अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

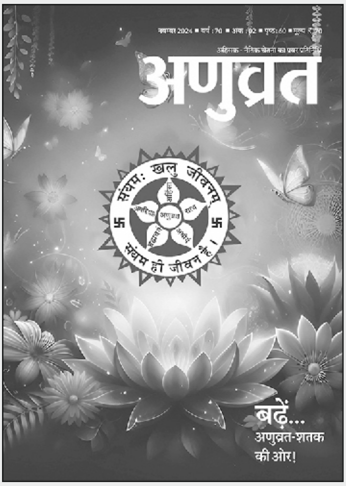
# अणुव्रत

ई-संस्करण

वर्ष : 2, अंक : 7

नवम्बर 2024

## बढ़ें..
## अणुव्रत-शतक की ओर




**वर्ष : 70 अंक : 2**

**नवम्बर 2024**

संपादक
**संचय जैन**

सह संपादक
**मोहन मंगलम**

चित्रांकन
**मनोज त्रिवेदी**

पेज सेटिंग
**मनीष सोनी**

ई-संस्करण
**विवेक अग्रवाल**

ई-मैगज़ीन संयोजक
**मनोज सिंघवी**

पत्रिका प्रसार संयोजक
**सुरेन्द्र नाहटा**

अखंड भारतीय संस्कृति के आरोहण हेतु हमें अपने आचरण की शुद्धता और आत्मविमर्श की अतीव आवश्यकता है। आज के जीवन में राष्ट्र संत आचार्य तुलसी जी द्वारा प्रशस्त सन्मार्गों के माध्यम से धार्मिक मूल्यों के प्रोत्साहन और संवर्धन के प्रयास प्रशंसनीय हैं। चारित्रिक उन्नयन एवं सम्यक् अभिप्रेरणा हेतु आदर्श लक्ष्यों को सदैव सराहना चाहिए।

**– एम. वेंकैया नायडू**

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

अणुविभा

**अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी**

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

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

# 75वाँ अणुव्रत अधिवेशन

वर्ष 2024 अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्षों की सफल सम्पूर्ति का वर्ष है। आंदोलन के स्वर्णिम इतिहास का यह एक महत्वपूर्ण पड़ाव है। इसी वर्ष अणुव्रत का 75वाँ वार्षिक अधिवेशन भी आयोजित हो रहा है। अतीत के सिंहावलोकन और भावी योजना निर्माण के साथ ही आंदोलन की दशा और दिशा के निर्धारण में अणुव्रत अधिवेशनों की अहम भूमिका रहती आयी है।

अधिवेशन में सहभागिता के लिए देश के कोने-कोने से कार्यकर्ता आते हैं और एक नयी ऊर्जा के साथ पुन: अपने-अपने क्षेत्र में लौट कर अणुव्रत की गूँज को फैलाने का प्रयास करते हैं। मैं स्वयं लगभग 35 वर्षों से इन अधिवेशनों का साक्षी रहा हूँ। यहाँ हर कार्यकर्ता को अपनी बात कहने का मौका मिलता है, अन्य कार्यकर्ताओं की बात सुन कर, उनकी कार्यशैली समझकर वे समृद्ध होते हैं।

8 से 10 नवम्बर 2024 तक आयोजित इस अधिवेशन का ध्येय वाक्य है - 'बढ़ें.. अणुव्रत-शतक की ओर!' अधिवेशन के संभागी आने वाले 25 वर्षों को चिंतन में रखते हुए एक नयी दिशा, नयी प्रेरणा और नयी शक्ति प्राप्त करेंगे। अणुव्रत दर्शन के प्रति अणुव्रत अनुशास्ता परम पूज्य आचार्य श्री महाश्रमण द्वारा अनवरत प्रदत्त प्राथम्य और माहात्म्य से यह विश्वास और भी दृढ़तर हो जाता है।

अणुव्रत अधिवेशन से जुड़ा प्रत्येक कार्यकर्ता इस आयोजन की महत्ता को समझ कर अपना श्रेष्ठतम योगदान देने के प्रति कटिबद्ध हो, अधिवेशन में अणुव्रत जीवनशैली का दिग्दर्शन हो तथा अणुव्रत आंदोलन का भविष्य और भी अधिक उज्ज्वल बने, इसी मंगलकामना के साथ...

**- संचय जैन**
sanchay_avb@yahoo.com

# नैतिकता की कसौटी

■ आचार्य महाप्रज्ञ

सामाजिक जीवन जीने वाला व्यक्ति अकेला नहीं जीता, दूसरों के साथ जीता है। दूसरों के साथ सबसे अधिक प्रसंग आता है व्यवहार का। आदमी के व्यवहार का मूल्यांकन करते समय यह प्रश्न आता है कि किस व्यवहार को अच्छा मानें और किसे बुरा मानें? किस व्यवहार को सत् और पुण्य मानें और किसको असत् और पाप मानें?

भारतीय चिंतन में व्यवहार की चर्चा पुण्य-पाप, सत्-असत् के आधार पर की गयी है। पश्चिमी आचार-शास्त्र में व्यवहार की चर्चा शुभ और अशुभ के आधार पर हुई है। मूल प्रश्न एक ही है कि अच्छे और बुरे व्यवहार की कसौटी क्या है? क्या हम व्यक्ति की इच्छा को कसौटी मानें या कोई ऐसा मानदंड है जो सार्वभौम कसौटी बन सके? इस कसौटी के प्रश्न पर अनेक शाखाओं ने चिंतन किया है। अनेक मनोवैज्ञानिक और नीतिशास्त्रीय कसौटियां हैं। उनमें एक कसौटी है सुखवाद।

आचारांग सूत्र का वाक्यांश है - 'सुहसाया दुहपडिकूला' सभी सुख चाहते हैं, दु:ख किसी को प्रिय नहीं है। सुख प्रिय है, दु:ख अप्रिय है। यह एक स्वभाव है। इस स्वभाव को आचार की, नैतिकता की और व्यवहार की कसौटी बना लिया गया है। इसके आधार पर जो सुखद है, अनुकूल है, वह नैतिकता है और जो दु:खद है, प्रतिकूल है, वह अनैतिकता है।

प्रारम्भिक निष्कर्ष में यह बात बहुत अच्छी लगती है कि वह व्यक्ति नैतिक है जो सुख पहुँचाता है। दु:ख देने वाला कभी नैतिक नहीं हो सकता, किन्तु विमर्श करने पर यह कसौटी ठीक नहीं बैठती। यदि हम यह मान लेते हैं कि जो

जो व्यक्ति अपने पुरुषार्थ के द्वारा कष्ट सहकर कमाता है, उसका धन दु:ख पड़ने पर भी नष्ट नहीं होता

सुखद है, जो सुख देने वाला है, जिससे सुख होता है, वह नैतिक है तो अनेक उलझनें पैदा हो जाती हैं। उससे समाज की व्यवस्था गड़बड़ा जाती है।

## जरूरी है सुखवादी चिंतन का बदलना

इन समस्याओं के संदर्भ में जब हम नैतिकता की बात करते हैं तो सुखवादी और सुविधावादी चिंतन को भी बदलना जरूरी होता है। सीधा मिला हुआ या सुख से मिला हुआ धन पग-पग पर खतरा उपस्थित करता है। जो व्यक्ति अपने पुरुषार्थ के द्वारा कष्ट सहकर कमाता है, उसका धन दु:ख पड़ने पर भी नष्ट नहीं होता और सुख से प्राप्त धन शीघ्र खत्म हो जाता है। इसलिए यह अनुभव वाणी है कि सुख से भावित ज्ञान या सुख से भावित प्राप्ति दु:ख आने पर चली जाएगी। दु:ख से भावित ज्ञान या प्राप्ति दु:ख-काल में जाती नहीं, साथ देती है।

