंदी बोलने वाले को हीन दृष्टि से देखा जाता है। जबकि हमारे कई नेता विदेशों में भी हिंदी बोलकर राष्ट्र का मान बढ़ा कर आए हैं।

आज जरूरत है संस्कार, संस्कृति और भाषा को कड़ीबद्ध कर सरल, सहज और आसान तरीके से सब के सामने प्रस्तुत करने की। रक्कूलों में हिंदी और राज भाषा पर जोर दिया जाये। प्रार्थना के समय प्रसिद्ध कवियों, लेखकों के जीवन अनुभव पढ़ने के लिए कहा जाए। हिंदी अखबार पढ़ना, रोज एक श्लोक बोलना अनिवार्य कर दिया जाये तो काफी सुधार होगा।

इसी प्रकार मातृ-भाषा घर पर बोली जानी चाहिये। जब आज का युवा विदेशी भाषाएं सीख लेता है तो उसके साथ अपनी भाषा क्यों नहीं? मूल कारण यह है कि वह पाश्चात्य संस्कृति को पसंद करता है और उन्हीं के रंग में रंग कर खुश है। हम सबका यह दायित्व बनता है कि हम एक बार फिर से अपनी जड़ों की ओर लौटें अर्थात् अपनी माटी की सुगंध को चारों ओर फैलाएं। किसी भी समाज, देश व व्यक्ति की उन्नति तभी होती है जब वो अपनी भाषा को मान देता है। ★



हम सबका यह दायित्व बनता है कि हम एक बार फिर से अपनी जड़ों की ओर लौटें अर्थात् अपनी माटी की सुगंध को चारों ओर फैलाएं। किसी भी समाज, देश व व्यक्ति की उन्नति तभी होती है जब वो अपनी भाषा को मान देता है।

अणुवत संवेदन

०० दो महिलाओं के जब्बे की कहानी ००



जनवरी 2021

अप्रूवक

उदयपुर। राजस्थान के उदयपुर रामगढ़ में पदस्थ दो महिला आईएएस अधिकारी डॉ. मंजू जाखड़ और डॉ. शुभ मंगला जो पिछले आदिवासी इलाके में प्रशासनिक दायित्वों के साथ ही आदिवासी महिलाओं के कल्याण के लिए व्यक्तिगत प्रयास कर रही हैं। ये दोनों महिलाएं आईएएस की अब 'अफसर जीजी' के रूप में पहचान बना चुकी हैं। दोनों ही अफसर जीजी आदिवासी महिलाओं को स्वास्थ्य से लेकर शिक्षा और रोजगार तक के अवसर मुहूर्या कराने में जुटी हैं। 2016 बैच की आईएएस अधिकारी डॉ. मंजू जाखड़ राजस्थान के ही झुंझुनू जिले की निवासी हैं। आईएएस में चयन होते ही डॉ. मंजू जाखड़ ने आदिवासी महिलाओं के बीच काम करने का संकल्प लिया। मंजू बताती है कि जब वह पहली बार लसाड़िया गई तो यह देखकर दंग रह गई कि आदिवासियों के अंगूठे लगवाकर राशन डीलर उन्हें आधी राशन सामग्री ही उपलब्ध करा रहे हैं। बैच के कर्मचारी आदिवासियों के हिस्से का पैसा खुद हजम कर रहे हैं, चिकित्सक कई-कई दिन तक अस्पताल में जाते ही नहीं हैं। उन्होंने एक-एक कर समस्याओं का समाधान शुरू किया। जहां जरूरत पड़ी, चिकित्सक की भूमिका भी खुद निभाई। आदिवासियों में शराब की लत छुड़ाने के लिए जागरूकता अभियान चलाया। 2018 बैच की अफसर टी. शुभ मंगला कर्नाटक की रहने वाली है। कोटड़ा को प्रदेश का ऐसा आदिवासी इलाका माना जाता है जहां पोस्टिंग होने के बाद भी सरकारी अधिकारी और कर्मचारी जाते ही नहीं हैं। यदि उन पर दबाव बनाया जाता है तो वे नौकरी छोड़ देते हैं। कोटड़ा में काम करने का अवसर मिला तो शुभ मंगला ने सबसे पहले कुपोषित महिलाओं और बच्चों के स्वास्थ्य को बेहतर बनाने का काम शुरू किया। कोटड़ा की नब्बे फीसदी आबादी गरीबी रेखा के नीचे जीवन बिता रही है, ऐसे इलाके में दो कमरे के क्वार्टर में रहकर शुभ मंगला आदिवासियों, विशेषकर महिलाओं को राशन बनाने में जुटी हैं।

जब्बा

०० फरिश्ता बन पहुंचता है डॉक्टर ००



नोएडा। जिन दुर्गम पहाड़ियों पर लोग ठीक से चल नहीं पाते हैं, जहां सरकारी अस्पताल की व्यवस्था तो दूर, इलाज तक की कोई सुविधा नहीं है, वहां डॉ. मोहिब हमीदी पहुंचते हैं। वे अब तक डेढ़ हजार निःशुल्क ऑपरेशन कर चुके हैं। दुर्गम पर्वतीय क्षेत्रों में समय पर इलाज मुहूर्या न होने पर लोग असमय ही काल के गाल में समा जाते हैं। पहाड़ पर रहने वाले लोगों की इस दुश्वारी के बारे में जब डॉ. हमीदी को पता लगा, तो उन्होंने तय किया कि वह उन स्थानों पर जाकर लोगों की सेवा करेंगे। बीते द्वाई वर्ष में डॉ. हमीदी 500 से अधिक बड़े ऑपरेशन और एक हजार से अधिक छोटे ऑपरेशन कर चुके हैं, बिना कोई शुल्क लिए।

सेवा

अपनी इस यात्रा के बारे में डॉ. हमीदी बताते हैं, यथार्थ अस्पताल के मालिक डॉ. कपिल त्यागी भी ऐसे ही सेवाकार्य से जुड़े हुए हैं। विवेकानंद धर्मार्थ चिकित्सालय में निःशुल्क सेवा देते आ रहे डॉ. कपिल ने इस मिशन के बारे में बताया और इस तरह वे इस कार्य से जुड़ गए। कहते हैं, देश ने मुझे बहुत दिया है, अब मेरी बारी है। मानवता की सेवा ही चिकित्सक का धर्म है, मैं इसे निभा रहा हूं। पिछले द्वाई वर्ष से प्रत्येक माह डॉ. हमीदी दुर्गम पहाड़ी क्षेत्र पर चिकित्सा शिविर लगाते हैं। मुजफ्फरपुर, बिहार निवासी डॉ. हमीदी बताते हैं कि जब वह अस्पताल पहुंचते हैं, तो तुरंत अपने काम में लग जाते हैं। वह प्रतिमाह तीन दिन वहां रहकर मरीजों की सेवा करते हैं। महीने भर में जितने मरीज ऑपरेशन के लिए तैयार होते हैं, वह उन सभी का इलाज करते हैं। डॉ. मोहिब हमीदी ने बताया कि कुछ लोग कहते हैं कि आप मुस्लिम होकर आरएसएस के अस्पताल में फ्री सेवा करते हैं। इन सब बातों का मुझ पर कोई असर नहीं पड़ता है। जिस तरह से दुर्गम पर्वतीय इलाकों में सघ ने अस्पताल बनाए हैं, जहां उपचार और ऑपरेशन की अत्याधुनिक सुविधाएं हैं, यह अपने आप में बड़ी बात है। मैं इस सेवाकार्य से जुड़ा हूं, यह मेरा सौभाग्य है। मानव सेवा सबसे बड़ा धर्म है।

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

○○ पेड़ सूखे तो जाओगे जेल ○○



मुरैना। म.प्र. के मुरैना जिले में एक ऐसा जंगल भी है, जहां लगे पेड़ों को देखने पुलिस भी पहुंचती है। ऐसा नहीं है कि यह पुलिस का पर्यावरण संरक्षण के लिए पेड़—पौधों के लिए प्रेम हो, बल्कि ऊँटी के लिए ये पुलिस की मजबूरी है। दरअसल, ये पेड़ हैं जमानत के, जिन्हें आपराधिक मामलों में आरोपितों ने हाईकोर्ट के आदेश पर लगाया है। यदि इन पेड़ों के खर-खाव में लापरवाही बरती जाती है तो आरोपितों की जमानत निरस्त हो सकती है, यह कोर्ट की शर्त है, जिसके आधार पर जमानत दी गई है। इसलिए आरोपित भी हर हफ्ते इन पेड़—पौधों को सुरक्षित रखने के लिए न सिर्फ पैसे खर्च करते हैं बल्कि समय—समय पर खुद निकाई—

गुडाई के साथ खाद पानी भी देते हैं।

मुरैना की देवरी पंचायत के अंतर्गत बने पितृवन में जमानत के रूप में ऐसे लगभग 200 पेड़ लगाए जा चुके हैं। ये पेड़

असल में इन लोगों की कोर्ट में जमानत के रूप में हैं।

ये पेड़ पितृवन में कल्पवृक्ष रोवा समिति द्वारा पाले—पोसे जा रहे हैं। अदालत को सूचित करने का जिम्मा पुलिस निभाती है। मजेदार बात यह कि पितृवन में लगाए गए पौधों में से किसी आरोपित के पौधे खराब तो नहीं हो गए, नियमित अंतराल पर इसकी जांच रिपोर्ट तैयार कर अदालत को सूचित करने का जिम्मा पुलिस को सौंपा गया है।

पितृवन की संचालनकर्ता कल्प वृक्ष सेवा समिति भी आरोपितों को समय—समय पर सर्टिफिकेट देती है, जिसे आरोपित कोर्ट में पेश कर बताते हैं कि उनकी जमानत के पेड़ सही सलामत हैं। कल्पवृक्ष रोवा समिति के अध्यक्ष अतुल माहेश्वरी ने बताया कि पितृवन में जमानत के तौर पर न्यायालय के आदेशों पर पौधे लगाए गए हैं। पौधे ठीक से लगे हैं, इस बात का सर्टिफिकेट समिति जारी करती है। पुलिस भी आकर पौधों को देखती है। पौधे खराब होने पर जमानत निरस्त मानी जाए, इस तरह की शर्त है। इसलिए आरोपित भी यहां लगातार हफ्ते—दो हफ्ते में आकर श्रमदान करते हैं।

परिवर्तन

○○ मोटर मैकेनिक स्नेहलता ○○



कांगड़ा। जिंदगी की गाड़ी कतई ठीक से नहीं चल रही थी, सिर से मां—बाप का साया छिन जाने के बाद भाई ने सहारा दिया। ट्रैक्टर चलाना सीख जिंदगी की गाड़ी कुछ आगे बढ़ी और अब कोई भी गाड़ी कितनी ही खराब हो, स्नेहलता उसे ठीक करना सीख गई है। इलेक्ट्रिशियन का कोर्स कर वह तकनीशियन के साथ—साथ वाहनों की मरम्मत में पारंगत हो चुकी है। महिन्द्रा मोटर वर्क्शॉप में पुरुष सहयोगियों के बीच कंधे से कंधा मिलाकर आजीविका जुटा रही है। उसकी मदद और हौसला अफजाई को वर्क्शॉप के अन्य सहयोगियों के अलावा वर्क्शॉप मैनेजर और प्रबंधन के सदस्य भी तत्पर रहते हैं।

सभी उसके काम और लगन की सराहना करते हैं। स्नेहलता ने बताया कि छोटी उम्र में ही सिर से माता—पिता का साया उठ गया था। घर की जिम्मेदारी बड़े भाई विनय कौड़ल पर आई और उन्होंने इसे निभाया भी। ट्रैक्टर चलाकर विनय ने

भाई—बहनों को पढ़ाया। स्नेहलता ने पढ़ाई के साथ—साथ भाई का हाथ बंटाने की ठानी और ट्रैक्टर चलाना सीखा। यहां से उसे मैकेनिक और फिर तकनीशियन बनने का रास्ता खुद मिल गया। कहती हैं, पुरुषों वाला यह काम आसान नहीं लगा था। शुरुआती दौर में मुश्किलें आई, लेकिन वक्त के साथ बहुत कुछ सीखा और यह क्रम आगे भी जारी रहेगा। काम कोई भी हो, उसे मैननत से करना चाहिए, तभी आप जीवन में सफल हो पाएंगे।

वर्क्शॉप मैनेजर ने बताया कि दरअसल कंपनी की एमडी भी महिला हैं। एमडी शिल्पा ग्रोवर ने इस काम में भी युवतियों को आगे लाने और उनके लिए रोजगार का अवसर जुटाने का जतन किया है। स्नेहलता को हमने मौका दिया। इस बच्ची को देखकर मुझे लगा कि वास्तव में बेटियां किसी से कम नहीं हैं। यह हम सबके लिए प्रेरणा है। मैं अब इलाके की बेटियों से यही कहता हूं कि गरीबी और समस्याओं के आगे रोने से बेहतर है कि हौसला जुटाएं और सूझाबूझ के साथ आगे बढ़कर अपने पैरों पर खड़ी हो जाएं।

