अहिंसक - नैतिक चेतना का प्रवर प्रतिनिधि

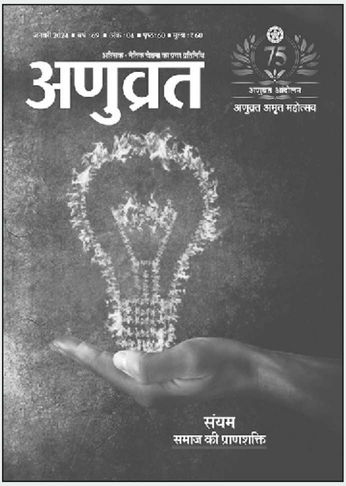
अणुव्रत

ई-संस्करण

अंक : 9

जनवरी 2024

संयम
समाज की प्राणशक्ति



वर्ष: 69 अंक: 4

जनवरी 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

मेरे मन पर आचार्य श्री तुलसी का अमिट प्रभाव है। आज राष्ट्र की ज्वलंत समस्या है, चरित्र का अभाव। इस समस्या का समाधान क्या हो? यह देश के सामने अहम प्रश्न है। ऐसी स्थिति में आचार्यश्री ने अणुव्रत के माध्यम से हम सब लोगों को ऐसा रास्ता दिखाया है जो सबके लिए कल्याणकारी है। सामाजिक जीवन पर अणुव्रत का प्रभाव निश्चित रूप से पड़ा है और भविष्य में भी पड़ेगा, ऐसा मेरा विश्वास है।

– बालासाहब देवरस

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

नव-वर्ष में प्रवेश पर हम जश्न के कितने हकदार?

नये वर्ष में प्रवेश सामान्यतः प्रसन्नता की अभिव्यक्ति का अवसर होता है। यदि बीते वर्ष की कमजोरियों को, बुराइयों को और अन्याय को पीछे छोड़ कर नये संकल्प के साथ नये वर्ष में प्रवेश करते हैं तो निश्चय ही हमारी प्रसन्नता, उमंग और उत्साह को सार्थक कहा जा सकता है।

यदि वैश्विक परिस्थितियों पर नजर डालें तो यूक्रेन-रूस युद्ध, और अब फिलीस्तीन-इजराइल युद्ध चिंता की बड़ी लकीरें पैदा करते हैं। दुनिया में असहिष्णुता बढ़ती जा रही है। धर्म के नाम पर सांप्रदायिक कट्टरता को पोसा जा रहा है। बढ़ती आर्थिक असमानता विभाजन की खाई को और भी चौड़ा कर रही है।

यह कहना अतिशयोक्ति नहीं होगा कि जिन समस्याओं का हम जिक्र कर रहे हैं, उसका मूल कारण वह अपरिष्कृत व्यक्तित्व है जिसकी झलक हम स्वयं में भी देख सकते हैं और अपने आसपास भी। वही अपरिष्कृत व्यक्तित्व जब नेतृत्वकर्ता की भूमिका में आता है तो मानवता के लिए अभिशाप बन जाता है।

नये वर्ष में प्रवेश पर हम जश्न मनाएं, पर अपने व्यक्तित्व को परिष्कृत बनाने के संकल्प के साथ! इस संकल्प के साथ कि अपने आसपास फैले कूड़े-करकट को भी साफ करने का हम ईमानदार प्रयास करेंगे। अणुव्रत आंदोलन इसी अभियान में जुटा है। इस अभियान का अंग बनने का अर्थ है मानवता और पर्यावरण को बचाने के अभियान का अंग बनना। आइए, हम मिल कर यह बीड़ा उठाएं।

नव वर्ष की हार्दिक शुभकामनाएं।

- संचय जैन
sanchay_avb@yahoo.com

व्यक्ति, विश्व और मानव धर्म

■ आचार्य तुलसी

आजकल कुछ व्यक्ति विश्वव्यवस्था, विश्वधर्म, विश्वहित, विश्वविकास और वैश्विक चिंतन की बात करते हैं। कुछ व्यक्ति पूरी तरह से आत्मकेन्द्रित होते हैं। वे विश्व के बारे में क्या, अपने देश, समाज, गाँव, पड़ोस या परिवार की दृष्टि से भी कुछ सोचने या करने के लिए तैयार नहीं हैं।

मेरा चिंतन यह है कि मनुष्य की दृष्टि अनेकान्त प्रधान होनी चाहिए। विश्व और व्यक्ति के बारे में विचार किया जाये तो इन दोनों को सापेक्ष मानकर ही सोचना जरूरी है। व्यक्ति को भुलाकर विश्व को नहीं बनाया जा सकता और विश्व के बिना व्यक्ति की अस्मिता को प्रतिष्ठित नहीं किया जा सकता। व्यष्टि और समष्टि दोनों के समुचित विकास से ही सर्वांगीण विकास संभव है।

व्यक्ति विश्व में सन्निहित है। वह अकेला रह नहीं सकता, अकेला जी नहीं सकता। ऐसी स्थिति में चिंतन की यात्रा व्यक्ति से शुरू होकर विश्व तक पहुँचे, यह सही क्रम है। विश्वधर्म की कल्पना भी गलत नहीं है, पर उसके स्वरूप को ठीक तरह से समझना होगा।

धर्म के दो रूप हैं - उपासना और आचरण। उपासना धर्म कभी विश्वधर्म नहीं बन सकता। आस्था और रुचि के भेद से उपासना के अनेक भेद हो सकते हैं। आचरण की बात पर सबकी सहमति संभव हो सकती है। जीवन-निर्माण या चरित्र-निर्माण की कुछ ऐसी बातें हैं जो पूरे विश्व पर एक रूप में लागू हो सकती हैं। उनका संकलन कर उन्हें निर्विशेषण धर्म के रूप में प्रस्तुत किया जाये तो विश्वधर्म का स्वरूप उजागर हो सकता है। उस धर्म को कोई

व्यक्ति और विश्व में अन्तर क्या है? व्यक्ति धागा है और विश्व वस्त्र है। वस्त्र-निर्माण से पहले धागे के अस्तित्व और उसकी गुणवत्ता पर ध्यान देना होगा।

विशेषण देना ही हो तो मानव धर्म - यह विशेषण दिया जा सकता है।

मैत्री एक आचरण है, संयम एक आचरण है, अहिंसा एक आचरण है। इनमें रुचि, आस्था, संस्कार या विचार का क्या भेद हो सकता है? इन तत्त्वों का संबंध सब लोगों से है। कोई व्यक्ति धर्म को माने या नहीं, मैत्री आदि को अमान्य नहीं कर सकता। ऐसी स्थिति में विश्वधर्म की कल्पना सहज ही साकार हो सकती है।

व्यक्ति और विश्व में अन्तर क्या है? व्यक्ति धागा है और विश्व वस्त्र है। वस्त्र-निर्माण से पहले धागे के अस्तित्व और उसकी गुणवत्ता पर ध्यान देना होगा। विश्वधर्म की प्रकल्पना में भी मूलतः व्यक्ति को पकड़ना जरूरी है। व्यक्ति-व्यक्ति धार्मिक या आध्यात्मिक बनेगा तो अधर्म को टिकने के लिए जमीन नहीं मिलेगी।

अणुव्रत के सिद्धान्त ऐसे हैं, जो विश्वधर्म के रूप में प्रतिष्ठित हो सकते हैं। अपनी लम्बी पदयात्राओं और व्यापक जनसंपर्क में मुझे एक भी व्यक्ति ऐसा नहीं मिला, जिसने सिद्धान्ततः अणुव्रत को अस्वीकार किया हो।

चरित्र निर्माण जीवन का बुनियादी काम है। इसके लिए चरित्र को उदार बनाने वाले कार्यक्रमों को समझना और उनमें अपनी सक्रिय भागीदारी रखना जरूरी है, पर समस्या है समय की। आज की जीवनशैली इतनी कसी हुई है कि चरित्र की चर्चा या अभ्यास के लिए समय ही नहीं रहता। माना कि आदमी व्यस्त है। यह व्यस्तता किसके