## क्या है नैतिकता की कसौटी?

प्रश्न होता है कि नैतिकता की कसौटी क्या होगी? हम किस व्यवहार को अच्छा मानें? इस विषय में दो चिंतन प्रस्तुत होते हैं। पहला चिंतन तो यह है कि जिस देश और काल में जिस कर्म या व्यवहार को समाज के द्वारा या बड़े जन-समूह के द्वारा वांछनीय मान लिया गया, वह नैतिक है और जो व्यवहार अवांछनीय माना गया, वह अनैतिक है। यह लौकिक स्वीकृति है। यह नितांत व्यावहारिक कसौटी है, सार्वभौम कसौटी नहीं है। चार-पाँच हजार वर्षों के

इतिहास में नैतिकता की अनेक परिभाषाएं हुई हैं और वे परस्पर बहुत टकराती हैं। वे बदलती रहती हैं, एकरूप नहीं रहतीं। एक देश और काल में एक कर्म को नैतिक माना गया और वही कर्म दूसरे देश-काल में अनैतिक मान लिया गया। यह सारा व्यवहार के धरातल पर होता है, इसलिए ये सारी व्यावहारिक कसौटियां हैं।

## नैतिकता की वास्तविक कसौटी

हम नैतिकता की वास्तविक कसौटी की चर्चा करें जो सार्वभौम है, देशातीत और कालातीत है, वह कसौटी है - 'जे निज्जिण्णे से सुहे'। जिस आचरण के द्वारा बन्धे हुए संस्कार क्षीण होते हैं, निर्जीर्ण होते हैं, वह आचरण है नैतिक। जिस आचरण से संस्कार बँधते हैं, सघन होते हैं, वह है अनैतिक। जो निर्जरा है, वह सुख है और जो बंध है, वह दु:ख है। सुख और दु:ख की यह वास्तविकता ही नैतिकता की कसौटी बन सकती है, किन्तु सुख और दु:ख की स्वीकृति में बहुत अन्तर आ गया।

**जिस आचरण के द्वारा बन्धे हुए संस्कार क्षीण होते हैं, निर्जीर्ण होते हैं, वह आचरण है नैतिक।**

सुख और दु:ख मान लिया गया वैयक्तिक इच्छा के अनुसार या सामूहिक इच्छा के आधार पर। इच्छा आधारित सुख और दु:ख नैतिकता या अनैतिकता की वास्तविक कसौटी नहीं बन सकता। जो सुख कर्म-विलय से और जो दु:ख कर्म-बंध से होता है, वह नैतिकता-अनैतिकता का आधार बनता है। निर्जरण सुख है, बंधन दु:ख है।

प्रवृत्ति के तीन विभाग हैं - सत् प्रवृत्ति, असत् प्रवृत्ति और निवृत्ति या अप्रवृत्ति। विवेक कैसे हो कि अमुक रुचि सत् है और अमुक रुचि असत् है। एक नियम बना कि जिस प्रवृत्ति के साथ गुप्ति होती है, वह प्रवृत्ति सम्यक् है, वह व्यवहार

सत् है। जिस प्रवृत्ति के पीछे गुप्ति नहीं होती, वह व्यवहार असत् है। गुप्ति का अर्थ है - संयम, निवृत्ति। हमारी जिस प्रवृत्ति के साथ मन, वाणी और शरीर की गुप्ति होती है, वह प्रवृत्ति सम्यक् होती है, वह व्यवहार और आचरण नैतिक बन जाता है। जिस प्रवृत्ति के पीछे गुप्ति नहीं होती, असंयम होता है, वह मन, वाणी और काया का व्यवहार अनैतिक बन जाता है, असत् बन जाता है।

यह वास्तविक कसौटी है। यही शुभ-अशुभ, सत्-असत्, अच्छे-बुरे व्यवहार की कसौटी बनती है। यह सार्वभौम है, व्यापक है, देशातीत और कालातीत है। यदि इस कसौटी के आधार पर हम व्यवहार की समस्या को सुलझाएं, व्यवहार का मूल्यांकन करें तो नैतिकता की धारणा को स्पष्ट करने में बड़ी सुविधा होती है। यदि हम व्यापक दृष्टिकोण से चिन्तन करें तो नैतिकता की हमारी यह कसौटी व्यवहार के मूल्यांकन में बहुत सहयोगी होगी। यह सुचिंतित और सुपरीक्षित भी होगी। इसके आधार पर सारे व्यवहार की समस्या को सुलझाया जा सकेगा।

---

**'संस्कारयुक्त शिक्षा हो..' अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी के उद्गार सुनने के लिए वीडियो पर क्लिक करें...**

# सफलता का सूत्र समय प्रबंधन

■ **प्रो. डॉ. आई. एम. खीचा**, ब्यावर

जो समय की महत्ता को जानते हैं, वे ही जीवन में सफलता का वरण कर पाते हैं। व्यक्ति का जीवन क्षणभंगुर है – पानी के बुलबुले की भाँति है – पता नहीं कब वह लुप्त हो जाये। ऐसे में व्यक्ति को कल की प्रतीक्षा न कर आज व अभी सद्कार्यों में सक्रियता से जुड़ जाना चाहिए। जो श्रेष्ठ है, उससे अप्रमत्त भाव से जुड़ जाये और जो हेय है, उससे तत्क्षण दूर हो जाये। ऐसा करके ही व्यक्ति अपनी जीवन यात्रा को प्रगति के पथ पर अग्रसर कर पाएगा। आज के इस प्रतिस्पर्द्धी युग में 'समय' स्वयं में एक निर्णायक तत्त्व है तथा इसका समुचित ढंग से यथासमय प्रबंधन करने वाला व्यक्ति ही श्रेष्ठ लाभ उठा पाता है।

प्रबंधन अत्यंत ही सारगर्भित कार्य है। हमारे जीवन के सभी क्षेत्र भले ही वे सांसारिक हों अथवा आध्यात्मिक, सामाजिक हों अथवा व्यक्तिगत, सांस्कृतिक हों अथवा आर्थिक, प्रबंधन से प्रभावित होते हैं। यही कारण है कि प्रबंधन की महत्ता को सार्वभौमिक व सार्वकालिक माना गया है। जो देश व व्यक्ति प्रबंधन में दक्षता अर्जित कर लेते हैं, वे प्रगति के मार्ग पर तीव्र गति से गतिमान हो जाते हैं।

हमारे पिछड़ेपन के कारणों में प्रभावी प्रबंधन की कमी भी एक प्रमुख कारण रहा है। व्यावहारिक क्षेत्रों में प्रबंधन का संबंध वित्त, वस्तु व व्यक्ति से तो है ही किन्तु अब समय तत्त्व भी इसमें जुड़ गया है। किसी भी कार्य को निर्धारित व उपयुक्त समय में कुशलता से पूरा करना ही समय प्रबंधन कहलाता है।

परीक्षार्थी को निर्धारित समय सीमा में अपना पर्चा लिखना होता है। समय सीमा की समाप्ति पर वह कितना भी योग्य क्यों न हो, कुछ नहीं कर सकता। जब हम समय की दृष्टि से पूर्ण रूपेण सजग, सतर्क व सक्रिय होते हैं, तभी किसी भी कार्य में हमें सफलता मिल पाती है। आज के प्रतिस्पर्द्धी युग में समय प्रबंधन के पंखों पर बैठकर ही ऊँची व लंबी उड़ान भरी जा सकती है।

समय का सही नियोजन सफलता प्राप्ति का मूल मंत्र है। समय का सही नियोजन तथा उपयोग न होने पर संसाधनों के अंबार भी कोई सार्थक परिणाम नहीं दे पाते। कहा जाता है - समय रूपी घोड़ा अपनी तेज रफ्तार से दौड़ता है। उसे यदि अपने अधिकार में लेना है तो उसे सामने से पकड़ना होगा। जैसे लव-कुश ने अश्वमेध यज्ञ का घोड़ा सामने से रोका था।