जनवरी 2021



अणुव्रत



पोस्टर लोकार्पण

12 अक्टूबर, 20, हैदराबाद। मुख्य प्रवचन कार्यक्रम के दौरान अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी के आगमाधारित प्रवचन के पश्चात् अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष श्री संचय जैन तथा अणुव्रत महासमिति के अध्यक्ष श्री अशोक झूंगरवाल ने अपनी भावाभिव्यक्ति दी। अणुविभा की ओर से 'चुनावशुद्धि अभियान' तथा 'कोराना वैश्विक संकट : प्रभाव, समाधान और अवसर' विषयक चित्रकला, गीतगायन और भाषण प्रतियोगिता के पोस्टर विमोचित किए गए।

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी ने इस संदर्भ में कहा –

"परम पूज्य गुरुदेव तुलसी का एक कार्यक्रम अणुव्रत आंदोलन। अणुव्रत के संदर्भ में अनेक संस्थाएं भी निर्मित हुई हैं। अणुव्रत विश्व भारती कई वर्षों से कार्यरत है। राजमसंद में शिखर पर अणुव्रत विश्व भारती का अच्छा स्थान है, जो इसकी बालोदय गतिविधि का केन्द्र है। अणुव्रत महासमिति अणुव्रत की एक बड़ी संस्था थी, अब अणुव्रत विश्व भारती में उसके विलय / एकीकरण (जो भी शब्द उपयुक्त हो) की प्रक्रिया चल रही है। इस दृष्टि से अणुव्रत विश्व भारती अब और ज्यादा बड़ी और विशाल बन

गई है। विशाल होना भी अच्छा है। विशाल होने से दायित्व भी विशाल हो जाता है। आकार की विशालता और दायित्व की विशालता दोनों का अच्छा सामंजस्य होता है तो संस्था अच्छी कामयाब हो सकती है। अणुव्रत के कार्यकर्ता खूब अच्छा कार्य करें। अणुव्रत विश्व भारती अब और ज्यादा अच्छा कार्य करें। कार्यकर्ता मजबूत पहियों की भाँति अणुव्रत के रथ को आगे ले जाने का प्रयास करते रहें।"

"आज दो पोस्टर भी लोकार्पण किए गए, उनमें पहला चुनावशुद्धि को लेकर है। मत लेने वाले लोग प्रामाणिकता रखें, शुद्धता रखें और मत देने वाले प्रलोभन आदि भय से अपने मरितष्क को दूषित न होने दें तो मतदान में अशुद्धि से बचा जा सकता है।"

"दूसरा पोस्टर चित्रकला, गीतगायन और भाषण प्रतियोगिता से संबंधित बताया जा रहा है – 'कोरोना वैश्विक संकट : प्रभाव, समाधान और अवसर।' कोरोना एक प्रासंगिक विषय है। हम सब में कोरोना के संदर्भ में जागरूकता और अभय का भाव रहे। खूब अच्छा कार्य होता रहे। 'किड्जोन' उपक्रम के माध्यम से भी बच्चों में अच्छे संस्कार आते रहें। हैदराबाद की अणुव्रत समिति भी अच्छा कार्य करती रहें।"

(साभार : विज्ञप्ति)

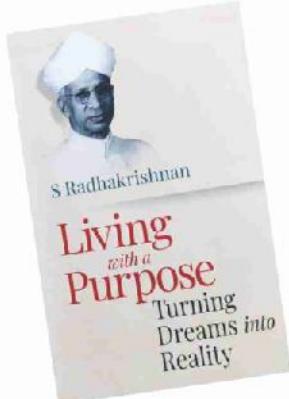
अनुव्रत के बारे में
डॉ. सर्वपल्ली
राधाकृष्णन
के विचार



डॉ. एस. राधाकृष्णन को आधुनिक भारत के श्रेष्ठतम् दार्शनिक रूप में ख्याति प्राप्त है। देश के सर्वोच्च सम्मान 'भारत रत्न' से सम्मानित भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉ. राधाकृष्णन ने अपनी पुस्तक 'लिविंग विद ए परपज : टर्निंग ड्रीम्स इनटू रीयलिटी' में देश के जनजीवन को प्रभावित करने और इतिहास की धारा को बदल देने वाले भारत के 14 महापुरुषों के बारे में लिखा है। इन महान् शक्तियों में आचार्य तुलसी के अतिरिक्त जो 13 नाम शामिल हैं, वे हैं –

* कालीदास * गुरुनानक * स्वामी दयानंद सरस्वती * राजाराम मोहन राय * आचार्य जगदीश बसु * गोपाल कृष्ण गोखले * बाल गंगाधर तिलक * मोतीलाल नेहरू * लाला लाजपतराय * रवीन्द्रनाथ टैगोर * सरदार वल्लभ भाई पटेल * डॉ. राजेन्द्र प्रसाद * मौलाना अब्दुल कलाम आजाद।

- ❖ आचार्य तुलसी को एक युगदृष्टा के रूप में प्रस्तुत करते हुए डॉ. राधाकृष्णन लिखते हैं –
"He realised that the hard earned independence of the country would be wasted if there was lack of morality in personal and public life. In March, 1949 he launched the Anuvrat Movement to instil the very same idea of morality and integrity amongst the people."
- ❖ एक धर्मगुरु द्वारा अपने सम्प्रदाय की सीमाओं से बाहर निकल कर मानव मात्र की भलाई के काम करने को विरल उदाहरण बताते हुए डॉ. राधाकृष्णन लिखते हैं –
"Acharya Tulsi is a visionary and conceived several ground - breaking programmes and schemes to uplift the mental, moral and emotional status of the society. In the history of the religious tradition there are very few individuals of such courage and conviction who disregarding their own comfort and convenience, lived and devoted their life to public welfare."
- ❖ अनुव्रत की प्रभावशीलता का जिक्र करते हुए डॉ. राधाकृष्णन लिखते हैं –
"Acharya Shri Tulsi's impact on the community was due to the Anuvrat Movement. There was a general feeling in the country that while focusing on material progress and doing substantial work in that direction, we were neglecting the human side of true progress."



-
- ❖ एक महान् संत के बारे में एक महान् दार्शनिक द्वारा लिखे ये विचार अनुव्रत दर्शन के सर्वकालिक महत्व को प्रभावी रूप में उजागर करते हैं।
 - ❖ डॉ. सर्वपल्ली राधाकृष्णन की यह पुस्तक हमें भारत की सांस्कृतिक विरासत से तो परिचित कराती ही है, इसमें योगदान देने वाले महान् व्यक्तियों से भी परिचित कराती है।
 - ❖ इस संग्रहणीय और पठनीय पुस्तक को आप अवश्य पढ़ें। ऑरिएण्ट पेपरबैक्स द्वारा प्रकाशित यह पुस्तक अमेज़ॉन, फिल्पकार्ट आदि पर ऑनलाइन उपलब्ध है।
-





71वाँ अणुव्रत अधिवेशन

एक रिपोर्ट



जनवरी 2021

अणुव्रत

71वाँ अणुव्रत अधिवेशन महाश्रमण वाटिका में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में 06, 07 व 08 नवम्बर, 2020 को आयोजित हुआ। अणुव्रत विश्व भारती के तत्त्वावधान में आयोजित इस अधिवेशन में देश के विभिन्न भागों से प्रमुख अणुव्रत कार्यकर्ताओं ने भाग लिया। कोरोना जनित परिस्थितियों के चलते देशभर से अनेक कार्यकर्ताओं ने वर्चुअल प्लेटफॉर्म के माध्यम से इसमें राहभागिता की। उल्लेखनीय है कि अणुव्रत एकीकरण के बाद यह पहला अणुव्रत अधिवेशन था। विभिन्न सत्रों में आनंदोलन के भावी स्वरूप एवं सम्भावनाओं पर विस्तार से चिन्तन—मंथन हुआ।

- अधिवेशन का शुभारम्भ अणुव्रत ध्वजारोहण एवं अणुव्रत गीत के सामूहिक संगान के साथ हुआ, जिसके पश्चात कार्यकर्ता रैली के रूप में अणुव्रत अनुशास्ता का आशीर्वाद प्राप्त करने के लिए पहुँचे। इस अवसर पर अनुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन, महामंत्री श्री राकेश नोलखा, वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर, उपाध्यक्ष श्री प्रताप दूगड़, न्यारी श्री गणेश कच्छारा, अणुव्रत महासमिति अध्यक्ष श्री अशोक झंगरवाल, महामंत्री श्री भीखम चन्द सुराणा, उपाध्यक्ष श्री अरविन्द सेठिया, हैदराबाद चतुर्मास व्यवस्था समिति के अध्यक्ष श्री महेंद्र भंडारी, सौजन्यकर्ता श्री भरत राजकुमारी एवं श्री नितिन सिंघी, अधिवेशन संयोजक श्री अशोक बरमेचा एवं सह-संयोजक द्वय श्री तिलोक सिपानी एवं विकास दस्सानी, अणुव्रत समिति हैदराबाद के मंत्री श्री प्रकाश भंडारी, अणुव्रत महासमिति के पूर्व महामंत्री श्री मर्यादा कोटरी व श्री गौतम डागा सहित अनेक पदाधिकारी व अणुव्रत कार्यकर्ता उपरिथित थे।
- आचार्य प्रवर ने अत्यंत कृपा कराते हुए संयोजकालीन सत्र में कार्यकर्ताओं को सान्निध्य प्रदान किया। एकीकरण के पश्चात हुए विशिष्ट कार्यक्रमों की अवगति अनुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन ने प्रदान की। अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह, विहार चुनाव शुद्धि अभियान और अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट आदि की ऑडियो विजुअल प्रस्तुति वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर, महामंत्री श्री राकेश नोलखा, अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के राष्ट्रीय संयोजक श्री भीखमचन्द सुराणा, विहार चुनाव शुद्धि अभियान के राष्ट्रीय संयोजक श्री राजेश सुराणा और अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट के राष्ट्रीय संयोजक श्री रमेश पटावरी ने पूज्य प्रवर के समक्ष दी।
- अणुव्रत अनुशास्ता ने विस्तार से सभी कार्यक्रमों की जानकारी प्राप्त की और आगे भी योजनाबद्ध तरीके से काम करने का आशीर्वाद प्रदान किया।
- साध्वीर्वा संबुद्धयशा जी, अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार जी, मुनिश्री प्रशांत कुमार जी, मुनिश्री दीप कुमार जी एवं मुनिश्री जिनेश कुमार जी ने विभिन्न सत्रों को सान्निध्य प्रदान किया एवं कार्यकर्ताओं में उत्साह का संचार किया।
- अधिवेशन के दौरान देश के विभिन्न भागों से वक्ताओं ने एवं अणुव्रत समितियों के प्रतिनिधियों ने अणुव्रत आनंदोलन को नई गति देने के संदर्भ में अपने विचार व्यक्त किए और एकीकरण के बाद उभरी नई सम्भावनाओं के प्रति आशा और विश्वास व्यक्त किया।

