



अहिंसक-भौतिक चेतना का अग्रदूत पाक्षिक

# अणुव्रत

वर्ष : 55 ■ अंक : 21 ■ 1-15 सितंबर, 2010

संपादक : डॉ. महेन्द्र कर्णावट  
सहयोगी संपादक : निर्मल एम. रांका

अणुव्रत में प्रकाशित रचनाकारों द्वारा व्यक्त विचारों से संपादक/प्रकाशक की सहमति आवश्यक नहीं है।

## □ सदस्यता शुल्क :

- ◆ एक प्रति : बारह रु.
- ◆ वार्षिक : 300 रु.
- ◆ त्रैवार्षिक : 700 रु.
- ◆ दस वर्षीय : 2000 रु.

## □ विज्ञापन सहयोग :

- ◆ द्वितीय मुख पृष्ठ 'रंगीन' : 10,000 रु.
- ◆ तृतीय मुख पृष्ठ 'रंगीन' : 10,000 रु.
- ◆ चतुर्थ मुख पृष्ठ 'रंगीन' : 10,000 रु.
- ◆ साधारण पृष्ठ 'पूरा' : 3,000 रु.
- ◆ साधारण पृष्ठ 'आधा' : 2,000 रु.

## □ सम्पर्क सूत्र :

अणुव्रत महासमिति  
210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,  
नई दिल्ली-110002

दूरभाष : (011) 23233345

फैक्स : (011) 23239963

E-mail : anuvrat\_mahasamiti@yahoo.com

Website : anuvratinfo.org



- ◆ चिर यौवन का रहस्य
- ◆ आध्यात्मिक जीवन शैली
- ◆ आदर्श परिवार : एक परिकल्पना
- ◆ कैसे हो सामाजिक उत्थान
- ◆ खूनी क्रांति का संकेत
- ◆ पाश्चात्य जगत से क्या लें, क्या छोड़ें
- ◆ बड़ी माँ
- ◆ प्रासंगिक है 'हिन्द स्वराज'
- ◆ डॉ. राधाकृष्णन, ईश्वरवादी धर्म-दर्शन
- ◆ अपने 'श्रेष्ठतम' को जन्म दें
- ◆ डॉ. जाकिर हुसैन की विनम्रता
- ◆ श्वास रोग और प्रेक्षा चिकित्सा : 4:
- ◆ भौतिकता एवं आध्यात्मिकता
- ◆ धरती को तवा बनने से रोकें
- ◆ अणुव्रत-राहों के अन्वेषी
- ◆ दांव पर पत्नी : हजार बार लानत

## ■ स्तंभ

- ◆ संपादकीय 2
- ◆ राष्ट्र चिंतन 13
- ◆ झाँकी है हिन्दुस्तान की 18
- ◆ अणुव्रत अधिवेशन 26
- ◆ बाल अणुव्रत 30
- ◆ अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह 32
- ◆ अणुव्रत आंदोलन 33-39
- ◆ कृति 40

- आचार्य महाप्रज्ञ 3
- आचार्य महाश्रमण 7
- साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा 9
- भूरचंद जैन 11
- सुषमा जैन 12
- रूपनारायण काबरा 14
- शबनम शर्मा 15
- डॉ. गिरीश कुमार शर्मा 16
- कमला पुरोहित 17
- जनार्दन शर्मा 19
- मुनि राकेशकुमार 20
- मुनि किशनलाल 22
- चांदमल कर्णावट 25
- मेघराज जैन 27
- सिद्धार्थ शर्मा 28
- स्वामी वाहिद काज़मी 29

## शताब्दी वर्ष के मायने : ४ :

सामाजिक परिवेश व्यक्तित्व निर्माण की आधारशिला है। नए मनुष्य के निर्माण के लिए स्वस्थ समाज का होना आवश्यक है। समाज की परिस्थितियाँ स्वस्थ होंगी तो **‘व्यक्ति’** का निर्माण होगा और अस्वस्थ होंगी तो **‘भीड़’** का निर्माण होगा **‘व्यक्ति’** का नहीं। वर्तमान में भोगवादी समाज व्यवस्था के पाँव चारों तरफ पसर चुके हैं। तेजी से पाँव पसारते भोगवाद ने अनैतिक मूल्यों को बढ़ावा दिया है तो परम्परागत संस्कृति को भी अपसंस्कृति में परिवर्तित कर दिया है। आज स्वतंत्रता के नाम पर स्वच्छंदता का जो नाटक ऊपर से नीचे तक चल रहा है उसने समाज व्यवस्था की जड़े हिला दी हैं।

बढ़ते वैभव, भोग एवं आडम्बर का आलम यह है कि तथाकथित बड़े लोग, सत्ता-संस्थाओं के शीर्ष पदों पर आरुढ़ व्यक्ति अपने परिवार के सामाजिक आयोजनों को रेव पार्टियों की तर्ज पर ढालने का प्रयास कर रहे हैं। अब पंच-सितारा होटलों में ये आयोजन नहीं होते वरन् इनके लिए गोवा, मुम्बई, केरल के समुद्री तटों पर आधुनिकतम सुविधाओं से युक्त गाँवों को जिनमें पचास से सौ बंगले होते हैं उन्हें दो-तीन दिन के लिए किराये पर लिया जाता है, एक दिन का इनका किराया पच्चीस से पच्चास लाख रुपए या अधिक होता है। निर्धारित तिथियों पर सभी परिजन-मित्रगण इन आधुनिकतम गाँवों में एकत्र होते हैं और फिर शुरु होता है विवाह का जश्न। इस जश्न में संयम और सादगी कहीं नजर नहीं आती; दिखाई देता है केवल वैभव, जिसका कहीं अंत नहीं होता।

अणुव्रत का घोष है संयम ही जीवन है। जहां संयम है वहाँ सादगी है- ईमानदारी है, नैतिकता है। याने जहाँ संयम है वहाँ **‘व्यक्ति’** है। जहाँ संयम और सादगी नहीं वहाँ **‘व्यक्ति’** नहीं **‘भीड़’** है। आज हमें चारों तरफ **‘भीड़’** ही **‘भीड़’** दिखाई दे रही है। **‘व्यक्ति’** इस भीड़ में कहीं खो चुका है जिसे ढूँढना भी संभव नहीं हो पा रहा है। बढ़ते भोगवाद का ही परिणाम है कि आज शिक्षा संस्थानों से कल-कारखानों की तरह धन उगलने वाली नई पीढ़ी की **‘भीड़’** निकल रही है, **व्यक्ति और व्यक्तित्व** नहीं। भीड़ समाज नहीं होती वरन् वह व्यक्ति समाज होता है जो परिस्थितियों से संघर्ष करता हुआ नदी के बहाव की उल्टी दिशा में बहता हुआ नदी को पार करता है।

आज **‘व्यक्तियों’** की तलाश है जो भीड़ से अलग खड़े रह स्वस्थ समाज संरचना के स्वप्न को आकार दे सकें। समाज सुधारक अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी जन्म शताब्दी वर्ष की यही आहट है कि नये व्यक्तित्व का निर्माण हो, तथा व्यक्ति, समाज एवं धार्मिक स्थानों में संयम और सादगी का दौर पुनः प्रारंभ हो जो भोगवाद की आंधी में उखड़-उजड़ गया है। इसके लिए आवश्यक है कि हम हमारी बाल पीढ़ी को छः वर्ष के होते-होते प्रतिदिन यह बतायें कि जीवन का अर्थ क्या है, संयम और सादगी का अर्थ क्या है, नैतिक मूल्य क्या है, प्रदर्शन-आडम्बर के दुष्परिणाम क्या हैं, अणुव्रत क्या है, ईमानदारी क्यों आवश्यक है, धर्म का अर्थ क्या ईमानदारी से अर्थ उपार्जित करना है, सत्य और अहिंसा का जीवन में क्या महत्व है, मानवीय संवेदनाएँ क्या हैं इत्यादि। इसी के साथ समाज सुधारकों राष्ट्र निर्माताओं एवं धर्माचार्यों की प्रेरक कहानियाँ भी सुनायें ताकि बाल पीढ़ी उनके जीवन से प्रेरणा ले सके। क्या आचार्य तुलसी शताब्दी वर्ष पर हम व्यक्तित्व निर्माण का यह संकल्प स्वीकार करेंगे? पाश्चात्य संस्कृति के अनुगमन और भोगवाद के कारण हमारे कदम गलत दिशा में बढ़ गये हैं, वहाँ से वापसी जरूरी है। भविष्य को संवारने के लिए पुनः पीछे लौटना ही एक समाधान।

● डॉ. महेन्द्र कर्णावट

# चिर यौवन का रहस्य

आचार्य महाप्रज्ञ

मनुष्य की शाश्वत कामना है 'जीवम शरदः शतम् में सौ वर्ष तक जीता रहूँ।' प्राचीनकाल में जीवन की सामान्य सीमा थी सौ वर्षों की। प्राचीन आचार्यों ने इस सीमा को दस अवस्थाओं में बांटा है। जीवन की दस अवस्थाएं हैं। आदमी जन्म लेता है। बच्चा होता है, युवा बनता है, बूढ़ा होता है और फिर मृत्यु को प्राप्त हो जाता है। बच्चा होना कोई चाहता नहीं। यह चाह का विषय नहीं है। यह प्रश्न नियति का है। तीन अवस्थाएं हैं बचपन, यौवन और वृद्धत्व। बचपन चाह का विषय नहीं है, बच्चा युवा होना चाहता है। यौवन चाह का विषय है। युवा बूढ़ा बनना नहीं चाहता। वृद्धत्व चाह का विषय नहीं है। बूढ़ा न होने के लिए आदमी ने बहुत प्रयत्न किए हैं। अनेक औषधियों और पद्धतियों का आविष्कार कर यह पूरा प्रयत्न किया गया कि आदमी बूढ़ा न बने। आयुर्वेद ने कायाकल्प की पद्धति चलायी जिससे कि आदमी चिर युवा रह सके, बूढ़ा भी युवक बन जाए। आदमी बूढ़ा इसलिए होता है कि उसके शरीर की कोशिकाएं नष्ट अधिक होती हैं, नयी कोशिकाओं का निर्माण नहीं होता। शरीर-शास्त्रीय दृष्टि से जो आदमी शक्ति का व्यय कम करता है, ऊर्जा को कम खर्च करता है, नयी कोशिकाओं को निर्मित होने का अवकाश देता है, वह बूढ़ा नहीं होता, जल्दी बूढ़ा नहीं होता। इसका तात्पर्य यह है कि मनुष्य सदा युवा रहना चाहता है। प्रेक्षाध्यान को हम इस दृष्टि से देखें कि उससे चिर यौवन को सुरक्षित रखा जा सकता है। उसे स्थायी बनाया जा सकता है। आगमकार कहते हैं कि देवता कभी बूढ़े नहीं होते। वे सदा मध्यम वय में ही रहते हैं। तीर्थंकर युवावस्था में ही निर्वाण को प्राप्त होते हैं। संभवतः व्याख्याकारों ने यह मान लिया कि मध्यम आयु में ही तीर्थंकरों को निर्वाण की प्राप्ति

हो जाती है। इसका सीधा अर्थ है कि तीर्थंकर कभी बूढ़े नहीं होते। जो सिद्धयोगी होते हैं वे कभी बूढ़े नहीं होते। कोई भी वीतराग व्यक्ति बूढ़ा कैसे होगा? बुढ़ापा लाने वाली सारी स्थितियां वहाँ समाप्त हो जाती हैं।

## युवक कौन?-बूढ़ा कौन?

युवक और यौवन की अनेक परिभाषाएं की गयीं। मैं उनके विश्लेषण में नहीं जाऊँगा। मुझे केवल प्रेक्षाध्यान के संदर्भ में युवा को समझना है, बूढ़े को समझना है। युवा कौन होता है? बूढ़ा कौन होता है? यौवन क्या है? बुढ़ापा क्या है? मैं इन प्रश्नों की चर्चा आर्युविज्ञान और मानव-शास्त्र के संदर्भ में करना चाहूँगा। शरीरशास्त्र का कथन है कि मस्तिष्क की कोशिकाएं जब कठोर बन जाती हैं तब आदमी बूढ़ा बनता है। बुढ़ापे का लक्षण है मस्तिष्क की कोशिकाओं का समाप्त हो जाना, उनका लचीलापन मिट जाना, उनका कठोर हो जाना। कठोरता में क्षमता कम हो जाती है। उससे आदमी बूढ़ा बन जाता है। वह बूढ़ा ही नहीं बनता, उसकी सहिष्णुता भी कम हो जाती है, परिस्थितियों को झेलने की क्षमता न्यून हो जाती है, संतुलन कम हो जाती है। यह व्यवहार का अनुभव है कि बूढ़ा आदमी चिड़चिड़े स्वभाव का हो जाता है। उसे क्रोध अधिक आता है, शीघ्र आता है। वह किसी बात को सहन ही नहीं कर सकता। बात-बात में अधीरता परिलक्षित होने लगती है। यह उस व्यक्ति का दोष नहीं है। यह तो मस्तिष्कीय मज्जा की कठोरता का परिणाम है।

**एक शब्द में बूढ़ा वह होता है जिसकी मस्तिष्कीय मज्जा कठोर हो जाती है। युवा वह होता है जिसकी मस्तिष्कीय मज्जा में लचीलापन है, आद्रता है।**

प्रेक्षाध्यान की प्रक्रिया से मस्तिष्कीय मज्जा को लचीला बनाए रखा जा सकता है, उसको गीला बनाए रखा जा सकता

है। जो व्यक्ति शरीर और चैतन्य-केन्द्रों की प्रेक्षा करता है, गहराई में उतरकर उनके अणु-अणु को देखने का प्रयत्न करता है, तो उसकी इस गहरी प्रेक्षा से रक्त और प्राण-शक्ति का इतना संचार होता है कि मज्जा में कठोरता नहीं आती। वह वैसी की वैसी तरल और आद्र बनी रहती है। यह आद्रता आदमी को केवल बूढ़े होने से नहीं बचाती, वह उसके चिड़-चिड़ेपन, असंतुलन और उत्तेजना को भी समाप्त कर देती है।