समय के पीछे दौड़ने से लक्ष्य प्राप्त नहीं हो पाएगा। जो व्यक्ति आलसी और प्रमादी होते हैं, वे समय का मूल्य नहीं पहचानते। इसी कारण समय का सदुपयोग नहीं कर पाते। जो नैतिक मूल्यों को अपनाकर जीवन मूल्यों व मानदण्डों की अनदेखी न करते हुए समय के अनुरूप अपना कार्य करते हैं, वे नित नूतन सफलता के सोपान पर अग्रसर होते हैं।

समय की पहचान व्यक्ति का विशिष्ट गुण है। यह पहचान ज्ञान, अनुभव तथा उत्तम मार्गदर्शन से विकसित होती है। जो व्यक्ति समय को पहचानने की क्षमता रखते हैं, वे ही जीवन मूल्यों को सही अर्थों में जान सकते हैं।

समय प्रबंधन जीवन को कुशलता से तथा विवेक संगत तरीके से जीने का अनिवार्य अंग है। समय प्रबंधन हमें शरीर, मन, बुद्धि व विवेक से सक्षम बनाता है तथा हमारे जीवन-पथ को प्रभावी रूप से प्रशस्त करता है। अध्यात्म-साधना में भी यह तथ्य उतना ही उपादेय व आचरण में उतारने लायक है।

काव्य-सुधा

# डिगें नहीं संकल्प से

■ भगवती प्रसाद गौतम, कोटा ■

समता-ममता के धनी, निर्मल निश्छल संत।
अभिनंदन कैसे करें, गुरु की ज्योति अनंत।।

विचलित बाती देखकर, मुखरित मुख से बैन।
इस मायावी दौर में, दीपक भी बेचैन।।

कंठी, माला, जप नहीं, अगणित शब्द न छंद।
बस, मन-मठ की सादगी, प्रभु की परम पसंद।।

बड़े-बड़े पर्वत डिगे, उखड़े बरगद-नीम।
किंतु न रीती आज तक, गुरु की कृपा असीम।।

किया पुत्र ने शान से, माँ का वो सत्कार।
जबरन जा छोड़ा उसे, वृद्धाश्रम के द्वार।।

घाट-घाट घूमे उधर, दरसे चारों धाम।
इधर पखेरू उड़ गया, रट-रट सुत का नाम।।

शापित शब्द जुड़ाव के, हुए देह-दिल काठ।
जीवन में जब से जुड़े, मोबाइल के पाठ।।

बस्तों से पीठें छिलीं, हुआ दफन सब प्रेम।
क्यों न कहीं मिलती कभी, मम्मी जैसी मेम।।

जीना जग में शान से, यदि अपनों के साथ।
डिगें नहीं संकल्प से, सदा धुले हों हाथ।।

नए चलन संदेश के, हावी अब सर्वत्र।
दफन हुए तारीख संग, डाक-लिफाफे-पत्र।।

# सुहाना सफर

राजेश अरोड़ा, श्रीगंगानगर

ट्रेन अपनी मंजिल की ओर भागी जा रही थी। उसमें एक महात्मा भी सफर कर रहे थे। यात्री घुल-मिल कर आपस में बड़े प्रेम से बातें कर रहे थे।

यह देख, महात्मा यात्रियों से बोले,''भाइयो! इस सफर की तरह इंसान का जीवन भी आनंद से भरा सफर है, जन्म और मृत्यु का। शुरुआत का स्टेशन यानी जन्म और मंजिल का स्टेशन यानी मृत्यु। इंसान को चाहिए कि वह इन दो स्टेशनों के बीच अपनी जीवन-यात्रा को उपयोगी और सुहावनी बनाये।''

एक यात्री ने पूछा,''महात्मन्! इसके लिए इंसान को क्या करना पड़ेगा?''

महात्मा बोले,''वत्स! इंसान अपने इस सफर में ऐसे यात्रियों का चुनाव करे जो सच्चे, भले और सरल हों।''

यात्री ने फिर सवाल किया,''महात्मन्! आखिर इससे क्या फर्क पड़ेगा?''

महात्मा बोले,''वत्स! इंसान सच से सच्चाई, भलाई से पर-सेवा और सरलता से प्रेरित होकर अपनी अपेक्षाएं कमतर करते-करते एक दिन अपेक्षा शून्य अवस्था तक पहुँच जाएगा, जहाँ मिलेगा उसे जीवन उपयोगी और सफर सुहाना।''

दोगुना आनंद लिये यात्रीगण अपने-अपने स्टेशन पर उतर रहे थे।

# ...हार नहीं होती

■ **डॉ. पूनम गुजरानी**, सूरत

''विक्रम! क्या बात है? कॉलेज से बहुत जल्दी आ गया?'' घड़ी देखते हुए सुभाष बाबू ने पूछा।

''हाँ दादाजी, कॉलेज बंद हो गया।'' विक्रम ने अपनी किताबों को डाइनिंग टेबल पर रखा और वहीं दादाजी के पास बैठ गया।

''बंद हो गया.., मतलब? आखिर माजरा क्या है?''

''मैं कोई बहाना नहीं बना रहा दादाजी। रोज कॉलेज खुलता है, पर छात्रसंघ वाले नारेबाजी करते हुए आते हैं, हल्ला मचाया जाता है, तोड़फोड़ होती है, नारे लगते हैं, पुलिस आती है और फिर कॉलेज बंद...।'' विक्रम ने अपने मन की पीड़ा एक ही साँस में दादाजी के सामने रख दी।

''हूं...तो ये बात है। बेमतलब की ये हड़ताल, छुट्टियां भला किसका भला कर पाएंगी? ये बता कि आखिर हुआ क्या..?'' दादाजी के चेहरे पर गंभीरता उतर आयी थी।

''कुछ खास नहीं...। आपसी समझ की कमी, आवेश, एक-दूसरे की अनदेखी और अहंकार...। कुलपति अपनी बात पर अड़े हुए हैं और छात्र अपनी बात पर...। समझ में

नहीं आता कि यह सिलसिला कब तक चलेगा?'' विक्रम अपनी किताबें उठाते हुए बोला।

''बैठ तो सही, कुछ सोचते हैं इस बारे में...।'' दादाजी ने विक्रम के कंधे पर हाथ रखते हुए बैठने का इशारा किया और पूछा - ''कॉलेज में किस मुद्दे को लेकर हड़ताल हो रही है?''

''एक नहीं, कई मुद्दों को लेकर छात्रसंघ नाराज है कुलपति से। इसी कारण प्रदर्शन हो रहे हैं। नकल, फर्जी डिग्रियां, छात्रों की विभिन्न गतिविधियों के लिए आये हुए सरकारी बजट को गलत जगह पर खर्च करना, जैसे कितने ही मुद्दे हैं। उधर कुलपति भी छात्रों से नाराज हैं, कम अटेंडेंस, शिक्षकों से बदतमीजी, हॉस्टल के नियमों का पालन न करना आदि। बातचीत भी होती है, पर हर बार निष्फल रहती है।'' विक्रम ने बताया।

''ओह...ऐसा करो तुम्हारे कुलपति का नम्बर मुझे देना, मैं बात करके देखता हूँ। कोई न कोई समाधान निकल ही आएगा।'' दादाजी ने कहा।

''आप भला हमारे कॉलेज की समस्या का क्या समाधान निकालेंगे?'' विक्रम ने असमंजस के भाव से पूछा।

''अरे भाई! मैं भी अपने समय में शहर के जाने-माने स्कूल का प्रिंसिपल और कुछ साल कॉलेज का लेक्चरार रह चुका हूँ। जानता हूँ कि इस तरह की समस्याओं से कैसे निपटना चाहिए। तुम मुझे नम्बर दो, मैं देख लूँगा।''