- अधिवेशन में व्यक्तिशः उपस्थित कार्यकर्ताओं का परिचय सत्र अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार जी के सान्निध्य में आयोजित हुआ। कार्यकर्ताओं को सम्बोधित करते हुए मुनिश्री ने कहा कि अणुव्रत आन्दोलन के लिए यह एक विशेष अवसर है। अणुव्रत के स्वरूप को अब योजनाबद्ध तरीके से विस्तार देने की आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि अणुव्रत के प्रति समर्पित कार्यकर्ताओं को मुख्यधारा में लाते हुए सभी को साथ लेकर चलने की आवश्यकता है।
- तीसरे सत्र का विषय था अणुव्रत एकीकरण और भावी परिदृश्य। विषय प्रवेश करते हुए अणुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन ने कहा कि अणुव्रत आन्दोलन का एक स्वर्णिम इतिहास रहा है। अणुव्रत अनुशास्ता के रूप में आचार्य श्री तुलसी, आचार्य श्री महाप्रज्ञ एवं वर्तमान में आचार्य श्री महाश्रमण का आध्यात्मिक नेतृत्व इस आन्दोलन को सर्व स्वीकार्य बनाने में योगभूत बना है। उन्होंने कहा कि अणुव्रत दर्शन में आस्था रखने वाले प्रत्येक कार्यकर्ता का यह दायित्व है कि वह स्वयं अपने जीवन को अणुव्रत दर्शन के अनुरूप ढाले और जन-जन में इसे प्रसारित करने का समर्पित प्रयास करे। श्री जैन श्वेतांबर तेरापंथी महासभा के अध्यक्ष श्री सुरेश गोयल ने कोलकाता से जुड़ते हुए आन्दोलन के नए स्वरूप के प्रति अपनी शुभकामनाएँ प्रेषित की।
- अणुविभा के पूर्व अध्यक्ष श्री तेजकरण सुराणा एवं श्री निर्मल रांका ने भावी सम्भावनाओं का जिक्र करते हुए महत्वपूर्ण सुझाव दिए। परामर्शक श्री बजरंग जैन ने अपने वक्तव्य में कार्यकर्ताओं को संवैधानिक दायित्वों के प्रति जागरूक रहने की सलाह दी। मुनिश्री मनन कुमार जी के सान्निध्य में आयोजित इस सत्र का संचालन अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर ने किया।
- प्रथम दिन का रात्रिकालीन सत्र अणुव्रत समितियों को समर्पित रहा। जमीन से ऊंचा चिन्तन विषयक इस सत्र में अणुविभा के अंतर्राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. सोहनलाल गांधी ने वैशिक परिप्रेक्ष्य में अणुव्रत कार्यक्रमों की संभावनाओं का जिक्र करते हुए आन्दोलन के उज्ज्वल भविष्य की आशा व्यक्त की। अखिल भारतीय अणुव्रत न्यास के प्रमुख न्यासी श्री सम्पत्तमल नाहटा ने कहा कि अणुविभा पर बड़ा दायित्व है और विश्वास व्यक्त किया कि वह इस पर खरा उतरेगी। अणुव्रत महासमिति के अध्यक्ष श्री अशोक छूंगरवाल ने सभी समितियों से अपील कि वे दुगुने उत्साह के साथ अणुव्रत आन्दोलन को आगे बढ़ाएँ और अणुव्रत अनुशास्ता के सपने को साकार करें। विभिन्न अणुव्रत समितियों के प्रतिनिधियों ने अपने कार्यक्रमों की जानकारी दी एवं भविष्य के लिए सुझाव भी दिए। इस सत्र का संचालन अणुविभा के महामंत्री श्री राकेश नोलखा ने किया।
- दूसरे दिन का प्रातःकालीन सत्र अणुव्रत अनुशास्ता के सान्निध्य में आयोजित हुआ। आचार्यश्री ने कहा— “गुरुदेव श्री तुलसी के आचार्य काल के दौरान अनेक नए उपक्रम अस्तित्व में आए। जिनमें अणुव्रत महत्वपूर्ण उपक्रम है। आचार्य तुलसी अणुव्रत आन्दोलन के सूत्रधार थे। इसके माध्यम से जनमानस में नैतिकता की चेतना को जगाने का प्रयास किया गया। आन्दोलन को बढ़ाने के लिए अनेक संस्थाओं का भी जन्म हुआ। अणुव्रत विश्व भारती का दायरा अब वृद्धिंगत होता जा रहा है। कितने—कितने कार्यकर्ताओं ने इसमें अपने समय, श्रम, शक्ति का नियोजन किया है। अणुव्रत मानव को अच्छा मानव बनाने का प्रयास है। यह सम्प्रदायातीत आन्दोलन मानवता से जुड़ा हुआ है। कार्यकर्ता, पदाधिकारी आदि सभी जागरूक रहें। कार्य खूब गतिमान, प्राणवान रहे यह काम्य है।”
- संचालन मुनिश्री दिनेश कुमारजी ने किया। अणुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन, महासमिति अध्यक्ष श्री अशोक छूंगरवाल, अधिवेशन संयोजक श्री अशोक बरमेवा ने अपने विवार व्यक्त किए।





- अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी की साधारण सभा 7 नवम्बर को महाश्रमण वाटिका के भिक्षु सभागार में आयोजित हुई, जिसमें आगामी दो वर्षीय कार्यकाल के लिए अध्यक्ष के निर्वाचन की प्रक्रिया सम्पादित की गई। निर्वाचन अधिकारी श्री भीखमचन्द्र सुराणा ने निवर्तमान अध्यक्ष श्री संचय जैन के पुनः अध्यक्ष पद पर सर्वसम्मत निर्वाचन की घोषणा की। इस अवसर पर अणुविभा, अणुव्रत महासमिति और अणुव्रत शिक्षक संसद से जुड़े अनेक कार्यकर्ता उपस्थित थे।
- अध्यक्ष ने पूज्य अणुव्रत अनुशास्ता के दर्शन कर आशीर्वाद प्राप्त किया। आचार्यप्रवर ने सुनियोजित तरीके से चिन्तनपूर्वक कार्य करने की प्रेरणा दी। उल्लेखनीय है कि अणुव्रत संस्थाओं के एकीकरण के बाद अब अणुविभा अणुव्रत आन्दोलन की प्रतिनिधि संस्था बन गई है और राष्ट्रीय व अंतरराष्ट्रीय स्तर पर अणुव्रत व जीवन विज्ञान के सभी कार्यक्रम अब अणुविभा के अन्तर्गत ही संचालित होंगे।
- दूसरे दिन अपराह्न में आयोजित छठे सत्र का विषय था—आन्दोलन का आधार : अणुव्रत समितियाँ सत्र को सम्बोधित करते हुए साधीवर्या श्री सम्बुद्धयशा जी ने सफल जीवन के लिए पाँच सूत्र बताए— एक्सेट मोर एक्सपेक्ट लेस, अप्रिशिएट मोर कंप्लेन लेस, लिसन मोर टॉक लेस, गिव मोर टेक लेस, हेट लेस लव मोर। उन्होंने कहा कि सार्वजनिक जीवन में भी इन सूत्रों को अपना कर सफलता हासिल की जा सकती है।
- मुनिश्री प्रशांत कुमार जी ने अपने वक्तव्य में कहा विभिन्न समाज के लोगों को, कार्यकर्ताओं को जोड़ें तभी आन्दोलन प्रभावी बनेगा। पूर्व में कितने—कितने लोग इस आन्दोलन से जुड़े रहे हैं। अणुव्रत कार्यकर्ता गौरव और विश्वास के साथ अपनी बात कहें। मुनिश्री जिनेश कुमार जी ने कहा कि अर्थ अणुव्रत संस्थाओं में हावी नहीं होना चाहिए। अर्थ का मूल्य है लेकिन कार्यकर्ताओं को गौण नहीं करना चाहिए। अणुव्रत के नियमों को पालन करने वाले कार्यकर्ता हों। कार्य में नैतिकता, प्रामाणिकता होती है तो उसका प्रभाव होता है।
- मुम्बई से जुड़े अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के अध्यक्ष श्री संदीप कोठारी ने इस सत्र को सम्बोधित करते हुए कहा कि हमें अणुविभा के साथ मिलकर काम करने में खुशी होगी। हमें गुरुओं के इस अनूठे आयाम को नई ऊँचाइयों पर पहुँचाना है। अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के पूर्व अध्यक्ष श्री मर्यादा कोठारी ने कहा कि हमें औपचारिक कार्यक्रमों को और नाम व फोटो की संस्कृति को हतोत्साहित करना होगा तभी समर्पित कार्यकर्ता आगे आ सकेंगे।
- अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट के राष्ट्रीय संयोजक श्री रमेश पटावरी ने ऑनलाइन आयोजित हो रही गायन, वित्रकला, भाषण और लेखन प्रतियोगिताओं के संदर्भ में जानकारी प्रदान की। चुनाव शुद्धि अभियान के राष्ट्रीय संयोजक श्री राजेश सुराणा ने बिहार चुनावों में चलाए गए अभियान की जानकारी प्रस्तुत की और सत्र का संचालन किया।
- रात्रिकालीन सातवें सत्र में पुनः जगीन से उभरा चिन्तन विषय के अन्तर्गत विभिन्न अणुव्रत समितियों के प्रतिनिधियों ने अपनी बात कही। इस सत्र में अणुव्रत प्रवक्ता डॉ महेन्द्र कर्णविट ने बताया कि किस प्रकार गाँवों में शराबबंदी आन्दोलन चलाया गया और काछबली गाँव को मतदान के द्वारा शराब मुक्त किया गया। उन्होंने कहा कि हमें अन्य समवैचारिक सार्वजनिक संस्थाओं के साथ मिल कर काम करना चाहिए।



- भिवानी से जुड़ते हुए अणुव्रत महासमिति के पूर्व अध्यक्ष श्री सुरेन्द्र जैन ने कहा कि मेरे जिम्मे कोई भी कार्य देंगे, मैं तैयार हूं। हम सब को मिल कर अणुव्रत आन्दोलन को आगे बढ़ाना है।
- अधिवेशन में व्यक्तिशः उपरिथित वरिष्ठ अणुव्रती एवं छत्तीसगढ़ उच्च न्यायालय के न्यायाधीश श्री गौतम चोरड़िया ने कहा कि अणुव्रत का काम तेरापंथ या किसी धर्म विशेष का प्रचार करना नहीं है। हम मानव मात्र के लिए काम कर रहे हैं। भारत के संविधान को पढ़ें तो लगता है इसमें अणुव्रत का दर्शन समाया हुआ है, मानवीय अधिकारों की बात करें तो उसमें भी अणुव्रत समाया है। इस व्यापक दर्शन को व्यापक सोच के साथ ही आगे बढ़ाया जा सकता है।
- सत्र का संचालन करते हुए महासमिति के महामंत्री एवं अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के राष्ट्रीय संयोजक श्री भीखम चन्द सुराणा ने सप्ताह के सफल आयोजन की रिपोर्ट प्रस्तुत की और बताया कि अणुव्रत प्रबोधन प्रतियोगिता को भी देशभर में बहुत अच्छा रेस्पॉन्स मिला है।
- 08 नवम्बर को प्रातःकालीन कार्यक्रम में आचार्य श्री महाश्रमण जी के सान्निध्य में छत्तीसगढ़ उच्च न्यायालय के न्यायाधीश वरिष्ठ अणुव्रती कार्यकर्ता श्री गौतम चोरड़िया ने श्री संचय जैन को अणुविभा अध्यक्ष पद की शपथ दिलाई। तत्पश्चात आचार्य प्रवर ने नव अध्यक्ष को वृहद मंगल पाठ सुनाकर आशीर्वाद प्रदान किया।
- साध्वीप्रमुखा श्री कनकप्रभा जी ने भी नव निर्वाचित अध्यक्ष को आशीर्वाद प्रदान किया और पूरे उत्साह और विश्वास के साथ अणुव्रत आन्दोलन को आगे बढ़ाने की प्रेरणा दी। मुख्यमुनि श्री महावीर कुमार जी एवं साध्वी नियोजिका श्री विश्रुतविभा जी का भी मार्गदर्शन व आशीर्वाद अणुव्रत कार्यकर्ताओं को प्राप्त हुआ।
- अधिवेशन की सम्पूर्ण आयोजना में संयोजक श्री अशोक बरमेचा, सह—संयोजक श्री तिलोक सिपानी व श्री विकास दस्सानी, अणुव्रत समिति हैदराबाद के मंत्री श्री प्रकाश भण्डारी, कोषाध्यक्ष श्री प्रकाश कोठारी, श्री जय सिंह सुराणा, श्री नीरज सुराणा, श्री राकेश सुराणा, श्री कमल बरमेचा, श्री राजेश नखत, श्री यश बागरेचा, श्री केतन सुराणा सहित सभी कार्यकर्तागण का स्नेह और आत्मीयता पूर्ण व्यवहार आगंतुक प्रतिनिधियों को अभिभूत कर गया।
- आचार्य श्री महाश्रमण चतुर्मास व्यवस्था समिति, हैदराबाद के अध्यक्ष श्री महेन्द्र चन्द भण्डारी, महामंत्री श्री मनोज दूगड़, मंत्री श्री संजय छाजेड़, श्री नवीन दस्सानी व श्री नवीन सुराणा का अधिवेशन की सम्पूर्ण व्यवस्थाओं में उल्लेखनीय सहयोग रहा।
- अधिवेशन के सौजन्यकर्ता श्री भरत जी, राजकुमारी जी, नितिन जी सिंधी का महत्वपूर्ण सहयोग भी अधिवेशन की सफलता में योगभूत बना।