बूढ़ा वह होता है जिसकी रीढ़ की हड्डी विकृत और कठोर हो जाती है। युवा वह होता है जिसकी रीढ़ की हड्डी लचीली रहती है। आगम के व्याख्याकारों ने बताया कि आदमी चालीस वर्ष तक युवा होता है और सत्तर वर्ष तक प्रौढ़ रहता है। यह मध्यम वय है। उसके बाद क्षीणता आती है और आदमी बूढ़ा होता जाता है। आयुर्विज्ञान और स्वास्थ्य-विज्ञान में यह कथन उचित है। किन्तु ध्यान-विज्ञान में यह नियम लागू नहीं होता। जो व्यक्ति पवन-मुक्तासन, धनुरासन, पश्चिमोत्तासन आदि रीढ़ को लचीला बनाने वाले आसन करता है, शक्ति-केन्द्र से ज्ञान-केन्द्र और ज्ञान-केन्द्र से शक्ति-केन्द्र तक मन की अन्तर्यात्रा करता है, सुषुम्ना मार्ग से प्राण-धारा को प्रवाहित करता है, वह चाहे 80 वर्ष का हो या 90 वर्ष का हो, कभी बूढ़ा नहीं हो सकता। वह पूरे सौ वर्ष पार कर ले, फिर भी बूढ़ा नहीं हो सकता, क्योंकि उसकी रीढ़ की हड्डी का लचीलापन बना रहता है। वह युवा ही है। प्रेक्षाध्यान का प्रयोग रीढ़ की हड्डी को स्वस्थ और लचीली रखने का अचूक उपाय है।

युवा वह होता है जिसका मस्तिष्क तनाव से मुक्त रहता है। जो मस्तिष्कीय तनाव से मुक्त है, उसकी आयु कितनी भी क्यों न हो, वह युवा है और जो मस्तिष्कीय तनाव से ग्रस्त है, उसकी आयु चाहे

## दिशा-दर्शन

40-50 ही क्यों न हो, वह बूढ़ा है। तनाव बुढ़ापा लाता है। तनावमुक्ति बुढ़ापे से मुक्ति दिलाती है। शारीरिक तनाव, मानसिक तनाव और भावनात्मक तनाव ये तीनों प्रकार के तनाव कोशिकाओं में कठोरता पैदा करते हैं और यह कठोरता बुढ़ापे का मूल कारण है। जो व्यक्ति ध्यान का अभ्यास नहीं करता वह तनाव से सर्वथा मुक्त नहीं हो सकता। कुछेक लोग तनावमुक्ति के लिए विभिन्न औषधियों का सेवन करते हैं। लगता है कि कुछ घंटों के लिए उनका तनाव शिथिल हो गया है, पर वे औषधियां और अधिक हानि करती हैं, उसके बहुत बुरे परिणाम आते हैं। तनाव को मिटाने का उपाय है अपनी जटिल आदतों को बदलना, कषायों को कम करना, आवेगों को शांत करना। यह सारा ध्यान से ही संभव हो सकता है।

धर्मगुरु समझाते रहें हैं कि क्रोध मत करो, क्योंकि उससे नरक मिलता है। आज का बुद्धिवादी युवक नरक के भय से किसी बात को छोड़ने के लिए तैयार नहीं है। क्रोध करने से नरक मिलता हो तो भले ही मिले, किन्तु यदि मुझे उससे सुख की अनुभूति होती है तो वह करणीय है त्याज्य नहीं है। आज के आदमी में नरक का भय नहीं रहा। किन्तु यदि आज के आदमी को बताया जाए कि क्रोध से तनाव बढ़ता है, बीमारियां उत्पन्न होती हैं, कैंसर होता है, अल्सर होता है, नाना प्रकार के मनोकायिक रोग होते हैं, तो वह क्रोध को छोड़ने की बात सोच सकता है। **क्रोध न करने का प्रश्न केवल परलोक से संबंधित नहीं है, वह शारीरिक और मानसिक स्वास्थ्य से संबंधित है। यदि यह बात समझाई जाती है तो हर व्यक्ति उस पर ध्यान दे सकता है। तनावग्रस्त व्यक्ति असमय में बूढ़ा बन जाता है। प्रेक्षाध्यान एक प्रयोग है तनावमुक्ति का। तनाव निरुत्साह को पैदा करता है। निरुत्साही व्यक्ति बूढ़ा होता है। युवा वह होता है जो उत्साह को कभी नहीं खोता।**

आचार्य भिक्षु से पूछा 'प्रमाद का अर्थ क्या है' उन्होंने कहा 'धर्मके प्रति अनुत्साह'। फिर पूछा 'अप्रमाद का अर्थ क्या है?' उन्होंने कहा 'धर्म के प्रति उत्साह'।

हम एक परिभाषा बनाएं युवा वह होता है जो अप्रमत्त होता है। बूढ़ा वह होता है, जो प्रमत्त होता है। जो अप्रमत्त होगा उसमें धर्म का उत्साह होगा, अपने अस्तित्व के प्रति उत्साह होगा, अपने चैतन्य के जागरण के प्रति उत्साह होगा। बूढ़ा वह होता है जिसका उत्साह मर जाता है, जिसका धर्म या अपने अस्तित्व के प्रति उत्साह मर जाता है। बूढ़ा वह होता है जिसके चैतन्य की लौ बूझ जाती है। यौवन का कोई भी लक्षण दृष्टिगोचर नहीं होता।

**भावक्रिया :** विकास का आदि-बिन्दु प्रेक्षाध्यान एक प्रक्रिया है अप्रमाद के विकास की, चैतन्य के जागरण की। जिस व्यक्ति ने भावक्रिया का थोड़ा-सा भी अभ्यास किया है, वह व्यक्ति अप्रमत्त रहने का अभ्यासी कहा जा सकता है। यदि हम गहरे में जाएं, दर्शन की बहुत सारी गुत्थियों को सुलझाने बैठें तो यह लगेगा कि भावक्रिया ने मनुष्य के विकास में बहुत बड़ा योग दिया है। भावक्रिया ने ही प्राणी को निगोद (वनस्पति) से मनुष्य की अवस्था तक पहुँचाया है। निगोद विकास का आदि-बिन्दु है और मनुष्य अवस्था विकास का चरम-बिन्दु है। निगोद प्राणियों का अक्षय कोष है। वहीं से सारा विकास प्रारंभ होता है। मनुष्य जीव जब उस निगोद में था तब एककोशीय प्राणी के रूप में था। कोई संकल्प जागा, भावक्रिया होती रही, अल्प-विकसित चेतना को विकसित होने का योग मिलता रहा। वह चलते-चलते चेतना-विकास का चरम-बिन्दु मनुष्य अवस्था तक पहुँच गया। अमनस्क अवस्था में समनस्क अवस्था तक पहुँच गया। उसमें इन्द्रिय चेतना, मनश्चेतना और बौद्धिक चेतना विकसित हुई। विवेक चेतना जागी। यह सब भावक्रिया से ही संभव हो सका है।

### सृजनात्मक मूल्यांकन

यूनान के दार्शनिकों ने सृजनात्मक मूल्यांकन पर बहुत विचार किया है। उनका कहना है कि मनुष्य का जो जैविक विकास-क्रम है वह सारा एक-संकल्प द्वारा हुआ है। यदि हम भावक्रिया को ठीक समझ लें तो उस सृजनात्मक विकास की व्याख्या को समझ सकते हैं। भावक्रिया

के बिना, निरन्तर संकल्प की प्रेरणा के बिना कोई भी प्राणी अविकास से विकास की दशा तक नहीं पहुँच सकता। यह प्रेक्षा का प्रयोग अप्रमाद या सतत जागरूकता का प्रयोग है। यह चैतन्य की दीपशिखा को निरन्तर प्रज्वलित रखने का प्रयोग है। इस प्रयोग के द्वारा मनुष्य सदा युवा रह सकता है। जो अप्रमत्त रहता है वह सदा युवा बना रहता है। जो प्रमत्त होता है वह बूढ़ा बन जाता है। बूढ़ा वह होता है जो झपकियां ज्यादा लेता है। युवा झपकियां नहीं लेता। बूढ़ा वह होता है जो अतीत की स्मृतियों में खोया रहता है। युवा वह होता है जो वर्तमान में रहता है। बूढ़ा आदमी निरन्तर अतीत की यादों में रस लेता रहता है। उसे वर्तमान अच्छा ही नहीं लगता। वह अतीत के गुण गाता है, अपने अतीत को याद कर खिल उठता है। वह स्मृतियों के कगार पर खड़ा होता है और स्मृतियों की बैसाखी के सहारे चलता रहता है। युवा अतीत को समझता है पर जीता है वर्तमान को। वह वर्तमान पर चलता है, खड़ा होता है और उसे जानता-समझता है। वह अतीत की बातों में कभी नहीं उलझता। वह उलझेगा भी क्यों? उसका अतीत है ही क्या? एक बूढ़े व्यक्ति का अतीत 80 वर्ष का है और एक युवा व्यक्ति का अतीत 20-25 वर्ष का है। वह युवा क्या स्मृति करेगा और कौन से अतीत की प्रशंसा करेगा? उसे रस ही नहीं आएगा। जो केवल अतीत के गीत गाता है वह चालीस वर्ष का युवा भी बूढ़ा है और जो वर्तमान को पकड़कर चलता है वह अस्सी वर्ष का बूढ़ा भी युवा है। जो पुराने के नाम पर जहर पीने को तैयार रहता है और नये के नाम पर अमृत को ठुकरा देता है, जिसमें पुरानेपन का इतना मोह और अनुराग हो जाता है, भूतकाल पर इतनी श्रद्धा हो जाती है, वह चाहे कितनी ही कम उम्र का हो, है बूढ़ा ही। बूढ़े को या युवा को अवस्था के साथ नहीं जोड़ा जा सकता।

### प्रेक्षा है वर्तमान में जीना

प्रेक्षाध्यान का एक महत्त्वपूर्ण सूत्र है वर्तमान में जीना। वह वर्तमान में देखना सिखाता है। वह कहता है

शरीर-प्रेक्षा करो। वर्तमान में शरीर में क्या-क्या घटित हो रहा है उसे देखो। कौन-सा पर्याय चल रहा है? कौन-सा पर्याय नष्ट हो रहा है? कौन-सा पर्याय उत्पन्न हो रहा है? क्या-क्या जैविक और रासायनिक परिवर्तन हो रहा है? हृदय का संचालन कैसे हो रहा है? शरीर के रसायन और विद्युत्-प्रवाह किस प्रकार के हो रहे हैं? इन सारी घटनाओं को शरीर में देखना जो इन सारी घटनाओं को देखता है वह वर्तमान को देखता है और जो वर्तमान को देखता है वह कभी बूढ़ा नहीं होता। प्रेक्षाध्यान का अर्थ है वर्तमान में जीना, वर्तमान को देखना। न अतीत में जीना और न भविष्य में जीना, केवल वर्तमान में जीना। जो वर्तमान में जीता है, जिसने वर्तमान को पकड़ रखा है, वह कभी बूढ़ा नहीं होता। सबसे कठिन है वर्तमान को पकड़ पाना। जिसने वर्तमान को पकड़ लिया, उसने सचमुच महान् सत्य को पा लिया।

साइप्रस में काल देवता की एक मूर्ति बनी। वह बहुत ही महत्त्वपूर्ण है। उस मूर्ति के अगले भाग में सघन केश दिखाए गए हैं और पीछे के भाग में वह मुंड है, एक भी केश नहीं है। वह मूर्ति काल समय का वास्तविक ज्ञान कराती है। समय सामने से आता है। वर्तमान आता है। जिसने उसको आगे से पकड़ लिया, वह जीत गया, पीछे से उसे पकड़ा नहीं जा सकता। अतीत पदार्थ है। उसे नहीं पकड़ा जा सकता।

वर्तमान ही यथार्थ है। अतीत बीत चुका। वह अयथार्थ हो गया। भविष्य प्राप्त नहीं है। वह भी अयथार्थ है। वर्तमान को पकड़ना, समझना ही सत्य को पकड़ना है, समझना है।

### पटुता का तारतम्य

प्रेक्षाध्यान वर्तमान में जीना सिखाता

है। वर्तमान में शरीर में जो कुछ घटित होता है, जो चंचलता हो रही है या जिन कारणों से चंचलता हो रही है, उनको देखना ही प्रेक्षाध्यान है। शरीर की संरचना बहुत ही जटिल और सूक्ष्म है। एक-एक सेल की संरचना भी बहुत सूक्ष्म है। दस दिन के अभ्यास मात्र से शरीर को पूरा नहीं समझा जा सकता। लम्बे अभ्यास से ही हम उससे कुछ परिचित हो सकते हैं। साधकों में देखने-पकड़ने की तरतमता होती है। एक प्रश्न कई बार सामने आता है कि शिवियों में वे लोग भी आते हैं जो पहली बार प्रेक्षा का अभ्यास करने के इच्छुक हैं और वे लोग भी आते हैं जिन्होंने लम्बे समय तक प्रेक्षा का अभ्यास कर लिया है। दोनों में संगति कैसे हो सकती है? यह कोई जटिल समस्या नहीं है। जो व्यक्ति गतिज्ञान और श्रुतज्ञान की सूक्ष्मताओं को जानता है, वह ऐसे प्रश्नों में नहीं उलझता। वह जानता है कि एक व्यक्ति के ज्ञान में और दूसरे व्यक्ति के ज्ञान में अनन्त गुना तारतम्य होता है। सबका पाटव या कौशल एक समान नहीं होता। वह व्यक्ति-व्यक्ति में विसदृश होता है। आज जो एक व्यक्ति प्रेक्षा का अभ्यास आरंभ करता है वह बहुत स्थूल पर्यायों को ही पकड़ पाता है। जिस व्यक्ति ने बहुत बार अभ्यास कर लिया वह आगे से इतनी सूक्ष्मताओं को पकड़ लेता है, उसमें इतनी पटुता आ जाती है कि उसकी तुलना नहीं की जा सकती। एक कहानी है। कहानी ही नहीं एक मार्मिक बात है जो व्यक्ति की पटुता का तारतम्य स्पष्ट करती है।

एक विदेशी राजा ने भारत पर आक्रमण करना चाहा। उसने सोचा कि आक्रमण करने से पूर्व यह जान लेना चाहिए कि उस राजा के पास कोई बुद्धिमान

व्यक्ति है या नहीं? कोई अनुभवी या वृद्ध व्यक्ति है या नहीं?