करीब एक वर्ष बाद विश्वविद्यालय के दीक्षांत समारोह से पहले कुलपति कक्ष में राज्यपाल से चर्चा करते हुए कुलपति ने कहा - ''पिछला पूरा वर्ष उथल-पुथल से भरा रहा। छात्रसंघ, हड़ताल, तोड़-फोड़ हमारी यूनिवर्सिटी के पर्याय बन चुके थे। आपसी बातचीत विफल हो रही थी। शिक्षकों और विद्यार्थियों के मनमुटाव हद से ज्यादा बढ़ चुके थे, पर आदरणीय महामहिम, आज मैं आपको बताना चाहता हूँ कि हमारे यहाँ स्थितियां अब पूर्ण रूप से सामान्य

हो चुकी हैं। विद्यार्थियों और शिक्षकों में अच्छा तालमेल बन चुका है। यह सब संकल्पशक्ति का परिणाम है।''

''संकल्पशक्ति! कैसी संकल्पशक्ति? मैं समझा नहीं!'' राज्यपाल महोदय ने कुलपति से पूछा।

''इनसे मिलिए सर, ये हैं सुभाष बाबू...जिन्होंने कॉलेज की समस्याओं को जाना, समझा तथा विद्यार्थियों और शिक्षकों के मध्य तालमेल की एक बेहतरीन कोशिश की। अलग-अलग तरह की वर्कशॉप ली, प्रयोग करवाये, दिमाग में जमी हुई नकारात्मक बातों को हटा सकारात्मक बातों की पौध लगायी और रिजल्ट आपके सामने है सर। अब तो सुभाष बाबू हमारी यूनिवर्सिटी का एक अभिन्न हिस्सा हैं।'' कहते हुए कुलपति ने सुभाष बाबू को इशारा किया तो वे तुरंत आगे आ गये और नमस्कार की मुद्रा में हाथ जोड़ दिये।

महामहिम ने गर्मजोशी से हाथ बढ़ाया और अपने पास की खाली कुर्सी पर बैठने के लिए कहा तो सुभाष बाबू उनके पास ही बैठ गये।

''आप नसीब वाले हैं कि सही समय पर सही व्यक्ति आपको मिल गया।'' सुभाष बाबू की ओर इशारा करते हुए राज्यपाल महोदय ने चाय का कप उठा लिया।

''और हाँ, आपने किस तरह से काम किया? जरा हमें भी तो बताइए सुभाष बाबू।'' राज्यपाल महोदय ने जिज्ञासा जतायी।

''सर, आपने अणुव्रत आंदोलन और आचार्य तुलसी का नाम तो सुना ही होगा?''

''हाँ, सुना है, एक बार गया भी था उनके कार्यक्रम में। पर कुछ खास नहीं जानता। जहाँ तक मुझे याद है, वे तो एक सम्प्रदाय विशेष के आचार्य थे न?''

''हाँ, वे थे तो धर्माचार्य, पर काम उन्होंने संपूर्ण मानवता के लिए किया। उन्होंने अणुव्रत की आचार संहिता बनायी जो सबके लिए समान रूप से उपयोगी है। अणुव्रत के बहुत

आसान से नियम हैं जिनका पालन हर कोई कर सकता है, पर इसके परिणाम बेहद सटीक होते हैं। जीवन जीने का बहुत सुंदर सलीका है अणुव्रत।''

''एक बात बताइए, यह अणुव्रत आंदोलन तो जैनियों का है न, और आप तो मेरे जैसे जनेऊधारी ब्राह्मण हैं। भला आप इसे इतनी तवज्जो क्यों देते हैं?'' राज्यपाल ने अपना जनेऊ दिखाते हुए पूछा।

''बस सर, यहीं तो मात खा जाता है हमारा भारत। ये तेरा...ये मेरा.., ये हिन्दू... ये मुसलमान..., ये सिख... ये ईसाई...! इससे आगे हम सोच ही नहीं पाते। सही मायने में ये सब फिजूल की बातें हैं। अलग-अलग पंथ-सम्प्रदाय होने के बावजूद भी एक मानव धर्म भी है जो सबके लिए समान रूप से लागू होता है और अणुव्रत वही मानव धर्म है। मानव पहले मानव बने, यह बहुत जरूरी है। आचार्य तुलसी स्वयं एक संप्रदाय विशेष के आचार्य थे, पर वे कहते थे - 'पहले इंसान, फिर हिंदू या मुसलमान'। सच मानो तो अणुव्रत एक जीवन पद्धति है जिसे हर किसी को अपनाना चाहिए। सीधे-सरल ये अणुव्रत सभी गंभीर मसलों का हल निकाल सकते हैं। यही कारण था कि मैं ब्राह्मण होकर भी अणुव्रती बन गया। प्रतिज्ञा, सच्ची लगन और साधना की त्रिवेणी से गुजर कर हम बदलाव की पृष्ठभूमि बनाते हैं और एक बार पृष्ठभूमि बन जाने के बाद काम आसान हो जाता है और बस यही काम हम लोग कर

रहे हैं बाकी सब प्रभु इच्छा..।'' कहते हुए सुभाष बाबू ने हाथ जोड़ लिये।

दीक्षांत समारोह के पश्चात् कुलपति ने कुछ साहित्य एवं दो सीडी यह कहते हुए राज्यपाल की ओर बढ़ा दिये – ''सर, एक मिनट, ये आपके लिए..।''

''स्माइल प्लीज...।'' कहते हुए महामहिम के साथ आये अधिकारी ने एक फोटो क्लिक की।

गाड़ी में बैठते ही राज्यपाल ने सेक्रेटरी से कहकर सीडी प्लेयर पर सीडी चलवायी। हवा में बोल तैरने लगे – संयममय जीवन हो...। राज्यपाल महोदय आँखें बंद किये गहन चिंतन में डूबे हुए थे। उनका कारवां धीरे-धीरे आगे बढ़ रहा था। इधर सुभाष बाबू आगे की योजना बनाते हुए सोच रहे थे, कोशिश करने वालों की हार नहीं होती।

---

**अणुव्रत विश्व भारती**

**की एक अभिनव पहल**

**अणुव्रत पत्रिका**

**ई-संस्करण**

**नि:शुल्क पत्रिका प्राप्त करने के लिए दिए गए व्हाट्सएप के चिह्न का स्पर्श कर अपना संदेश हमें भेज सकते हैं।**

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

# बढ़ें... अणुव्रत-शतक की ओर

**परिचर्चा के इस विषय पर पाठकों से प्राप्त चिंतन बिंदु -**

## अणुव्रत का आलोक पथ

आज विश्व के समक्ष हिंसा एवं वैमनस्यता का भाव अपनी चरम सीमा पर पहुँच गया है। ऐसे में अणुव्रत ही शांति प्रदान करने का अमोघ अस्त्र है। अणुव्रत आचार संहिता का पालन, चाहे किसी भी रूप या नाम से हो, आवश्यक/अनिवार्य होगा ही। भविष्य की शताब्दी के लिए आधार तैयार करने की शुरुआती जिम्मेदारी वर्तमान की है। अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य श्री तुलसी के शब्द 'शुभ भविष्य है सामने' अणुव्रत का आलोक पथ है।

– **जिनेन्द्र कोठारी**, अंकलेश्वर

## मनोबल से प्रशस्त होगा पथ

अणुव्रत दर्शन हर युग और हर परिस्थिति में सटीक समाधान प्रस्तुत करने में सक्षम है। अणुविभा द्वारा चलाये जा रहे एलीवेट और डिजिटल डिटॉक्स के कार्यक्रम बदलाव की दिशा में सशक्त कदम हैं। अणुव्रत आंदोलन के वर्तमान स्वरूप और जीवन विज्ञान के समन्वय से पूरे समाज व शिक्षा जगत में अणुव्रत दर्शन का प्रभाव बढ़ा है। अणुविभा के विभिन्न प्रकल्पों से संबंधित विषयों में प्रशिक्षण कार्यक्रमों के निरंतर आयोजन भविष्य में सफलताओं के नये द्वार खोलेंगे। – **विनोद कोठारी**, मुंबई