चुनावशुद्धि अभियान

बिहार चुनाव में अणुव्रत की गूंज

एक रिपोर्ट

- अणुव्रत विश्व भारती के तत्वावधान में चुनावशुद्धि अभियान का बिहार में सफलतापूर्वक आयोजन किया गया। बिहार विधानसभा चुनाव में यह अभियान व्यापक स्तर पर चलाया गया, जिसमें मतदाताओं से बिना भय और प्रलोभन के स्वच्छ छवि के उम्मीदवार को वोट देने की अपील की गयी। अभियान के राष्ट्रीय संयोजक श्री राजेश सुराणा और बिहार संयोजक द्वय श्री राजकरण दफ्तरी एवं श्री नेमचंद बैद ने अपनी टीम के साथ राजनैतिक व प्रशासनिक नेतृत्व से सम्पर्क साधा। मतदाताओं तक अपनी बात पहुंचाने के लिए सोशल मीडिया के माध्यम से एवं व्यक्तिशः सम्पर्क द्वारा जनचेतना का व्यापक अभियान चलाया गया।
- अभियान को प्रभावी बनाने के लिए संदेशपरक पोस्टर्स, बैनर्स आदि तैयार किए गए थे। प्रथम पोस्टर का लोकार्पण हैदराबाद में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाश्रमण जी के सान्निध्य में हुआ। आशीर्वाद प्रदान करते हुए अणुव्रत अनुशास्ता ने कहा – आज चुनावशुद्धि अभियान का पोस्टर लोकार्पित किया गया है। मत लेने वाले प्रामाणिकता रखें, शुद्धता रखें और मत देने वाले प्रलोभन आदि भय से अपने मरितिष्क को दूषित न होने दें तो मतदान में अशुद्धि से बचा जा सकता है। इस अवसर पर अणुविभा के अध्यक्ष श्री संचय जैन ने चुनावशुद्धि अभियान की योजना पर प्रकाश डाला।
- दिल्ली में केन्द्रीय मंत्री श्री अर्जुनराम मेघवाल से श्री संचय जैन, श्री अशोक ढूंगरवाल एवं श्री भीखम सुराणा ने मुलाकात की और चुनावशुद्धि अभियान की जानकारी दी। श्री मेघवाल ने इस प्रयास की भूरि-भूरि सराहना की और चुनावशुद्धि अभियान के पोस्टर का विमोचन किया।
- श्री राजकरण दफ्तरी ने किशनगंज में ए.आई.एम.आई.एम. के अध्यक्ष श्री असदुद्दीन ओवैसी से मुलाकात की। श्री ओवैसी जी ने भारतीय लोकतंत्र के लिए अणुव्रत आंदोलन की इस मुहिम को महत्वपूर्ण बताया और इसका समर्थन किया। श्री ओवैसी ने अपने वीडियो वक्तव्य में कहा – आचार्यश्री महाश्रमण जी के नेतृत्व में जो अणुव्रत आंदोलन और चुनावशुद्धि अभियान चल रहा है यह देश की राजनीति और जनमानस को स्वच्छ बनाए रखने के लिए बहुत आवश्यक है। अणुव्रत के नियम हम सबके लिए आदर्श हैं। मैं अणुव्रत आंदोलन का समर्थन करता हूं और बिहार की जनता से अपील करता हूं कि ऐसे लोगों को चुनें जो साफ छवि के हों, आपराधिक छवि के न हों।
- गुलाबबाग बाजार समिति प्रांगण और स्थानीय बाजार में चुनावशुद्धि अभियान के पोस्टर दुकानों पर लगाए गए। इस अभियान में जनसाधारण ने काफी रुचि दिखाई और चुनावशुद्धि के संदेश को विशेष रूप से ग्रहण किया। श्री मनोज समदिल्ली एवं उनकी टीम का प्रयास प्रभावी रहा।
- पटना में प्रादेशिक मारवाड़ी सम्मेलन के एक कार्यक्रम में वरिष्ठ कार्यकर्ता श्री तनसुखलाल बैद के नेतृत्व में अणुव्रत कार्यकर्त्ताओं ने भाग लिया। जिसमें बिहार के करीब 25 स्थानों से सदस्य आए हुए थे। वहां चुनावशुद्धि अभियान का व्यापक प्रचार-प्रसार किया गया।





- श्री राजकरण दफतरी ने विधायक नौशाद आलम को चुनावशुद्धि अभियान के पोस्टर भेंट किए। निर्मली विधानसभा क्षेत्र एवं सुपौल विधानसभा क्षेत्र के मरौना प्रखण्ड में भी अनुब्रत का चुनावशुद्धि अभियान पहुंचा। पूर्णिया के भट्ठा-मधुबनी बाजार के लगभग सभी प्रतिष्ठित दुकानों में पोस्टर लगाए गए। श्री विनोद डागा एवं श्री निर्मल बैद का विशेष योगदान रहा।
- मतदाता जागरूकता अभियान के क्रम में 20 हजार स्कवायर फुट में महिलाओं द्वारा रंगोली बनाई गई। इस रंगोली के माध्यम से जिले के मतदाताओं से शत-प्रतिशत मतदान करने की अपील की गई। ग्राउंड की दीवारों को 'अनुब्रत आंदोलन – चुनावशुद्धि अभियान' के बैनर्स से सजाया गया।
- अभियान के प्रारंभ में श्री राजेश सुराणा एवं श्री राजकरण दफतरी पटना पहुंचे और वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारियों व राजनेताओं से सम्पर्क किया। इनमें मुख्यतः—
 - * बिहार के मुख्य चुनाव आयुक्त श्री एच.आर. श्रीनिवास * आई.ए.एस. अधिकारी श्री सेंथिल कुमार * बिहार के डीजीपी श्री संजीव सिंघल * चुनाव आयोग के अधिकारी श्री अशोक प्रियदर्शी * बिहार के पूर्व शिक्षा मंत्री एवं राष्ट्रीय जनता दल के बिहार अध्यक्ष श्री रामचन्द्र पूर्वे * डॉ. रंजना पूर्वे से चुनावशुद्धि अभियान को लेकर व्यापक विचार-विमर्श हुआ। सभी ने ऐसे अभियानों की महत्ती आवश्यकता को रेखांकित किया और अनुब्रत जैसे मूल्य-परक आंदोलन द्वारा इस अभियान में की गई पहल को शुभ माना।
- ज्ञातव्य है कि श्री रामचन्द्र पूर्वे अनुब्रत एवं अनुब्रत अनुशास्ता आचार्यश्री महाप्रज्ञा से बहुत प्रभावित रहे हैं। शिक्षा मंत्री रहते हुए आपने बिहार राज्य की स्कूली शिक्षा में जीवन विज्ञान लागू करवाने का अथक श्रम किया था।
- श्री राजकरण दफतरी का बिहार के राजनैतिक व प्रशासनिक क्षेत्र में गहरा सम्पर्क है जो इस अभियान के दौरान स्पष्ट हुआ। उभर कर सामने आया। पटना में एक कार्यकर्ता संगठनी का भी आयोजन हुआ, जिसमें विभिन्न समाजों के कार्यकर्ताओं ने भाग लिया और अभियान को प्रभावी रूप में संचालित करने पर चिंतन किया। श्री राजेश सुराणा ने अभियान की रूपरेखा सामने रखी और सबसे सक्रिय सहयोग की अपील की।
- अनुब्रत एकीकरण की प्रक्रिया के मध्य बिहार में चुनावशुद्धि अभियान के लिए समय की अत्यल्पता एक बड़ा मुद्दा था, लेकिन कार्यकर्ताओं के दृढ़ निश्चय ने कम समय में भी बिहार चुनावों में अनुब्रत की गूंज को मुखरित किया। यह एक अच्छी शुरुआत रही, जिसे भविष्य में विस्तार देने का मार्ग प्रशस्त हुआ है।

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का वृहद् आयोजन

एक रिपोर्ट

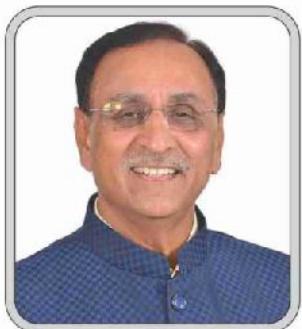


अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह देशभर में अणुव्रत के संदेश को प्रभावी तरीके से मुखरित करने का सुंदर प्रकल्प है। अणुव्रत एकीकरण के परिणाम स्वरूप इस वर्ष यह कार्यक्रम अणुव्रत विश्व भारती के तत्त्वावधान में आयोजित किया गया। **26 सितम्बर से 02 अक्टूबर तक** विभिन्न अणुव्रत समितियों ने प्रत्येक दिन को एक विशेष दिवस के रूप में मनाया और बहुविध कार्यक्रमों का आयोजन किया।

- सप्ताह का शुभारंभ अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी के आशीर्वाद के साथ हैदराबाद में हुआ। आचार्य प्रवर ने इस अवसर पर कहा – परम पूज्य गुरुदेव आचार्य तुलसी का एक महत्वपूर्ण अवदान है अणुव्रत आंदोलन। आचार्य तुलसी एक जैनाचार्य थे लेकिन उन्होंने मानवता के संदर्भ में भी कार्य किया और उनके मानवजाति संदर्भित कार्य में एक महत्वपूर्ण कार्य ‘अणुव्रत आंदोलन’ को माना जा सकता है। अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का आज शुभारंभ हुआ है। आज का प्रथम दिन सांप्रदायिक दिवस के रूप में मनाया जा रहा है। विश्व में और भारत में कितने धर्म हैं, कितनी भाषाएँ हैं, कितनी जातियाँ हैं, कितने संप्रदाय हैं। अनेकता भारत की विशेषता है। भारत में नैतिकता का विकास भी हो, शिक्षा का विकास भी हो और आध्यात्मिक चेतना का विकास भी होता रहे। उपेक्षा अर्थ की भले न हो पर अपेक्षा नैतिकता की भी है, आध्यात्मिकता की भी है, शिक्षा की भी है।
- प्रतिदिन आचार्य प्रवर के विशेष प्रवचन हुए जो अणुव्रत कार्यकर्ताओं के लिए तो मार्गदर्शक सिद्ध हुए ही जन-जन की चेतना को जगान में भी योग्यभूत बने।
- कोरोना महामारी के चलते अणुव्रत समितियों द्वारा मुख्यतः ऑनलाइन माध्यमों का बखूबी उपयोग किया गया। अणुविभा केन्द्रीय कार्यालय द्वारा सप्ताह के प्रत्येक विषय पर आधारित संदेशपरक पोस्टर्स, ब्रॉशर, बैनर व दिशा निर्देश जारी किए गए थे जिससे देशभर में एकरूपता के साथ सभी कार्यक्रमों का आयोजन किया गया। प्रतिदिन के विषय थे –
 - ❖ 26 सितम्बर – साम्प्रदायिक सौहार्द दिवस
 - ❖ 27 सितम्बर – जीवन विज्ञान दिवस
 - ❖ 28 सितम्बर – अणुव्रत प्रेरणा दिवस
 - ❖ 29 सितम्बर – पर्यावरणशुद्धि दिवस
 - ❖ 30 सितम्बर – नशामुक्ति दिवस
 - ❖ 01 अक्टूबर – अनुशासन दिवस
 - ❖ 02 अक्टूबर – अहिंसा दिवस
- जिन अणुव्रत समितियों ने इस सप्ताह के आयोजन में उत्साहपूर्वक भाग लिया और नियमित कार्यक्रमों का आयोजन किया, उनमें शामिल हैं – हैदराबाद, मुम्बई, दिल्ली, रिलीगुडी, गुवाहाटी, बैंगलुरु, सूरत-उधना, अहदाबाद, चलथान, बारडोली, भीलवाड़ा, जोधपुर, हावड़ा, राजसमंद, नगांव, उदयपुर, गंगाशहर, भट्टूमण्डी, हनुमानगढ़, लाडनूं, पालघर, सिरसा, फरीदाबाद, रायपुर, फतेहपुर, बीकानेर, फारविसगंज, किशनगंज, दलखोला, खारुपेटिया आदि।
- अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का राष्ट्रीय स्तर पर संयोजकीय दायित्व श्री भीखम चन्द सुराणा, दिल्ली एवं सह-संयोजक के रूप में श्री दिनेश कोठारी, केलवा ने कुशलतापूर्वक संभाला।

- 02 अक्टूबर को अणुविभा द्वारा केन्द्रीय स्तर पर अहिंसा दिवस पर एक राष्ट्रीय वेबीनार का आयोजन किया गया। वेबीनार का केन्द्रीय विषय था 'बदलती वैश्विक परिस्थितियों में अहिंसा का स्वरूप और सम्भावनाएँ'।
- अहिंसा के संदेश को जन-जन तक पहुंचाने के लिए हजारों किलोमीटर लम्बी अहिंसा यात्रा में संलग्न अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने अपने संदेश में कहा – "अहिंसा और मैत्री की भावना का हर स्तर पर विकास करके ही हम एक सुन्दर विश्व का निर्माण कर सकते हैं। महात्मा गांधी ने अहिंसा की ताकत से पूरे विश्व को परिचित कराया था। अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के माध्यम से अहिंसा, सौहार्द, पर्यावरण जैसे महत्वपूर्ण विषयों पर केन्द्रीय संस्था अणुव्रत विश्व भारती एवं अणुव्रत समितियों द्वारा अच्छा कार्य किया गया।"