सामने नहीं है? समय जितना है, उतना ही है। सवाल है उसके नियोजन का। मनुष्य समय की नियमितता को अपना आदर्श बना ले तो उसके बहुत-से अधूरे काम पूरे हो सकते हैं।

अणुव्रत : चरित्र निर्माण का आन्दोलन

अणुव्रत चरित्र निर्माण का आंदोलन है। इसकी आकांक्षा एक सही मनुष्य के निर्माण की है। मनुष्य का निर्माण करने के लिए प्रवृत्ति और निवृत्ति का संतुलन करना होगा। वाक् और मौन का संतुलन करना होगा। आवश्यकताओं और आकांक्षाओं का संतुलन करना होगा। संतुलन का आधार है संयम। संयम की साधना अखण्ड रूप में हो सकती है और खण्ड-खण्ड करके भी हो सकती है। अखण्ड संयम की आराधना हर व्यक्ति के वश की बात नहीं है, पर खण्ड-खण्ड में संयम का पालन कोई भी कर सकता है।

> **अणुव्रत चरित्र निर्माण का आंदोलन है। इसकी आकांक्षा एक सही मनुष्य के निर्माण की है।**

अणुव्रत का उद्देश्य भी यही है कि छोटे-छोटे संकल्पों के सोपान पर आरोहण करता हुआ मनुष्य संयम के शिखर का स्पर्श करे। जब तक संयम या चरित्र के प्रति आस्था है, तब तक मनुष्य बुराई से बचने का प्रयास करता रहेगा। जिस दिन आस्था का धागा टूट जाएगा, जीवन का कोई क्रम नहीं रह पाएगा। उपासना को गौण और चरित्र को मुख्य मानने वाला यह आंदोलन मानव जाति के लिए एक दिशादर्शन है। चरित्र निर्माण का लक्ष्य और उस दिशा में प्रस्थान - इसी क्रम से व्यक्ति अपनी चारित्रिक संपदा को सुरक्षित और वृद्धिंगत रख पाएगा।

पुरुषार्थ निर्माता है भाग्य का

पुरुषार्थ और भाग्य - ये दो विरोधी ध्रुव हैं। पुरुषार्थ कर्म की प्रेरणा है। भाग्य अदृष्ट की आराधना है। परिणाम आये

या नहीं, पुरुषार्थी कर्म में संलग्न रहता है। भाग्यवादी कुछ भी करता है, उसमें अपने कर्तृत्व का अनुभव नहीं करता। अपने सफल पुरुषार्थ को भी वह भाग्य का अवदान मानता है। कुछ लोग देववाद में विश्वास करते हैं। अमुक देव की पूजा करने से व्यक्ति की सब कामनाएं सफल हो जाती हैं, इस अवधारणा के आधार पर मन्दिरों में परिक्रमा करने वालों की संख्या में वृद्धि हो रही है।

भारतीय जीवनशैली पुरुषार्थ से भावित जीवनशैली रही है। कर्म और भाग्य के तटबन्ध कितने ही मजबूत हों, जीवन-सरिता को प्रवाहित रहना पड़ेगा। प्रवाह से अलग होने वाला जल या तो अपने अस्तित्व को समाप्त कर देता है अथवा एक स्थान पर स्थिर होकर सड़ने लगता है। निर्झर हो या नदी, उसकी गतिमयता ही उसको निर्मल बनाकर रखती है। पुरुषार्थ ही मनुष्य के व्यक्तित्व को नया निखार देता है। पुरुषार्थहीनता भविष्य को अन्धकार में धकेलने का स्पष्ट संकेत है।

अणुव्रत त्याग का पथ है - अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण जी का यह प्रेरणादायी प्रवचन सुनने के लिए वीडियो पर क्लिक करें..

हर घर अणुव्रत

रचयिता : मुनिश्री अनेकान्तकुमार

लय : हर घर तिरंगा

अणुव्रत से युग धारा बदले,
हर घर अणुव्रत, घर-घर अणुव्रत - 2
धारे-धारे अणुव्रत, सब स्वीकारे अणुव्रत,
घरो घरी अणुव्रत, प्रत्येक घरी अणुव्रत,

संकल्पों को सजाना है, निज चेतन को जगाना है,
विश्व बंधुता दीप जलाकर, अब अणुव्रत को अपनाना है
नाज है इस अणुव्रत पर, सारे जहाँ को बतलाएँगे,
अमृत उत्सव मनाएँगे, घर-घर अणुव्रत पहुँचाएँगे।
हर घर अणुव्रत, घर-घर अणुव्रत
विटक्क वीड अणुव्रदम्, ओववार विट्टीलुम अणुव्रदम्
मने मनगे अणुव्रता, प्रति मनेयेल्लु अणुव्रता

हर घर अणुव्रत अपनाएँ..अपनाएँ...अपनाएँ...

अणुव्रत से मिलता है क्या?
इससे मिलती है नई दृष्टि, इससे मिलती है सही सृष्टि,
बहती है अमृत की वृष्टि हरदम,
गुरु तुलसी का सपना है क्या?
नैतिक हर राष्ट्र, समाज हो, मानवीय मूल्यों का साज हो,
शील संयममय जीवन से आगाज हो,
जन-जन के मन में अहिंसा हो, अति न भोग विलास हो
गुरु महाश्रमण की है ये देशना,
अणुव्रत से उपकृत हो जग सारा जमाना
घर-घर अणुव्रत, सब स्वीकारें अणुव्रत,
हर घर अणुव्रत, घर-घर अणुव्रत...

यश बैद की आवाज में इस
गीत को सुनने के लिए
वीडियो पर क्लिक करें..

असांप्रदायिक शुद्ध चेतना का नाम है अणुव्रत

■ मुनि कमल कुमार

तीन वर्ग की साधना के बिना मनुष्य जन्म की सफलता नहीं होती। वे तीन वर्ग हैं – धर्म, अर्थ और काम। तीनों में धर्म को उत्कृष्ट माना गया है। धर्म के अभाव में अर्थ और काम निस्सार-से प्रतीत होते हैं। लोगों ने धर्म को भी मंदिर, मदरसा, गुरुद्वारा, चर्च, आश्रम, स्थानक आदि में कैद कर रखा था। धर्म सबका एक है, सम्प्रदाय भले ही भिन्न हों। सभी सम्प्रदायों में अहिंसा, सत्य, अचौर्य, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह को महत्व दिया गया है।

जब भारत स्वतंत्र हुआ, तब गुरुदेव श्री तुलसी ने देशवासियों को चरित्र धर्म की प्रेरणा देते हुए अणुव्रत आंदोलन को अपनाने की प्रेरणा दी। उनका घोष था – 'इंसान पहले इंसान, फिर हिंदू या मुसलमान'। गुरुदेव की बात को सुनकर देशवासी अणुव्रत आंदोलन से जुड़े और इसका व्यापक रूप बन पाया। आचार्यश्री ने व्यापारी, शिक्षक, विद्यार्थी, उद्योगपति, राजनेता, कर्मचारी आदि सभी वर्ग के लोगों के लिए एक आचार संहिता बनायी जिसमें जाति, वर्ग, वर्ण, सम्प्रदाय, लिंग से ऊपर उठकर शुद्ध नैतिक प्रामाणिक जीवन जीने की प्रेरणा दी गयी।

इस अभियान में राष्ट्रपति, प्रधानमंत्री, उद्योगपति ही नहीं, साधारण कृषक और कर्मचारी भी जुड़े जिसे हम जैन जागरण नहीं, जन जागरण कह सकते हैं। गुरुदेव श्री तुलसी का व्यक्ति सुधार में अत्यधिक विश्वास था। विश्व सुधार में व्यक्ति सुधार की अहम भूमिका है क्योंकि जब तक व्यक्ति नहीं सुधरेगा, तब तक परिवार, समाज, देश और विश्व सुधार का सपना साकार नहीं हो सकता।

भारत के प्रथम राष्ट्रपति डॉ. राजेन्द्र प्रसाद द्वारा अणुव्रत आंदोलन के बारे में व्यक्त उद्‌गार..

