અણુવ્રત
સંકલ્પ શ્રૃંખલા

સંપર્ક સૂત્ર

નામ : ....

સરનામું : ....

....

શહેર : .... પિન કોડ : ☐☐☐☐☐☐

રાજય : .... દેશ : ....

મોબાઈલ નંબર : ....

ઈ–મેલ : ....

....

- તમે જે સંકલ્પો લઈ રહ્યા છો તેની સામે ☑ અવશ્યકરો.
- સંપર્ક સૂત્રની માહિતી સ્પષ્ટ શબ્દોમાં ભરો.
- આ ફોર્મ ને છુટુ પાડી અણુવ્રત કાર્યકરને આપો.
- તમે ફોર્મની કોપી વોટસએપ અથવા ઈમેલ દ્વારા પણ મોકલી શકો છો.

પ્રતિજ્ઞા પત્ર ઓનલાઈનભરવા માટે......

http://www.anuvibha.org/pledge

પર જાઓ અથવા કયુઆર કોડ સ્કેન કરો....

કાર્યલયના ઉપયોગ માટે

અણુવ્રત
સંકલ્પ શ્રૃંખલા

ક્રમાંક : ....

તારીખ : ....

અણુવ્રત લક્ષ્યો

૧. જાતિ, વર્ણ, સંપ્રદાય, દેશ અને ભાષાના ભેદભાવથી મુકત રહી મનુષ્યમાત્ર ને આત્મસંયમની પ્રેરણા.
૨. મિત્રતા, એકતા, શાંતિ, આધ્યાત્મિક અને નૈતિક મૂલ્યોની પ્રતિષ્ઠા.
૩. અહિંસક સમાજની સંરચના.

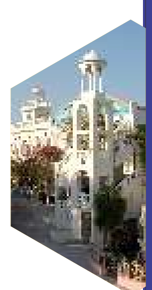
અણુવ્રત સાધના

૧. હું પ્રેક્ષાધ્યાનનો અભ્યાસ કરીશ, આત્મનિરીક્ષણ કરીશ.
૨. હું પારિવારિક જીવનમાં શાંતિપૂર્ણ સહઅસ્તિત્વ નો અભ્યાસ કરીશ.
૩. હું ભોગોપભોગના સંયમનો અભ્યાસ કરીશ.
૪. હું શ્રમ, સ્વાવલંબન અને સાદગીનો અભ્યાસ કરીશ.
૫. હું માંસાહારનો ત્યાગ કરીશ.
૬. હું મારી આવકના કેટલાક અંશનું દર વર્ષે વિસર્જન કરીશ.
૭. હું ઓછામાં ઓછા એક અણુવ્રત–પ્રશિક્ષણ શિબિરમાંભાગ લઈશ.

1949 - 2024
અણુવ્રત આંદોલન

અણુવિભા

અણુવ્રત વિશ્વ ભારતી સોસાયટી
પો. બોકસ નં. ૨૮, રાજસમંદ – ૩૧૩૩૨૪ (રાજ.)
+91 2952 220516, +91 91166 34515
head.office@anuvibha.org
www.anuvibha.org



અણુવ્રત

એક પરિચય

અણુ બોંબના નિરાશાવાદી યુગમાં અણુવ્રત રૂપી આશાનું કિરણ પ્રગટ થયું. આચાર્ય તુલસીએ એક વિચાર ક્રાંતિરૂપે ૧ માર્ચ, ૧૯૪૯ ના રોજ સરદારશહર (રાજસ્થાન) ખાતેથી અણુવ્રત આંદોલનને પ્રવર્તન કરી નાના નાના સંકલ્પો દ્વારા જીવનમાં પરિવર્તન લાવવાનો માર્ગ ચીંધ્યો. **'સંયમઃ ખલુ જીવનમ્'** નો ઉદ્ઘોષ અણુવ્રતની આધારશીલા રૂપે પ્રતિસ્થાપિત થયો. માનવીય મૂલ્યો પર આધારિત અણુવ્રતનું દર્શન જીવનનાં દરેક પાસાને સ્પર્શે છે. અણુવ્રત એક અહિંસક અને સંયમ પ્રધાન સંપૂર્ણ જીવનશૈલી છે, જે ઉપભોગવાદી જીવનશૈલીનો વધુ સારો વિકલ્પ પ્રસ્તુત કરે છે. અણુવ્રત જીવનશૈલી એક તરફ વ્યકિતની નૈતિક ચેતનાને જાગૃત કરી સ્વ–કલ્યાણનો આધાર તૈયાર કરે છે, તો બીજી તરફ સમાજ અને વિશ્વના કલ્યાણનો માર્ગ પણ પ્રશસ્ત કરે છે. વર્તમાનમાં અણુવ્રત અનુશાસ્તા આચાર્ય શ્રી મહાશ્રમણ અણુવ્રત આંદોલનને પોતાનું માર્ગદર્શન પ્રદાન કરી રહ્યા છે.