बूढ़े व्यक्ति का बहुत महत्त्व होता है। यह मत मानिए कि बूढ़े का कोई महत्त्व नहीं है। बहुत महत्त्व है बूढ़े व्यक्ति का। हमारे यहाँ एक उक्ति प्रचलित है 'साठी बुद्धि नाठी' साठ वर्ष का हुआ और बुद्धि नष्ट हो गई। यह उक्ति भी आज भ्रांति सिद्ध हो गई है। पश्चिमी जर्मनी के दो मनोवैज्ञानिकों ने हजारों व्यक्तियों पर परीक्षण कर यह निष्कर्ष निकाला है कि साठ वर्ष के बाद ही मनुष्य का वास्तविक जीवन शुरू होता है। बौद्धिक क्षमता का पूरा विकास उसी अवस्था में होता है। साठ वर्ष के बाद ही स्वास्थ्य का पूरा विकास होता है। कार्यजा-शक्ति भी उसी समय विकसित होती है। साठ वर्ष के पहले मनुष्य का अनुभव इतना परिपक्व नहीं होता। साठ वर्ष के बाद ही उसमें परिपक्वता आती है। उनकी इस घोषणा ने 'साठी बुद्धि नाठी' को सर्वथा भ्रांत सिद्ध कर डाला। बूढ़ा आदमी सर्वथा व्यर्थ नहीं होता। अनुभव और बौद्धिक परिपक्वता की दृष्टि से बूढ़े व्यक्ति का बड़ा मूल्य है। जहाँ भी अनुभव के आधार पर निर्णय लेने का प्रश्न आता है वहाँ बूढ़ा आदमी खोजा जाता है। न केवल मनुष्यों में किन्तु पशु-पक्षियों में भी बूढ़े आदमियों के अनुभवपरक घटनाक्रम भी प्रचलित हैं।

उस विदेशी राजा ने सुरमे की एक डिबिया देकर एक दूत भेजा। उस डिबिया में दो आँखों में आँजा जाए, इतना-सा सुरमा था। वह सुरमा अंधे को आँख देने में समर्थ था। दूत आया। राजा ने दूत का स्वागत किया। दूत ने कहा 'इस डिबिया में दो आँखों में आँजे, इतना-सा सुरमा है। हमें इसकी अधिक आवश्यकता है। आपके पास हो तो हमें दें। या इस सुरमे के आधार पर कोई ऐसा व्यक्ति ऐसा ही सुरमा बना सके तो हम उस आदमी को अपने साथ ले जाना चाहेंगे।' राजा ने सुना। मंत्रियों से सलाह ली। किन्तु ऐसा सुरमा कौन बना सके? किसी की बुद्धि से समाधान नहीं आया। राजा ने सोचा मेरा एक बूढ़ा मंत्री था, जो अभी सेवानिवृत्त हुआ है, उसे बुलाकर पूछा जाए। राजा ने

युवा वह होता है जिसमें परिस्थिति को झेलने की क्षमता होती है, परिस्थिति को ठुकराने की क्षमता होती है और अपने स्वामित्व को प्रतिष्ठापित करने की क्षमता होती है। प्रेक्षाध्यान चिर यौवन का महत्त्वपूर्ण उपाय है। जो साधक-प्रेक्षा ध्यान की अभ्यास-भूमिका में आते हैं, अपने आपको उसके प्रति समर्पित किए रहते हैं वे अनुभव कर सकते हैं कि उनका यौवन कितना स्थायी, कितना चिरजीवी और विशाल हो गया है और वे समाधि-मृत्यु के क्षण तक यही अनुभव करेंगे मैं बूढ़ा नहीं हूँ। मैं युवा हूँ, मैं युवा हूँ।

## दिशा-दर्शन

उसे बुला भेजा। वह अंधा हो गया था। वह आया। राजा ने सारी बात कही। अंत में कहा 'इस सुरमें से तुम अपनी आँखें खोल लो। आँखों से देखने पर जीवन सुखद रूप से कट जाएगा।' मंत्री अनुभवी था। उसने डिबिया ली। एक आँख में सुरमा आंजा। कुछ ही क्षणों बाद उसकी एक आँख प्रकाशित हो गई। उसको देखने लगा। जो शेष सुरमा बचा था, उसने अपनी दूसरी आँख में नहीं आंजा, किन्तु जीभ पर रख लिया। स्वाद से उसने सुरमे के सारे द्रव्यों का विश्लेषण कर लिया। घर जाकर वैसा ही सुरमा बनाया। परीक्षण के लिए अपनी दूसरी आँख में उसे आंजा। आँख खुल गई। वह सूझता हो गया। न वह अंधा रहा और न काना। उसने शेष सुरमा डिबिया में भरकर दूत से कहा 'जाओ, अपने सम्राट से कहना कि उन्हें ऐसा सुरमा जितना चाहे यहाँ से मंगा ले।' दूत गया। सम्राट को सारा वृतांत सुनाया। सम्राट ने सोचा जिस देश में ऐसे अनुभवी और वृद्ध रहते हैं, इतने बुद्धिमान मंत्री हैं, उस देश पर आक्रमण करना भयंकर भूल होगी। उसका इरादा बदल गया।

यह पटुता का तारतम्य होता है। एक ही दिन के अभ्यास से इतनी पटुता आ नहीं सकती। वह धीरे-धीरे विकसित होती है। जो व्यक्ति पटुता को उपलब्ध हो जाते हैं वे बिना यंत्र के रासायनिक विश्लेषण कर सारे रासायनिक द्रव्यों को जान लेते हैं।

### शरीर रसायनों का आकार

सुरमें में तो गिनती के द्रव्य हो सकते हैं। उनको सहजतया कुछ अभ्यास से जाना जा सकता है। किन्तु शरीर में अनगिन रसायन हैं। अनेक वैज्ञानिकों ने खोज के बाद बताया कि व्यक्ति जो सोचता है, चिंतन करता है, उसके रसायन सारे शरीर में जमा हो जाते हैं। एक नख में पचास प्रकार के रसायन हैं। हमारे एक बाल में सैकड़ों प्रकार के रसायन हैं। सिर का एक बाल पूरे व्यक्तित्व की व्याख्या करने में पर्याप्त है। एक बाल के आधार पर व्यक्ति के अतीत को जाना जा सकता है, वर्तमान और भविष्य को जाना जा सकता है। उसके आधार पर मनुष्य के स्वभाव और चरित्र को जाना जा सकता

है। एक शब्द में कहा जा सकता है कि एक बाल में वे सारे रसायन होते हैं, जो व्यक्तित्व को अभिव्यक्ति देते हैं। सारा शरीर रसायनों से भरा पड़ा है। दस, बीस या पचास दिन की शरीर प्रेक्षा से उन सब रसायनों को नहीं जाना जा सकता। निरंतर प्रेक्षा करने से ही उनसे परिचित हो सकते हैं। निरंतर प्रेक्षा करते हुए हम यह सोचें कि सूक्ष्म पर्यायों को पकड़ने की क्षमता कितनी विकसित हो रही है? सूक्ष्म सत्य कितने हस्तगत हो रहे हैं? जो व्यक्ति जितना वर्तमान में जीता है वह उतना ही पटु हो जाता है, कुशल होता जाता है।

बूढ़ा वह होता है जो परिस्थितियों से प्रताड़ित होता है। युवा वह होता है जो परिस्थितियों से प्रताड़ित नहीं होता।

### प्रतिस्रोत : भीड़-रहित मार्ग

प्रेक्षाध्यान एक यात्रा-पथ है। यह प्रतिस्रोत में चलने का मार्ग है। भगवान् महावीर ने साधना का एक महत्त्वपूर्ण सूत्र दिया 'पडिसोयमेव अप्पा दायव्वो होउकामेणं' जो व्यक्ति कुछ होना चाहता है, उसे प्रतिस्रोतगामी बनना होगा। हमारे सामने दो मार्ग हैं। एक मार्ग है अनुस्रोत का और एक मार्ग है प्रतिस्रोत का। एक वह मार्ग है जिस पर सारी भीड़ चल रही है, सारी दुनिया चल रही है। एक मार्ग वह है जिस पर संसार के विमुख कुछेक व्यक्ति चल रहे हैं। दूसरे वे लोग हैं जो स्रोत के साथ नहीं चलते, स्रोत के प्रतिकूल चलते हैं। आज का स्रोत है आनन्द से जीओ। सुख-सुविधाओं का अधिक से अधिक भोग करते हुए जीओ। पदार्थों को भोगो। जब पास में धन है तो उसको ऐश-आराम में खर्चो और उसका भोग करो। वे धन का यही उपयोग समझते हैं। आज का पिता चिंतित है कि उसकी संतान सच्चरित्र कैसे रह सकती है? आज युवकों के सामने इतने प्रलोभन हैं, इतने लुभावने वातावरण हैं कि वे अपने चरित्र की सुरक्षा नहीं कर सकते। जब चरित्र नष्ट हो जाता है। जब व्यापारिक समस्याएं उभरती हैं, व्यावसायिक उलझनें आती हैं, पारिवारिक संगठन टूटने लगते हैं। सारे लोग इस चिन्ता से ग्रस्त हैं। किन्तु आज का युवक प्रतिस्रोत में चलना नहीं चाहता। उसके

अपने तर्क हैं। वह सिगरेट पीता है। इस तर्क के साथ कि जब पाँच-सात मित्र पीते हैं तो मैं कैसे न पीऊँ? वह मदीरा पीता है। तो इस तर्क के साथ कि मेरे मित्रों की पूरी गोष्ठी मदिरापान करती है तो मेरे पीने में क्या दोष? वह सोसायटी के साथ चलता है। वह सोसायटी से अलग नहीं रहना चाहता। इसीलिए आज सारी वर्जनाएं समाप्त हो रही हैं। प्राचीन समाज की जितनी वर्जनाएं थीं, जितने निषेध थे, वे आज चल नहीं सकते। जो आचार-संहिता थी, वह आज व्यर्थ प्रमाणित हो रही है क्योंकि आज का समाज बहुत संक्रमणशील हो गया है। दुनिया छोटी हो गयी है। आज कोई अवरोध नहीं रहा। प्राचीनकाल में भारतीय समाज में यह वर्जना थी कि कोई भी भारतीय समुद्र से पार न जाए। आज वे सारी वर्जनाएं समाप्त हो चुकी हैं। पहले अन्तर्जातीय विवाह नहीं होता था। आज यह सीमा भी समाप्त हो चुकी है। आज समाज में कोई निश्चित वर्जनाएं नहीं हैं। कोई कुछ करता है और कोई कुछ। इतना संक्रमण हो गया कि सारी सीमाएं विलीन हो गयीं। जितनी रुकावटें थीं वे सारी टूट गईं। ऐसे संक्रमणशील समाज में जीने वाला युवक कौन-सा आचार का पालन करे? किन वर्जनाओं को मान्यता दे? कठिन समस्या है। इस समस्या का हल यह है कि यदि उसमें प्रतिस्रोत में चलने की भावना जागे तो वह अनेक अनैतिकताओं से बच सकता है अन्यथा नहीं।

प्रेक्षाध्यान के द्वारा प्रतिस्रोतगामिता का भाव पैदा होता है। आदमी हमेशा आँख खोलकर देखता है। यदि वह आँख मूंदकर देखने का अभ्यास करे तो उसमें प्रतिस्रोत की वृत्ति पैदा होती है। जब आदमी बाहरी संगीत को छोड़कर भीतरी संगीत को, नाद को सुनने का प्रयास करता है तो उसमें प्रतिस्रोत की भावना जागृत होती है। आदमी दूसरों को देखने में रस लेता है। जहाँ कहीं जायेगा वह दूसरों को देखेगा। धर्म-स्थान में आने वाले भी दूसरों को अधिक देखते हैं वे साधुओं के छिद्र देखने में बड़ा रस लेते हैं। धर्म-स्थान आत्म-निरीक्षण का स्थान होता है। वहाँ भी

शेष पृष्ठ 8 पर...

“आनंद का रस न सूखे और परिवार में सामंजस्य बना रहे, इसलिए आदमी की व्यावहारिक बातों में लचीलापन होना चाहिए। इस प्रकार आदमी के जीवन में अनाग्रह का बहुत महत्वपूर्ण स्थान है। वह जीवनशैली प्रशस्त होती है जो अनावेश से प्रभावित हो, अनासक्ति और अनाग्रह से युक्त हो। इन तीनों से जीवन की बगिया लहलहा उठती है और आदमी का जीवन सरस और सुखी बन जाता है।,,

# आध्यात्मिक जीवन शैली

## आचार्य महाश्रमण

तीन नकारात्मक शब्द हैं अनावेश, अनासक्ति और अनाग्रह। किन्तु इन नकारात्मक शब्दों में भी उपयोगी अर्थवत्ता हो सकती है। व्याकरण-शास्त्र का यह नियम है कि जो स्वरादि शब्द होता है, उसे नकारात्मक बनाने के लिए अन् शब्द जोड़ा जाता है। जैसे आवेश में अन् शब्द जोड़ने पर अनावेश शब्द निष्पन्न होता है।

### अनावेश

अनावेश की स्थिति, मानसिक संतुलन की स्थिति होती है। जो व्यक्ति छोटी-छोटी बात में आवेश में आ जाता है, वह अपना नुकसान भी कर सकता है। जो व्यक्ति हर स्थिति में शांत रहता है, वह घटना से लाभ भी उठा सकता है। हमारे धर्मसंघ के पाँचवें आचार्य पूज्य मधवागणी स्वनामधन्य संत हुए। उनकी संतता अथवा यों कहूँ कि उनकी अनावेश की स्थिति बहुत ऊँचाई तक पहुँच चुकी थी। उनके लिए वीतरागकल्प विशेषण का सार्थक प्रयोग किया गया। उनको भले सभा में उपालम्भ दिया गया अथवा प्रशंसा की गई, वे अनावेश की स्थिति में रहे।

आदमी के लिए यह वांछनीय है कि वह हर परिस्थिति में अनावेश रहने का अभ्यास करे। किन्तु मैं देखता हूँ कि आदमी को कभी-कभी कुछ क्षणों के लिए इतना तेज आवेश आता है कि वह अपना

आपा खो देता है, अण्ट-सण्ट बोलने लगता है, विवेक लुप्त हो जाता है और सामने कौन है, यह बात भी अर्थहीन हो जाती है। कुछ व्यक्तियों को दो-चार मिनट के लिए ही गुस्सा आता है, किन्तु जब आता है तब उनका रूप विकराल बन जाता है तब उनका रूप विकराल बन जाता है, मानो वे कोई विस्फोट कर रहे हों। आदमी को इस दुर्बलता से बचना चाहिए। गुस्से पर नियंत्रण करना चाहिए। कभी कठोर बात कही जा सकती है। किन्तु कठोर बात भी शांत मन से कहनी चाहिए। अगर बात कहते समय भीतर में आवेश आ जाए तो मानना चाहिए कि जीवन की और कार्य की वह पहली विफलता होती है।

धार्मिक जगत् में तो अनावेश को महत्व दिया ही गया है, किन्तु व्यावहारिक जीवन में भी अनावेश का बहुत महत्वपूर्ण स्थान है। एक परिवार में अनेक लोग साथ रहते हैं। यदि वे आवेशशील हों तो परिवार नरक बन जाता है। आवेश न करना जीवन की सफलता का एक महत्वपूर्ण सूत्र है।

### अनासक्ति

जब तक व्यक्ति शरीरधारी है, प्रवृत्ति से मुक्त नहीं हो सकता। जहाँ प्रवृत्ति होती है, वहाँ बंध होता है। इसलिए कहा

गया कि आदमी अनासक्ति से प्रवृत्ति करे। वह चलता है, बोलता है, परिवार में रहता है, व्यापार करता है, किन्तु इन सबके साथ अनासक्ति को जोड़ दिया जाए तो जीवन में सफलता हासिल कर सकता है। आसक्ति जहाँ भी होती है वह दुःख का हेतु बनती है। चाहे वह वस्तु के प्रति हो या व्यक्ति के प्रति। राजस्थानी साहित्य में एक सुंदर दोहा प्राप्त होता है