अणुव्रत : भारतीय संस्कृति का प्रतीक

■ **डॉ. राजेन्द्र प्रसाद**

कई शताब्दियों से मानव-समाज विज्ञान की उन्नति और भौतिक साधनों के विकास के कारण काफी आगे बढ़ चुका है। दुर्भाग्य से यह भौतिक प्रगति एकांगी रही, क्योंकि मानव उसी गति से जीवन के आध्यात्मिक पक्ष की उन्नति नहीं कर पाया है। यही नहीं, कुछ समय से आध्यात्मिक तत्त्वों की अवहेलना हुई है। वैज्ञानिक आविष्कारों के बहुत आगे बढ़ जाने से मानव ने प्रकृति के साधनों पर इतना अधिकार कर लिया है कि विभिन्न प्रकार के विनाशकारी शस्त्रास्त्र उसके हाथ लग गये हैं। चिन्ता का तात्कालिक कारण यही है कि यदि राष्ट्रों में पारस्परिक मनमुटाव बना रहा और युद्ध के कारणों को दूर कर स्थायी शान्ति की स्थापना नहीं की जा सकी तो भावी युद्ध इतना भयंकर होगा कि उससे मानव-समाज का अस्तित्व और आधुनिक सभ्यता दोनों ही संकट में पड़ जाएंगे।

यही कारण है कि विचारशील लोग अब जीवन के आध्यात्मिक पहलू पर विचार करने का आग्रह कर रहे हैं, जिससे वैज्ञानिक प्रगति के साथ-साथ मानव आध्यात्मिक तत्त्वों को भी अपने दैनिक जीवन में और अन्तरराष्ट्रीय व्यवहार में ग्रहण करने का प्रयत्न करे। इसी उद्देश्य की प्राप्ति के लिए अणुव्रत आन्दोलन कई वर्षों से प्रशंसनीय कार्य कर रहा है। इसके लिए आन्दोलन के नेता आचार्य श्री तुलसी तथा दूसरे सदस्यगण बधाई के पात्र हैं। अणुव्रत आन्दोलन के प्रयास तथा उसके आदर्श भारतीय सांस्कृतिक परम्परा के सर्वथा अनुकूल हैं और उसे समझने अथवा उसके पालन करने में हमारे लिए अधिक कठिनाई नहीं होनी चाहिए।

यह सौभाग्य का विषय है कि इस विचारधारा को बहुतेरे विदेशी लोग भी स्वीकार करने लगे हैं। सभी लोग यह स्वीकार करते हैं कि संसार की सबसे बड़ी आवश्यकता स्थायी शान्ति की स्थापना है। यह उद्देश्य तभी प्राप्त किया जा सकता है, जबकि प्रत्येक व्यक्ति, चाहे वह किसी भी राष्ट्र का नागरिक हो और किसी भी धर्म का अनुयायी हो, अपने मन में दूसरे के प्रति मैत्री की भावना का संचार करे और उसके अनुसार दैनिक जीवन में आचरण करे। इसी में व्यक्ति और समाज दोनों का हित सन्निहित है।

अणुव्रत आन्दोलन का प्रवर्तन करके और उस काम को बढ़ाने के लिए अपना समय लगाकर आचार्य श्री तुलसी देश के लिए कल्याणकारी काम कर रहे हैं। आचार्यजी काल

और देश की परिस्थिति को हमेशा सामने रखकर कार्यक्रम निर्धारित करते हैं। जो भिन्न-भिन्न श्रेणी के लोग हैं, जिनकी भिन्न-भिन्न समस्याएं होती हैं, उन सबमें भिन्न-भिन्न रीति से सदाचार और चरित्र को प्रोत्साहन देने का काम किया जा रहा है। यह अत्यन्त आवश्यक और महत्वपूर्ण काम हो रहा है, जिसकी सफलता प्रत्येक विचारशील व्यक्ति चाहता रहेगा।

मैं आशा करता हूँ कि यह प्रयास अब व्यक्ति-व्यक्ति की मैत्रीपूर्ण भावनाओं से पुष्ट होकर मानव-समाज के लिए कल्याणकारी प्रभाव का रूप धारण करेगा। मैं अणुव्रत आन्दोलन की सफलता की कामना करता हूँ और मेरी यह प्रार्थना है कि संसार के सभी राष्ट्र और मानव-समाज के सभी अंग इस सद्भावना से प्रेरित हों और शान्ति स्थापना में योगदान दें।

विधि–निषेध की प्रासंगिकता

डॉ. कमलाकांत शर्मा 'कमल'

भारतवर्ष में प्रारम्भ से ही परिवार की प्राथमिक पाठशाला में 'क्या करना चाहिए' एवं 'क्या नहीं करना चाहिए' जैसा जीवनोपयोगी पाठ पढ़ने–पढ़ाने की स्मरणीय परम्परा रही है। मगर आज के सामाजिक जीवन में न घर अपने अस्तित्व में हैं और न परिवार। ऐसे में अनेक निषिद्ध एवं आचरण विरुद्ध कार्य भी समाज में मान्यता के मापदण्ड पर ग्राह्य होते दिखायी देने लगे हैं।

बदलते सामाजिक परिदृश्य में जहाँ जीवन मूल्यों में गिरावट आयी है, वहीं विधि–निषेध की पालनीय परम्परा भी सर्वजन समादृत नहीं रह सकी। परिणामतः मनुष्य के नितान्त वैयक्तिक जीवन से लेकर सम्पूर्ण विश्व के सार्वजनिक जीवन में अनेक दुश्वारियां बहुत तेजी के साथ मुँह बाये सामने आ खड़ी हुई हैं।

भारतीय दर्शन और संस्कृति में समाहित सभी सिद्धान्त और आदर्श वैज्ञानिक और मानव मात्र के लौकिक एवं पारलौकिक कल्याण हेतु बनाये गये हैं। जो मनुष्य, मानवोचित विधि को छोड़कर मनमाना आचरण करता है, वह न अन्तःकरण की शुद्धि को प्राप्त कर पाता है, और न सुख–शान्ति का पात्र बन पाता है।

वर्तमान समय में मानवोचित शिक्षा–दीक्षा, संग–साथ एवं समावेशी वातावरण का अभाव होने से समाज में उच्छृंखलता दिन–प्रतिदिन बढ़ती चली जा रही है। आज का अधिसंख्य व्यक्ति यह चाहता है कि कोई भी मर्यादा उसके जीवन को बांध नहीं पाये। लड़ाई स्वतंत्रता और निषेध के बीच की है। पहले बिना भय एवं संशय के गलत

कार्य पर तुरन्त अंगुली उठ जाती थी, किन्तु आज की सबसे बड़ी समस्या यही है कि अनुचित कार्यों की ओर प्रायः कोई अंगुली नहीं उठाता, दूसरी ओर अवांछित और अनुचित करके भी अधिकतर व्यक्ति आत्म-मण्डित और स्वप्रशंसित होने का कोई भी अवसर नहीं छोड़ते। सामाजिक पृष्ठभूमि में इन बातों का बहुत वजन होता है।