અણુવિભા

એક પરિચય

માનવીય મૂલ્યોના આધારે આદર્શ સમાજની રચના કરવી એ અણુવ્રત આંદોલનનું મૂળભૂત લક્ષ્ય છે. અણુવ્રત દર્શન વ્યકિત સુધારણા ને સમાજ સુધારણાનો પાયો માને છે. **'અણુવિભા'** ના સંક્ષિપ્ત નામથી લોકપ્રિય અણુવ્રત વિશ્વભારતી સોસાયટી આજ પાયાની વાતને કેન્દ્રમાં રાખીને કાર્યરત એક આંતરરાષ્ટ્રીય સંસ્થા છે, આ સંસ્થા સંયુકત રાષ્ટ્રસંઘના સિવિલ સોસાયટી વિભાગ સાથે જોડાયેલી છે.

અણુવ્રત વિશ્વભારતી દ્વારા અહિંસક અને શાંતિપ્રિય સમાજના નિર્માણને લક્ષ્યમાં રાખીને અનેક કાર્યક્રમો નું સંચાલન દેશ–વિદેશમાં ફેલાયેલા સુદઢ નેટવર્કના માધ્યમથી કરવામાં આવે છે. ભારતના ૧૫૦ થી વધુ શહેરો/કસબાઓમાં અણુવ્રતનું સંગઠન અસ્તિત્વ ધરાવે છે, જેની સાથે જોડાયેલા હજારો કાર્યકર્તાઓ આ મિશનને આગળ ધપાવવા માટે કટિબદ્ધ છે. આ સાથે ૫૦ થી વધુ દેશોમાં સમાન વિચારસરણી ધરાવતી સંસ્થાઓ અને વ્યકિતઓ સાથે પણ અણુવિભાનું નેટવર્ક જોડાયેલું છે.

હું વિશ્વનો એક જવાબદાર નાગરિક છું.

હું માનું છું કે એક શાંત વિશ્વના નિર્માણ માટે મારી પોતાની શાંતિ પ્રિયતા આવશ્યક છે. એક અહિંસક વિશ્વ માટે મારે મારા પોતાના પ્રત્યેક આચાર અને વિચારને હિંસાથી મુકત રાખવા પડશે. વિશ્વના સતત વિકાસ અને પ્રકૃતિના સંરક્ષણ માટે મારે પોતાની આવશ્યકતાઓને સીમિત કરવી પડશે.

આ દિશામાં આગળ વધવા માટે અણુવ્રતની આચાર સંહિતા માર્ગદર્શક ભૂમિકા અદા કરે છે. મને વિશ્વાસ છે કે વ્યકિત પોતાના જીવનનો સ્વયં નિર્માતા છે. તેથી આ માનવીય સંકલ્પોને જીવનમાં અપનાવવા માટે બાહ્ય પરિસ્થિતિઓ બાધક બની શકે નહીં.