## अणुव्रत को घर-घर पहुँचाया जाये

आंदोलन के शतक वर्ष तक पहुँचते-पहुँचते अणुव्रत को घर-घर में पहुँचाने की आवश्यकता है। जिन घरों में छोटे बच्चे हैं, वहाँ माताएं उनके जन्मदिन पर बच्चे के साथ अणुव्रत लें। जैसे, आज से हम दोनों थाली में जूठा भोजन नहीं छोड़ेंगे। ऐसा करने पर माँ के साथ मिलकर बच्चा इस अणुव्रत को पूरा कर सकेगा और वह बड़े अणुव्रत भी लेने लगेगा। यही बच्चा कल का जागरूक नागरिक होगा और फिर अणुव्रत आंदोलन अपने आप संपूर्ण जगत में फैल जाएगा। – **नीलम राकेश**, लखनऊ

## बनें अणुव्रत शतक के हवन की समिधा

प्रतिस्पर्धा और भौतिकतावाद के माहौल में लोगों को आध्यात्मिकता, नैतिकता, भाईचारे, पर्यावरण संरक्षण और सुकून भरी जिंदगी की ओर उन्मुख करना होगा। इसके लिए संयम, अनुशासन, त्याग, प्रेम, नैतिकता और अहिंसा को जीवन का आधार बनाना आवश्यक है। आइए, आज से ही हम अपनी संस्कृति, सभ्यता, रहन-सहन, खान-पान व दैनिक जीवनशैली को शुचितापूर्ण बनाएं और 'सादा जीवन उच्च विचार' की नींव को पुन: स्थापित कर अणुव्रत शतक के हवन की समिधा बनें।

– **सुशीला शर्मा**, जयपुर

## निज पर शासन फिर अनुशासन

अणुव्रत का नारा 'निज पर शासन फिर अनुशासन' तभी सफल होगा जब हमारी कथनी और करनी में अंतर नहीं होगा। दूसरी बात, युवाओं को इस आंदोलन से जोड़ा जाना चाहिए। जब वे पहले दिन से नैतिकता, प्रामाणिकता, मानवीय मूल्यों के प्रति आस्था, नशामुक्ति आदि संकल्पों से संकल्पित होंगे तो इस आंदोलन की निष्पत्ति अणुव्रत शतक वर्ष में दिखेगी। – **अभिषेक कोठारी**, भीलवाड़ा

## अणुव्रत को विद्यालयों और बच्चों तक ले जाना होगा

सभी अणुव्रत समितियां अपने-अपने क्षेत्र में एक विद्यालय को गोद लें और साल भर तक अपने सारे कार्यक्रम वहीं बच्चों के बीच आयोजित करें। इस दौरान बच्चों को जीवन विज्ञान, पर्यावरण संरक्षण, अहिंसा, नशामुक्त जीवन, नैतिकता आदि के जो पाठ सिखाये जाएंगे, वे जिंदगी भर उन्हें याद रहेंगे और बच्चे उन्हीं सिद्धांतों के अनुसार जीवन भी व्यतीत करेंगे। अणुव्रत आंदोलन जब शतक पूरा करेगा तो हमारे पास निश्चित रूप से युवा कार्यकर्ताओं की एक फौज तैयार रहेगी। – **संजय बोथरा**, नगांव

### आगामी परिचर्चा का विषय

# नयी पीढ़ी के प्रति हमारा दायित्व

वर्तमान पीढ़ी क्या भावी पीढ़ी के प्रति अपने दायित्व का भली-भाँति निर्वहन कर रही है? हम कैसा आदर्श प्रस्तुत कर रहे हैं आने वाली पीढ़ी के समक्ष? प्रामाणिक जीवन का कैसा मापदंड हम स्थापित कर रहे हैं? हमें देख कर ही हमारी भावी पीढ़ी बड़ी हो रही है। हम स्वयं क्या करें ताकि आने वाली पीढ़ी को बेहतर भविष्य उपलब्ध हो सके? आइए, इन्हीं गंभीर मुद्दों पर विचार करें और एक बेहतर कल बनाने के लिए प्रतिबद्ध हों।

'अणुव्रत' पत्रिका के जनवरी 2025 अंक में प्रकाशित होने वाली परिचर्चा हेतु आमंत्रित हैं आपके विचार। रचनात्मक, प्रयोगधर्मी और अनुभवजन्य विचारों को प्रकाशन में प्राथमिकता दी जाएगी। अपने विचार अधिकतम 200 शब्दों में हमें 10 दिसम्बर 2024 तक व्हाट्सएप के माध्यम से भेजें।

**9116634512**

# अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

## हमसे जुड़ने के लिए नीचे दिये गये चिह्न पर क्लिक करें

# अणुव्रत समाचार

## अणुव्रत है जन-जन के लिए हितकारी : आचार्य श्री महाश्रमण

### अणुव्रत अनुशास्ता की सन्निधि में अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का शुभारंभ

**वेसु, सूरत।** अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण की मंगल सन्निधि में अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का शुभारम्भ 1 अक्टूबर को हुआ। सप्ताह का पहला दिन **सांप्रदायिक सौहार्द दिवस** के रूप में समायोजित हुआ। इस कार्यक्रम में हरिधाम सोखड़ा योगी डिवाइन सोसायटी के अध्यक्ष प्रकट गुरुहरि प्रेमस्वरूप स्वामी महाराज व स्वामी त्यागवल्लभ महाराज अपने शिष्यों के साथ आचार्यश्री की सन्निधि में पहुँचे।

इस अवसर पर अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने पावन पाथेय प्रदान करते हुए कहा कि आचार्य श्री तुलसी ने अणुव्रत आन्दोलन चलाया और आज कितने अजैन लोग भी इससे जुड़े हुए हैं। अणुव्रत को बाजार, चौराहों,

विद्यालयों और जेल में बंद कैदियों के बीच भी ले जाया जाये, ताकि उनका जीवन भी अच्छा बन सके। उद्बोधन सप्ताह का प्रथम दिन सांप्रदायिक सौहार्द दिवस है। आज दो संप्रदायों का मिलन हो रहा है। आपके प्रति आध्यात्मिक मंगलकामनाएं हैं।

हरिधाम सोखड़ा योगी डिवाइन सोसायटी के स्वामी त्यागवल्लभ ने अपने उद्बोधन में कहा कि आचार्य श्री महाश्रमण हजारों किलोमीटर की पदयात्रा कर जन-जन को सद्भावना, नैतिकता व नशामुक्ति का संदेश दे रहे हैं। विकृति की दिशा में आगे बढ़ रहे समाज को ऐसे महापुरुषों की मंगल प्रेरणा से अध्यात्म और साधना की ओर बढ़ाया जा सकता है। उन्होंने गुरुहरि प्रेमस्वरूप स्वामी द्वारा लिखित मंगल पत्र का वाचन भी किया।

### अहिंसा सभी प्राणियों के लिए कल्याणकारी

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का दूसरा दिन 2 अक्टूबर को **अहिंसा दिवस** के रूप में समायोजित किया गया। इस अवसर पर आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा कि अणुव्रत से जुड़ी हुई संस्थाएं अहिंसा, नैतिकता व नशामुक्ति का यथासंभव प्रचार-प्रसार करती रहें। आदमी यह प्रयास करे कि उसके जीवन में अहिंसा का प्रभाव बना रहे। आदमी की

