



ANUVRAT GLOBAL ORGANIZATION (ANUVIBHA)

अणुव्रत विश्व भारती (अणुविभा)

(a transnational centre for peace, nonviolent action and sustainability associated with the Department of Public Information of the United Nations)

JAIPUR OFFICE : ANUVIBHA Jaipur Kendra, B01-B02, Opp. Gaurav Tower, Near World Trade Park, Malviya Nagar, JAIPUR - 302 017 (Rajasthan) INDIA

Ph : +91-9828016989 | email : e-mail : slgandhi@hotmail.com

HEADQUARTER OFFICE : Anuvrat Vishva Bharati (ANUVIBHA), Post Box No. 28, Rajsamand - 313 324 (Rajasthan) INDIA
Ph : +91-02952-220516 | 98290 52452 | anuvibha@anuvibha.org | sanchay_avb@yahoo.com | Web : www.anuvibha.org

Anuvrat Global Organization (ANUVIBHA) is an international centre for peace, nonviolent action and sustainability and has been striving to popularize a culture of ahimsa (nonviolence) across the world for the last 35 years. Normally we organize national and international events every year in addition to the holding of children's transformative camps at the Children's Peace Palace at Rajsamand, near Udaipur Rajasthan INDIA but on account of the pandemic (novel coronavirus) the above mentioned regular activities couldn't be organized in the year 2020. However, Anuvrat Global Organization remained active and tried to create awareness among its members and common people by emphasizing the fact that the pandemic Corona Virus can be combated only through vigilance and self-restraint.

The organization's basic objective is to popularize the Anuvrat Movement, a movement that seeks individual commitment to 11 small vows. Anu means small and vrata means a vow. Anuvrat Movement is a movement of small vows for moral re-armament i.e. rejuvenation of moral and spiritual values in society. The movement is non-sectarian and is supported by all religious sects. The Anuvrat Code of Conduct consisting of 11 small vows (anuvrats) is the quintessence of all faiths. It enjoins a person to pledge that he will refrain from killing innocent living beings, attacking people on grounds of caste, creed and colour, supporting aggression, participating in violent agitations, resorting to unethical practices in elections and drug addictions. It also asks the adherent to take a vow that he will believe in human unity, practise religious tolerance, observe rectitude in his dealings with the other people and set limits to his worldly possessions. Apart from the above small vows, the adherent is also required to pledge that he will not cause pollution, cut down trees and waste water.

Anuvrat Code of Conduct is a blueprint for a sustainable world. It targets an individual, the smallest unit of society and persuades him to observe these vows for universal peace and social excellence. ANUVIBHA (ANUVRAT GLOBAL ORGANIZATION), the organization that spearheads the movement is of the view that if individuals behave ethically and live a good moral life, society will improve automatically. Millions of people across the world practising different religious faiths have taken Anuvrat pledge for a better world. It is creating a culture of peace and nonviolence at global level. Those who live a life embedded in these small vows obviously contribute to the eco-sustainability of the future. The pandemic that has percolated throughout the world and is taking a heavy toll of precious lives is the result of man's wantonness and reckless behavior responsible for a fertile ground for deadly viruses to flourish. Anuvrat Charter seeks to fulfil some of the UN SDGs. After the first wave of the pandemic that hit India in March 2020, Anuvibha Executive prepared a list of the activities that could help people to prevent themselves from falling a victim to this deadly disease and also helping the victims to recover. Here is a detailed description of the three main projects that ANUVIBHA implemented during the year 2020.



ANUVRAT GLOBAL ORGANIZATION (ANUVIBHA)

अणुव्रत विश्व भारती (अणुविभा)

(a transnational centre for peace, nonviolent action and sustainability associated with the Department of Public Information of the United Nations)

JAIPUR OFFICE : ANUVIBHA Jaipur Kendra, B01-B02, Opp. Gaurav Tower, Near World Trade Park, Malviya Nagar, JAIPUR - 302 017 (Rajasthan) INDIA

Ph : +91-9828016989 | email : e-mail : slgandhi@hotmail.com

HEADQUARTER OFFICE : Anuvrat Vishva Bharati (ANUVIBHA), Post Box No. 28, Rajsamand - 313 324 (Rajasthan) INDIA
Ph : +91-02952-220516 | 98290 52452 | anuvibha@anuvibha.org | sanchay_avb@yahoo.com | Web : www.anuvibha.org


Event / Activity I :