**जे समदृष्टी जीवड़ा, करै कुदुम्ब प्रतिपाल।**

**अन्तर दिल न्यारा रवै, ज्यूं धाय रमावै बाल।।**

धाय-माता बच्चे का लालन-पालन करते हुए भी इस बात को जानती है कि लड़का मेरा नहीं है। धार्मिक आदमी भी यह सोचे कि मैं परिवार में रहता हूँ। परिवार का भरण-पोषण करना मेरा कर्तव्य है। परन्तु अन्ततः मैं अकेला हूँ, दूसरा मेरा कोई नहीं है। किसी राज्य में एक संत पधारे। वे बहुत ज्ञानी, वैरागी, तेजस्वी और तपस्वी थे। स्वयं नरेश महात्माजी के पास आए और निवेदन किया मेरे महल में भी पधारने की कृपा करें। संत ने नरेश की बात स्वीकार कर ली और दूसरे दिन राजमहल में पधार गए। राजा ने महात्माजी के आवास और भोजन की सुंदर व्यवस्थाएं कर दीं। सप्ताह बीत गया किन्तु संत तो

## युगबोध

जाने का नाम ही नहीं लेते। आखिर राजा ने कहा महात्मन्! अब तो आपको कहीं अन्यत्र पधारना होगा। संत ने तत्काल वहाँ से प्रस्थान कर दिया। राजा महात्माजी को पहुँचाने साथ चल रहा था। मार्ग में एक जिज्ञासा की महात्मन्! मैं भी महल में सुविधा भोग रहा था और आप भी महल में सुविधा भोग रहे थे। फिर हम दोनों एक समान हो गए, अंतर कहाँ रहा? संत ने कहा राजन्! कुछ और आगे चलो, फिर बताऊँगा। कुछ समय बाद राजा ने फिर कहा महात्माजी! अब तो मेरे प्रश्न का जवाब दीजिए। मुझे वापस राजमहल जाना है। संत ने कहा तुम्हारे और मेरे में यही अंतर है। मैं तन से महल में रहता था और तुम्हारे दिमाग में महल रहता है। बस यही अंतर है आसक्ति और अनासक्ति का। ज्यादा आसक्ति अध्यात्म की दृष्टि से तो बाधक है ही, किन्तु व्यवहार में भी अच्छी नहीं होती। इसलिए आदमी को आसक्ति से बचना चाहिए।

### अनाग्रह

धार्मिक दृष्टि से जहाँ भी दुराग्रह हैं वहाँ आदमी सत्य से दूर हो जाता है और जिसमें आग्रह नहीं होता, नम्रता होती है वह सत्य के निकट होता है। सामान्यतया व्यक्ति को आग्रह-मुक्त रहना चाहिए। किन्तु किसी-किसी बात का आग्रह हो भी सकता है। जैसे एक साधु का व्रत है कि वह जीवनपर्यंत अहिंसा, सत्य, अचौर्य आदि का पालन करेगा। इसमें आग्रह होना चाहिए कि कुछ भी हो जाए, मैं अपनी साधना को नहीं छोड़ूँगा। इस प्रकार की नियमनिष्ठा अथवा आग्रह तो होना ही चाहिए। किन्तु व्यवहार की बातों में, दैनन्दिन कार्यों में आग्रह हो, यह ठीक नहीं है। परिवार में पाँच-सात सदस्य हों, उनमें से एक कहे कि मुझे अमुक प्रकार का व्यंजन खाना है और दूसरा कहे कि मुझे तो भिन्न प्रकार का भोजन करना है तो आखिर सबकी इच्छापूर्ति कैसे हो सकती है? इन

छोटी-छोटी बातों के लिए जब आग्रह होता है तो परिवार में, समाज में आनन्द का रस सूखने लगता है और परिवार की व्यवस्था भी गड़बड़ा जाती है। आनन्द का रस न सूखे और परिवार में सामंजस्य बना रहे, इसलिए आदमी को व्यावहारिक बातों में लचीलापन होना चाहिए। इस

प्रकार आदमी के जीवन में अनाग्रह का बहुत महत्वपूर्ण स्थान है।

वह जीवनशैली प्रशस्त होती है जो अनावेश से प्रभावित हो, अनासक्ति और अनाग्रह से युक्त हो। इन तीनों से जीवन की बगिया लहलहा उठती है और आदमी का जीवन सरस और सुखी बन जाता है।

.....पृष्ठ 6 का शेष

## चिर यौवन का रहस्य

आदमी पर-निरीक्षण करता है। कैसी विडम्बना! निरन्तर दूसरों को देखने के कारण आदमी की दृष्टि ऐसी बन गयी कि वह अपने आपको देखना ही भूल गया। यह है दीये तले अंधेरा। आदमी भूल गया कि उसे अपने आपको भी देखना चाहिए। प्रेक्षाध्यान अपने आपको देखने की प्रक्रिया है। यह प्रक्रिया प्रतिस्रोत की चेतना का निर्माण करती है जिससे यह फलित होता है कि दूसरों को देखना बंद करें और स्वयं को देखें। हम बार-बार यह दोहराते हैं 'स्वयं स्वयं को देखें। अपने आपको देखने के लिए प्रेक्षाध्यान का अभ्यास करें।' ये सूत्र इसलिए बार-बार दोहराए जाते हैं कि हमारे भीतर प्रतिस्रोत चेतना का निर्माण हो। इस चेतना के निर्माण से व्यक्ति युवा रह सकता है, अन्यथा नहीं।

### परिस्थितिवाद : एक विपर्यय

आज एक नये दर्शन का उदय हुआ है। उसका नाम है परिस्थितिवाद। इसके आधार पर माना जाता है कि जो कुछ होता है सारी परिस्थितिजन्य ही होता है। व्यक्ति का उसमें कोई दोष नहीं है। इस प्रकार सारा दोष परिस्थिति पर ही लाद दिया जाता है। व्यक्ति से पूछा 'तुमने लड़ाई क्यों की? यह अप्रामाणिकता का बर्ताव क्यों किया? गालियाँ क्यों दीं?' वह सीधा-सा उत्तर देगा 'मैं क्या करता? ऐसी परिस्थिति में इसके सिवाय कोई चारा ही नहीं था। मेरे स्थान पर यदि तुम होते तो ऐसा ही बर्ताव करते।' इस प्रकार अपने आपको निर्दोष और पवित्र प्रमाणित करने के लिए आदमी ने परिस्थिति का एक ऐसा चोला पहन रखा है कि सारा दोष परिस्थिति पर मढ़कर निश्चिन्त हो जाता है। इस प्रकार मनुष्य परिस्थिति को मुख्य और अपने अस्तित्व को गौण मानकर चल रहा है। वह अपने कर्तव्य को गौण और परिस्थिति को मुख्य मानता है। यह एक विपर्यय है। जहाँ यह विपर्यय काम करता है वहाँ समस्याओं का कभी अंत नहीं हो सकता। प्रेक्षाध्यान के द्वारा एक ऐसी चेतना का निर्माण किया जाता है कि उसमें परिस्थिति द्वय और व्यक्ति का कर्तव्य प्रथम हो जाता है। उससे गौण को गौण और मुख्य को मुख्य मानने की चेतना विकसित होती है। यह सच है कि व्यक्तित्व के निर्माण में परिस्थिति का भी योग है। पर वह गौण, मुख्य योग नहीं है।

हम प्रेक्षाध्यान के अभ्यास से प्रतिस्रोत की चेतना का निर्माण करें, प्रतिस्रोत की चेतना के द्वारा परिस्थितियों को समझने और झेलने में हम सक्षम हों और उन पर हम अपना स्वामित्व स्थापित करें।

युवा वह होता है जिसमें परिस्थिति को झेलने की क्षमता होती है, परिस्थिति को टुकराने की क्षमता होती है और अपने स्वामित्व को प्रतिष्ठापित करने की क्षमता होती है। प्रेक्षाध्यान चिर यौवन का महत्वपूर्ण उपाय है। जो साधक-प्रेक्षा ध्यान की अभ्यास-भूमिका में आते हैं, अपने आपको उसके प्रति समर्पित किए रहते हैं वे अनुभव कर सकते हैं कि उनका यौवन कितना स्थायी, कितना चिरजीवी और विशाल हो गया है और वे समाधि-मृत्यु के क्षण तक यही अनुभव करेंगे मैं बूढ़ा नहीं हूँ। मैं युवा हूँ, मैं युवा हूँ।

# आदर्श परिवार : एक परिकल्पना

साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा

प्रत्येक व्यक्ति की आँखों में एक सपना होता है सुन्दर, स्वस्थ और सुखी परिवार का सपना। कौन करेगा ऐसे परिवार का निर्माण ? कैसे करेगा ऐसे परिवार का निर्माण? जो व्यक्ति स्वयं सुन्दर, स्वस्थ और सुखी होगा, वही ऐसे परिवार का निर्माण कर सकता है। जो व्यक्ति स्वयं असुन्दर है मन से काला है, व्यवस्था में अकुशल है और असहिष्णु है, वह किसी सुन्दर परिवार का निर्माण नहीं कर सकता। जो व्यक्ति स्वयं अस्वस्थ है-शरीर और मन की विकृतियों से आक्रांत है, असंतुलित है और उपभोक्तावादी अर्थशास्त्र में उलझा रहता है, उसका परिवार स्वस्थ कैसे हो सकता है ? जो व्यक्ति स्वयं दुःखी है, तनावों से भरा रहता है, चिन्ताओं से घिरा रहता है और संवेगों को संतुलित नहीं रख सकता, उसके कारण परिवार में सुख का स्रोत कैसे बह सकता है ?

## समूह में सीखता है बच्चा

परिवार व्यक्तित्व-विकास का महत्वपूर्ण घटक होता है। किसी बच्चे को जन्म के तत्काल बाद अकेला छोड़ दिया जाए तो वह मूक और बधिर हो सकता है। मनोवैज्ञानिक प्रयोगों से यह प्रमाणित हो चुका है कि सामूहिक जीवन में अनायास ही बच्चा बहुत सीख लेता है। वह जो कुछ सीखता है, अच्छा ही हो, यह आवश्यक नहीं है। अच्छा-बुरा, सुसंस्कृत या असंस्कृत, जो कुछ वह अपनी आँखों से देखता है, उसी को पकड़ता है। इसलिए परिवार के हर सदस्य का यह दायित्व है कि वह अपने लिए नहीं तो अपने घर या परिवार में आए नए मेहमान के लिए अच्छा जीवन जीए।

दो बच्चे आपस में झगड़ रहे थे। उनका कोई संबंधी घर में आया। उसने देखा कि बिना किसी कारण बहन-भाई झगड़ा कर रहे हैं। कुछ क्षण वह देखता रहा फिर उसने कहा “आपस में झगड़ने

की गन्दी आदत कहाँ से सीखी? झगड़ा क्यों कर रहे हो?” बच्चे एक बार तो सहम गए। पर शीघ्र ही वे सँभल गए। उन्होंने कहा “अंकल! हम झगड़ा कहाँ करते हैं, हम तो मम्मी-पापा का खेल खेल रहे हैं।” उनके मम्मी-पापा बच्चों के सामने एक-दूसरे को कोसते रहते थे। दो दिन, चार दिन, दस दिन, देखते-देखते बच्चों ने उनके शब्द सीख लिए, उनकी मुद्राएं सीख लीं और नाटक शुरू कर दिया।

**जिस परिवार के सदस्य एक-दूसरे को सहन करते हैं, एक-दूसरे के सुख-दुःख में अपनी भागीदारी रखते हैं, परम्पराओं और वर्जनाओं के प्रति सचेत रहते हैं, उपभोक्तावादी मूल्यों से अप्रतिबद्ध रहकर जीवनयापन करते हैं, अर्थ या पदार्थ को जीवन का साध्य नहीं, साधन मानते हैं, मानवीय मूल्यों से जुड़कर रहते हैं, समय का सम्यक् नियोजन करते हैं, आकांक्षाओं के इन्द्रजाल से बचकर रहते हैं, पारिवारिक हित के लिए व्यक्तिगत हित को गौण कर देते हैं तथा आग्रह से दूर रहते हैं, वह परिवार एक आदर्श परिवार हो सकता है।**

## एक माँ की तपस्या

कुछ लोग परिवार नाम की संस्था को विकास में बाधक मानते हैं। परिवार में व्यक्ति की इच्छाओं का दमन होता है। वह अपनी पसन्द के रास्ते पर आगे नहीं बढ़ पाता। परिवार की इच्छाओं और आकांक्षाओं के अनुरूप जीने के प्रयत्न में उसकी अपनी इच्छाएं समाप्त हो जाती हैं। आकांक्षाएं कुंठित हो जाती हैं और उसके लिए जीवन भार बन जाता है। परिवार के प्रति ऐसा नजरिया रखने वाले लोग समाज और राष्ट्र के अनुशासन को स्वीकार कैसे कर पाएँगे? जो व्यक्ति

जंगल में जाकर अकेला अपने ढंग से जीवन जीना चाहता है, वह परिवार, समाज या राष्ट्र सबको अस्वीकार कर सकता है। किन्तु समूह में रहने वाले को पारिवारिक, सामाजिक और राष्ट्रीय अनुशासन का मूल्य समझना ही होगा।

परिवार व्यक्ति को सामाजिक प्राणी बनाता है। वह उसे सुरक्षा देता है। भविष्य का आश्वासन देता है और देता है व्यक्तित्व विकास के अनेक स्वर्णिम अवसर। जो बच्चे जन्म के समय में अपाहिज होते हैं, उनका पालन-पोषण पारिवारिक ढाँचे में ही संभव है। एक बच्चा, जो देखने, सुनने, सूँघने और चखने की शक्ति खो देता है, जो न चल सकता है, न बैठ सकता है, न बात कर सकता, न खा सकता, न पी सकता है, जिसको सँभालना बहुत बड़ी तपस्या से भी बढ़कर है, ऐसी तपस्या एक माँ करती है। कोई आशा नहीं कोई स्वार्थ नहीं, पर वह तपस्विनी माँ अपनी संतान का पल-पल ध्यान रखती है। अपना सुख-दुःख गौण कर अपने आत्मज को अन्तस् का हेज देती है। परिवार को नकारने वाले लोग उस तपस्विनी की तपस्या को कभी नहीं आँक सकते।

## स्वस्थ परिवार के घटक तत्त्व

मुख्य सवाल यह है कि परिवार कैसा होना चाहिए? संगठन, अनुशासन, सहयोग, सहिष्णुता, विनम्रता, विश्वास, सेवा-भावना, प्रमोद भावना आदि तत्त्व एक श्रेष्ठ परिवार के घटक हैं। जिस परिवार में ये तत्त्व विकासशील हों, उस परिवार में शांत-सहवास की उपलब्धि को रोका नहीं जा सकेगा। पारिवारिक जीवन का सबसे बड़ा सुख शांतिपूर्वक रहने में है। एक साथ रहकर तीए-छक्के की तरह रहना जीवन की सबसे बड़ी विडम्बना है। जहाँ परिवार के सब लोग परस्पर एक दूसरे के सुख-दुःख में हार्दिक भाव से अपनी