भाषा में, विचार में, व्यवहार में अहिंसा का भाव बना रहे। अहिंसा एक प्रकार की भगवती है, माता है, जीवनदाता है, सभी प्राणियों के लिए कल्याणकारी है।

## जीवन में शक्ति और शांति दोनों आवश्यक

3 अक्टूबर को **अणुव्रत प्रेरणा दिवस** पर अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा कि आदमी के जीवन में शक्ति की महत्ता होती है। जिसमें शक्ति होती है, वह अपनी शक्ति का प्रयोग किसी को दुःख देने में नहीं, किसी का भला करने में, सेवा करने में करे।

वीर नर्मद गुजरात यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर किशोर चावड़ा ने कहा कि हम लोग हर वर्ष हजारों बच्चों की परीक्षा लेते हैं, लेकिन उनमें से मानव कितने बनते हैं? मानव बनाने का कार्य तो आचार्य श्री महाश्रमणजी कर रहे हैं।

## अहिंसा और संयम हो तो पर्यावरण भी हो सकता है सुरक्षित

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का चौथा दिन 4 अक्टूबर **पर्यावरण शुद्धि दिवस** के रूप में समायोजित किया गया। इस अवसर पर अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा कि वनस्पति भी प्राणी है, उसके प्रति संयम रखने का प्रयास हो।

बिजली, पानी आदि का जितना संयम किया जा सके, करने का प्रयास करना चाहिए। अहिंसा और संयम के द्वारा पर्यावरण को ही नहीं, अपनी आत्मा को भी शुद्ध बनाया जा सकता है। पर्यावरण विशेषज्ञ डॉ. सर्वेश गौतम और डॉ. दयांजलि ठक्कर ने भी विचार व्यक्त किये।

इस अवसर पर पर्यावरण जागरूकता अभियान के तहत वॉकेथन का आयोजन किया गया। इसमें स्कूली बच्चों के साथ ही विभिन्न समाजों के लगभग 1500 सदस्यों ने भाग लिया। वॉकेथन के बाद पौधरोपण का कार्यक्रम रखा गया।

## सैकड़ों एनसीसी कैडेटों ने लिया नशामुक्ति का संकल्प

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह के पाँचवें दिन 5 अक्टूबर को **नशामुक्ति दिवस** पर आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा कि आदमी को सात्विक भोजन करना चाहिए, किन्तु कई बार आदमी ऐसी चीजों को खा लेता है, जो जीवन को नुकसान पहुँचाने वाली होती हैं। शराब, गुटखा, सिगरेट, बीड़ी आदि जो शरीर के लिए अहितकर होती है, उसका आसेवन करने लगता है। अणुव्रत आन्दोलन का एक सूत्र है नशामुक्ति। जीवन में नशामुक्ति की बात होनी चाहिए।

केन्द्रीय कानून एवं संसदीय कार्य राज्यमंत्री तथा अणुव्रत संसदीय मंच के राष्ट्रीय संयोजक अर्जुनराम मेघवाल भी आचार्यश्री की मंगल सन्निधि में उपस्थित हुए।

आचार्यश्री महाश्रमण ने एनसीसी के कैडेटों को प्रेरणा देते हुए ड्रग्स का सेवन और ड्रिंकिंग न करने की प्रतिज्ञा करने का आह्वान किया तो एनसीसी के कैडेटों ने सहर्ष संकल्प स्वीकार किया।

एलिवेट के कार्य से जुड़े मुनि अभिजीतकुमार ने अपनी विचाराभिव्यक्ति दी। एनसीसी की मेजर अरुंधति शाह ने भी विचार रखे। अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने देश भर में चल रहे अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह की जानकारी दी। उपाध्यक्ष राजेश सुराणा और अणुव्रत समिति सूरत के अध्यक्ष विमल लोढ़ा ने भी विचार व्यक्त किये।

## स्वयं पर अनुशासन की प्रेरणा

अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का छठा दिन 6 अक्टूबर **अनुशासन दिवस** के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा कि निज पर शासन, फिर अनुशासन के सूत्र को आत्मसात् करने का प्रयास होना चाहिए। स्वयं पर अनुशासन करने का प्रयास करना चाहिए, फिर दूसरों पर भी अनुशासन की बात हो सकती है। आचार्यश्री ने होमगार्ड्स के जवानों को सद्भावना, नैतिकता और नशामुक्ति के संकल्प दिलाये।

## विद्यार्थियों ने स्वीकार किये संकल्प

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने कहा कि अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का अंतिम दिन 7 अक्टूबर आज **जीवन विज्ञान दिवस** के रूप में समायोजित है। शिक्षा में ज्ञान बढ़े तो यह अच्छी बात होती ही है, इसके साथ ही शिक्षा संस्कारों से युक्त हो तो बहुत ही सुन्दर बात हो सकती है। विद्यार्थियों में भाव और विचार अच्छे हों, इसका प्रयास हो। जीवन सादगी और संयम से युक्त हो। सद्विचार और सदाचार जीवन में आ गया तो जीवन का विज्ञान जीवन में आ सकता है। आचार्यश्री ने विद्यार्थियों को सद्भावना, नैतिकता व नशामुक्ति की प्रेरणा देते हुए इनके संकल्प भी दिलाये।

# देश भर में मना अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह

## संयोजिका डॉ. कुसुम लुनिया की रिपोर्ट

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण द्वारा उद्घोषित तथा अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी द्वारा निर्देशित अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह 1 अक्टूबर से 7 अक्टूबर तक भारत और नेपाल में सफलतापूर्वक आयोजित हुआ। इस दौरान हुए कार्यक्रमों के माध्यम से अणुव्रत का व्यापक प्रचार-प्रसार हुआ।

केन्द्रीय स्तर पर सूरत में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में हजारों श्रावकों की उपस्थिति में कार्यक्रम हुए। अणुव्रत के आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार के मार्गदर्शन में आयोजित इन कार्यक्रमों में अणुव्रत समिति ग्रेटर सूरत का सहयोग प्राप्त हुआ।

अनेकानेक चारित्रात्माओं के सान्निध्य में विभिन्न स्थानों पर सातों दिन के सफल आयोजन हुए। कई चारित्रात्माओं ने अणुव्रत समितियों की ओर से जेलों, स्कूलों आदि में आयोजित कार्यक्रमों में भी अपना सान्निध्य प्रदान किया। विभिन्न संप्रदायों के धर्मगुरुओं, अनेकानेक संस्थाओं के प्रमुखों, राजनीतिक हस्तियों, विषयों के विशेषज्ञों व समान विचारधारा की संस्थाओं ने भी अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह को सफल बनाने में योगदान दिया।

अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने ग्रेटर सूरत एवं जयपुर अणुव्रत समिति के कार्यक्रमों में, वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रताप दुगड़ ने कोलकाता व हावड़ा, उपाध्यक्ष राजेश सुराणा ने ग्रेटर सूरत, माला कातरेला ने चेन्नई, महामंत्री भीखम सुराणा व अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह की राष्ट्रीय संयोजिका डॉ. कुसुम लुनिया ने दिल्ली व गाजियाबाद अणुव्रत समिति के आयोजनों में तथा अणुविभा के अन्य पदाधिकारियों ने स्थानीय आयोजनों में अपनी गरिमामयी उपस्थिति दर्ज करायी।

# अणुव्रत वाटिकाएं लोगों को कर रहीं पर्यावरण संरक्षण के प्रति जागरूक

## संयोजिका डॉ. नीलम जैन की रिपोर्ट

**जयपुर** अणुव्रत समिति द्वारा बगरू के दिलीप इंडस्ट्रीज प्राइवेट लिमिटेड और दिलीप इंडस्ट्रीज आईएनडी प्राइवेट लिमिटेड में एक साथ दो अणुव्रत वाटिकाओं का उद्घाटन किया गया।