Title : THE PANDEMIC AWARENESS CAMPAIGN


Dates : March 22 to April 30, 2020

People Involved : 2300

There was a complete lockdown in India for about a month and a half (from March 22 to April 30, 2020). The number of Covid-19 victims was growing phenomenally due to ignorance. So Anuvibha prepared two important leaflets. One highlighted people's adherence to the rules laid down by the Govt of India and State Govts to prevent the spread of the pandemic. It read like this :

ANUVRAT MOVEMENT	
Self-restraint Alone is life	Our greatest weapon to fight Covid-19 is the observance of rules – the restraint of following rules :
 ANUVIBHA	<ul style="list-style-type: none">• Do not step out without a mask.• Do not start treatment without consulting a doctor.• Neither panic nor panic others.• Maintain social distancing.• Do not violate Govt. instructions.

The second leaflet was as under :

ANUVRAT MOVEMENT	
Self-restraint	Our greatest weapon to fight Covid-19 is the restraint to be observed during illness. If you develop the symptoms of Covid-19:
	<ul style="list-style-type: none">• Contact your family doctor immediately.• Start treatment, do not be careless.• Quarantine yourself.• Have confidence in yourself, think positively.
REMEMBER UNRESTRAINED LIFE CAN LAND YOU IN DANGER.	

The above two leaflets were emailed to our members across the world. They were also circulated among Balodaya network of schools and teachers.



अणुव्रत आंदोलन

संयम

कोरोना से जंग
में हमारा सबसे
बड़ा हथियार

खाने का संयम

- * बाहर बनी वस्तुएं खाने से बचें
- * होटल, रेस्टोरेंट में जा कर खाने से बचें
- * फास्ट फूड खाने से बचें
- * स्वाद नहीं, स्वास्थ्य के लिए खाएं



संयम ही जीवन है

असंयम आपको कठिनाई में डाल सकता है

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
द्वारा जनहित में प्रसारित



अणुव्रत आंदोलन

संयम

कोरोना से जंग
में आपका सबसे
बड़ा हथियार

व्यवहार पर संयम

- घर से बाहर निकलने पर संयम
- भीड़ में शामिल होने पर संयम
- हाथ मिलाने, गले मिलने पर संयम
- किसी बाहरी वस्तु को छूने पर संयम



अणुविभा

संयम ही जीवन है

असंयम आपको कठिनाई में डाल सकता है

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
द्वारा जनहित में प्रसारित



अणुव्रत आंदोलन

संयम

कोरोना से जंग
में हमारा सबसे
बड़ा हथियार

चरित्र का संयम



अणुविभा

- * अनैतिक आचरण न करें
- * कालाबाजारी न करें, न प्रश्रय दें
- * मुनाफाखोरी से बचें
- * नकली सामान न बनाएं, न बेचें

संयम ही जीवन है

असंयम आपको कठिनाई में डाल सकता है

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
द्वारा जनहित में प्रसारित



अणुव्रत आंदोलन

संयम

कोरोना से जंग
में आपका सबसे
बड़ा हथियार

भावनाओं पर संयम

- * प्रतिक्रिया करने पर संयम
- * आलोचना करने पर संयम
- * आवेश पर संयम
- * इच्छाओं पर संयम



संयम ही जीवन है

असंयम आपको कठिनाई में डाल सकता है

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
द्वारा जनहित में प्रसारित



अणुव्रत आंदोलन

संयम

कोरोना से जंग
में आपका सबसे
बड़ा हथियार

सोच का संयम

- * घबराएं नहीं, सामना करें
- * सकारात्मक सोचें
- * प्रेरक साहित्य पढ़ें
- * नकारात्मक खबरों से बचें



अणुविभा

संयम ही जीवन है

असंयम आपको कठिनाई में डाल सकता है

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी
द्वारा जनहित में प्रसारित



ANUVRAT
VISHVA
BHARATI
SOCIETY

National Office:
Anuvrat Bhawan
210, Deendrayal Upadhyay Marg,
New Delhi - 110 002, India
delhi@anuvibha.org
+91 11 2323 3345, +91 91166 34512