અણુવ્રત

આચાર સંહિતા

- ☐ **હું કોઈપણ નિર્દોષ પ્રાણીનો સંકલ્પપૂર્વક વધ કરીશ નહીં.**
  આત્મહત્યા કરીશ નહીં.
  ભૂણહત્યા કરીશ નહીં.
- ☐ **હું આક્રમણ કરીશ નહીં.**
  આક્રમક નીતિનું સમર્થન કરીશ નહીં.
  હું વિશ્વ–શાંતિ અને નિઃશસ્ત્રીકરણ માટે પ્રયત્ન કરીશ.
- ☐ **હું હિંસાત્મક અને ભાંગફોડિયા પ્રવૃત્તિઓમાં ભાગ લઈશ નહીં.**
- ☐ **હું માનવીય એકતામાં વિશ્વાસ રાખીશ.**
  જાતિ, રંગ વગેરેના આધારે કોઈને ઊંચ–નીચ માનીશ નહીં
- ☐ **હું ધાર્મિક સહિષ્ણુતા રાખીશ.**
  સાંપ્રદાયિક ઉત્તેજના ફેલાવીશ નહીં.
- ☐ **હું વ્યવસાય અને વ્યવહારમાં પ્રમાણિક રહીશ.**
  પોતાના લાભ માટે બીજાને હાનિ પહોંચાડીશ નહીં.
  કોઈની સાથે છેતરપિંડી યુકત વ્યવહાર કરીશ નહીં
- ☐ **હું બ્રહ્મચર્ય અને સંગ્રહની સીમાંનુ નિર્ધારણ કરીશ.**
- ☐ **હું ચૂંટણી સંબંધે અનૈતિક આચરણ કરીશ નહીં**
- ☐ **હું સામાજિક કુરિવાજોને પ્રશ્રય આપીશ નહીં.**
- ☐ **હું વ્યસન મુકત જીવન જીવીશ.**
  કેફી દ્રવ્યો તથા નશાકારક પદાર્થો જેવા કે શરાબ, ગાંજો, ચરસ, હેરોઈન, ભાંગ, તમાકુ વગેરેનું સેવન કરીશ નહીં.
- ☐ **હું પર્યાવરણની સમસ્યાઓ પ્રત્યે જાગૃત રહીશ.**
  હું લીલાંછમ ઘટાદાર વૃક્ષોને કાપીશ નહીં.
  પાણી, વીજળી વગેરેનો દુર્વ્યય કરીશ નહીં

અહીં તમે જે સંકલ્પો સ્વીકાર કરી રહ્યા છો તેની સામે ☑ કરો ,
અને ભવિષ્યમાં તમારી સ્મૃતિ માટે નોંધ કરી રાખો.

સંકલ્પ પત્ર

મને અણુવ્રતમાં વિશ્વાસ છે. શું નિશ્ચય સાથે જુબાની આપું છું, હું નીચેની ☑ નિશાન કરેલી પ્રતિજ્ઞાઓ સ્વીકારું છું.

- ☐ **હું કોઈપણ નિર્દોષ પ્રાણીનો સંકલ્પપૂર્વક વધ કરીશ નહીં.**
  આત્મહત્યા કરીશ નહીં.
  ભૂણહત્યા કરીશ નહીં.
- ☐ **હું આક્રમણ કરીશ નહીં.**
  આક્રમક નીતિનું સમર્થન કરીશ નહીં.
  હું વિશ્વ–શાંતિ અને નિઃશસ્ત્રીકરણ માટે પ્રયત્ન કરીશ.
- ☐ **હું હિંસાત્મક અને ભાંગફોડિયા પ્રવૃત્તિઓમાં ભાગ લઈશ નહીં.**
- ☐ **હું માનવીય એકતામાં વિશ્વાસ રાખીશ.**
  જાતિ, રંગ વગેરેના આધારે કોઈને ઊંચ–નીચ માનીશ નહીં
- ☐ **હું ધાર્મિક સહિષ્ણુતા રાખીશ.**
  સાંપ્રદાયિક ઉત્તેજના ફેલાવીશ નહીં.
- ☐ **હું વ્યવસાય અને વ્યવહારમાં પ્રમાણિક રહીશ.**
  પોતાના લાભ માટે બીજાને હાનિ પહોંચાડીશ નહીં.
  કોઈની સાથે છેતરપિંડી યુકત વ્યવહાર કરીશ નહીં
- ☐ **હું બ્રહ્મચર્ય અને સંગ્રહની સીમાનું નિર્ધારણ કરીશ.**
- ☐ **હું ચૂંટણી સંબંધે અનૈતિક આચરણ કરીશ નહીં.**
- ☐ **હું સામાજિક કુરિવાજોને પ્રશ્રય આપીશ નહીં.**
- ☐ **હું વ્યસન મુકત જીવન જીવીશ.**
  કેફી દ્રવ્યો તથા નશાકારક પદાર્થો જેવા કે શરાબ, ગાંજો, ચરસ, હેરોઈન, ભાંગ, તમાકુ વગેરેનું સેવન કરીશ નહીં.
- ☐ **હું પર્યાવરણની સમસ્યાઓ પ્રત્યે જાગૃત રહીશ.**
  હું લીલાંછમ ઘટાદાર વૃક્ષોને કાપીશ નહીં.
  પાણી, વીજળી વગેરેનો દુર્વ્યય કરીશ નહીં