विशिष्ट महानुभावों के विचार



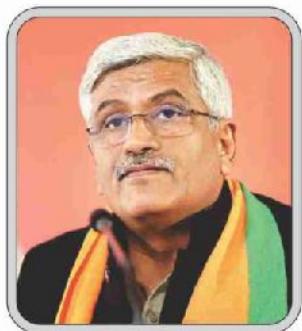
वेबीनार को सम्बोधित करते हुए गुजरात के मुख्यमंत्री श्री विजय रूपाणी ने कहा – अणुव्रत का अर्थ है लघु ब्रत। भगवान महावीर, महात्मा बुद्ध और महात्मा गांधी ने विश्व शान्ति के लिए अहिंसा को सर्वोपरि बताया था। महावीर स्वामी और महात्मा गांधी ने विश्व शान्ति के लिए अहिंसा परमो धर्म का मत्र दिया है। जीवन में विकास के लिए शान्ति जरूरी है। वहीं अणुव्रत विश्व भारती द्वारा यह वेबीनार सभी को शान्ति के मार्ग पर चलने की प्रेरणा देगी।



केन्द्रीय संसदीय कार्य मंत्री श्री अर्जुनराम मेघवाल बीकानेर एयरपोर्ट से वेबीनार में सम्मिलित हुए और उन्होंने अणुव्रत दर्शन को मानव मात्र के कल्याण का सबसे महत्वपूर्ण एवं व्यवहारिक मार्ग बताया। अणुव्रत आन्दोलन के प्रवर्तक आचार्य तुलसी के प्रति अपनी श्रद्धा व्यक्त करते हुए उन्होंने कहा कि वे मानवता के मरीहा थे। श्री मेघवाल ने अणुव्रत विश्व भारती को आन्दोलन की प्रतिनिधि संस्था बनने पर बधाई दी और इस आन्दोलन को आगे बढ़ाने में अपना पूर्ण सहयोग का आश्वासन दिया।



राजस्थान पत्रिका के प्रधान सम्पादक डॉ. गुलाब कोठारी ने कहा कि नई पीढ़ी को अहिंसा का सही अर्थ बताने की जरूरत है। हमारी जीवनशैली इतनी अप्राकृतिक होती जा रही है कि सभी जीवन मूल्य पीछे छूटते जा रहे हैं। उन्होंने वेदों को उद्धृत करते हुए कहा कि अहिंसा हमारी स्वरूपि का प्राण तत्व रहा है और हमें इसे व्यावहारिक जीवन में उतारना होगा, तभी एक सुखी विश्व और सुखी मानव का निर्माण सम्भव हो सकेगा।



केन्द्रीय कैबिनेट मंत्री श्री गजेन्द्रसिंह शेखावत ने कहा कि अणुव्रत छोटे-छोटे नियमों के माध्यम से अपने जीवन में परिवर्तन लाने का सिद्धांत है। यह कठिन नहीं है सरलता के साथ व्यक्ति इसे अपने जीवन में अपनाकर सुख का जीवन व्याप्ति कर सकता है।



वरिष्ठ चिन्तक व साहित्यकार पद्मश्री कुमारपाल देसाई ने कहा कि अहिंसा प्रशिक्षण और अणुव्रत दर्शन की व्यापक सोच को हमारी नई शिक्षण नीति का अंग बनाया जाना चाहिये। नई पीढ़ी का सही निर्माण आज समय की मांग है।



राजस्थान अल्प संख्यक आयोग के पूर्व अध्यक्ष सरदार श्री जसवीर सिंह ने कहा कि राजनैतिक अथवा धार्मिक आधार पर यदि हिंसा को बढ़ावा मिलता है तो इसे तुरन्त रोका जाना चाहिए। अहिंसा, मैत्री और प्रेम भाव से ही समाज प्रगति के मार्ग पर आगे बढ़ सकता है।



- वरिष्ठ अहिंसाकर्मी एवं अणुविभा के अन्तर्राष्ट्रीय अध्यक्ष डॉ. सोहनलाल गांधी ने कहा कि भारतीय संस्कृति के मूल तत्व अहिंसा को अब वैशिख मान्यता मिल चुकी है। संयुक्त राष्ट्र संघ भी मानता है कि विश्व शान्ति अहिंसा के माध्यम से ही मिल सकती है। आचार्य श्री महाप्रज्ञ ने अहिंसा प्रशिक्षण का बहुत ही सुन्दर मॉडल तैयार किया था जिसे आज विश्व स्तर पर प्रचलित करने की आवश्यकता है।
- वरिष्ठ सर्वोदयी व गांधीवादी कार्यकर्ता श्री सवाईसिंह ने महात्मा गांधी और विनोबा भावे के दर्शन को अणुव्रत से जोड़ते हुए कहा कि भारत की विरासत के ये प्राण तत्व हैं जिनसे दूर होना हमारे लिए धातक सिद्ध होगा।
- कार्यक्रम के प्रारम्भ में अणुविभा के अध्यक्ष श्री रांचय जैन ने बताया कि 26 सितम्बर से 2 अक्टूबर तक देशभर में अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का आयोजन किया गया। अणुविभा के अंतर्गत अब अणुव्रत के सभी कार्यक्रम एक मंच पर आ गए हैं एवं एक छोटे करबे से संयुक्त राष्ट्र संघ तक इस मानवतावी आन्दोलन को रचनात्मक गति प्रदान करने का मार्ग प्रशस्त हो गया है।
- कार्यक्रम का संचालन सूरत से युवागौरव श्री राजेश सुराणा व अहमदाबाद से अणुविभा के महामंत्री श्री राकेश नौलखा ने किया। आभार ज्ञापन उद्बोधन सप्ताह के राष्ट्रीय संयोजक दिल्ली से श्री भीखम सुराणा ने किया। वेबीनार का प्रारम्भ नाथद्वारा की सुश्री मनस्वी व्यास द्वारा गाए 'अणुव्रत गीत' के साथ हुआ।

चित्रदीर्घा





हैदराबाद में अणुव्रत बालोदय किडजोन

अणुव्रत बालोदय किडजोन फन, क्रिएटिविटी और लर्निंग की त्रिपुटी का मिश्रण कर बच्चों के लिए कार्यशालाओं का आयोजन करता है। गत 5 वर्षों से अणुव्रत अनुशास्ता के चतुर्मासिक प्रवास के दौरान यह क्रम निरन्तर चल रहा है। अभी तक चतुर्मासिक स्थलों पर लाइव किडजोन बनाया जाता था लेकिन वैशिक महामारी कोरोना के कारण इसे इस वर्ष ऑनलाइन रखा गया।

27 सितंबर 2020 से प्रारंभ हुई इन वर्कशॉप्स की बच्चों के सर्वांगीण विकास को देखते हुए रूपरेखा बनाई गई। विभिन्न एज ग्रुप के लिए किड्स इन द किचन, पेंट एंड पोर, खुशियों की खोज, मुस्कुराएगा इंडिया नेचर ट्रेल, लाइट द वर्ल्ड, क्राफ्ट जोन, विवलिंग, जेन डूडलिंग, पैकिंग जैसी वर्कशॉप से हैदराबाद ही नहीं बल्कि पूरे भारत से बच्चे जुड़े। कुछ बच्चे विदेशों से भी जुड़े। कुल मिलाकर इन सभी वर्कशॉप्स का उद्देश्य था कि बच्चे खेल-खेल में नैतिक आचरण सीखें। अपने समय का सदुपयोग करके बच्चों ने वेजिटेरियन खाना, परिवार व देश का महत्व, कलर थेरेपी, पर्यावरण की रक्षा, एटीट्यूड आफ ग्रेटीट्यूड आदि महत्वपूर्ण बातें सीखी। इन सभी वर्कशॉप्स की प्रशिक्षिकाएं समाज की प्रोफेशनल लेडीज थीं। इन सबके साथ कुछ प्रतियोगिताओं का भी आयोजन किया गया जैसे मास्क पॉटिंग, बेर्स्ट आउट ऑफ वेस्ट आदि। इन कार्यशालाओं में 2000 से अधिक बच्चों ने भाग लिया।

किडजोन का समापन दिवस आचार्य श्री महाश्रमण जी के समक्ष महाश्रमण वाटिका हैदराबाद में 21 नवंबर 2020 को हुआ। बच्चों ने न्यूज रिपोर्टिंग के माध्यम से हैदराबाद

किडजोन की गतिविधियों का संक्षिप्त विवरण दिया। आचार्य प्रवर ने महती कृपा करा कर बच्चों को संबोधित करते हुए फरमाया कि किडजोन के माध्यम से बच्चों में ज्ञान बढ़े और उनमें अच्छे संस्कार भी आएं क्योंकि ज्ञान और संस्कार दोनों जीवन में होते हैं तो जीवन में सर्वांगीण विकास हो सकता है। इसकी बहुत जरूरत है। आज जहां एक ओर भौतिकता की चकाचौंध है, वहीं दूसरी ओर नैतिकता और अच्छे संस्कार की खुराक भी जरूरी है ताकि भौतिकता के आकर्षण की शक्ति बच्चों पर हावी ना हो सके, साथ में अध्यात्म भी प्रभावी हो सके। इनका संतुलन रहना बहुत जरूरी है। किडजोन द्वारा बच्चों में अच्छे संस्कार व ज्ञान का निर्माण होता रहे, एक अच्छा काम हो सकता है।

हैदराबाद किडजोन का संयोजकीय दायित्व श्री विकास दस्सानी ने कुशलता पूर्वक संभाला। उनके साथ सह संयोजक के रूप में बीना दस्सानी, निशा चोरड़िया, जयंती गोलछा, खुशबू बाफना आदि ने अपनी प्रतिभाशाली टीम के साथ पूर्ण रूप से इस ऑनलाइन रूपरेखा को साकार किया। एक्सपर्ट टीम में शामिल थी प्रियंका दस्सानी, हर्षा कोठरी, खुशबू बाफना, पल्लवी भण्डारी, शिल्पा कोठारी, निष्ठा व नविता नाहटा, पुणे से दिव्या दस्सानी, मिली भण्डारी, दिव्या जैन और कुवैत से निशा दस्सानी।

सौजन्यकर्ता के रूप में कन्हैयालाल अमीचंद दस्सानी फाउंडेशन, श्री तिलोक रिपानी, श्री सरोज पवन नाहटा व श्री नवरत्न मुणोत का सहयोग इस प्रकल्प की सफलता में योगभूत बना।



जनवरी 2021

अनुक्रत



नई पीढ़ी में रचनात्मकता और सकारात्मकता को प्रोत्साहित करने का राष्ट्रव्यापी अभियान

राष्ट्रीय स्तर पर अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट

जनवरी 2021



अणुव्रत

नई पीढ़ी में रचनात्मकता और सकारात्मकता को बढ़ावा देने के लिए अणुव्रत विश्व भारती द्वारा पूरे देश में “अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट” का आयोजन किया जा रहा है। गायन, चित्रकला, भाषण और कविता व निबन्ध लेखन जैसी रचनात्मक विधाओं में हो रही इन प्रतियोगिताओं में तीन वर्गों में कक्षा 3 से 12 तक के बच्चे भाग ले रहे हैं।

इन प्रतियोगिताओं की विशेषता यह है कि रजिस्ट्रेशन से लेकर प्रस्तुति, मूल्यांकन और प्रमाण पत्र जारी करने की समस्त प्रक्रिया ऑनलाइन रखी गई है। कोरोना जनित परिस्थितियों के मूल विषय पर आधारित इन प्रतियोगिताओं के आयोजन में कोरोना से बचाव की हर जरूरत को ध्यान में रखा गया है।

प्रतियोगिताओं में भाग लेने के लिए वेबसाइट और ऐप लॉन्च किए गए हैं ताकि बच्चे घर बैठे भी प्रतियोगिताओं में भाग ले सकें। स्कूलों और बच्चों तक सूचनाएं भी ऑनलाइन प्रेषित की जा रही हैं। देशभर में 300 से अधिक स्थानीय संयोजक एवं 40 से अधिक केंद्रीय टीम के सदस्य इन प्रतियोगिताओं के आयोजन में जुटे हैं।

उल्लेखनीय है कि इन प्रतियोगिताओं में बिना किसी जाति, धर्म, वर्ग या लैंगिक भेदभाव के कोई भी बच्चा भाग ले सकता है और यह पूर्णतः निशुल्क है। शहर, जिला, राज्य और राष्ट्रीय इन चार स्तर पर श्रेष्ठ प्रतियोगियों को चुना जाएगा।

ANUVRAT CREATIVITY CONTEST

प्रतियोगिताएं

लेखन

चित्रकला

गायन

भाषण

विषय

कोरोना वैश्विक संकट
प्रभाव, समाधान और अवसर

प्रतियोगिताओं का मुख्य विषय है – “वर्तमान वैश्विक संकट : प्रभाव, समाधान और अवसर” जिसके अन्तर्गत दिए गए अनेक उप विषयों में से बच्चे अपनी पसन्द के विषय पर प्रस्तुति दे सकते हैं।

अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट के राष्ट्रीय संयोजक श्री रमेश पटावरी ने बताया कि पूर्व में अणुव्रत नैतिक गीत गायन प्रतियोगिता आदि के नाम से ये प्रतियोगिताएं अखिल भारतीय अणुव्रत न्यास के तत्वावधान में गत 25 वर्षों से देशभर में आयोजित की जाती थी।