## अणुव्रत

भागीदारी रखते हैं, वह परिवार सुख-शांति और विकास की अकल्पित ऊँचाइयों को छू सकता है। जहाँ ऐसा नहीं होता है, वहाँ विकास की संभावनाओं के दरवाजे बन्द हो जाते हैं।

एक सुखी परिवार का ताना-बाना बुनने में परिवार के प्रत्येक सदस्य की जागरूकता अपेक्षित रहती है। दो-चार व्यक्तियों का प्रमाद उस ताने-बाने को इतना उलझा देता है कि परिवार में बिखराव की स्थिति उत्पन्न हो जाती है। परिवार को बिखेरने वाली अनेक बातें हो सकती हैं, उनमें मुख्य दो हैं सन्देह और असहिष्णुता। एक पक्षी का श्रम से बनाया हुआ सुन्दर नीड़ आँधी के एक झोंके से बिखर जाता है, इसी प्रकार सन्देह और असहिष्णुता की आँधी पीढ़ियों से संगठित परिवार को छिन्न-भिन्न कर देती है।

### सन्देह की नागफनी न उग जाए

विश्वास की ठोस धरती पर जीने वाला व्यक्ति सन्देह की छिपकली को अपने पास ही नहीं फटकने देता। किन्तु इतनी ठोसता हर एक व्यक्ति में नहीं होती। छोटी-छोटी बातों पर ध्यान देने वाला व्यक्ति बहुत जल्दी संदिग्ध हो जाता है। उनकी इच्छाओं की पूर्ति आदि छोटे-छोटे प्रसंग संदेह की काँटेदार नागफनी उगा देते हैं। फिर भी नजरिया बदल जाता है और प्रत्येक प्रवृत्ति पर पक्षपात का प्रश्न-चिह्न टाँग दिया जाता है। ऐसी घटनाओं की जितनी पुनरावृत्ति होगी। परिवार का वातावरण उतना ही दूषित हो जाएगा।

जिस व्यक्ति की यह आकांक्षा हो कि वह किसी भी मूल्य पर अपने परिवार को बिखरने नहीं देगा, उसे पारस्परिक विश्वास को सुरक्षित रखने के लिए निरंतर जागरूक रहने की अपेक्षा है। विश्वास पर आघात करने वाली घटना प्रसंगों में रू-ब-रू बातचीत की परम्परा स्थापित की जाए, तो समस्या का समाधान बहुत अच्छे ढंग से हो सकता है। किसी में स्पष्ट रूप से बात करने का साहस न हो, उसे सहिष्णु बनकर स्थिति को उलझने से रोकना चाहिए। जहाँ न तो सौहार्दपूर्ण वातावरण



में बातचीत हो और न सहिष्णुता हो, वहाँ व्यक्ति-व्यक्ति के मन में नफरत की बारूद एकत्रित होती जाती है, जो कभी भी भयंकर विस्फोट कर सकती है।

### सहनशीलता आवश्यक है

व्यक्ति और कुछ जाने या नहीं, बस सहन करना सीख ले तो एक परिवार में सैकड़ों व्यक्ति शांति से रह सकते हैं। सहन करने की मनोवृत्ति न हो तो दो व्यक्ति भी साथ नहीं रह पाते। बिखरते हुए परिवार और आए दिन बढ़ते जा रहे तलाक असहिष्णु मनोवृत्ति की देन हैं। सहिष्णुता एक ऐसा दुर्लभ गुण है, जो मनुष्य के कच्चे दर्पण से मन को मजबूत बना देता है। जिस मन पर सामान्य-सी घटना दरार ला सकती है, वही मन पाँवों तले रौंदने पर भी अक्षुण्ण बना रहे, कितनी बड़ी उपलब्धि है। पर कठिन है प्रतिकूल परिस्थिति को सहन करने का मनोभाव।

इस संसार में जो भी महान बने हैं उन्होंने बहुत सहन किया है। जिनके जीवन से सहन करने का लक्ष्य छूट गया, वे कभी महान नहीं बन पाए। परिवार का स्वास्थ्य भी सहिष्णुता के कारण ही सुरक्षित

रह सकता है। स्वस्थ परिवार की संरचना के लिए एक-दूसरे के विचारों, व्यवहारों और तौर-तरीकों को सहन करना बहुत जरूरी है। सहना केवल छोटों के लिए ही जरूरी नहीं है, बड़े लोगों के लिए तो वह कर्तृत्व की कसौटी है। जो जिस परिवेश में जितना बड़ा होता है, उसे उतना ही अधिक सहन करना पड़ता है। सहना दीनता नहीं, व्यक्तित्व की उदारता है। दीनहीन व्यक्ति सहिष्णुता का विकास कर सके, यह संभावना ही नहीं है।

### एक आदर्श परिवार

जिस परिवार के सदस्य एक-दूसरे को सहन करते हैं, एक-दूसरे के सुख-दुःख में अपनी भागीदारी रखते हैं, परम्पराओं और वर्जनाओं के प्रति सचेत रहते हैं, उपभोक्तावादी मूल्यों से अप्रतिबद्ध रहकर जीवनयापन करते हैं, अर्थ या पदार्थ को जीवन का साध्य नहीं, साधन मानते हैं, मानवीय मूल्यों से जुड़कर रहते हैं, समय का सम्यक् नियोजन करते हैं, आकांक्षाओं के इन्द्रजाल से बचकर रहते हैं, पारिवारिक हित के लिए व्यक्तिगत हित को गौण कर देते हैं तथा आग्रह से दूर रहते हैं, वह परिवार एक आदर्श परिवार हो सकता है।

# कैसे हो सामाजिक उत्थान

भूरचंद जैन

जातियों के आधार पर विभिन्न समाजों के नामकरण से पहचान होती है। सभी समाजों के अपने रीति-रिवाज, रहन-सहन, खान-पान, बोली, भाषा, व्यवहार, व्यवसाय आदि किसी न किसी रूप में भिन्नता लिये रहते हैं। जिसके आधार पर उस समाज की जाति पहचान होती रही है। सभी समाज अपनी सामाजिक व्यवस्थाओं को सुचारू रूप से संचालित करने के लिए नियम आदि बना कर समाज के लोगों को उसके आधार पर चलने का मार्ग प्रशस्त करते हैं। यह सब समाज सुधार की श्रृंखला में आता है। लेकिन सदियों से चले आ रहे समाज में पुराने रीति-रिवाज, रहन-सहन, खान-पान, आचार-विचार आदि आज भी प्रगतिशील समाज के लिए रूढ़ियों, कुरीतियों, अंधविश्वास का आश्रय लिये वर्तमान सामाजिक व्यवस्था के लिए उत्थान विकास में बाधक बने रहते हैं। यद्यपि कुछ लोग प्राचीन रूढ़ियों, कुरीतियों के साथ अंधविश्वास को नहीं मानना चाहते हैं, लेकिन समाज के कुछ पुरानी विचारधारा के लोग अपने समाज की पुरानी परम्पराओं की दुआएं देकर लोगों को मनवाने के लिए मजबूर एवं बाध्य करते हैं। जो समाज के हित एवं इन्सानों के लिये उपयोगी एवं लाभदायक भी नहीं हैं।

सामाजिक व्यवस्थाओं को यदि गहराई से देखें तो विभिन्न समाजों की अपनी-अपनी व्यवस्थाएं हैं। उन व्यवस्थाओं में शादी-विवाह, सगाई सगपण, मरण-परण, जन्म आदि पर समाज के लोग सामाजिक नियमों को आधार मान कर चलते हैं। लेकिन इन सब व्यवस्थाओं में प्राचीन रूढ़ियों, कुरीतियों, अंधविश्वास इतना हावी है कि लोगों को उस पर आँख मूंदकर चलना पड़ता है। इन अंधविश्वासों

पर अधिक समय की बर्बादी होने के साथ ही अंधाधुंध पैसा व्यय करना पड़ता है, जिसका कोई औचित्य भी नहीं है और न ही वर्तमान समय को देखते हुए आवश्यकता। विवाह अवसरों पर टीके के लेन-देन का बेहूदा रिवाज, भेदे गीतों की प्रस्तुति, बेहुदे नाच-गान, बारूद का उपयोग, दिखावे एवं मनोरंजन के लिए अटपटे प्रदर्शन करना, सजावट पर पानी की तरह पैसा बरबाद करना इत्यादि कई प्रकार के फिजूल खर्च पुरानी रूढ़ियों, कुरीतियों से हटकर कई नई कुरीतियों एवं रूढ़ियों को जन्म देने लगे हैं। इन अवसरों पर बढ़ते फैशन ने तो स्त्रियों की लज्जा को दांव पर रख दिया है।

स्वतंत्रता के नाम पर अप्रिय वारदातों ने समाज की प्राचीन मान-मर्यादा को मटियामेट कर दिया है। वहाँ युवकों द्वारा छेड़छाड़ की प्रवृत्ति एवं नशे की लत ने तो समाज में नई कुरीतियों को जन्म दे दिया है। यह सब समाज के लिये अहितकर ही नहीं, समाज के आदर्श समाज कहलाने की मान-सम्मान को धक्का पहुँचा दिया है।

समाज में शोक, गमी के अवसरों पर प्राचीन व्यवस्थाओं के आधार को धत्ता बताकर अब इस दुःखद अवसर को भी पैसे के बलबूते से तोलने लगे हैं। यह सब आधुनिकता की होड़ में रूढ़ियां एवं कुरीतियां बनती जा रही हैं। जिसकी पालना के लिए, क्रियान्विति के लिए अर्थाभाव से पीड़ित समाज के व्यक्ति के पसीने छूट जाते हैं। यदि वह अन्व्यों की देखा-देखी करते हुए अंधाधुंध धन खर्च करता है तो वह अपने जीवन में कर्ज से मुक्त नहीं होता और उसकी कई पीढ़ियां भी कर्ज में डूबी रहती हैं। मरण महोत्सव पर फिजूल खर्च के बाद लम्बा शोक लेकर चलना प्राचीन कुरीति आज के समय में सिरदर्द बनी हुई है। वहाँ

शोक वस्त्रों को पहनावा भी अखरने लगा है। इस प्राचीन रूढ़ि को कुछ समाजों ने अवश्य मिटाया है। समाजों ने धर्म की ओट में भी प्राचीन कुरीतियों, रूढ़ियों को अपना रखा है, जिससे बाधाएं उत्पन्न हो रही हैं।

प्राचीन सामाजिक रूढ़ियों एवं कुरीतियों पर अंधविश्वास अधिक हावी होने से समाज विकास एवं उत्थान के पथ पर आगे बढ़ने से रुक जाता है। इस सबके पीछे अशिक्षा का भी प्रभाव रहा है। वहाँ समाज सुधार करवाने वाले मार्ग दर्शकों की कमी भी खलती रही है। इस संबंध में आचार्य तुलसी ने समाज सुधार का बीड़ा उठाकर अपनी धर्मसभाओं में समाज सुधार के लिये लोगों को कड़वी बात भी कहीं। मार्ग दर्शन दिया। उपदेश दिया। प्रेरणा दी। जिसका प्रभाव कई समाजों में देखने को मिलता है। आचार्य तुलसी के उपदेश एवं प्रेरणा से प्रभावित होकर समाज की कई रूढ़ियां, कुरीतियां जो अंधविश्वास के सहारे चल रही थी जिसे आपने बंद करवाकर समाज को आदर्श समाज बनाने की महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाई। फिजूल खर्ची रोकने, अपव्यय पर रोक, पहनावे पर प्रतिबंध, अशिक्षा का अंत, पर्दाप्रथा पर पाबंदी, स्त्री स्वतंत्रता के हिमायती, नशे को मिटाने, दिखावे पर लगाम लगाने, दहेज प्रथा बंद करवाने इत्यादि हेतु आचार्य तुलसी ने अणुव्रत के माध्यम से समाज को सचेत एवं सावधान किया। आचार्य तुलसी ने सामाजिक कुरीतियों, रूढ़ियों एवं अंधविश्वास को प्रश्रय नहीं देने के लिए भी लोगों को अणुव्रत उद्घोष द्वारा संकल्प लेने पर बल दिया। आचार्य तुलसी का समाज सुधार पक्ष अणुव्रत के रूप में आज समाज उत्थान का कार्य कर रहा है।

**जूनी चौकी का बास, बाड़मेर (राज.)**

## आवाज

जन जागरण की कल्याणकारी रणनीति उसी राजनीतिक पटल पर तैयार की जा सकती है जिसमें शिक्षा, स्वास्थ्य, समरसता और संप्रभुता का अमृत रस राष्ट्र धमनियों में प्रवाहित कर उसे निरंतर जीवंत बनाये रखने के प्रयास किये जा रहे हों। परन्तु यदि राजनीति स्वयं में एक ऐसी अफीम बनने लगे कि जिसकी खुमारी में नेता अपने वजूद तक को दरकिनार कर राष्ट्र अस्मिता और जनाकांक्षाओं तक से खिलवाड़ करने लगे तो वह लोकतंत्र के लिए आहतकारी होगी या राहतकारी यह आसानी से समझा जा सकता है। आज के जनप्रतिनिधि जन-जागरण तो बहुत दूर की बात है, जनता को और अधिक अज्ञानता, गरीबी और आतंक की दल-दल में धकेले रखना चाहते हैं ताकि वह उनके नेतृत्व को लगातार स्वीकार करती रहे। आम जनता को हाशिए पर धकेल उसे जाति वर्ग समूहों में बांट कर उन्हीं दाताओं को गले लगाया जा रहा है जो उनके लिए वोटों का संचालन बखूबी कर सके। यही कारण है कि आज का लोकतंत्र नोट, वोट, स्पॉट और चोट के चारों स्तंभों पर खड़ा होकर नेताओं की खोट की ओट बनता जा रहा है।

लोकसभा और विधानसभाओं में

है। जनता ने भी जैसे अपने हाल पर ही पड़े रहकर जीना सीख लिया है। महंगाई बढ़ी कोई हलचल नहीं, कानून व्यवस्था बिगड़ती जा रही है कहीं से कोई आवाज नहीं। आखिर ऐसे समाज को जिन्दा कहें भी तो कैसे जिसमें मौलिक अधिकारों तक की बात न हो। वह लोक सभा और विधानसभाओं के हुड़दंग ऐसे देख रही है जैसे क्रिकेट के मैदान में मैच।