घर-परिवार के वरिष्ठ और अनुभवी व्यक्ति किसी को निषेधात्मक निर्देश करते हैं तो सुनने वाले को अप्रिय अवश्य लग सकता है, किन्तु समझने योग्य बात यह है कि उसके पीछे कल्याणकारी भावना ही निहित होती है, उससे भिन्न कुछ भी नहीं। जिसने भी इस भावना को समझा है, वह कभी निषेध को नकारात्मक दृष्टि से नहीं लेगा, प्रत्युत निषेध करने वाले को अपना हितैषी ही स्वीकार करेगा। आज जबकि समाज में अधिसंख्य व्यक्ति किसी की उचित बात को भी विपरीतार्थ में लेने-समझने के आदी हो गये हैं, वे भला विधि-निषेध को यथार्थ में कैसे ले पाएंगे? आज का तो जैसे युगधर्म ही बन गया है कि लोग प्रत्येक उचित सलाह-संकेत को भी अनुचित अर्थ में लेने लगे हैं। अविवेक से सम्पादित कार्य का परिणाम सदैव प्रतिकूल ही होगा, इस बात को कभी भूलना नहीं चाहिए।

आज का तो जैसे युगधर्म ही बन गया है कि लोग प्रत्येक उचित सलाह-संकेत को भी अनुचित अर्थ में लेने लगे हैं।

कितने ही नियम-कानून और संविधान बना लिये जाएं, किन्तु जब तक आत्मानुशासित, आत्म नियंत्रित और आत्म चेतना वाली मनःस्थिति नहीं बनेगी, तब तक यह समाज को, राष्ट्र को और मानव से मानव को तोड़ने वाला बिखराव बराबर चलता रहेगा और यह तब तक होता रहेगा जब तक हम विधि-निषेध के सम-सामयिक पाठ को सम्यक् रूप से हृदयंगम नहीं कर लेंगे।

अणुविभा

अणुव्रत अमृत महोत्सव के गौरवशाली अवसर पर

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी

की प्रस्तुति

75 1949 2024 अणुव्रत आंदोलन

अणुव्रत अमृत महोत्सव

अणुव्रत गीत महासंगान

18
जनवरी
2024

अणुव्रत गीत की धुन के लिए
इस क्यूआर कोड को स्कैन करें -

अणुव्रत आंदोलन के गौरवशाली 75 वर्ष

चेतना शुद्धि और स्वस्थ समाज निर्माण का संकल्प

अणुविभा समन्वय कक्ष सूरत

97372 80171   93746 13000
98254 04433   93747 26946

नैतिकता की सुर सरिता में जन-जन मन पावन हो,
संयममय जीवन हो...

काव्य-रस

मानव श्रम का वंदन है..

■ गिरीश पंकज, रायपुर ■

जो विकास के पथ पर बढ़कर, अपना लहू बहाते हैं।
श्रम-सीकर* से इस समाज की, उन्नत छवि बनाते हैं।
जिस समाज में श्रम सम्मानित, वही समझ लो न्यारा है।
आदर हो उन सब लोगों का, जिनने जगत सँवारा है।
ऐसे वीर सपूतों का ही, बार-बार अभिनंदन है।।
मानव श्रम का वंदन है।।

टनल बनाते, महल बनाते, पुल का भी निर्माण करें।
भूखे-प्यासे रहकर भी जो, हम सबका कल्याण करें।
भवन, सरोवर, पथ आदि क्या बोलो हम सब गढ़ पाते।
श्रमिक अगर न होते जग में, हम विकास न कर पाते।
ऐसे श्रमवीरों के माथे, कुछ रोली, कुछ चन्दन है।।
मानव श्रम का वंदन है।।

श्रमवीरों के बलबूते ही, अपना यह वैभव सारा।
जहाँ जला है श्रम का दीपक, वहीं हुआ है उजियारा।
रहने को घर-बार नहीं, फिर भी वे मुस्काते हैं।
अग्रदूत बन कर सिरजन के, कितने महल बनाते हैं।
खतरे नित्य उठा कर मानव, करता श्रम का अर्चन है।
मानव श्रम का वंदन है।।

जो करते हैं मेहनत पूरी, उनको नित सम्मान मिले।
वे भी बन्धु हमारे अपने, उनको भी पहचान मिले।
जिन लोगों के बलबूते, यह सुंदर विश्व सजाया है।
यह बगिया भी उनकी अपनी, उनने इसे बनाया है।
वे सर्जक हैं इस दुनिया के, जिनमें कुशल प्रबंधन है।
मानव श्रम का वंदन है।।

श्रमवीरों का बहे पसीना, तो विकास की नदी बहे।
श्रम के बिना अधूरा जीवन, अपना यह इतिहास कहे।
जितने भी निर्माण हुए हैं, उनकी यही कहानी है।
श्रमजीवी पीढ़ी ने अपनी, झोंकी सदा जवानी है।
वही राष्ट्र जीवंत रहा है, जिसमें नित स्पंदन है।
मानव श्रम का वंदन है।।

(*सीकर = स्वेद कण, पसीने की बूँदें)

पंगु चढ़े गिरिवर गहन...

■ **भगवती प्रसाद द्विवेदी**, पटना

इसको कहानी कहूँ अथवा आपबीती? कहानी में जहाँ कल्पना की पूरी छूट रहती है, वहीं आपबीती में कड़वे सच का सामना करना पड़ता है। आज मेरे नाम के साथ 'भा.प्र.से.' लिखा होना लोगों को हैरत में डाल देता है। इत्ते-से टिंगू का छोटा कद और इतना बड़ा पद! ठीक छोटा मुँह और बड़ी बात की तरह। दरअसल मेरा अत्यधिक नाटा कद, पीठ पर कूबड़ व निकला हुआ पेट देखकर लोग मेरी खिल्ली उड़ाते। कुछ तो मुझे तरह-तरह के जले-कटे संबोधन देने लगे थे। उसी दौरान पिताजी का तबादला कस्बे से महानगर में हो गया था। उन दिनों मैं नौवीं का छात्र था। पिताजी केन्द्र सरकार के अधीन एक कार्यालय में बाबू थे। वहाँ उन्होंने मेरा नामांकन केन्द्रीय विद्यालय में करा दिया। पहले दिन मैंने कक्षा में ज्योंहि प्रवेश किया, सभी लड़के मुझे देखकर ठहाके लगाने लगे। मैं एक खाली सीट की तरफ बढ़ ही रहा था कि पीछे से आवाज आयी – ''अमां टिंगू! इधर आओ।''

इससे पहले कि मैं उधर देख पाता, कई लड़कों ने 'कूबड़राम', 'ऊँट मियाँ' जैसे संबोधनों से मुझे अलंकृत किया। मैं कसमसा कर रह गया। मन तो हुआ कि एक ही साथ सबका गला दबा दूँ, मगर कुछ सोच, मन मसोसकर चुप ही रहा।

घर आकर पूरी रात मैं सुबक-सुबक कर रोता रहा। मैंने फैसला कर लिया कि मैं उस स्कूल में अब हरगिज कदम नहीं रखूँगा। मेरे मन में हीन भावना घर करने लगी थी। अपने शरीर से ही मुझे घृणा हो आयी थी। फिर तो अगले दिन से मैं घर से स्कूल के लिए निकलता जरूर, मगर पार्क, सिनेमा और सैर-सपाटे में पूरा समय गुजार देता तथा छुट्टी का समय होते ही बस्ता लटकाये चुपचाप घर लौट आता। रात में भी मैं झूठ-मूठ पढ़ने का ढोंग भर करता। फिर भी एक अनजान भय मुझे अंदर-ही-अंदर खाये जा रहा था कि कहीं पिताजी को सच्चाई पता चल जाएगी तो क्या होगा?