इस बार कोरोना महामारी के चलते एवं स्कूलों बन्द होने के कारण पहली बार इन प्रतियोगिताओं का आयोजन ऑनलाइन किया गया है जो एक नया प्रयोग है। विपरीत परिस्थितियों में भी देशभर में कार्यकर्ता उत्साह के साथ प्रयास कर रहे हैं। अणुविभा अध्यक्ष श्री संचय जैन व वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर सहित अन्य पदाधिकारियों का नियमित मार्गदर्शन व सहयोग इस प्रकल्प को प्राप्त हो रहा है।

आचार्य श्री महाश्रमण द्वारा नव रचित गीत “मानव की जीवन शैली संयम से भावित हो” सहित 8 गीत इस कॉन्टेस्ट के अन्तर्गत गायन प्रतियोगिता में शामिल किए गए हैं जिन्हें श्री हरि हरन, श्रीमती मीनाक्षी भूतोडिया, श्री कमल सेठिया, सुश्री मनस्वी व्यास, श्री ऋषि दुग्ड, श्री मनीष पगारिया, सुश्री सोनल व हेमलता पीपाड़ा एवं श्री अमित सिंधी ने अपनी सुमधुर आवाज में गाया है।

श्री अर्जुनराम मेघवाल अणुविभा के चिल्ड्रन'स पीस पैलेस में अद्भुत है अणुविभा यह बाल संस्कार केन्द्र



5 अक्टूबर, 2020 राजसमन्वय। केन्द्रीय संसदीय राज्य मंत्री श्री अर्जुनराम मेघवाल एक दिन के प्रवास पर अणुव्रत विश्व भारती पहुँचे। उन्होंने अणुविभा के अतिथि गृह में रात्रि प्रवास किया और प्रातः मीडिया को सम्बोधित करते हुए कहा कि यह बाल संस्कार केन्द्र अद्भुत है। बच्चों के संस्कार निर्माण के लिए यहाँ जो दीर्घाएँ बनाई गई है और खेल-खेल में उन्हें जो संस्कार दिए जाते हैं, इस विधा को पूरे देश में फैलाने की आवश्यकता है।

श्री मेघवाल ने कहा कि देश के लिए जो नई शिक्षा नीति बनी है उसमें अणुविभा जैसे संस्थान महत्वपूर्ण योगदान कर सकते हैं। श्री मेघवाल ने पर्यटन विकास की दृष्टि से भी इस केन्द्र को उत्कृष्ट बताया और कहा कि इसके विकास में मैं पूरा सहयोग प्रदान करूँगा। अणुव्रत आन्दोलन और इसके प्रवर्तक आचार्य तुलसी से अपने नजदीकी जुड़ाव का उल्लेख करते हुए श्री मेघवाल ने कहा कि देश में लोकतंत्र एवं संसदीय परम्परा में अणुव्रत जैसे मानवतावादी दर्शन की बहुत उपयोगिता है। उल्लेखनीय है कि श्री अर्जुनराम मेघवाल अणुव्रत संसदीय मंच के राष्ट्रीय संयोजक हैं एवं उनके मार्गदर्शन में लोकसभा व राज्यसभा सांसदों की संगोष्ठियाँ समय-समय पर होती रही हैं। श्री मेघवाल ने कहा कि राजनीति में शुचिता राष्ट्र निर्माण के लिए अत्यन्त महत्वपूर्ण है।



नई शिक्षा नीति के संदर्भ में एसआईआरटी के पूर्व निदेशक श्री शरदचन्द्र पुरोहित एवं शिशु शिक्षा के एक्सपर्ट श्री प्रदीप पानेरी, डॉ. राकेश तैलंग, श्री प्रकाश तातेड आदि ने भी मंत्री महोदय के साथ चर्चा की एवं अणुव्रत व जीवन विज्ञान की महत्वपूर्ण भूमिका की ओर ध्यान आकृष्ट किया।

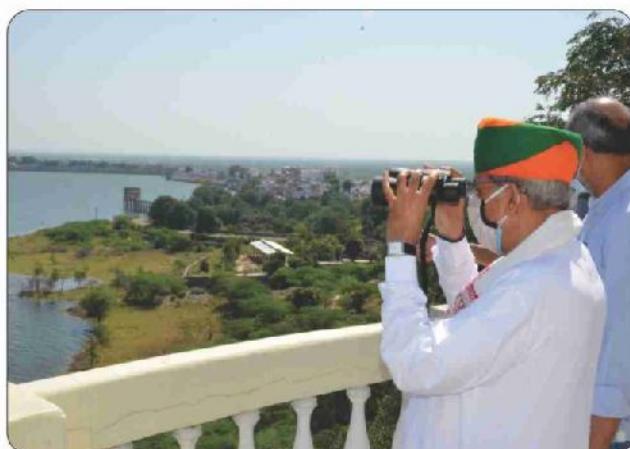
इससे पहले अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष श्री संचय जैन ने मंत्री महोदय को संस्था के स्वरूप व कार्यक्रमों की जानकारी प्रदान की। उन्होंने बताया कि अणुविभा अब अणुव्रत आन्दोलन की प्रतिनिधि संस्था बन गई है एवं अन्तर्राष्ट्रीय नेटवर्क के साथ-साथ देश भर में 150 शाखाओं का नेटवर्क इसके साथ जुड़ गया है।

श्री जैन ने मंत्रीजी को बालोदय दीर्घाओं का अवलोकन करवाया जिनमें विशेषतः बाल संसद, गुड़ियाघर और संग्रहालय को देख कर श्री मेघवाल अभिभूत हो गए। अणुविभा अध्यक्ष ने अणुव्रत आन्दोलन के भावी स्वरूप व विस्तार के संदर्भ में भी मंत्री जी के साथ विस्तार से चिन्तन किया।

श्री अर्जुनराम मेघवाल के अणुविभा पर्दापण पर अणुविभा अध्यक्ष के साथ ही अणुव्रत महासमिति के अध्यक्ष श्री अशोक झूगरवाल, अणुविभा के कोषाध्यक्ष श्री जगजीवन चौरड़िया, तेरापंथ विकास परिषद के सदस्य श्री पदमचन्द्र पटावरी, न्यासी श्री गणेश कच्छारा, मेवाड़ कांफ्रेस के पूर्व अध्यक्ष डॉ. बसन्तीलाल बाबेल, डॉ. विमल कावड़िया, डॉ. सीमा कावड़िया, श्री नवीन चौरड़िया सहित प्रमुख कार्यकर्ता उपस्थित थे।

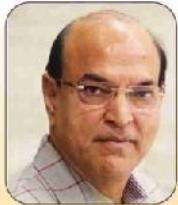
श्री मेघवाल ने तुलसी साधना शिखर का भी अवलोकन किया एवं यहाँ विराजित मुनिश्री संजयकुमार एवं मुनिश्री प्रकाशकुमार के दर्शन किए और आध्यात्मिक विषयों पर लम्बी चर्चा की।

मुनिश्री संजयकुमार जी ने कहा कि श्री मेघवाल बीकानेर से आते हैं और आचार्य तुलसी की वहाँ समाधि है। मंत्री जी का अणुव्रत आन्दोलन से पुराना जुड़ाव रहा है। राजनेताओं में अध्यात्म के प्रति आकर्षण बढ़ना चाहिए तभी देश को सही दिशा दी जा सकती है। अणुविभा कार्यकर्ताओं के साथ मंत्री महोदय ने प्रातःकालीन भ्रमण में दयालशाह किला, जैन मन्दिर के भी दर्शन किए।





००
नये
पत्रिका
योगक्षेमी
सदस्य
००



Shri Govind Agarwal
Managing Trustee DPS school
Pratapnagar Bypass,
Bhuwana, Udaipur 313001



Sh. Gautam Bafna
16, Swagat Green,
Vill 3, Hedatpur Road
Thaltej, Ahmedabad-380054

अणुव्रत पत्रिका योगक्षेमी योजना

- पत्रिका प्रसार अभियान के तहत यह एक विशेष योजना है।
- एकमुश्त रु. 11,000 की राशि देकर सहभागिता करने वाले सदस्य को अणुव्रत पत्रिका आगामी 15 वर्षों तक निरंतर भेजी जाती है।
- योजना सदस्य का नाम एवं पता फोटो सहित अणुव्रत पत्रिका में एक बार प्रकाशित किया जाता है।

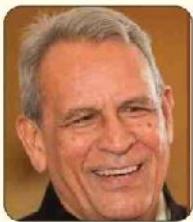
:: शोक संवेदना ::

कोरोना काल में अणुव्रत के अनेक समर्पित कार्यकर्ता हमसे सदा के लिए बिछुड़ गए। ऐसे प्रतिभावान, अनुभवी कार्यकर्ताओं का असमय निधन अणुव्रत आंदोलन को बड़ी क्षति है। अणुव्रत परिवार उनकी सेवाओं का स्मरण करते हुए, हार्दिक श्रद्धांजलि अर्पित करता है।

- अणुविभा के अंतर्राष्ट्रीय प्रकल्प से तीन दशक से जुड़े रहे, 'अणुव्रत' पत्रिका के पूर्व सम्पादक श्री महेन्द्र जैन, जयपुर
- अणुविभा के प्रथम अध्यक्ष श्री मोतीभाई रांका के सुपुत्र एवं आजीवन सदस्य श्री नरेन्द्र रांका, कोयम्बटूर
- हैदराबाद अणुव्रत समिति के अध्यक्ष एवं अणुविभा के आजीवन सदस्य वरिष्ठ कार्यकर्ता श्री प्रसन्नचंद भण्डारी, हैदराबाद
- अभातेयुप के पूर्व अध्यक्ष एवं अणुविभा के आजीवन सदस्य श्री दीपचंद नाहर, बैंगलुरु
- अणुविभा के प्रकल्प जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय संयोजक श्री गौतम सेठिया, तिरुवन्नामलई
- अणुव्रत संपोषक श्री भगवतीलाल कोठारी, मुम्बई
- अणुविभा के विशिष्ट सहयोगी एवं मेवाड़ के प्रमुख श्रावक श्री सवाईलाल पोखरना
- अणुव्रत समिति पालघर के मंत्री श्री विमल कुमार बदामिया जैन



श्री महेन्द्र जैन



श्री नरेन्द्र रांका



श्री प्रसन्नचंद भण्डारी



श्री दीपचंद नाहर



श्री गौतम सेठिया



श्री भगवतीलाल कोठारी



श्री सवाईलाल पोखरना



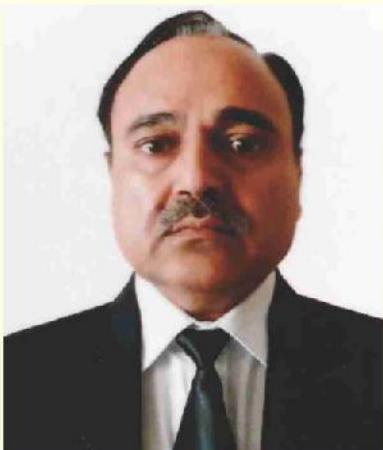
श्री विमल कुमार बदामिया

बीकेडी क्रिएटिविटी वलब

अणुव्रत विश्व भारती द्वारा प्रकाशित मासिक बाल पत्रिका 'बच्चों का देश' के बाल पाठकों के लिए विगत 6 माह से एक नई पहल करते हुए व्हाट्सएप ग्रुप बनाया गया जिसमें प्रतिदिन रचनात्मक लेखन, वित्रकला, संवाद, सामान्य ज्ञान, पहेली, कहानी, चुटकुले आदि विभिन्न माध्यमों से बच्चों की क्रिएटिविटी को विकसित किया जा रहा है। यह परस्पर सीखने सिखाने का अच्छा मंच बना गया है। बालकों को अपनी प्रतिभा प्रकट करने का अवसर मिल रहा है। बच्चों की विभिन्न प्रस्तुतियों को बच्चों का देश के फेसबुक पेज पर पेश किया जाता है जिसे देश-विदेश में सैकड़ों लोग देखते और पसंद करते हैं।

इस वलब के संचालन से यह अनुभव हुआ कि अधिकतर बच्चों की रुचि वित्रकला में है अतः उन्हें विभिन्न विषय और

चित्रकला के विभिन्न प्रकार का काम दिया गया जिसे उन्होंने बहुत ही सुंदर ढंग से प्रस्तुत किया। कुछ बच्चों की रुचि रचनात्मक लेखन में भी प्रकट हुई। कुछ बच्चों ने अपने एक्स्ट्रा टैलेंट के फोटो, ऑडियो, वीडियो भी इस ग्रुप में प्रस्तुत किए जिससे ज्ञात हुआ कि बच्चों में डांस, स्केटिंग, मैजिक, कहानी कथन, कविता पाठ, आर्ट एंड क्राफ्ट, कुकिंग जैसी अनेक हॉबीज हैं। इस प्रकार जब स्कूल बंद हैं, बच्चों के पास काफी अतिरिक्त समय है, तब अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष श्री संचय जैन व बच्चों का देश के सहसंपादक के निर्देशन में इस वलब के माध्यम से बालकों की रचनात्मकता को विकसित और प्रोत्साहित किया गया। इस वलब के सुचारू संचालन में केशव वरनोती, संगीता जैन, चंद्रशेखर देराश्री एवं देवेंद्र आचार्य की सक्रिय भूमिका रही।