जनजागरण की प्रथम सीढ़ी बुनियादी शिक्षा व्यवस्था होती है। अक्षर ज्ञान ही मानवीय चेतना का उद्गम स्रोत और राष्ट्र प्रगति का मेरूदण्ड है क्योंकि शिक्षा से सुमति, सुमति से प्रगति तथा व्यक्ति की प्रगति से ही परिवार, समाज और राष्ट्र की प्रगति संभव है कहने को तो शिक्षा को विराट सत्ता कहा गया है जिसमें व्यक्ति अज्ञान के अंधेरे से निकलकर ज्ञान के प्रकाश में विचरण करने लगता है परन्तु क्या कभी रोशनी भी अंधेरी हो सकती है? क्या कभी चिराग भी काले हो सकते हैं? यह कोई पहेली या कहानी की बात नहीं है। यह हकीकत है जिससे हम सभी दिन रात जूझ रहे हैं, उसकी परेशानियां झेल रहे हैं। लेकिन उसके खिलाफ आवाज नहीं उठाते, उसके विषय में प्रश्न नहीं पूछते। ये अंधेरी रोशनियां हैं हमारी शिक्षा

दुःख होता है जो सरकार जनता को पेट्रोल-डीजल तथा रसोई गैस में राहत नहीं दे सकती वह 4100 करोड़ रुपयों से 11 स्टेडियम, 1038 करोड़ से खेल गांव का निर्माण, करोड़ों रुपयों से मैट्रो रेल विस्तार, नई बसें आदि बनवाकर जनता का खजाना लुटवा रही है। क्या इस पैसे से वर्षों से रिक्त पड़े लाखों शिक्षकों और हजारों जजों की नियुक्ति नहीं हो सकती थी? क्या स्कूल भवन, ढांचागत व्यवस्था, कम्प्यूटरीकृत न्यायिक व्यवस्था शुरू नहीं की जा सकती थी? पुलिस, न्याय, शिक्षा, बुनियादी सुविधाओं में सुधार कर हर साल बाढ़ और सूखे से मरने वालों को बचाया जाता तो जनता को सुशासन में विश्वास भी होता। जन-जागरण की राजनीति तो क्या बन पायेगी वर्तमान परिदृश्य तो एक खूनी क्रान्ति की ओर ही संकेत कर रहा है।

# खूनी क्रान्ति का संकेत

सुषमा जैन

जूते, चप्पल, माईक और कुर्सियां फेंककर अपने वजूद को साबित करने वाले बाहुबलियों से अब लोकतंत्र शर्मसार नहीं होता। शायद बार-बार अपना चीरहरण करवाकर वह इतना अराजक और अनियंत्रित हो चला है कि उसने संसदीय परंपराओं की एक नई परिभाषा गढ़ ली है जिसमें राजनीतिक शिष्टाचार को खूंटी पर टांगकर समस्याओं को समाधान पर विचार विमर्श के बजाय स्वयं को ताकतवर दिखाने का शक्ति प्रदर्शन ही शेष रह गया

व्यवस्था का वर्तमान ढांचा और उससे उत्पन्न ढेर सारी चुनौतियां, परेशानियां और समस्याएं।

दिखावे के लिए तो सरकार ने ऑपरेशन ब्लैक बोर्ड से लेकर अनौपचारिक कार्यक्रम तक तथा बेसिक शिक्षा परियोजना से लेकर लोक जुंबिश और सर्वशिक्षा अभियान तक अनेकों परियोजनाएं बनाई उसके बाद बढ़-चढ़कर साक्षरता दर में वृद्धि की ताल भी ठोकी। परन्तु जर्जर देश के अस्थिपंजर की खड़खड़ाहट को संगीत

समझने वाले राजनेताओं को धिक्कारता, सरकारी दावों को झुठलाता और हमारी नैतिकता को झकझोरता सत्य तथ्य यह है कि आज भी 6 से 14 वर्ष तक के 2 करोड़ बच्चों में से आधे बच्चे स्कूल की दहलीज तक देखने से वंचित हैं। साफ जाहिर है कि न तो सरकार बुनियादी शिक्षा में सुधार की दिशा में दृढ़ संकल्पित हैं और न ही योजनाओं को कार्यान्वित करने वाले ईमानदार। ब्रिटेन के अंतर्राष्ट्रीय विकास विभाग ने भारत को सर्वशिक्षा अभियान योजना के लिए 23 अरब 25 करोड़ रुपये की सहायता दी थी। बाद में ऑडिट से 480 करोड़ रुपये का घोटाला उजागर हुआ। जिस पैसे से देश की तस्वीर बदली जा सकती थी वैसे पैसे भ्रष्टाचारियों की आरामतलबी और ऐशोआराम के सामान की भेंट चढ़ गया।

अब जबकि 6 से 14 वर्ष तक के बच्चों के लिए मुफ्त अनिवार्य शिक्षा का कानून बन चुका है तब भी केन्द्र से लेकर राज्य सरकारों तक धन के अभाव का रोना रो रही है।

जन-जागरण का दूसरा महत्वपूर्ण सोपान सुदृढ़ कानून व्यवस्था से मानवाधिकारों का संरक्षण। संरक्षण तो बहुत दूर आज तो लोग घर से बाहर निकलने के लिए भी दस बार सोचने लगे हैं। महिलाएं बाहर निकले तो चैन स्नेचिंग, युवा निकले तो बाईक गायब, बुजुर्ग निकले तो सरेआम लूट। रिपोर्ट लिखाने जायें तो दस तरह के सवाल, रिपोर्ट लिखी भी गई तो अपराधी की गिरफ्तारी नहीं। यदि अपराधी जेल भी भेज दिया तो जेल तोड़कर फिर कहर ढाने के लिए बाहर। न्याय मांगने जाओ तो फाईलों के ढेर में बरसों दबा इन्साफ। एक कानूनी प्रक्रिया जटिल दूसरे महंगा इन्साफ। जुर्म साबित करने के लिए गवाहों की खुशामद से लेकर मुकदमा शुरू होने तक ही कमर टूट जाती है उसके बाद इन्साफ पाने के लिए यदि पोता भी जीवित हुआ तो गनीमत है। देरी से हुआ इन्साफ इतना लचर-पचर हो जाता है कि वह अन्याय ही अधिक नजर आता है। इन्साफ के मंदिरों में भी जजों की नियुक्ति में सिफारिश, जजों पर भी लगते भ्रष्टाचार के आरोप, अप्रासांगिक हो चुके कानून, जजों, इमारतों ढाचांगत संसाधनों का अभाव, अपील पर अपील, खर्च पर खर्च सभी कुछ इन्साफ की उजली चादर में छिपा हुक्मरानों का स्याह चेहरा ही उजागर करता है। देश दुनिया को हिलाकर रख देने वाले भोपाल गैस कांड 26000 जानें लील गया, फैसला भी आया तो 26 वर्ष बाद वह भी पीड़ितों के साथ मजाक। आज भी लगभग साढ़े तीन करोड़ मुकदमें विभिन्न अदालतों में लम्बित है जिनका फैसला वर्तमान पीढ़ी सुन भी पायेगी! नहीं कहा जा सकता है।

ऐसा लगता है भारत गूंगे, बहरों और अंधों का देश बनता जा रहा है, जहाँ पत्थरों पर पटककर अपना सिर ही लहलुहान किया जा सकता है। कोई बताएगा कि राष्ट्रमंडल खेलों का आयोजन भारत को आर्थिक महाशक्ति बनाएगा या शिक्षा के विस्तार और जनता के विश्वास से यह गौरव हासिल करेगा। दुःख होता है जो सरकार जनता को पेट्रोल-डीजल तथा रसोई गैस में राहत नहीं दे सकती वह 4100 करोड़ रुपयों से 11 स्टेडियम, 1038 करोड़ से खेल गांव का निर्माण, करोड़ों रुपयों से मैट्रो रेल विस्तार, नई बसें आदि बनवाकर जनता का खजाना लुटवा रही है। क्या इस पैसे से वर्षों से रिक्त पड़े लाखों शिक्षकों और हजारों जजों की नियुक्ति नहीं हो सकती थी? क्या स्कूल भवन, ढांचागत व्यवस्था, कम्प्यूटरीकृत न्यायिक व्यवस्था शुरू नहीं की जा सकती थी? पुलिस, न्याय, शिक्षा, बुनियादी सुविधाओं में सुधार कर हर साल बाढ़ और सूखे से मरने वालों को बचाया जाता तो जनता को सुशासन में विश्वास भी होता। जन-जागरण की राजनीति तो क्या बन पायेगी वर्तमान परिदृश्य तो एक खूनी क्रान्ति की ओर ही संकेत कर रहा है।

**वरिष्ठ साहित्यकार एवं पत्रकार  
न्यू कृष्णा नगर, जैन बाग, वीरनगर, सहारनपुर 247001 (उ.प्र.)**



## राष्ट्र विन्तन

### ◆ प्रधानमंत्री डॉ. मनमोहन सिंह द्वारा 15 अगस्त, 2010 को प्रदत्त भाषण के मुख्य अंश

#### घोषणाएं :

महंगाई कम होगी, पेट्रोल कीमत बढ़ाए बगैर गाड़ी नहीं चलती।

बोरलॉग इंस्टीट्यूट फॉर साउथ एशिया की स्थापना। उच्च शिक्षा और चिकित्सा के क्षेत्र में होगा अलग परिषदों का गठन।

नेताओं का अपमानजनक भाषा के प्रयोग पर चेतावनी। राष्ट्रमंडल खेलों को राष्ट्रीय पर्व के रूप में सफल बनाने की अपील।

#### लक्ष्य :

कृषि विकास दर 4 फीसदी तक बढ़ाना, जिला स्तर पर कृषि उत्थान योजना।

अल्पसंख्यकों को शिक्षा सुनिश्चित करना।

साफ-सुथरा भारत बनाने के लिए स्कूल स्तर से अभियान। नक्सल प्रभावित इलाकों के आदिवासियों के प्रति सालों से बरती गई लापरवाही खत्म करना।

#### चुनौतियां :

धर्म, प्रांत, जाति और भाषा के नाम पर फूट।

कृषि क्षेत्र में बदलते मौसम, गिरता भूजल स्तर, घटती भू गुणवत्ता।

अधिसंख्य आबादी गरीबी, भूख और बीमारी से परेशान।

आंतरिक सुरक्षा और नक्सलवाद की गंभीर समस्या।

पूर्वोत्तर में अशांति, कश्मीर में जारी हिंसा।

◆ खून-खराबे से कुछ हासिल नहीं होने वाला है। जम्मू-कश्मीर को भारत का अभिन्न अंग मानने की रूपरेखा के तहत हिंसा छोड़ने वाले लोगों और समूहों से सरकार वार्ता को तैयार है। जब तक पाकिस्तान भारत के खिलाफ आतंकवाद को बंद नहीं करता उससे बातचीत आगे नहीं बढ़ पाएगी।

भारतीय लोकतंत्र में इतनी उदारता है कि वह किसी भी हिस्से और गुट की मुश्किलों को हल कर सके। नक्सलवाद देश की आंतरिक सुरक्षा के लिए गंभीर चुनौती है। इस समस्या से निपटने के निजी और राजनीतिक हितों से ऊपर उठने की जरूरत है। हिंसा छोड़ने वाले नक्सलियों से वार्ता की जरूरत है।

**डॉ. मनमोहन सिंह, प्रधानमंत्री**

# पाश्चात्य जगत से क्या लें, क्या छोड़ें

रूपनारायण काबरा

जब भी किसी व्यक्ति, राष्ट्र, धर्म संस्कृति से कुछ लेने-छोड़ने का प्रश्न उठता है तो सही समाधान यही है कि **“सार सार को गहि रहे, थोथा देय उड़ाय”**, हमारे भाव, हमारी ग्राह्यता इसी सिद्धांत पर आधारित होनी चाहिये। गांधीजी कहते थे, “हमें अपने दरवाजे खिड़कियां खुली रखनी हैं ताकि बाहर की स्वच्छ ताजा हवा भी आ सके तथा भीतर की गंदगी बाहर निकल सके। हवा चाहे पश्चिम की हो चाहे पूरब की या उत्तर-दक्षिण की, हर हवा में एक गंध होती है, एक ताजगी होती है और जब कभी प्रदूषित हवा का झोंका आये तो हमें खिड़की-दरवाजे बंद कर देने चाहियें।”

वैश्वीकरण की ओर बढ़ते भारत के समक्ष यह प्रश्न है कि हम पाश्चात्य जगत से क्या लें और क्या त्यागें। यह सत्य है कि पाश्चात्य जगत विकास में अग्रणी है, विज्ञान में उत्कृष्ट है और श्रम के प्रति वहाँ निष्ठा है। हमें सीखना है पश्चिम से वैज्ञानिक दृष्टिकोण विकसित करना तथा विकास करना। यह भी सीखना कि विज्ञान में ही विकास है। अभी स्थिति यह है कि हमें अपने विकास के लिए सहायता एवं मार्गदर्शन हेतु पश्चिम की ओर ताकना पड़ता है। हमें अपनाना है पश्चिम का विज्ञान, उद्यमिता एवं श्रम निष्ठा। हमारे यहाँ कामचोरी है, बेईमानी, रिश्वत एवं भ्रष्टाचार है। बिना ‘वजन’ के दफ्तरों में फाइल खिसकती ही नहीं पर पश्चिम के शासन-प्रशासन तंत्र में नियम हैं,

अनुशासन है और सबसे बड़ी बात है राष्ट्रीय चरित्र एवं राष्ट्र निष्ठा। वे ऐसा कुछ भी करने की सोचते ही नहीं जिससे राष्ट्रीय चरित्र की ओर अंगुलि उठाई जा सके। वे अपनी मातृभूमि के लिए युद्धकाल में ही नहीं शांतिकाल में भी अपितु सदैव ही समर्पित होते हैं। हमें इस गुरु ज्ञान को उनसे लेना है।

पश्चिम के लोग ईश्वर के बाद दूसरा स्थान स्वच्छता को देते हैं। वहाँ के घर, बाजार, सड़कें, सार्वजनिक भवन, स्कूलें सभी स्वच्छ होते हैं जबकि हमारे यहाँ तो गंदगी है। हमारे सार्वजनिक स्थल कार्यालयों की सीढ़ियों और कोने पान की पीक से सने होते हैं। जगह-जगह गुटखे, सुपारी के पाउच पड़े मिलते हैं। वहाँ सड़कों पर कचरा नहीं, गंदगी नहीं और खड्डे नहीं। नल-बिजली का बंद होना वहाँ असामान्य है और हमारे यहाँ तो न बंद होना असामान्य है। स्वच्छ जीवन, स्वच्छ पर्यावरण, स्वच्छ आवास हेतु हमें बहुत कुछ सीखना है पश्चिम से।