प्रेस नोट

अणुव्रत स्थापना दिवस के अवसर पर देशभर में 'मीडिया के साथ-अणुव्रत संवाद' आयोजित

देश-विदेश में बनेंगे 500 अणुव्रत अंबेसडर्स

अणुव्रत जीवनशैली है वैयक्तिक और वैश्विक समस्याओं का समाधान

भारत की आजादी के मात्र 18 माह बाद 1 मार्च 1949 को आचार्य तुलसी ने असली आजादी अपनाओ के उद्घोष के साथ अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन किया था। आचार्य तुलसी का मानना था कि जब तक भारत का नागरिक अनैतिकता, हिंसा, सांप्रदायिक विद्वेष और रूढ़िवादी सोच से आजाद नहीं होगा, देश की आजादी अधूरी रहेगी।

आज हम आजादी की हीरक जयंती मनाने के करीब हैं। देश ने प्रगति और विकास के अनेक कीर्तिमान गढ़े हैं। लेकिन, असली आजादी अब भी हमारे से दूर है। अणुव्रत आंदोलन 7 दशक से मूल्य आधारित, संयम प्रधान जीवनशैली के महत्त्व को रेखांकित करते हुए जनजीवन को प्रेरित करता रहा है। अणुव्रत के दर्शन को भारत के बाहर भी व्यापक स्वीकार्यता मिली है। अंतरराष्ट्रीय स्तर पर आज अहिंसा को शांति के आवश्यक घटक के रूप में मान्यता मिल चुकी है।

अणुव्रत अनुशास्ता के रूप में आचार्य श्री महाश्रमण इस सम्पूर्ण आंदोलन को अपना आध्यात्मिक नेतृत्व प्रदान कर रहे हैं। अपनी अहिंसा यात्रा के माध्यम से वे जन जन में नैतिकता, सद्भावना और नशानुक्ति का संदेश दे रहे हैं। हाल ही में उनकी पदयात्रा 50 हजार किलोमीटर की दूरी पूर्ण कर चुकी है।

अणुव्रत की प्रतिनिधि संस्था अणुविभा

अणुव्रत आंदोलन की प्रतिनिधि संस्था अणुव्रत विश्व भारती संयुक्त राष्ट्र संघ के सिविल सोसायटी विभाग से मान्यता प्राप्त एक गैर सरकारी संगठन है। अपनी स्थापना के 73वें वर्ष में प्रविष्ट होते हुए अणुव्रत आंदोलन आज एक नए, एकीकृत और संगठित स्वरूप में व्यक्ति रूपांतरण के माध्यम से सामाजिक बदलाव की मुहिम को आगे बढ़ाने के लिए कटिबद्ध है।

अणुविभा ने इस हेतु रचनात्मक कार्यक्रमों की एक व्यापक रूपरेखा बनाई है। लोकल से ग्लोबल तक इस मुहिम में देश-विदेश से 20 हजार अणुव्रत कार्यकर्ता जुड़े हुए हैं। इन कार्यकर्ताओं को विभिन्न स्तर पर प्रशिक्षित करने की शुरुआत की जा चुकी है। भारत के 150 से अधिक स्थानों पर अणुव्रत समितियां सक्रिय हैं। विदेशों में 50 अणुव्रत ग्लोबल चैप्टर्स स्थापित करने की योजना है।

क्या है अणुव्रत जीवनशैली?

यह एक व्रत आधारित जीवनशैली है। छोट-छोटे व्रतों के माध्यम से व्यक्ति आत्म संयम और आत्म अनुशासन का अभ्यास करता है और अपने दैनंदिन जीवन को सकारात्मक दिशा प्रदान करता है। विकसित देशों में हुई भौतिक प्रगति ने भोगवादी संस्कृति को प्रश्रय दिया। इस संस्कृति ने ऐसी सुविधावादी अप्राकृतिक जीवनशैली को जन्म दिया जिसने व्यक्तिगत जीवन में तनाव, अशांति और असंतोष को तो बढ़ाया ही, पारिस्थितिक संतुलन को भी बिगाड़ कर रख दिया। अब लोगों का इससे मोहभंग हो रहा है।

(1)



Anuvrat Movement
Since 1949



Associate NGO
UN - DGC

Head Office:
Children's Peace Palace
Post Box No. 28, Rajamand-313324
Rajasthan - India
+91 2952 220516, +91 91166 34515
head.office@anuvibha.org

International Office:
Anuvibha Jaipur Kendra
Acharya Tuli Marg, Malviya Nagar
Jaipur - 302017, Rajasthan, India
+91 91166 34517
jaipur@anuvibha.org