...और जिसका डर था, वही हुआ। पिताजी को असलियत का पता चल ही गया। एक रोज वे अचानक घूमते-घामते विद्यालय में जा पहुँचे थे। उस शाम को मैं रोज की तरह टहलता हुआ घर लौटा तो आते ही उन्होंने जिरह करनी शुरू कर दी। कुछ देर तक बहानेबाजी करते हुए मैं हकलाता रहा, मगर अंत में मुझे हकीकत उगलनी ही पड़ी। फिर मैं खुद ही फूट-फूटकर रो पड़ा था।

''बेटा, यह पहाड़ जैसा शरीर ही भला किस काम का, जिसमें कोई गुण न हो? मनुष्य अपनी प्रतिभा से विशिष्टता हासिल करता है, शरीर की खूबसूरती के आधार पर नहीं।'' पिताजी ने समझाते हुए कहा था, ''तुम्हारे हाथ-पाँव तो सही-सलामत हैं। विश्व के कई अपंगों ने तो अपनी विलक्षण प्रतिभा के दम पर ऐसे-ऐसे विशिष्ट कार्य किये हैं, जिन्हें लाख कोशिशों के बावजूद बहुतेरे ऐसे लोग कर दिखाने में असमर्थ रहे, जिनके हाथ-पैर पूरी तरह सलामत थे।''

फिर पिताजी ने आलमारी से एक पुस्तक निकाली और मुझे थमाते हुए कहा, ''यह किताब ही तुम्हारा मार्गदर्शन करेगी।''

अपने कमरे में आकर मैंने दरवाजा बंद कर लिया और उस किताब को पढ़ने में मशगूल हो गया। वह किताब उन दिव्यांगों की जीवनी पर आधारित थी, जिन्होंने पूरी दुनिया में अपना नाम रोशन किया था। उन सभी में जिस व्यक्तित्व ने मुझे सबसे अधिक प्रभावित किया, वह था यूरोप का नॉर्मन क्राउचर। उसने बचपन में ही पर्वतारोहण को अपना लक्ष्य बना लिया था, मगर दुर्भाग्यवश वह एक भयंकर हादसे का शिकार हो गया और उसके दोनों पैर घुटनों के नीचे से काट दिये गये। नॉर्मन क्राउचर ने अस्पताल में पड़े-पड़े ही इंग्लैंड की रॉयल एयरफोर्स के लेगलेस पायलट कैप्टन डगलस बेडर की जीवनी 'रीच फॉर दि स्काई' पढ़कर प्रेरणा ग्रहण की और पर्वतारोहण के अपने लक्ष्य पर अटल रहा।

नॉर्मन क्राउचर जब अपने हाथों के सहारे पेड़ पर चढ़ने का अभ्यास करता तो दर्शक उसकी जमकर खिल्ली उड़ाते थे। कुछ लोगों का काम ही होता है दूसरे की हँसी उड़ाना, मगर नॉर्मन क्राउचर के मन में किसी प्रकार की हीन भावना अपनी जगह नहीं बना सकी थी। वह तो हँसकर ही सबकी व्यंग्य-भरी बातें टालता रहा था। ...और अंततः वह स्विट्जरलैंड के आइगर पर्वत के उस सर्वोच्च शिखर पर जा पहुँचा, जो मृत्यु-शिखर के नाम से जाना जाता था।

अब मेरी आँखों के सामने उस पंगु पर्वतारोही नॉर्मन क्राउचर की आकृति बार-बार नाचने लगी थी। मुझे उससे बहुत प्रेरणा मिली और अगले दिन मैं समय से तैयार होकर स्कूल के लिए चल पड़ा। एक लंबे अंतराल के बाद मुझे फिर विद्यालय में देखकर छात्रों का समूह मेरी खिल्ली उड़ाने पर आमादा हो गया, मगर मैं खीजने के बजाय सबसे मुस्कुराकर मिला और स्वाभाविक ढंग से उनसे बातें कीं। अब मैंने स्कूल में अपना ध्यान केवल पढ़ाई पर

केन्द्रित रखा और रातों में भी जमकर पढ़ाई शुरू कर दी।

स्नातक की परीक्षा प्रथम श्रेणी में उत्तीर्ण करने के बाद जब मैंने राज्य लोक सेवा आयोग की लिखित व मौखिक परीक्षा में सफलता हासिल की तो मेरी खुशी का ठिकाना नहीं रहा था। घर से बाहर निकलते ही मेरे कुछ दोस्त दिखायी पड़े थे, जो उक्त इम्तिहान में अनुत्तीर्ण हो गये थे। तब रमेश ने उन सबसे फुसफुसाकर कहा था, ''वह देखो! टिंगू तो बाजी मार ले गया। अब तो वह बीडीओ बन जाएगा।''

''अरे भई, इसमें कौन-सी बड़ी बात है! उसका चुनाव विकलांगों के आरक्षित कोटे में हुआ है। सामान्य वर्ग में होता तो उपलब्धि भी होती!'' रजनीश का करारा व्यंग्य मुझे उद्वेलित करने लगा था।

घर लौटकर मैं रातभर रोता रहा। नहीं, यह कोई उपलब्धि नहीं है मेरे लिए। यूपीएससी में मैं अब सामान्य कोटे में भी पास होकर दिखा दूँगा। ..और फिर मैं हाथ आयी अच्छी-खासी रोजी को ठुकरा कर नये सिरे से परीक्षा की तैयारी में जुट गया था। आखिरकार मेरा आत्मविश्वास रंग लाया और मैं आज भारतीय प्रशासनिक सेवा में सेवारत हूँ। मुझे चिढ़ाने वाले आज मेरे प्रशंसक हैं और वे अपने बच्चों को मेरी यानी टिंगू की कहानियाँ सुनाते हैं, मगर सच पूछिए तो टिंगू आज भी पंगु पर्वतारोही नॉर्मन क्राउचर की ही कहानी सुनाता है - ''पंगु चढ़े गिरिवर गहन...''।

■ लघुकथा ■

प्रश्नचिह्न

■ **प्रिया देवांगन 'प्रियू'**, गरियाबंद

विवेक ने रात को घर आते ही साधना से पूछा-''माँ..! तुमने खाना खा लिया? बाबूजी कहाँ हैं? वे खा लिये?''

घड़ी पर एक नजर डालते हुए साधना बोली-''तू कैसी बात करता है बेटा? हम लोग तेरे बगैर कभी खाना खाये हैं?''

विवेक बोला-''अगर रात अधिक हो जाये तो खाना खा लिया करो। यूँ इंतजार मत किया करो।'' विवेक के स्वर में चिड़चिड़ाहट थी। तभी रघुवीरजी कमरे से बाहर निकले। बोले - ''क्यों रे ! तुम्हारे बिना कैसे खाएंगे? एक तू ही तो है हमारी आँखों का तारा, दूसरा है ही कौन हमारा?''

साधना बोली-''बेटा, ये ठीक बात नहीं है। जैसे-जैसे तू बड़ा हो रहा है, तेरे व्यवहार में रुखापन आता जा रहा है। क्या काम करता है तू? मैं तेरे ऑफिस जाकर बात करती हूँ।''

''माँ..! मैं कोई भी काम करूँ? आप लोग मेरे काम में टांग न अड़ाएं तो बेहतर होगा।'' बीच में ही खाना छोड़कर विवेक चला गया।

अगली सुबह विवेक के घर के सामने भीड़ थी। तभी अचानक पुलिस की गाड़ी उसके घर के पास आकर खड़ी हुई। विवेक ने भागना चाहा, पर भाग नहीं पाया। आखिरकार पता चल ही गया कि विवेक जुआ, सट्टा समेत कई दो नंबरी काम करता है। घर तक को गिरवी रख डाला है। जमीन-जायदाद में भी हाथ मारने की कोशिश की है। विवेक का सारा भंडा फूट गया। दो पुलिस वाले उसे पकड़ कर ले गये।

रघुवीर और साधना भरे मन से यही सोच रहे थे- आखिर हमारी परवरिश में क्या कमी रह गयी? उनके द्वारा विवेक को दिये संस्कार पर प्रश्नचिह्न लग गया था।

अणुव्रत आंदोलन

चुनाव शुद्धि अभियान

सही चयन

राष्ट्र का सही निर्माण

I Vote For A Strong India

आपके अमूल्य वोट का अधिकारी कौन?