पश्चिम के लोग काम के वक्त काम को महत्त्व देते हैं और हम दफ्तर में बैठे आये दिन कमेन्ट्री सुनते हैं अपने से मिलने आये व्यक्ति के सत्कार में लग जाते हैं अपने मुख्य कार्य-कर्तव्य की उपेक्षा करके। वहाँ का इंजीनियर भी वक्त पड़ने पर बिना हिचक खंभे पर चढ़ जाता है जबकि हमारे यहाँ के बड़े आदमी और बड़े अफसर कुर्सी के अतिरिक्त सब कार्य अपने लिये छोटा समझते हैं। ‘कार्य ही पूजा है’ इस दर्शन

हर राष्ट्र का, हर संस्कृति का अपना दर्शन होता है, अपना वर्चस्व होता है अपनी श्रेष्ठता भी होती है पर जिस प्रकार प्रकृति जगत में पौधों का विकास अनुकूल भूमि एवं जलवायु पर निर्भर होता है उसी प्रकार हमें भी पाश्चात्य संस्कृति को एक विकसित राष्ट्र-संस्कृति मानकर अंधानुकरण नहीं करना है वरन् उनकी श्रम निष्ठा, कर्तव्यनिष्ठा, स्वच्छता, समय की पाबंदी, गतिशीलता एवं राजनैतिक सजगता को हमें अपनाना है, आत्मसात करना है और अपसंस्कृति की विकृतियों से हमें अपने को दूर रखना है।

को हमें उनसे सीखना है, श्रम के प्रति लगाव एवं सम्मान को उनसे सीखना है।

पश्चिम में जाति भेद नहीं है। हाँ, कुछ स्थानों में रंगभेद अवश्य है जो कि निश्चय ही त्याज्य है। अपने यहाँ तो सैकड़ों जातियां हैं, जातियों के बंधन हैं। हमारे यहाँ व्याप्त जाति प्रथा न केवल हमारे सामाजिक-पारिवारिक जीवन को अपितु राजनैतिक जीवन को भी प्रभावित करती हैं। जातियों के आधार पर भाषा, धर्म, क्षेत्र इत्यादि के आधार पर भारत विभाजित है। कितने ही राजनैतिक दल हैं। इतने राजनैतिक दल तो विश्व के किसी भी गणतंत्र में नहीं हैं। भारत में अस्थिर सरकार होने के लिए यही स्थिति तो उत्तरदायी है। हमें सीखना है पश्चिम से कि राष्ट्र को अपने धर्म, अपनी जाति एवं अपने क्षेत्र इत्यादि से ऊपर मानें, अधिक महत्त्व दें।

स्वास्थ्य, स्वच्छता, व्यवस्था के प्रति पश्चिम से हमको अपने परम्परागत जीवन में युगांतकारी परिवर्तन लाने हैं, गतिमान बनना है, अंध-विश्वासों एवं कुप्रथाओं दहेज, बाल-विवाह के प्रति नकारात्मक दृष्टिकोण विकसित करना है, विधवा विवाह को सहज स्वीकृति देनी है, नारी को समान अधिकार देना है, घर में और बाहर दोनों ही जगह।

बहुत कुछ तो हमें पश्चिम से सीखना है पर हमें अंधानुकरण नहीं करना है। हमारी अपनी परंपरायें, हमारे अपने जीवन मूल्य, हमारी अपनी संस्कृति और हमारी अपनी पारिवारिक-सामाजिक

संरचना का भी अपना महत्त्व है, अपनी विशेषता है, अपनी उपयोगिता है। पश्चिम के लोग तरसते हैं पारिवारिक जीवन को पर कहाँ है वहाँ पारिवारिक जीवन का रस। वृद्धावस्था में वहाँ पिता अपने पिता अपने पालित-पोषित पुत्र से दूर किसी वृद्धाश्रम में अपने दिन काटता है। उसे कहाँ मिलते हैं गोद में खिलाने को पोते-पौतियाँ अथवा नाते-नातियाँ। वह अपना एकाकी जीवन काटता है और हम आज पाश्चात्य भौतिकवाद एवं दृष्टिकोण को अपनाते हुए उसी दिशा में बढ़ रहे हैं अर्थात् एकल परिवार की ओर भारत की जिस पारिवारिक व्यवस्था पर वे आश्चर्य करते हैं हम उसे ही उनकी नकल में छोड़ते जा रहे हैं, यह गलत है।

पश्चिम के लोग काम के बाद आराम को, मनोरंजन को अत्यन्त महत्त्व देते हैं पर हमें उनकी आमोद-प्रमोद की शैली को नहीं अपनाना है। हमें नहीं सीखना मांसाहार-मद्यपान एवं यौन स्वच्छंदता। हमारे अपने जीवन मूल्य, हमारी अपनी संयमित जीवन शैली एवं मर्यादाएं ही श्रेष्ठ हैं, पर सीखते जा रहे हैं पश्चिम का भौतिकवाद एवं अमर्यादित आचरण।

हमें अपनी संस्कृति पर गर्व करना है, गौरव अनुभव करना है, इसमें हमारी निष्ठा हो, आस्था हो यही उत्तम है। कृत्रिम जीवन-पद्धति एवं भोगवाद को समर्पित पाश्चात्य जीवन शैली हमें नहीं अपनानी है। हर राष्ट्र का, हर संस्कृति का अपना दर्शन होता है, अपना वर्चस्व होता है अपनी श्रेष्ठता भी होती है पर जिस प्रकार प्रकृति जगत में पौधों का विकास अनुकूल भूमि एवं जलवायु पर निर्भर होता है उसी प्रकार हमें भी पाश्चात्य संस्कृति को एक विकसित राष्ट्र-संस्कृति मानकर अंधानुकरण नहीं करना है वरन् उनकी श्रम निष्ठा, कर्तव्यनिष्ठा, स्वच्छता, समय की पाबंदी, गतिशीलता एवं राजनैतिक सजगता को हमें अपनाना है, आत्मसात करना है और अपसंस्कृति की विकृतियों से हमें अपने को दूर रखना है।

**किशोर कुटीर, ए-438, वैशालीनगर,  
जयपुर-302021**



## बड़ी माँ

दत्त की शादी को 12 बरस बीत गये थे। एक बेटी हुई और चल बसी। उसके बाद घर में कोई भी किलकारी नहीं गूँजी। घर में सब फूली को पूछते, उसे यह प्रश्न नागवार-सा लगता। उसकी सास हमेशा अपने बेटे को दूसरी शादी के लिए उकसाती। आखिर 15 साल बीत गये। माँ ने बेटे की दूसरी शादी कर दी। घर में दूसरी औरत का आना किसको अच्छा लगता है। दूसरी औरत से दत्त को तीन लड़के और एक लड़की पैदा हुई। फूली ने समझदारी से काम लिया। उन्होंने बच्चों को बड़ी निष्पक्ष भावना से पाला। बच्चे उन्हें बड़ी माँ कहते थे और उनसे बहुत प्यार करते थे। परन्तु कहीं न कहीं उनके मन में भी यह भावना थी कि उनका अपना कोई बच्चा नहीं है। बच्चे बचपन में उन्हें बहुत तंग करते थे। समय बीतता चला गया। बच्चे उन्हें बड़ी माँ के नाम से पुकारते थे। बड़े होकर उन्हें परिवार वालों ने बता ही दिया कि वो उनकी माँ नहीं है। इससे बड़ी माँ के हृदय को बड़ी चोट लगी। बड़ी माँ अब बूढ़ी हो चुकी थी। उसका सब सम्मान करते थे। एक दिन उनकी तबीयत बहुत खराब हो गई, उन्हें लगा उनका आखिरी समय अब निकट है। उन्हें चक्कर आ रहे थे, साँस उखड़ रही थी, मन बैठा जा रहा था। डाक्टर आया, उसने फूली को दवा दी, उन्हें गहरी नींद आ गई। तीन-चार घंटे के बाद आँख खुली, उन्होंने अपने चारों बच्चों को अपनी चारपाई के गिर्द पाया। सबकी आँखें लाल थी, सूजी थी, छोटा बेटा, तो पाँव की तरफ बैठा चुप ही नहीं हो रहा था। बड़ा बेटा उन्हें सहारा देकर जूस पिला रहा था। दोनों मंझले बच्चे इस इन्तज़ार में थे कि बड़ी माँ उनसे भी कोई काम कहे। बड़ी माँ को आज अपनी ममता पर नाज़ हुआ। माँ सिर्फ जन्म देना ही नहीं, माँ ममता है, पृथ्वी है।

■ शबनम शर्मा, नवाब गली, नाहन, जिला सिरमौर, हि.प्र.—173001

आजादी के बाद भारत की शासन व्यवस्था, प्रशासन तंत्र, आर्थिक नीति और शिक्षा नीति को तय करते समय महात्मा गांधी के विचारों को उनकी मौजूदगी में ही महत्त्व नहीं दिया गया। संभवतः इसलिए कि गांधी के राजनीतिक चिंतन का आधार आध्यात्मिक था। उनका मानना था कि जीवन के हरेक क्षेत्र में धर्म को महत्त्वपूर्ण स्थान दिया जाना चाहिए। क्योंकि धर्म मानव की समस्त गतिविधियों को एक नैतिक आधार देता है और मानव जीवन की समस्त समस्याएं अन्ततोगत्वा नैतिक समस्या ही है। इसलिए उन्हें नैतिक नजरिए से ही समझाया व सुलझाया जा सकता है; और ऐसा किया भी जाना चाहिए। गांधीजी के विचारों का आधार सत्य, अहिंसा, प्रेम व मानवतावादी दृष्टिकोण है। यहाँ तक कि उनका सत्याग्रह भी इन सभी दृष्टिकोणों को चलाने की तकनीक है। इसकी व्याख्या गांधीजी ने अपनी विभिन्न रचनाओं और लेखों में भी की है। गांधीजी की रचना 'हिन्दी स्वराज' उनके सभी विचारों का बीज रूप है। जब 'हिन्द स्वराज' पुस्तक लिखी तब तक वे मोहनदास करमचंद गांधी ही थे, महात्मा गांधी नहीं कहलाए थे। लंदन में बैरिस्टरी पास कर भारत लौट रहे थे। रास्ते में ही जहाज पर यह पुस्तक लिखी थी। स्वतंत्र भारत का प्रशासन कैसा हो, इस पर कुछ सैद्धान्तिक सूत्र इसमें दिए गए हैं। विस्तृत रूपरेखा बनाने का जिम्मा उन्होंने भावी नेताओं और स्वतंत्र भारत की जनता पर छोड़ दिया था क्योंकि वे गहरे अर्थों में लोकतांत्रिक व्यक्ति थे। अभी का जो प्रशासनिक ढांचा है, वह तो ब्रिटिश कालीन ही है। स्वतंत्र भारत में इसके चलते रहने की कल्पना भी गांधीजी ने नहीं की थी। हमारा जो संविधान बना, वह 'इंडिया एक्ट 1935' पर आधारित है। गांधीजी को कल्पना भी नहीं थी कि कोई ऐसा संविधान स्वतंत्र भारत में बन सकता है।

हिन्द स्वराज में गांधीजी मानते हैं

## प्रासंगिक है 'हिन्द स्वराज'

डॉ. गिरीश कुमार शर्मा

कि भारत के किसान, भारत की स्त्रियां और वनवासी ज्ञान-सम्पन्न हैं और गुण सम्पन्न हैं। अंग्रेजी पढ़ा-लिखा भारत का 'हार्ड-हार्टेड इंटेलिजेंसिप' संवेदन-शून्य एवं निष्पूर है परन्तु भारतीय समाज का बड़ा हिस्सा भाव सम्पन्न गुणी एवं चरित्रवान है। किसानों और वनवासियों के पास मिट्टी, पानी, हवा, मौसम, आकाश, तारे, बीजों, फसलों, ऋतुओं, आहार-विहार, जड़ी-बूटी आदि का अथाह ज्ञान है, यह वे जीवन भर कहते रहे। गांधीजी ने लिखा है 'सबसे पहले धर्म की शिक्षा या नीति की शिक्षा देनी चाहिए। हर एक पढ़े-लिखे हिन्दुस्तानी को अपनी भाषा का, सबको हिन्दी का ज्ञान होना चाहिए। वे कहते हैं कि 'उस आदमी ने सच्ची शिक्षा पाई है, जिसके शरीर को ऐसी आदत डाली गई है कि वह शरीर उसके बस में रहता है, जिसकी बुद्धि शुद्ध, शांत और न्यायदर्शी है, जिसका मत कुदरती कानूनों से भरा है और जिसके मन की भावनाएं बिल्कुल शुद्ध हैं।' सम्पूर्ण राष्ट्र के लिए प्रशासन की बात पर गांधीजी ने ग्राम स्वराज की अपनी स्थापनाओं द्वारा प्रकाश डाला है, जहाँ उन्होंने समाज की संरचना सागरीय वृत्तों से की है, जिसमें व्यक्ति, परिवार, गांव, जनपद, प्रांत एवं राष्ट्र क्रमशः बड़े होते वृत्त हैं और प्रत्येक वृत्त दूसरे वृत्त को शक्ति देता है। उस दृष्टि से ग्राम पंचायतों के पास शिक्षा, न्याय, वित्त एवं अर्थ प्रबंधन की सर्वाधिक शक्ति होनी चाहिए तथा राष्ट्रीय प्रशासन का काम यह देखना होना चाहिए कि भारत की अपनी ज्ञान-परम्परा, धर्म-परम्परा, संस्कृति-परम्परा, न्याय-परम्परा तथा कृषि एवं उद्योग-वाणिज्य परम्पराएं निरंतर संरक्षित एवं पोषित होती रहें और राज्य अखंड, एकीकृत तथा सम्प्रभुता-सम्पन्न एवं सुरक्षित रहे। गृह, विदेश, राजकीय वित्त

तथा राष्ट्रीय न्याय-व्यवस्था आदि तथा संचार एवं सैन्य-व्यवस्था जैसे केन्द्रीय विषयों पर ही राष्ट्रीय प्रशासन को मुख्य ध्यान देना चाहिए। शेष दैनन्दिन जीवन व्यवस्था ग्राम पंचायतों, जनपद पंचायतों आदि के अनुशासन में चलने देना चाहिए। धर्म और नीति की शिक्षा की व्यवस्था के सूत्र राष्ट्रीय स्तर पर निर्धारित कर फिर उसके मार्ग-दर्शन में विकेन्द्रीकृत व्यवस्थाएं चलते देना चाहिए। विभिन्न धर्मपंथों के आपसी संबंधों के विषय में गांधीजी ने स्पष्ट किया है कि प्रत्येक धर्मपंथ वालों को दूसरों के लिए भारत में समान स्थान एवं समान अवसर का सिद्धांत मानना होगा, क्योंकि हिन्दुस्तान ऐसा ही था और आज भी है। इसलिए धर्मांतरण को भारत में पूर्णतः प्रतिबन्धित करना चाहिए। महात्मा गांधी ने 5 अक्टूबर 1945 को पं. जवाहरलाल नेहरू को लिखे अपने पत्र में कहा था कि हिन्द स्वराज में मैंने जो लिखा है उस राज्य पद्धति पर मैं बिल्कुल कायम हूँ..... जो चीज मैंने 1909 में लिखी है उसी का सत्य मैंने अनुभव से आज तक पाया है।..... मैं यह मानता हूँ कि हिन्दुस्तान को कल देहातों में ही रहना होगा, झोपड़ियों में, महलों में नहीं। पंडित नेहरू ने इसका उत्तर अक्टूबर 1945 को अपने पत्र में दिया। उस बात को कई साल हो गए हैं जब मैंने 'हिन्द स्वराज' पढ़ी थी। आज मेरे दिमाग में उसकी कुछ धुंधली सी यादें हैं। यह भी लिखा कि इसमें कोई संदेह नहीं है कि कई भारी-भरकम शहरों में बहुत सी बुराइयां घर कर गई हैं। इनकी निन्दा की जानी चाहिए।.....लेकिन साथ ही गांववालों को इस बात के लिए प्रोत्साहित करना होगा कि वे शहरों की संस्कृति में खुद को ढाल सकें। इसका

शेष पृष्ठ 19 पर...