Jeevan Vigyan Office:
Jeevan Vigyan Bhawan
Jan Vishva Bharati Campus
Ludhna - 341306, Rajasthan, India
+91 91166 34514
jeevan_vigyan@anuvibha.org

www.anuvibha.org





ANUVRAT
VISHWA
BHARATI
SOCIETY

National Office:
Anuvrat Bhawan
210, Deendayal Upadhyay Marg,
New Delhi - 110 002, India
delhi@anuvibha.org
+91 11 2323 3345, +91 91166 34512

अणुव्रत जीवनशैली इस भोगवादी जीवनशैली का बेहतर विकल्प प्रस्तुत करती है। यह जीवनशैली व्यक्ति को अपनी जड़ों से जोड़ती है और प्रकृति से जोड़ती है। यह जीवनशैली जहां व्यक्ति को सुकून से जीने की राह दिखाती है वहीं वैश्विक समस्याओं का भी समाधान प्रस्तुत करती है। अणुव्रत जीवनशैली व्यक्ति के जीवन में आंतरिक परिवर्तन का मार्ग प्रशस्त कर बुद्धि और भावना के बीच संतुलन स्थापित करती है।

अणुव्रती होने के मायने

एक अणुव्रती व्यक्ति हिंसा नहीं करता, न हिंसा का समर्थन करता है। एक अणुव्रती व्यक्ति सभी धर्म और संप्रदायों का सम्मान करता है, सांप्रदायिक विद्वेष नहीं फैलाता। एक अणुव्रती व्यक्ति हिन्दू, मुस्लिम, सिक्ख, ईसाई, पारसी या अन्य किसी भी धर्म का अनुयायी हो सकता है। एक अणुव्रती व्यक्ति पर्यावरण के प्रति सजग होता है और व्यवहार में प्रामाणिक होता है। एक अणुव्रती व्यक्ति मानवीय मूल्यों के प्रति आस्थाशील होता है। एक अणुव्रती व्यक्ति नशामुक्त होता है।

अणुव्रत के प्रकल्प

अणुविभा अपने कार्यक्रमों को त्री-आयामी मिशन के रूप में गति देने के लिए उद्यत है।

पहला – अणुव्रत ग्लोबल मिशन

दूसरा – अणुव्रत शिक्षा संस्कार मिशन

तीसरा – अणुव्रत समाज मिशन।

इन तीन मिशन के अंतर्गत अणुविभा अनेक स्थाई प्रकल्पों और जागरूकता अभियानों को आगे बढ़ा रही है। इनमें प्रमुख हैं –

अंतरराष्ट्रीय शांति सम्मेलन, जीवन विज्ञान पाठ्यक्रम, अणुव्रत बालोदय प्रकल्प, अणुव्रत संसदीय मंच, चुनाव शुद्धि अभियान, अणुव्रत लेखक मंच, अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र, पर्यावरण शुद्धि अभियान, नशामुक्ति अभियान, अणुव्रत शिक्षक संसद, अणुव्रत क्रिएटिविटी कॉन्टेस्ट, आदि।

अणुव्रत जीवनशैली को बढ़ावा देने में अणुविभा के दो विशिष्ट मासिक प्रकाशन महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं – अणुव्रत और बच्चों को देश पत्रिका। अणुव्रत दर्शन पर आधारित विविधतापूर्ण प्रकाशन विभिन्न भाषाओं में उपलब्ध है।

अणुव्रत अंबेसडर्स

प्रथम चरण में देश-विदेश में 500 अणुव्रत अंबेसडर्स तैयार करने का लक्ष्य है। ये कार्यकर्ता अणुव्रत जीवनशैली के स्वयं प्रयोक्ता होंगे और जन-जन में इस जीवनशैली के प्रसार हेतु कार्य करेंगे। अलग-अलग जाति, धर्म, संप्रदाय को मानने वाले ये अणुव्रत अंबेसडर्स एक आदर्श समाज रचना का रचनात्मक उदाहरण प्रस्तुत करेंगे।

अणुव्रत समिति.....



Head Office:
Children's Peace Palace
Post Box No. 28, Rajamand-313324
Rajasthan - India
+91 2952 220516, +91 91166 34515
head.office@anuvibha.org

International Office:
Anuvibha Jaipur Kendra
Acharya Tuli Marg, Mahya Nagar
Jaipur - 302017, Rajasthan, India
+91 91166 34517
jaipur@anuvibha.org

Jeevan Vigyan Office:
Jeevan Vigyan Bhawan
Jan Vishwa Bharati Campus
Ladnun - 341306, Rajasthan, India
+91 91166 34514
jeevat_vigyan@anuvibha.org

www.anuvibha.org