- जो ईमानदार हो
- जो चरित्रवान हो
- जो सेवाभावी हो
- जो कार्यनिपुण हो
- जो नशामुक्त हो
- जो स्वच्छ छवियुक्त हो
- जो राष्ट्रहित व लोकहित को सर्वोपरि मानता हो
- जो जाति-सम्प्रदाय से बंधा हुआ न हो

मतदाता ध्यान दें...

- भय और प्रलोभन में मतदान न करें।
- मद्य एवं मादक द्रव्यों का प्रतिकार करें।
- चरित्र एवं गुणों के आधार पर मतदान का निर्णय करें।
- जाति एवं सम्प्रदाय के आधार पर मतदान न करें।
- अपराधी एवं भ्रष्टाचार में लिप्त उम्मीदवार को मतदान न करें।
- हिंसात्मक प्रवृत्तियों में लिप्त उम्मीदवार को मतदान न करें।
- अवैध मतदान न करें।

मतदान अवश्य करें, राष्ट्रीय कर्त्तव्य का निर्वहन करें

अणुविभा

अणुव्रत विश्व भारती

राष्ट्रहित में प्रसारित

www.anuvibha.org

शर्मसार होती मानवता के गुनहगार कौन ?

नवम्बर अंक में प्रस्तुत परिचर्चा के इस विषय पर पाठकों से प्राप्त चिंतन बिंदु -

शांति, प्रेम, दया और करुणा से होगी मानवता की रक्षा

युद्ध से रक्तपात के अलावा कुछ भी हासिल नहीं होता है। इसका खमियाजा निर्दोष लोगों को चुकाना पड़ता है। इसके लिए वे हुक्मरान दोषी हैं जिन्होंने अपने स्वार्थ के लिए कई अनचाही महत्वाकांक्षाएं पाल रखी हैं जो हमें युद्ध के कगार पर धकेल रही हैं। मानवता की रक्षा के लिए युद्ध नहीं, शांति चाहिए, नफरत का कारोबार नहीं, प्रेम चाहिए और दिलों में दया-करुणा का भाव चाहिए।

- **नलिन खोईवाल**, इंदौर

स्वार्थ से ऊपर उठकर दुनिया को बेहतर बनाएं

आज कोई यह नहीं सोचता कि समस्याओं का हल बातचीत के जरिये निकाला जाना चाहिए। युद्ध सदा अंतिम विकल्प होना चाहिए। हमारे पूर्वजों के प्रयासों से सदियों में तपकर इस दुनिया ने एक बेहतर आकार लिया है। क्षणिक पागलपन, सनक और लालच में इसे नष्ट करने का अधिकार किसी को नहीं है। अपने-अपने स्वार्थ और अहंकार त्याग कर दुनिया को और अधिक बेहतर और

रहने लायक बनाने का प्रयास सभी को मिल-जुल कर करना चाहिए।

– **किशोर श्रीवास्तव**, गौतम बुद्ध नगर

नहीं चेते तो भयावह होगी स्थिति

आज मानव ने सहअस्तित्व तथा वसुधैव कुटुंबकम् के मूलमंत्र को भुला दिया है। एक युद्ध समाप्त नहीं होता, दूसरा शुरू हो जाता है। किसी को चिंता नहीं है। वे यह भी नहीं सोचते कि युद्ध किसी समस्या का समाधान नहीं, वरन पर्यावरण को प्रदूषित करने के साथ-साथ मानवीय समस्याओं को बढ़ाने, उलझाने वाला होता है। अगर अब भी नहीं चेते तो अंतत: मानवता के लिए भयावह होती स्थिति से निकलना असंभव ही होगा।

– **सुधा आदेश**, लखनऊ

भारत करेगा युद्धविहीन विश्व की कल्पना साकार

भारत ने सदैव सह अस्तित्व की भावना का सम्मान किया है और इस राह पर चलता रहा है। भारत ज्ञान का भंडार अर्जित करके दुनिया को शांति, अहिंसा का पाठ पढ़ा चुका है। मानवता की भावना से परिपूर्ण और युद्धविहीन विश्व की कल्पना को भारत ही साकार कर सकता है। पूरा संसार भारत की ओर आशा भरी नजर से देख रहा है।

– **नवीन नाहटा**, लाडनूं

युद्ध मानवाधिकारों का उल्लंघन

आज के इस वैश्विक युग में युद्ध का कोई समय और अवसर नहीं होता। पता नहीं, कब कौन-सा देश युद्ध छेड़ बैठे? अधिकतर देश आज अपने सिर पर युद्ध के बादल मंडराते हुए देखते हैं। युद्ध से केवल युद्धरत देश की सेनाओं का ही नहीं, अपितु संपूर्ण मानव जाति का नुकसान होता है। निर्दोष व्यक्ति युद्ध में मारे जाते हैं, उनकी संपत्ति नष्ट हो जाती है। ऐसे युद्ध मानवाधिकारों का खुला

उललंघन हैं। युद्ध की विभीषिका को रोकने के लिए आवश्यक है - वीटो का अधिकार सीमित हो; अंतरराष्ट्रीय न्यायालय को युद्ध विराम की शक्तियां मिलें; युद्ध से पूर्व सुलह एवं समझौते के प्रयास किये जाएं; देशों की सीमाएं सुनिश्चित कर दी जाएं।

- **डॉ. बसन्ती लाल बाबेल**, लावासरदारगढ़

अगली परिचर्चा का विषय

मेरे जीवन में अणुव्रत की जीवनशैली का प्रभाव

अणुव्रत अर्थात् संयम आधारित जीवनशैली। जरा अंदर झांकिए और देखिए कि संयम का आपके जीवन में, विशेषतः वाणी में, आहार में, व्यवहार में, पहनावे में और विचार में कितना स्थान है?

अणुव्रत के दर्शन ने आपके जीवन को कितना प्रभावित किया है? इस सन्दर्भ में आप अपनी सबसे बड़ी उपलब्धि क्या मानते हैं? अपने व्यक्तिगत जीवन में आप किस तरह का परिवर्तन पाते हैं? सामाजिक स्तर पर भी क्या आप स्वयं को बेहतर स्थिति में पाते हैं?

'अणुव्रत' पत्रिका के मार्च-अप्रेल 2024 अणुव्रत अमृत विशेषांक में प्रकाशित होने वाली परिचर्चा हेतु इन्हीं सब मुद्दों पर आमंत्रित हैं आपके विचार। रचनात्मक, प्रयोगधर्मी और अनुभवजन्य विचारों को प्रकाशन में प्राथमिकता दी जाएगी।

अपने विचार हमें अधिकतम 200 शब्दों में 31 जनवरी 2024 तक **9116634512** पर व्हाट्सएप के माध्यम से भेजें।

अणुव्रत की बात

मनोज त्रिवेदी

हमसे जुड़ने के लिए
नीचे दिये गये चिह्न पर क्लिक करें

अणुव्रत समाचार

जीवन संयमित हो, नशामुक्तता रहे : आचार्य श्री महाश्रमण

एलीवेट कार्यक्रम में बड़ी संख्या में आये गणमान्य व्यक्ति

मुंबई। अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी की ओर से समाज को ड्रग्स के व्यसन रूपी अभिशाप से मुक्त कराने के लिए चलाये जा रहे अभियान के तहत 19 दिसम्बर को बॉम्बे हॉस्पिटल के बिरला मातुश्री सभागार में 'एलीवेट : एक्सपीरिएंस द रियल हाई' कार्यक्रम का आयोजन किया गया।

कार्यक्रम में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने पावन पाथेय प्रदान करते हुए कहा कि ईमानदारी आध्यात्मिक चिकित्सा का केन्द्र है। आदमी को ईमानदारी रखने और अपने गुस्से पर नियंत्रण रखने का प्रयास करना चाहिए। जीवन संयमित हो, अहिंसा की चेतना हो, ईमानदारी हो। जीवन में नशामुक्तता रहे। इस अवसर पर मुख्यमुनि महावीरकुमार, अणुव्रत विश्व भारती के