**राजसमन्द** अणुव्रत समिति की ओर से सनराइज सीनियर सैकण्डरी स्कूल राजनगर एवं आदर्श विद्या मन्दिर सीनियर सैकण्डरी स्कूल कांकरोली में अणुव्रत वाटिका का लोकार्पण किया गया।

**किशनगंज** अणुव्रत समिति द्वारा अणुव्रत चेतना दिवस पर उपासक सुशील बाफना, उपासक सुमेरमल बैद ने अणुव्रत वाटिका के बोर्ड का अनावरण किया।

**नेपाल** की धरान अणुव्रत समिति द्वारा पिन्डेश्वर संस्कृत माध्यमिक विद्यालय परिसर में अणुव्रत वाटिका का उद्घाटन किया गया। भारत से बाहर यह पहली अणुव्रत वाटिका है।

**गाजियाबाद** अणुव्रत समिति की ओर से सूर्यनगर स्थित ध्रुव पार्क में अणुव्रत वाटिका का उद्घाटन किया गया। इस अवसर पर ईको फ्रेंडली कैरी बैग का वितरण भी किया गया।

**बल्लारी** अणुव्रत समिति द्वारा श्री श्री कल्याण स्वामी मठ मिलर पेठ के प्रांगण में अणुव्रत वाटिका का निर्माण किया गया। अतिथियों ने वाटिका में 25 पौधे लगाये।

**चिकमंगलुरु** अणुव्रत समिति ने प्राइड यूरो किड्स स्कूल में तथा **दिनहाटा** अणुव्रत समिति ने मदन मोहन पारा शारदा शिशु तीर्थ स्कूल में द्वितीय अणुव्रत वाटिका का उद्घाटन किया गया। **इस्लामपुर** अणुव्रत समिति ने चोपड़ाझार ग्रीन वैली एकेडमी में, **नोएडा** अणुव्रत समिति ने एमिटी यूनिवर्सिटी में, **फरीदाबाद** अणुव्रत समिति ने सेक्टर 10 डीएलएफ में और **दालखोला** अणुव्रत समिति ने कृदय किड्स किंडरगार्टन स्कूल में अणुव्रत वाटिका का निर्माण किया है। **चूरू** अणुव्रत समिति द्वारा तारानगर रोड स्थित कड़वासर में अणुव्रत वाटिका का शुभारंभ किया गया।

## ईको फ्रेंडली कैरी बैग का वितरण जारी

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के तत्त्वावधान में पर्यावरण संरक्षण को प्रोत्साहित करने के उद्देश्य से ईको फ्रेंडली कैरी बैग के वितरण का कार्य अनवरत जारी है। इनमें अणुव्रत समिति किशनगंज, फरीदाबाद, मंडीगोविंगढ़ तथा उदयपुर शामिल हैं। अम्बिकापुर, वापी और फारबिसगंज अणुव्रत समिति द्वारा आयोजित कार्यक्रमों में भी ईको फ्रेंडली कैरी बैग वितरित किये गये।

# व्यावहारिक शिक्षा के प्रयासों का नाम है अणुव्रत बालोदय शिविर

**राजसमंद।** संस्कारों की व्यावहारिक शिक्षा के प्रयासों का नाम है अणुव्रत बालोदय शिविर। चिल्ड्रन'स पीस पैलेस पहुँचे कुडोस किड्स स्कूल, भीलवाड़ा के 54 बच्चों ने तीन दिवसीय अणुव्रत बालोदय शिविर के समापन अवसर पर ये मनोभाव व्यक्त किये।

अणुविभा उपाध्यक्ष डॉ. विमल कावड़िया ने स्वास्थ्य संबंधी टिप्स प्रदान किये। बालोदय शिविर की राष्ट्रीय संयोजिका डॉ. सीमा कावड़िया ने बालोदय के विभिन्न आयामों की जानकारी दी। अणुविभा की प्रायोजना 'स्कूल विद ए डिफरेंस' के संयोजक डॉ. राकेश तैलंग ने बच्चों की सीखने-सिखाने की विधियों का मूल्यांकन और समालोचन किया। शिक्षा मनीषी प्रकाश तातेड़ ने शिविर के तीन दिवसीय कार्यक्रमों का समन्वयन किया। 'बच्चों का देश' पत्रिका के संपादक संचय जैन ने सूक्ष्म प्रबोधन दिया।

बाल संसद में मोबाइल के गुणावगुण विषय पर बच्चों ने सार्थक चर्चाएं कीं और संसद का संचालन कर लोकतंत्रीय कार्य प्रणाली का ज्ञान प्राप्त किया। वरिष्ठ कलावंत कमल सांचीहर ने बच्चों को सृजनात्मक कला के सूत्र बताये। कुडोस विद्यालय की संचालिका मधुबाला ने शिविर को 'बाल मन के उदय होने के दिन' के रूप में परिभाषित किया। जगदीश बैरवा, देवेन्द्र आचार्य, अनुपमा कसेरा और प्रतिभा जैन ने बालोदय दीर्घाओं में बच्चों की जिज्ञासाओं का समाधान किया।

## जीवन विज्ञान कार्यशाला का आयोजन

**चूरू।** डाइट की ओर से सोती भवन में चल रहे ऑनलाइन जिला स्तरीय लीडरशिप प्रशिक्षण शिविर में चूरू अणुव्रत समिति द्वारा 26 सितम्बर को जीवन विज्ञान कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसमें जीवन विज्ञान के राष्ट्रीय प्रशिक्षक राकेश खटेड़ ने प्राचार्यों को स्वयं तथा विद्यालयों में अध्ययनरत छात्र-छात्राओं की जीवनशैली को सुदृढ़ बनाने हेतु मार्गदर्शन दिया। अणुव्रत समिति अध्यक्ष रचना कोठारी ने जीवन विज्ञान के अंतर्गत विभिन्न मुद्राओं का अभ्यास करवाया। कार्यक्रम में 46 प्राचार्य उपस्थित थे।

## धुबड़ी में जीवन विज्ञान सेमिनार

**धुबड़ी।** अणुव्रत समिति एवं डॉ. पन्नालाल ओसवाल मेमोरियल समिति के संयुक्त तत्त्वावधान में हरिसभा प्रांगण में 23 सितम्बर को जीवन विज्ञान सेमिनार का आयोजन हुआ। इसमें श्री शंकरदेव शिशु विद्या निकेतन धुबड़ी, गौरीपुर, गोलकगंज, बिलासी पाड़ा एवं चापर विद्यालय तथा चिलाराय कॉलेज गोलकगंज के 125 विद्यार्थियों एवं 10 शिक्षकों ने भाग लेकर जीवन विज्ञान की सैद्धान्तिक जानकारी प्राप्त करने के साथ प्रायोगिक अभ्यास किया।

## प्रार्थना सभा में जीवन विज्ञान पर प्रशिक्षण कार्यशाला

**नयी दिल्ली।** अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान विभाग के निर्देशन में अणुव्रत समिति दिल्ली द्वारा आचार्य तुलसी सर्वोदय विद्यालय, महरौली में 'प्रार्थना सभा' में जीवन विज्ञान पर प्रशिक्षण कार्यशाला का आयोजन किया गया। इसमें विद्यालय के लगभग 4500 विद्यार्थियों एवं 40 शिक्षकों ने सैद्धान्तिक जानकारी प्राप्त करने के साथ प्रायोगिक अभ्यास भी किया।