श्री के.सी. जैन

अणुव्रत न्यास के प्रबन्ध न्यासी मनोनीत

अणुव्रत आंदोलन एवं जीवन विज्ञान कार्यक्रमों से लम्बे समय से जुड़े रहे श्री के.सी. जैन को अखिल भारतीय अणुव्रत न्यास के नए प्रबन्ध न्यासी के रूप में मनोनीत किया गया है। आयकर आयुक्त के शीर्ष पद से सेवानिवृत्त श्री जैन की तेरापंथ विकास परिषद, केन्द्रीय जीवन विज्ञान अकादमी और अखिल भारतीय अणुव्रत न्यास के प्रमुख पदों पर रहते हुए संघ व समाज के विकास में उल्लेखनीय सेवाएं रही हैं।

'अणुव्रत' परिवार की ओर से आपको हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं।



आचार्य महाप्रज्ञ प्रतिभा पुरस्कार से सम्मानित श्री अशोक बरमेचा

71वें अणुव्रत अधिवेशन के संयोजक रहे श्री अशोक बरमेचा को अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद् द्वारा 'महाप्रज्ञ प्रतिभा पुरस्कार' से सम्मानित किया गया है। विभिन्न संस्थाओं में सक्रिय रहे श्री बरमेचा आचार्य श्री महाश्रमण चतुर्मास व्यवस्था समिति, हैदराबाद के उपाध्यक्ष थे। जीवन विज्ञान सहित अन्य धार्मिक व सामाजिक संस्थाओं में आपकी विशिष्ट सेवाएं रही हैं।

'अणुव्रत' परिवार की ओर से आपको हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं।



हमारे अणुव्रत संपोषक

अणुव्रत सेवी, श्रद्धानिष्ठ श्रावक श्री डालचंद कोठारी

पिता	: स्व. रतनचंद कोठारी
माता	: स्व. लहरीबाई कोठारी
धर्मपत्नी	: 'श्रद्धा' की प्रतिमूर्ति श्रीमती लक्ष्मीबाई कोठारी
जन्म	: 01 अक्टूबर, 1945
निवासी	: रीछेड़
प्रवासी	: मुम्बई
शिक्षा	: मैट्रिक
व्यवसाय	: ज्वेलरी
पुत्र-पुत्रवधु	: विनोद-विमला एवं भरत-नीतु
पुत्रियां	: पुष्पा, भावना, सीमा

॥ सामाजिक एवं राजनैतिक सेवाएं ॥

- ०० भाजपा उपाध्यक्ष : नायगांव विधानसभा क्षेत्र में अनेक वर्षों तक।
- ०० डायरेक्टर : जन सहकार्य पतपेढ़ी।
- ०० 1997–2000 : महाराष्ट्र सरकार के स्पेशल एक्जीक्यूटिव ऑफिसर
- ०० संस्थापक सदस्य : रीछेड़ मित्र मण्डल, मुम्बई

॥ धर्मसंघ में सेवाएं ॥

- ०० मंत्री : तेरापंथ युवक परिषद दादर
- ०० मंत्री : बृहद तेयुप, मुम्बई
- ०० सदस्य : अभातेयुप
- ०० अध्यक्ष : अणुव्रत समिति, मुम्बई
- ०० अध्यक्ष : अणुव्रत महासमिति
(सत्र 2013–15)

॥ तपस्या एवं प्रत्याख्यान ॥

- ०० प्रतिदिन सामायिक
- ०० गत 55 वर्षों से जमीकंद त्याग
- ०० गत 35 वर्षों से रात्रि भोजन त्याग
- ०० मास खमण
- ०० 29 वर्षोंतप
- ०० 15 अठाइयां
- ०० 01 माह केन्द्र में गुरु सेवा
- ०० 12 व्रती श्रावक
- ०० अधिकतर तप-सजोड़े

अणुव्रत सेवी श्री मीठालाल भोगर

पिता	: 'संघ भक्त' श्रावक स्व. श्री मनरूप भोगर
माता	: स्व. सोहनबाई
भ्राता	: 'नन्दीषेण' मुनिश्री देवराज जी स्वामी
जन्म	: 03 जनवरी, 1949
निवासी	: सायरा, सूरत
शिक्षा	: बी.कॉम, सी.ए. (इन्टर पास)
व्यवसाय	: कपड़ा एवं केमीकल्स
पुत्र-पुत्रवधु	: राजू-सीमा एवं रिषभ-ममता
पुत्री-दामाद	: ममता-मनीष

॥ सामाजिक एवं राजनैतिक सेवाएं ॥

- ०० भाजपा उपाध्यक्ष : नायगांव विधानसभा क्षेत्र में अनेक वर्षों तक।
- ०० डायरेक्टर : जन सहकार्य पतपेढ़ी।
- ०० 1997–2000 : महाराष्ट्र सरकार के स्पेशल एक्जीक्यूटिव ऑफिसर
- ०० संस्थापक सदस्य : रीछेड़ मित्र मण्डल, मुम्बई

॥ धर्मसंघ में सेवाएं ॥

- ०० सन् 1997–99 तक अभातेयुप की राष्ट्रीय कार्यसमिति सदस्य।
- ०० सन् 2001–2003 तक तेरापंथी सभा, सूरत के मंत्री।
- ०० सन् 2003 के सूरत चारुमास में तेरापंथ सभा, सूरत के मंत्री।
- ०० सन् 2006–2010 तक अणुव्रत समिति सायरा के अध्यक्ष।
- ०० सन् 2007 में आचार्य महाप्रज्ञ प्रवास व्यवस्था समिति सायरा के मंत्री।
- ०० सन् 2008–2009 में राष्ट्रीय अणुव्रत शिक्षक संसद की केन्द्रीय टीम में कार्यकारिणी सदस्य व बाद में उपाध्यक्ष पद का दायित्व।
- ०० सन् 2010–2011 विकास परिषद (अनृत सांसद) के सदस्य।
- ०० सन् 2012–2013 अणुव्रत महासमिति के कार्यकारिणी सदस्य।
- ०० सन् 2014–15 अणुव्रत महासमिति के सहमंत्री।
- ०० सन् 2016–2017 तेरापंथी महासभा की कार्यकारिणी सदस्य।
- ०० सन् 2016–2017 अणुव्रत महासमिति के न्यारी (संपोषक)।
- ०० श्रीमद ऋषिशाय चैरीटेबल ट्रस्ट रावलियां के विशिष्ट द्रस्टी।

॥ तपस्या एवं प्रत्याख्यान ॥

- ०० पिछले 50 वर्षों से प्रायः 1 सामयिक प्रतिदिन।
- ०० विगत 45 वर्षों से लगभग शुक्ला ऋयोदशी का प्रत्येक महिने में एक उपवास।
- ०० बेले, तेले, चौले व पंचोला तप अनके बार किए।
- ०० 2006–07 में वर्षोंतप।
- ०० जमीकंद एवं रात्रि भोजन का प्रत्याख्यान।
- ०० बारह व्रती श्रावक।

हमारे विशिष्ट सहयोगी सदस्य



अणुव्रत सेवी
श्री सुरेन्द्र जैन
संक्षिप्त परिचय

पिता : स्व. श्री राम किशन जैन
माता : श्रीमती मोहिनी देवी
मूल निवास : भिवानी
जन्म तिथि : 27 जनवरी, 1960
व्यवसाय : एडवोकेट

:: धर्मसंघ में सेवाएं ::

- ॐ पूर्व अध्यक्ष – हरियाणा प्रादेशिक अणुव्रत समिति
- ॐ पूर्व अध्यक्ष – अणुव्रत महासमिति
- ॐ उपाध्यक्ष – श्री जैन श्वेतांबर तेरापंथी महासभा
- ॐ पूर्व में आचार्य मिश्नु समाधिस्थल, सिरियारी, जैन विश्व भारती, अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद, अणुव्रत न्यास आदि संगठनों में विभिन्न पदों पर जिम्मेदारी पूर्वक दायित्व का निर्वहन
- ॐ महामंत्री – चारुमार्स प्रवास व्यवस्था समिति, निवानी
- ॐ सम्मान :
2004 में सर्वोच्च अलंकरण 'सेवाव्रती' से सम्मानित
- ॐ 2006 में आचार्य श्री महाप्रङ्ग द्वारा 'कल्याण मित्र' से संबोधित
- ॐ अ.भा.ते.यु.प द्वारा 'श्रेष्ठ कार्यकर्ता' से सम्मानित



श्री अरुण कुमार संचेती
संक्षिप्त परिचय

सुपौत्र : शासनसेवी स्व. मोहनलालजी संचेती
सुपुत्र : शासनसेवी स्व. सम्पत्तमल जी संचेती
निवासी : मोमासर (राज.)
प्रवासी : दिल्ली
जन्म तिथि : 08 जुलाई, 1969
विवाह तिथि : 12 जुलाई, 1994
व्यवसाय : टैक्स एवं इन्वेस्टमेंट सलाहाकार

:: धर्मसंघ में सेवाएं ::

- ॐ 1997–2000 सहनंत्री, अगातेयुप
- ॐ 2000–2003 कोषाध्यक्ष, अभातेयुप
- ॐ 2003–2005 कोषाध्यक्ष, अभातेयुप
- ॐ 2005–2007 महामंत्री, अभातेयुप
- ॐ 2015–2017 महामंत्री, नहासमिति
- ॐ 2018–2020 उपाध्यक्ष, जैविभा
- ॐ 2014 उपाध्यक्ष (सोशल मीडिया प्रभारी) महाचारुप्रवास, समिति, दिल्ली
- ॐ 2015 से वर्तमान में – संघ संवाद प्रबंध बोर्ड सदस्य।



श्री रमेशचंद्र शेषपल धोका

संक्षिप्त परिचय

पिता : शेषपल जी नथमल धोका
माता : हंजाबाई एस. धोका
जन्म तारीख : 25.03.1961
मूल निवास : लान्वोडी, जिला राजसमंद (राज.)
वर्तमान पता : चेम्बुर (मुम्बई)
व्यवसाय : ज्वेलर्स एवं कंस्ट्रक्शन

:: वर्तमान दायित्व ::

- ॐ मंत्री : श्री जैन श्वेतांबर तेरापंथी सभा, चेम्बुर (मुम्बई)
- ॐ संयोजक : अणुव्रत समिति, मुम्बई
- ॐ संरक्षक : तेरापंथ मित्र मण्डल लान्वोडी
- ॐ मंत्री : मिश्नु विहार सोसायटी

:: पूर्व में दायित्व ::

- ॐ सहमंत्री : अणुव्रत समिति, मुम्बई
- ॐ मंत्री : अणुव्रत समिति, मुम्बई
- ॐ उपाध्यक्ष : तेयुप चेम्बुर
- ॐ मंत्री : तेरापंथ मित्र मण्डल लान्वोडी



श्री रमेश मनोहरलाल सोनी (जैन)

संक्षिप्त परिचय

पिता : स्व. श्री मनोहरलाल जी सोनी
माता : स्व. बादामदेवी सोनी
मूल निवास : थामला, राजस्थान
वर्तमान पता : ठाणा, मुम्बई
जन्म तिथि : 08.01.1969
विवाह तिथि : 05.05.1992
व्यवसाय : ज्वेलर्स

:: धर्मसंघ में सेवाएं ::

- ॐ मंत्री, तेरापंथी सभा ठाणे (मुम्बई)
- ॐ कोषाध्यक्ष, अणुव्रत समिति, मुम्बई
- ॐ कार्यसमिति सदस्य, अणुव्रत महासमिति
- ॐ आंचलिक संयोजक, तेरापंथी महासभा जेटी कार्ड

**अणुव्रत परिवार की ओर से उज्ज्वल भविष्य की
अशोष मंगलकामनाएं।**



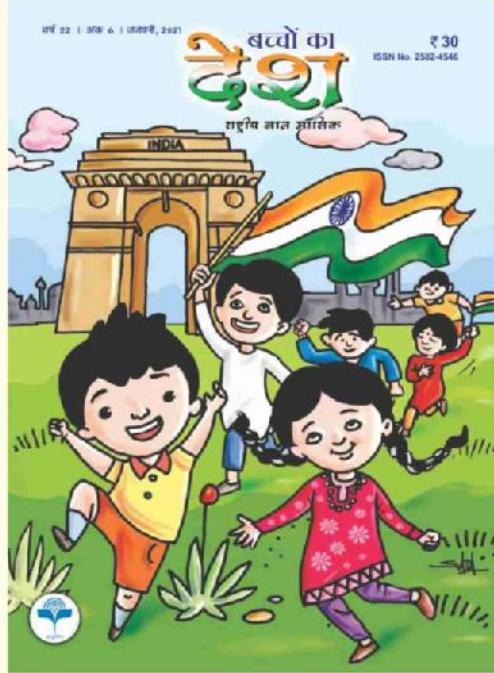
आचार्य महाप्रज्ञ जन्म-शताब्दी के उपलक्ष्य में