आध्यात्मिक पर्यवेक्षक मुनि मननकुमार, मुनि डॉ. अभिजीतकुमार, मुनि जागृतकुमार व अन्य विशिष्ट संतों की महत्वपूर्ण उपस्थिति रही।

भारतीय जीवन बीमा निगम के चेयरमैन सिद्धार्थ मोहंती ने कहा कि आचार्य श्री महाश्रमण जैसे महान संत से आध्यात्मिक प्रेरणा मिले तो समाज नशे से मुक्त हो जाएगा। ब्रीच कैंडी हॉस्पिटल के हृदय रोग विशेषज्ञ डॉ. फारूख ई. उदवाड़िया ने कहा कि जीवन में आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त हो तो नशामुक्तता रह सकती है।

बीएमसी के म्यूनिसिपल कमिश्नर डॉ. इकबाल सिंह चहल ने कहा कि मुंबई को ड्रग्स एडिक्शन से मुक्त कराने की दिशा में बीएमसी काम कर रही है। अणुव्रत विश्व भारती के साथ जुड़कर हम इस मुहिम को और गति दे सकते हैं। प्रसिद्ध संगीतकार अनु मलिक ने ड्रग्स निवारण के संदर्भ में आचार्यश्री से प्रेरणा लेकर तत्काल रचित एक गीत की कुछ पंक्तियां सुनायीं।

अणुविभा अध्यक्ष अविनाश नाहर ने कहा कि इस कार्यक्रम में मुंबई क्षेत्र के विशिष्ट व्यक्तियों का आना महत्वपूर्ण है। भविष्य में भी आप इस कार्यक्रम से जुड़े रहेंगे तो न केवल मुंबई और भारत, बल्कि पूरे विश्व तक इस गूँज को पहुँचा कर नशे की लत को समाप्त करने का हम सलक्ष्य प्रयास कर सकेंगे।

मुंबई के ज्वाइंट कमिश्नर ऑफ पुलिस सत्यनारायण चौधरी, प्रसिद्ध अभिनेता सुनील शेट्टी, बॉम्बे हॉस्पिटल के डीन व न्यूरो फिजिशियन डॉ. एस. वी. खाडीकर, एमएमआरडीए के कमिश्नर संजय मुखर्जी, एचडीएफसी के सीईओ और एमडी आदित्य पुरी, जेएनपीटी के चेयरमैन संजय शेट्टी, वेलस्पन इंडिया के चेयरमैन बी. के. गोयनका, लक्ष्मी ऑर्गेनिक के चेयरमैन रवि गोयनका, शुभकाम वेन्चर्स के चेयरमैन राकेश कठोतिया, मैकडोनल्ड इंडिया के चेयरमैन अमित जटिया, सुप्रीम कोर्ट के एडवोकेट आर. के. शर्मा, हलीमा अजीज यूनिवर्सिटी के

चांसलर डॉ. सैयद अहमद इकबाल, अणुविभा के ट्रस्टी सुमतिचंद गोठी ने भी विचार व्यक्त किये। कार्यक्रम का संचालन मुनिश्री कुमारश्रमण ने किया।

इससे पहले बॉम्बे हॉस्पिटल के चेयरमैन बीके तापड़िया ने आचार्य श्री महाश्रमण के प्रति कृतज्ञता ज्ञापित की। बॉम्बे हॉस्पिटल के सीनियर फिजिशियन तथा एलीवेट कार्यक्रम के संयोजक डॉ. गौतम भंसाली ने अतिथियों का स्वागत किया। कार्यक्रम के दूसरे संयोजक कस्टम कमिश्नर अशोक कोठारी ने आभार ज्ञापित किया।

डिजिटल गैजेट्स का हो सदुपयोग : आचार्य श्री महाश्रमण

लोगों ने स्वीकार किया डिजिटल डिटॉक्स संकल्प

मुंबई। अंधेरी प्रवास के दूसरे दिन तिलक उद्यान में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण ने अणुव्रत विश्व भारती द्वारा आयोजित डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के संदर्भ में कहा कि मोबाइल आदि अत्याधुनिक उपकरणों से कितनी सुविधा, कितना लाभ है। इसका उजला पक्ष है तो इसका अंधेर पक्ष भी है। इन अत्याधुनिक उपकरणों के अंधेर पक्ष को जानकर इन उपकरणों के सदुपयोग का विवेक रखने का प्रयास होना चाहिए। आचार्य प्रवर ने उपस्थित गणमान्य लोगों व जनता से आह्वान किया कि आप सभी लोग एक महीने के लिए रात्रि बारह बजे से सुबह सात बजे

तक अति आवश्यक कार्यवश या आये फोन को रिसीव करने के सिवाय मोबाइल फोन का उपयोग नहीं करेंगे, ऐसा संकल्प स्वीकार कर सकते हैं क्या? आचार्य श्री के इस आह्वान पर उपस्थित सभी लोगों ने अपने स्थान पर खड़े होकर यह संकल्प स्वीकार किया। साध्वीवर्या सम्बुद्धयशाजी ने भी उपस्थित जनता को उद्बोधित किया।

डिजिटल डिटॉक्स कार्यक्रम के संदर्भ में मुनि जागृतकुमार व मुनि डॉ. अभिजीतकुमार ने भी अपनी अभिव्यक्ति दी। अणुविभा के सहमंत्री मनोज सिंघवी और अणुव्रत डिजिटल डिटॉक्स के संयोजक प्यारचंद मेहता ने भी विचार व्यक्त किये। इस अवसर पर अणुविभा की ओर से एक डॉक्यूमेंट्री भी दिखायी गयी। इस कार्यक्रम में विशेष रूप से उपस्थित कैंसर रोग विशेषज्ञ डॉ. सौरभ गोस्वामी, तारक मेहता का उल्टा चश्मा के प्रोड्यूसर व डायरेक्टर असित मोदी, भारत सरकार के प्लानिंग कमीशन की मेम्बर अर्चना जैन, मीरा-भायंदर की विधायक गीता जैन, साइकोलॉजिस्ट डॉ. रिक्की पोरवाल, डॉ. निष्ठा दलवानी, स्टेम सेल्स विशेषज्ञ डॉ. दिनेश कोठारी ने भी विचार रखे।

कथा कथन से बच्चों को अच्छी आदतें अपनाने का दिया संदेश

राजसमंद। अणुव्रत विश्व भारती के 'स्कूल विद् ए डिफरेंस' प्रकल्प के पहले दिन 2 नवम्बर को बाल शैक्षिक मनोविज्ञान के चितेरे 'बाल प्रहरी' के संपादक उत्तराखंड के उदय किरोला ने नव प्रभात सीनियर सेकंडरी स्कूल और प्रगति स्कूल एमड़ी में 'टोपीलाल' की रोचक कहानी के माध्यम से मानवीय संवेदनाओं और सामाजिक सरोकारों को कक्षा छह से आठ के बच्चों के साथ साझा किया।

बाल विमर्श का दूसरा दिन सुभाष सीनियर सेकंडरी स्कूल, धोइन्दा और आदर्श विद्या मन्दिर, कांकरोली को समर्पित रहा। दोनों ही विद्यालयों में उदय किरोला ने टोपीलाल की कहानी की प्रस्तुति के साथ अच्छी आदतों