# बच्चों के साथ नामचीन हस्तियां भी पहुँच रहीं किडजोन

**सूरत।** अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी द्वारा आचार्य महाश्रमण चातुर्मासिक प्रवास स्थल संयम विहार में संचालित अणुव्रत बालोदय किडजोन में प्रतिदिन बच्चों के लिए ड्राइंग एंड पेंटिंग एक्टिविटी, मिड ब्रेन एक्टिविटी जैसी कार्यशालाओं का आयोजन किया जा रहा है। सरस्वती विद्या मंदिर उधना के 150 छात्र-छात्राएँ अपने शिक्षकों के साथ किडजोन पहुँचे तथा गेम्स का आनंद लिया। अणुव्रत के पर्यवेक्षक मुनिश्री मननकुमार ने बच्चों को प्रेरणा पाथेय प्रदान किया। महावीर इंटरनेशनल द्वारा संचालित विद्यालय के 50 से अधिक छात्र और स्टाफ भी किडजोन देखने पहुँचे।

ओडिशा के पुरी लोकसभा क्षेत्र से सांसद संबित पात्रा, सुप्रसिद्ध उद्योगपति शासनसेवी के. एल. जैन पटावरी, सुरेश राज सुराणा सहित अनेक गणमान्य व्यक्तियों का किडजोन के अवलोकन हेतु पदार्पण हुआ। इन महानुभावों ने अणुविभा के इस उपक्रम की सराहना की।

## अणुव्रत अमृत विशेषांक

# पाठक परख

**अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्षों की सफल सम्पूर्ति पर प्रकाशित 'अणुव्रत अमृत विशेषांक' के संदर्भ में हमें देशभर से अभिभूत कर देने वाले संवाद और सम्मतियाँ प्राप्त हुईं जिन्हें पिछले 6 माह से हम निरंतर प्रकाशित करते आ रहे हैं। यह हमें आगे बढ़ने और इस प्रतिष्ठित प्रकाशन की मूल्यवत्ता को वृद्धिंगत करते रहने को प्रेरित करता है। 'पाठक परख' की श्रृंखला को हम मनोहर चमोली 'मनु' की इस विस्तृत समीक्षा के साथ यहीं विराम दे रहे हैं। धन्यवाद। – संपादक**

### बेहतर समाज का साहित्यिक ग्रंथ है अणुव्रत अमृत विशेषांक

'अणुव्रत' मासिक पत्रिका है। प्रकाशन के उनहत्तर साल हो चुके हैं। साल दो हजार चौबीस का यह अंक मार्च-अप्रैल का संयुक्तांक है। यह विशेषांक बेजोड़ है। संग्रहणीय है। प्रणम्य भी। यह आँखों के सामने रखे जाने वाला अंक है। कह सकते हैं जब भी बतौर इंसान कोई पाठक निराश-हताश हो और वह इस अंक के कुछ पन्ने उलट-पलट ले, पढ़ ले तो सुकून प्राप्त कर सकेगा, यह तय है।

'अणुव्रत' पत्रिका का यह विशेषांक अणुव्रत आंदोलन के 75 वर्ष के सफर पर केन्द्रित है। इसीलिए इसे 'अणुव्रत अमृत विशेषांक' कहा गया है। इसे मनुष्यता का 'आधुनिक ग्रन्थ' कहा जाये तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। अलबत्ता मैं इसे धर्म ग्रन्थ नहीं कहूँगा। चूँकि इस अंक में साहित्य भी है, समाज

भी है, यथार्थ भी है, पिछले पिचहत्तर वर्षों का अणुव्रत आंदोलन केंद्रित इतिहासपरक अंश भी है। मौजूदा पर्यावरणीय चिन्ता भी है। चिन्तन भी है। ये सब कारण इसे किसी धर्म विशेष के ध्येयार्थ से मुक्त करते हैं।

लोकप्रिय, पठनीय पत्रिकाओं की अपेक्षा यह अंक लगभग चालीस गुणा वजनी है। इसका वजन दो किलो से कम नहीं होगा। हाथ में आते ही पहली दृष्टि में पाठक के जेहन में यह सवाल आ सकता है कि आखिर इसे पढ़ा क्यों जाये? सरसरी तौर पर पन्ने उलटने पर बार-बार रुकना पड़ता है। संभवत: पत्रिका का मकसद मात्र पठनीय सामग्री परोसना नहीं है। अणुव्रत आंदोलन चाहता है कि मनुष्य के बेहतर होने की दिशा में लगातार बढ़ा जाये और प्राण छोड़ने से पहले मनुष्य शेष देहों में मनुष्यता के बीज बोकर जाये।

सम्पादक, सह सम्पादक के साथ टाइपसेटिंग, चित्रांकन, साज-सज्जा का अनुभव पत्रिका में स्पष्ट दिखायी दे रहा है। पत्रिका में चित्रों का भरपूर प्रयोग किया गया है। पत्रिका की सामग्री को दो कॉलम में रखा गया है। यह बहुत ही वैज्ञानिक है और पठनीयता में रोचकता बनाये रखता है। लेख की सामग्री को इस तरह से व्यवस्थित किया गया है कि पाठक को वह बोझिल न लगे। कुछ कार्टून भी पत्रिका में शामिल हैं। यह सराहनीय है। अलबत्ता बाल साहित्य की कमी खलती है।

एक अंक में एक सौ बीस से अधिक लेखकों की सामग्री को व्यवस्थित करना बेहद श्रमसाध्य कार्य है। पुन: सम्पादक और सह सम्पादक सहित पूरी सहयोगी टीम को शुभकामनाएँ देना एक कर्त्तव्य हो जाता है।

...और अन्त में यह भी कहना चाहूँगा कि वर्तमान समय में जब सोशल मीडिया में झूठ और भ्रम तीव्रता के साथ फैलाया और परोसा जा रहा है, तब छपी हुई सामग्री की और भी जिम्मेदारी बढ़ जाती है। ऐसी जिम्मेदारी भरे हर कदम के साथ कदम मिलाये जाने की महती जरूरत है।

## अणुविभा का महत्वपूर्ण मासिक प्रकाशन

बच्चों का
देश
राष्ट्रीय बाल मासिक

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

नवीनतम अंक पढ़ने के लिए
पुस्तक के चिह्न पर क्लिक करें..

## रजत जयंती विशेषांक उपलब्ध

बच्चों का
देश
राष्ट्रीय बाल मासिक

'बच्चों का देश' राष्ट्रीय बाल पत्रिका का रजत जयंती विशेषांक अब उपलब्ध है। 260 पृष्ठ के इस विशेषांक में आप पाएंगे गत 25 वर्षों में पत्रिका में प्रकाशित श्रेष्ठ रचनाओं का संकलन, पत्रिका के 25 वर्षों के सफर की यादें और राजसमंद में 16 से 18 अगस्त 2024 को आयोजित राष्ट्रीय बाल साहित्य समागम की रिपोर्ट।

नीचे दिये मोबाइल नंबर पर बात करें और अपनी प्रति आज ही मँगवाएँ - 9414343100

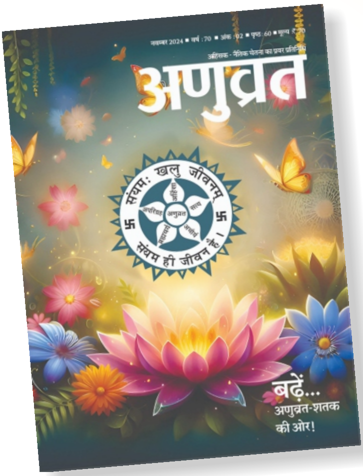
---

विशेषांक के बारे में अपनी राय से हमें इस नंबर पर अवगत कराएँ - 9351552651

# अणुव्रत आचार संहिता

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

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




अणुव्रत अनुशास्ताओं के पावन प्रेरणा पाथेय, प्रसिद्ध साहित्यकारों की रचनाओं तथा प्रखर चिंतकों के आलेखों के साथ मासिक 'अणुव्रत' पत्रिका गत 69 वर्षों से अनवरत प्रकाशित हो रही है। 'अणुव्रत' पत्रिका का मुद्रित अंक मंगवाने के लिए आज ही सदस्य बनें।

## सदस्यता शुल्क विवरण

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

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

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

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