अणुव्रत प्रबोधन प्रतियोगिता

- ❖ आचार्य महाप्रज्ञ जन्म शताब्दी के उपलक्ष्य में अणुव्रत महासमिति के अपूर्व अभिक्रम अणुव्रत प्रबोधन प्रतियोगिता का शुभारंभ अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण जी के मंगल आशीर्वाद से किया गया।
- ❖ 'तुलसी का अणुव्रत उद्बोधन—महाप्रज्ञ का सरस प्रबोधन' उद्घोष के साथ उत्साहपूर्ण वातावरण में जनवरी 2020 से प्रारंभ की गई इस प्रतियोगिता में देश विदेश के कुल 2510 प्रतिभागी शामिल हुए। विपरीत वैशिक स्वास्थ्य परिस्थितियों के बावजूद प्रतिभागियों ने उत्साहपूर्वक भाग लिया।
- ❖ प्रतियोगिता के प्रथम चरण का परिणाम 31 अक्टूबर 2020 को घोषित किया गया।
- ❖ पुनर्मूल्यांकन परिणाम को शामिल करते हुए अन्तिम सूची में कुल 338 प्रतिभागियों ने 400 अंकों में से 100 प्रतिशत अंक (400 अंक) प्राप्त किए हैं।
- ❖ प्राथमिक घोषणा के अनुसार सर्वाधिक अंक प्राप्त करने वाले 100 प्रतिभागियों को दूसरे चरण में प्रवेश हेतु पात्र घोषित किया जाना था।
- ❖ प्रतिभागियों के उत्साह और सफलता को देखते हुए अणुव्रत महासमिति प्रशासन ने 400 अंक प्राप्त करने वाले सभी 336 प्रतिभागियों को अगले चरण में प्रवेश हेतु अनुमत किया है।
- ❖ द्वितीय चरण की परीक्षा—तिथि, परीक्षा—केंद्र तथा परीक्षा—प्रारूप की विस्तृत जानकारी द्वितीय चरण के लिए पात्र प्रतिभागियों को अतिशीघ्र प्रेषित की जा रही है।

राष्ट्रीय स्तर पर प्रशस्ति नई पीढ़ी के सर्वांगीण विकास को लक्षित श्रेष्ठ बाल पत्रिका



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

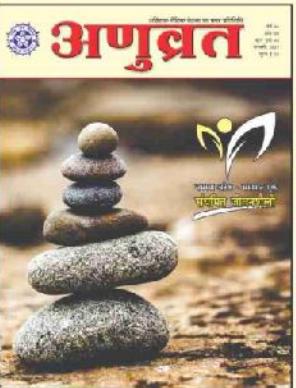
:: सदस्यता शुल्क ::

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

आज की सम्पर्क करें

'बच्चों का देश' राष्ट्रीय बाल मासिक
अणुव्रत विश्व भारती
विल्डन'स पीस पैलेस, राजसमंद — 313326 (राज.)
मोबाइल — 9414343100
ईमेल : bachchon_ka_desh@yahoo.co.in

सुझाव आमंत्रित



‘अणुव्रत’ आपकी प्रिय पत्रिका है। अणुव्रत आंदोलन की यह प्रतिनिधि पत्रिका है। अणुव्रत के मानव हितकारी संदेश को जन-जन तक पहुंचाने में इसकी बड़ी भूमिका रही है। इसे अधिक प्रभावशाली, आकर्षक और उद्देश्यपरक बनाने के लिए यदि आपके मन में कुछ सुझाव हैं, तो हम उनका स्वागत करते हैं।

1 मार्च को अणुव्रत स्थापना दिवस है, अणुव्रत के इतिहास का सबसे महत्वपूर्ण दिन। मार्च, 2021 का अंक एक नए, निखरे स्वरूप में आपके हाथों में पहुंचे, यह हमारा विनम्र प्रयास होगा।

अपने सुझाव आप
anuvrat_patrika@anuvibha.org
एवं sanchay_avb@yahoo.com

पर ईमेल कर सकते हैं।

धन्यवाद,

— सम्पादक

इस तलाश में आप भी सहयोगी बनिए!



आदरणीय,

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

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

- कृपया ऐसे कुछ नाम और उनके सम्पर्क सूत्र की जानकारी आप भिजवा सकें तो यह आंदोलन के भावी स्वरूप को निखारने में आपका महत्वपूर्ण योगदान होगा।
- ऐसे व्यक्ति किसी भी जाति, धर्म और सम्प्रदाय में विश्वास रखने वाले हो सकते हैं और भारत या किसी अन्य देश में निवासित या प्रवासित हो सकते हैं।
- मोबाइल नंबर 9116634515 पर व्हाट्सएप के माध्यम से आपके प्रत्युत्तर की प्रतीक्षा रहेगी।

विनम्र,

— संचय जैन
अध्यक्ष, अणुविभा

‘युवा गौरव’ अलंकरण से सम्मानित हुए श्री अविनाश नाहर

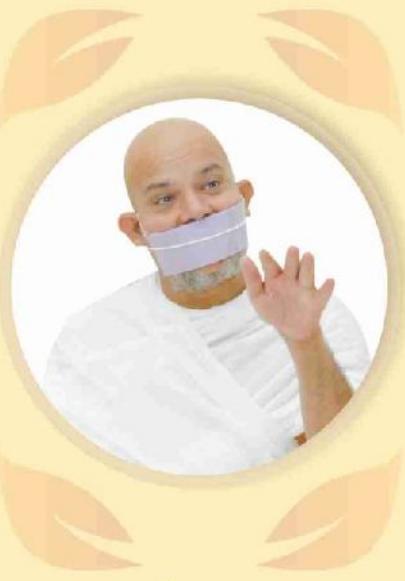


अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष श्री अविनाश नाहर को हाल ही में अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद के सर्वोच्च सम्मान ‘युवा गौरव’ से सम्मानित किया गया है। हैदराबाद में आचार्यश्री महाश्रमण के सान्निध्य में आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन में परिषद् के अध्यक्ष श्री संदीप कोठारी ने श्री नाहर को स्मृति-विहन एवं प्रशरित-पत्र भेंटकर उनकी सेवाओं का सम्मान किया।

उल्लेखनीय है कि श्री अविनाश नाहर अखिल भारतीय तेरापंथ युवक परिषद् के राष्ट्रीय अध्यक्ष रह चुके हैं। धर्मसंघ व अणुव्रत के प्रति आपका परिवार सर्वात्म समर्पित रहा है। आप अणुव्रत प्रवक्ता श्री जी. एल. नाहर के सुपुत्र हैं।

‘अणुव्रत’ परिवार की ओर से आपको हार्दिक बधाई और शुभकामनाएं।

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण का मंगल पाथेय



परम पूज्य गुरुदेव आचार्य श्री तुलसी का एक महत्वपूर्ण अवदान है अणुव्रत आंदोलन। अणुव्रत के संदर्भ में अनेक संस्थाएं निर्मित हुई। अणुव्रत विश्व भारती कई वर्षों से कार्यरत है। राजसमंद में शिखर पर अणुव्रत विश्व भारती का अच्छा स्थान है, जो इसकी बालोदय गतिविधि का केन्द्र है। अणुव्रत विश्व भारती अब और ज्यादा बड़ी और विशाल बन गई है। विशाल होना भी अच्छा है। विशाल होने से दायित्व भी विशाल हो जाता है। आकार की विशालता और दायित्व की विशालता, दोनों का अच्छा सामंजस्य होता है तो संस्था अच्छी कामयाब हो सकती है। अणुव्रत के कार्यकर्ता खूब अच्छा कार्य करें। अणुव्रत विश्व भारती अब और ज्यादा अच्छा कार्य करें। कार्यकर्ता मजबूत पहियों की भाँति अणुव्रत के रथ को आगे ले जाने का प्रयास करते रहें।



अणुव्रत एकीकरण के बाद अब अणुविभा अणुव्रत आंदोलन की प्रतिनिधि संस्था बन गई है। यह एक बड़ा दायित्व है। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी के आध्यात्मिक मार्गदर्शन में 'अणुव्रत आंदोलन' नई गति से विकास करे, यह हम सभी अणुव्रत कार्यकर्ताओं का पावन लक्ष्य है। अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी के सपनों को साकार करने के लिए हम समर्पित भाव से अपने आपको संकल्पित करते हैं।

— :: संकल्पकर्ता एवं अंक सौजन्यकर्ता ::—

* संचय जैन	उदयपुर	- अध्यक्ष
* अविनाश नाहर	जयपुर	- वरिष्ठ उपाध्यक्ष
* अशोक ढूंगरवाल	राजसमंद	- उपाध्यक्ष
* महेन्द्र नाहर	मैसूर	- उपाध्यक्ष
* प्रताप दूगड़	कोलकाता	- उपाध्यक्ष
* राजेश सुराणा	सूरत	- उपाध्यक्ष
* भीखम सुराणा	दिल्ली	- महामंत्री
* राकेश बरड़िया	जयपुर	- कोषाध्यक्ष
* इंद्र बैंगाणी	दिल्ली	- संयुक्त मंत्री
* जगजीवन चोरड़िया	कांकरोली	- संयुक्त मंत्री
* जय बोहरा	जयपुर	- संयुक्त मंत्री
* संजय जैन	फतेहबाद	- संगठन मंत्री

अणुव्रत विश्व भारती

RNI No. 7013/57

January, 2021

Delhi Postal Regd. No. DL(C)-01/1261/2018-20
Licence No. U(C)-215/2018-20
Licenced to post without pre-payment
Date of Publication 25/12/2020
Posted at N.D.P.S.O., ND-1 on 28-29 of the Previous Month



Architectural marvels across 46 countries worldwide have used our stones.

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



India's first concept store
for stone display



Finest Selection of
Premium Tiles



Rajasthan's Largest Decorative
Lights Display

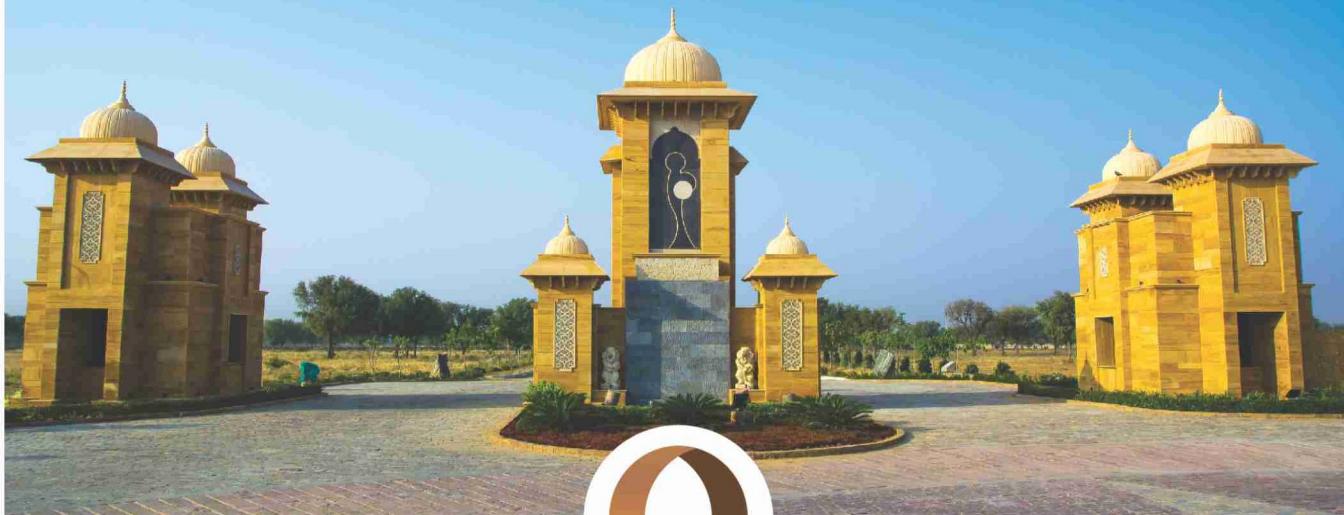


India's best collection of
Landscape Artefacts

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

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

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



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



Modern Day Luxuries In Harmony With Nature

250 feet SEZ Road, Kalwara, Ajmer Road, Jaipur

TO KNOW MORE, CALL US ON

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

www.urban-village.co.in

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