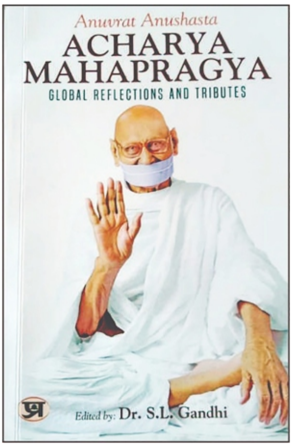
को अपनाने के लिए मोटिवेशन दिया। धोइन्दा स्थित गायत्री पब्लिक सीनियर सेकंडरी स्कूल और एपेक्स सीनियर सेकंडरी स्कूल में कथा कथन का तीसरा दिन बच्चों के जिज्ञासु चेहरों और ठहाकों के नाम रहा। कहानी कथन के सत्रों में संस्था प्रधानों, विद्यालय के शिक्षकों, 'बच्चों का देश' पत्रिका के सह सम्पादक प्रकाश तातेड़, शिक्षासेवी डॉ. राकेश तैलंग आदि की उपस्थिति रही। अणुविभा के प्रशिक्षक जगदीश बैरवा ने बच्चों को जीवन विज्ञान के व्यावहारिक प्रयोगों का अभ्यास करवाया।

कैदियों ने लिया नशामुक्ति का संकल्प

वडोदरा। साध्वीश्री मंजुयशा ने कहा कि अणुव्रत सबको मानवता का पावन संदेश तथा नैतिकता, सद्भावना एवं नशामुक्ति का जीवन जीने की प्रेरणा देता है। साध्वीश्री मंजुयशा अणुव्रत समिति की ओर से वडोदरा के सेंट्रल जेल में आयोजित कार्यक्रम में करीब 700 कैदियों को संबोधित कर रही थीं। साध्वीश्री ने कहा कि गलती करना कोई बड़ी बात नहीं, किंतु भविष्य में ऐसी गलती न हो तो इस बंधन से मुक्ति हो सकती है। साध्वीश्री ने नशामुक्ति के लिए ध्यान का सामूहिक प्रयोग करवाया। कई कैदियों ने नशामुक्ति और अच्छा जीवन जीने का भी संकल्प ग्रहण किया। आई.पी.एस. अधिकारी जगदीश बांगरवा, वेलफेयर ऑफिसर महेश राठोड एवं जेलर विपुलभाई बारिया ने साध्वी वृंद के प्रति कृतज्ञता व्यक्त की।

'आचार्य महाप्रज्ञ : ग्लोबल रिफ्लेक्शन्स एण्ड ट्रिब्यूट्स' का लोकार्पण

मुंबई। नंदनवन में आयोजित 74वें अणुव्रत अधिवेशन के दौरान 19 नवम्बर को अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में अणुविभा के पूर्व अध्यक्ष डॉ. सोहनलाल गांधी द्वारा सम्पादित पुस्तक 'अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ : ग्लोबल रिफ्लेक्शंस एंड ट्रिब्यूट्स' का लोकार्पण किया गया।



पुस्तक की प्रथम प्रति स्वीकार करते हुए आचार्यश्री ने कहा कि आचार्य श्री महाप्रज्ञ का एक महान व्यक्तित्व था। पूर्व राष्ट्रपति डॉ. एपीजे अब्दुल कलाम सहित अनेक महत्वपूर्ण व्यक्ति उनके संपर्क में आये। ऐसे महानुभावों के विचार इस पुस्तक में शामिल किये गये हैं। डॉ. सोहनलाल गांधी अणुव्रत के विशिष्ट कार्यकर्ता हैं। अणुविभा के अंतरराष्ट्रीय कार्यों में उनका विशिष्ट योगदान रहा है। वर्तमान में भी वे अणुव्रत का कार्य कर रहे हैं, यह अच्छी बात है।

पुस्तक का परिचय प्रदान करते हुए अणुविभा के प्रबंध न्यासी तेजकरण सुराणा ने इसे संग्रहणीय ग्रंथ बताया। इस अवसर पर अणुविभा के वरिष्ठ उपाध्यक्ष प्रताप दुगड़, उपाध्यक्ष राजेश सुराणा, महामंत्री भीखम सुराणा, अमृत महोत्सव संयोजक संचय जैन सहित अन्य पदाधिकारी उपस्थित थे।

मुनिश्री तत्त्वरुचि तरुण ने हजारों विद्यार्थियों को दिलाये अणुव्रत के संकल्प

जयपुर। अणुव्रत समिति की ओर से चलाए जा रहे विद्यार्थी चरित्र निर्माण अभियान के तहत विद्याधर नगर के माहेश्वरी गर्ल्स पब्लिक स्कूल में 3 नवम्बर को मुनिश्री तत्त्वरुचि तरुण के सान्निध्य में आयोजित कार्यक्रम में 4000 छात्राओं ने अणुव्रत के संकल्प ग्रहण किये।

मुनिश्री ने छात्राओं को जीवन विज्ञान के विभिन्न प्रयोग करवाने के साथ ही बालिका भ्रूण हत्या और नशा नहीं करने के संकल्प भी करवाये। इससे पहले प्रिंसिपल सुनीता वशिष्ठ ने मुनिश्री का स्वागत किया।

अणुव्रत समिति अध्यक्ष विमल गोलेछा ने बताया कि इस अभियान का सकारात्मक प्रभाव विद्यार्थियों में देखने को मिल रहा है। मुनिश्री तत्त्वरुचि तरुण ने अभियान के तहत विभिन्न विद्यालयों के दस हजार से अधिक विद्यार्थियों तथा लगभग 400 शिक्षक-शिक्षिकाओं को अणुव्रत दर्शन से परिचित कराया तथा नैतिकता, सद्भावना और नशामुक्ति के संकल्प करवाये।

अणुव्रत समिति की मंत्री डॉ. जयश्री सिद्धा, सहमंत्री कमलेश बरडिया, तेरापंथ सभा के अध्यक्ष सुरेंद्र सेखानी आदि ने विद्यालयों को अणुव्रत आचार संहिता का बोर्ड तथा साहित्य भेंट किया।

किशनगंज के मेडिकल कॉलेज में जीवन विज्ञान पर सेमिनार

किशनगंज। अणुव्रत समिति की ओर से एम. जी. एम. मेडिकल कॉलेज में 9 दिसम्बर को जीवन विज्ञान पर सेमिनार का आयोजन किया गया।

अणुव्रत विश्व भारती सोसायटी के जीवन विज्ञान प्रकल्प के राष्ट्रीय संयोजक रमेश पटावरी ने कार्यक्रम में लगभग 600 नर्सिंग छात्रों को बताया कि जीवन विज्ञान के प्रयोगों को प्रतिदिन 20 मिनट देकर अपनी लाइफ को हैप्पी बना सकते हैं।

उन्होंने विद्यार्थियों को ताड़ासन, सम्पादासन, कोणासन का अभ्यास करवाया तथा इनसे होने वाले लाभों के बारे में बताया। पटावरी ने बीच-बीच में विद्यार्थियों से सवाल भी किये और विद्यार्थी बड़े उत्साह से उन प्रश्नों के जवाब दे रहे थे। रमेश पटावरी ने सेमिनार के अंत में संकल्प का भी प्रयोग करवाया।

कार्यक्रम में एमजीएम यूनिवर्सिटी के चेयरमैन डॉ. दिलीप जयसवाल का अमूल्य सहयोग प्राप्त हुआ। इससे पहले अणुव्रत समिति अध्यक्ष रश्मि बैद ने अतिथियों का स्वागत किया। सह मंत्री सोनम लुनिया ने अतिथियों का आभार ज्ञापित किया।

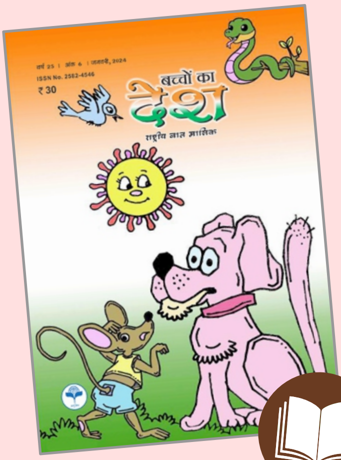
अणुव्रत विश्व भारती
की एक अभिनव पहल

अणुव्रत पत्रिका
ई-संस्करण

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

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

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..

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 :