प्रो. राधाकृष्णन् का विश्व के दार्शनिकों में प्रमुख स्थान है। दर्शन संबंधी उनकी चित्र-कथाएं इतनी सजीव हैं कि मानव सहज में उसमें अपनी सहभागिता अनुभव करने लगता है। वे शंकराचार्य के अद्वैत सिद्धांत से तो सहमत हैं, पर माया-मिथ्या के विचार से सहमत नहीं हैं।

वे ईश्वर तथा ब्रह्म के बीच में भी भावात्मक संबंध जोड़ते हैं। ईश्वर का पूर्व वैश्य स्वरूप ही निरपेक्ष ब्रह्म हैं। एक ही ईश्वर ब्रह्म के स्वरूप में सृष्टि रचता है, विष्णु के रूप में पालन करता है। वस्तुतः यह सिद्धांत, योजना, प्रक्रिया और पूर्णतः के रूप को दर्शाता है। अतः उनकी दृष्टि में शंकराचार्य के निर्गुण ब्रह्म और रामानुजाचार्य के सगुण ब्रह्म में कोई अंतर नहीं है। रामानुजाचार्य के सगुण ब्रह्म को वे धर्म को ईश्वर की संज्ञा देते हैं। वे कहते हैं कि स्वयं प्रकाश निरपेक्ष की पूजा नहीं हो सकती। मानव चाहता है कि उसका कोई श्रद्धेय हो, जिसका श्रद्धालु बनकर, वह उसके गुणों के प्रति समर्पित रहता है। इसी कारण मानव ईश्वर की कल्पना करता आया है। इसके आधार पर ही मानव लक्ष्य और उसका परमानंद स्रोत 'ब्रह्म संस्पर्श' बताया गया है। जैसा कि गीता में कहा गया है।

उनके इस चिंतन के पीछे, एक विशिष्ट पृष्ठ-भूमि है, मद्रास क्रिश्चियन कॉलेज में ईसाई धर्म के बीच शिक्षा लेने के कारण उनको हिन्दू-धर्म पर अनेक आक्षेप सुनने को मिले। इसमें से दो मुख्य हैं

1. हिन्दू-धर्म बौद्धिक रूप से सुसंगठित नहीं हैं।
2. वह नैतिकता के आधार पर खरा नहीं उतरता।

इन्हीं आरोपों के अंतर्गत उन्होंने अपनी लेखनी उठाई। उन्होंने भारतीय दर्शन के आधार पर अपने धर्म की

उर्वरता सिद्ध करने का प्रयास किया और मानव स्वतंत्रता को अपने धर्म तथा दर्शन का आधार बनाया। सभी धर्मों का तुलनात्मक अध्ययन करने के बाद वे इस निष्कर्ष पर पहुँचे कि प्रत्येक जातियाँ, धर्म एक ही आध्यात्मिक सत्ता के बोध के लिए उन्मुख एवं प्रयत्नशील



## डॉ. राधाकृष्णन् ईश्वरवादी धर्म-दर्शन

कमला पुरोहित

हैं। अपने लक्ष्य प्राप्त करने के साधन भिन्न-भिन्न हो सकते हैं। उन साधनों की पवित्रता से ही धर्म की श्रेष्ठता का पता लगता है।

ईसाइयों के इस दुराग्रह से वे बड़े चिंतित थे कि ईसाई धर्म ही ईश्वर प्रदत्त है। शेष धर्म मानव द्वारा ही निर्मित हैं। डॉ. साहब इस तथ्य को आधारहीन मानते हैं और कहते हैं कि संसार के जीवित धर्मों में से कोई भी धर्म पाश्चात्य नहीं हैं। सभी धर्म भारत, ईरान, फिलीस्तीन में सृजित हुए

फले-फूले और आगे बढ़े। ईसाई धर्म पश्चिम में पहुँचकर वहाँ के लोगों की आकांक्षाओं और गुणों में बदल गया। यह जीवन का नियम है कि धर्म जिन लोगों द्वारा स्वीकारा जाता है, वह उनकी प्रवृत्तियों एवं गुणों के अनुसार ढल जाता है।

### कर्म-फल व मानव स्वतंत्रता

डॉ. राधाकृष्णन् अपने दर्शन के आधार पर मानव की श्रेष्ठता एवं स्वतंत्रता को मानते हैं। गीता के अनुसार वे पुनर्जन्म तथा कर्म-फल में भी विश्वास करते हैं, परन्तु वे मानव स्वतंत्रता से पीछे नहीं हटते यहाँ यह विचारणीय है कि मनुष्य को अपने कर्मों का फल भोगना ही पड़ेगा तब वह स्वतंत्र कैसे हुआ वे मानते हैं कि कर्मों का फल हमें बांधे रखता है। और वे अपने जीवन को संचालित करता है। परन्तु सर्वत्र ऐसा नहीं है, कर्म प्रतीक रूप से कानून है, इसका पालन हमें करना ही पड़ेगा। परन्तु यह अपने स्वतंत्रता का समर्पण नहीं है। स्वतंत्र होने का अर्थ कानून का उल्लंघन नहीं है। इसे अधिक स्पष्ट करने के लिए उन्होंने ताश के खेल का उदाहरण दिया।

मानव जीवन एक ताश के खेल की तरह है। हमें जो पत्ते खेलने के लिए दिए जाते हैं, निसंदेह हमारी पसंद के नहीं होते। वे हमारे द्वारा चुने हुए नहीं होते हैं, परन्तु कैसे खेलें, कोई पत्ता आगे फेंकने में हम स्वतंत्र हैं। खेल के भी विशिष्ट नियम हैं, हम निश्चय ही उन नियमों से बंधे हुए होते हैं। हम उन्हें तोड़ नहीं सकते। परन्तु खेल शुरू होते ही हम अपने पत्तों का चुनाव करने में स्वतंत्र है। शुरू में अनेक विकल्प होते हैं जो घटते-बढ़ते रहते हैं। परन्तु सम्पूर्ण खेल में हमारे पास सदैव एक विकल्प रहता है। एक अच्छा खिलाड़ी खेल में ढेरों

संभावनायें पूर्वानुमानित कर लेता है। असावधानी से खेलने में एक अच्छा खिलाड़ी अच्छा अवसर खो देता है। खिलाड़ी या मनुष्य का जो दोष है, यह उसके कर्म व भाग्य का दोष नहीं है। वह तो मनुष्य के कौशल मात्र की कमी है। इस दृष्टि से काम करने से हमारी जीवन शैली भीतर से बदल जाएगी। गीता के अनुसार हम निष्काम कर्मयोगी बन जायेंगे। यही कौशल पूर्ण कर्म का संचालन है। 'योगा कर्मस्तु कौशलम्' तभी जय-पराजय में समान हो सकते हैं।

डॉ. साहब के अनुसार, मनुष्य में दिव्यतम विद्यमान है प्रतीक रूप में वासुदेव तथा देवकी का उदाहरण देते हुए कहते हैं कि वासुदेव तथा देवकी कृष्ण के माता-पिता हैं। भागवत में वासुदेव को सत्य कहा गया है सत्य विशुद्धम् वासुदेव शब्दितम्" देवकी को देवी प्रवृत्ति कहा गया। फलतः कृष्ण रूप दिव्य का जन्म एक विशेष द्वार में नहीं हुआ था, परन्तु आज भी वह पवित्र जन्म हमारे अगणित रूप से होता रहता है। मानव में विद्यमान सत्वगुण तथा उसकी दैवी प्रवृत्ति, दोनों को मिलाने से हम में दिव्यत्व पैदा होता है। इससे हमारी आँखों से अज्ञान के पटल खुले जाते हैं। लोभ-मोह की जंजीरें टूट जाती हैं। हम देवी प्रकाश से आलोकित हो जाते हैं। दिव्य ऊर्जा के माध्यम से हम काम करने लग जाते हैं। यह निर्वेद है कि अहं को छोड़े बिना दिव्य सत्ता से हमारा मिलन नहीं हो सकता। अतः ईश्वर से एकाकार होने के लिए स्वतत्त्व का दमन आवश्यक है। यज्ञ में 'स्वाहा' कहकर आहूति दी जाती है। ऋषियों का भी यही कथन कि स्वत्व का छवि के माध्यम से समर्पण करना 'स्वाहा' का अर्थ स्वत्व का त्याग है।

डॉ. राधाकृष्णन् ने भारतीय आत्म-दर्शन और आत्मा को अपने दर्शन का आधार बनाया। आत्मा की अजर-अमरता पर उन्हें पूर्ण विश्वास था। क्योंकि जिस समय लिख रहे थे, उस समय भारत अंग्रेजों का गुलाम था। उनका दृढ़ विश्वास था कि हम राजनीतिक आजादी के लिए जब तक प्रतिबद्ध नहीं हो सकते, जब तक हम आध्यात्मिक विरासत के ज्ञान से अभिभूत न हों। उनके दार्शनिक विचारों से विदेशी सत्ता को अनुभव हो गया कि "ऐसे उद्धात मूल्य बोध वाले भारत को हम अधिक दिनों तक गुलाम नहीं रख सकते इस दृष्टि से प्रो. साहब हमारी आध्यात्मिक पुनर्जागरण में विशेष स्थान रखता है।

इसके अतिरिक्त भी पाश्चात्य विद्वान् भी यह समझ गए कि भारतीय दर्शन में मानव स्वतंत्रता की कहीं भी अवहेलना न हुई। भारतीय दर्शन आत्मा के राज्य की स्थापना और सर्वत्र शांति व सामंजस्य का संदेशवाहक है। आज के बौद्धिक नृशंसता के युग में भारतीय दर्शन अधिक प्रासंगिक है। इसमें जीवन मुक्त लोक समर्पित जीवन के लिए प्रचुर सामग्री हैं।

76, प्रताप नगर-तृतीय, जयपुर - 302018 (राजस्थान)

## झाँकी है हिन्दुस्तान की

- ◆ रामगंगा के खादर में बसा गुजरपुरा गांव विकास से कोसों दूर हैं। बुजुर्ग रोशन लाल कहते हैं कि चुनाव के समय ही नेता यहां नजर आते हैं। आज तक कोई अधिकारी नहीं झाँका। क्यारा (बरेली) के गुजरपुरा गांव में आज तक बिजली नहीं पहुँची है। सुविधाओं के नाम पर सिर्फ गांव के कुछ रास्तों पर ईंटें बिछी हैं। फौजी रूम सिंह का कहना है कि गांव पढ़ाई-लिखाई में काफी पिछड़ा है। इसकी वजह है बिजली का न होना। ढिबरी की रोशनी में बच्चे ज्यादा देर नहीं पढ़ पाते हैं। पशुपालक अनोखे लाल के छह बच्चे हैं। इनमें से सिर्फ दो लड़कियां आरती और गायत्री ही पढ़ोस के गांव में पढ़ने जाती हैं। तीन बच्चों ने पांचवीं के बाद पढ़ाई छोड़ दी है। गरीबी के साथ ही सुविधाओं का अभाव भी बच्चों को पढ़ाई से दूर कर रहा है। बहुत से लोग गांव से पलायन करने की सोच रहे हैं, क्योंकि जाड़े बुखार के इलाज के लिए भी 7-8 किलोमीटर दूर जाना पड़ता है।
- ◆ गांव का नाम अजोरपुर (उजाला) है लेकिन शाम होते ही यह अंधेरे में डूब जाता है। आज तक इस गांव में बिजली आई ही नहीं। आजादी के 64 साल बाद भी गांव के लोग ढिबरी युग में जी रहे हैं। इसी गांव से सटे बड़कापुरवा गांव में किसी तरह खंभे तो खड़े कर दिए गए, लेकिन बिजली की आपूर्ति नहीं होती। राजभर और यादव सहित विभिन्न जाति के लोग पशुपालन और कृषि कार्य से आजीविका चलाते हैं। दोनों गांवों की आबादी लगभग 1500 है। यहां साक्षरता दर महज 25 प्रतिशत है। शिक्षा के लिए गांव से थोड़ी दूर मर्यादपुर में प्राथमिक और जूनियर सरकारी विद्यालय हैं। अर्थ ऑवर अभियान से अनजान गांव के लालचंद्र साहनी, कैलाश साहनी, सुखदेव, रामलखन यादव, हरिहर यादव कहते हैं कि बिजली के अभाव में रहना अब आदत बन चुकी है। खेतीबाड़ी प्रकृति पर निर्भर है। बहुत जरूरत होने पर पंपिंग-सेट चलाकर सिंचाई की जाती है। कुछ घरों में मनोरंजन के लिए टीवी है लेकिन वह चलती है बैट्री से। गांव में बिजली के लिए प्रधान सहित अन्य लोगों ने विभागीय अधिकारियों और जनप्रतिनिधियों के यहां काफी भागदौड़ की लेकिन कोई सुनवाई नहीं हुई। ग्रामीणों के काफी भागदौड़ के बाद वर्षों पहले बड़कापुरवा तक किसी प्रकार खंभा लगाकर बिजली का तार खींचा गया। गांव के दर्जनों लोगों ने कनेक्शन ले लिया। लेकिन बिजली तो आज तक मयस्सर नहीं हुई, पर बिल बिना उपभोग के ही आ जाता है।

# अपने 'श्रेष्ठतम' को जन्म दें

जनार्दन शर्मा

21वीं सदी व्यक्ति को, अपने को, पुनः इज़ाद करने, हर वस्तु या तकनीक की नई परिभाषा करने, परिवर्तन के साथ कदम मिलाने एवं नवाचार या 'इन्नोवेशन' की प्रेरणा देती है। एक विचार ने सुंदर शब्दों में कहा है मनुष्य का मुख्य दायित्व स्वयं को जन्म देना है, ताकि वह अपने को उस रूप में विकसित कर सके, जिसकी संभावनाएं उसमें छिपी है। व्यक्ति के प्रयत्नों का सर्वोत्तम उत्पाद उसका व्यक्तित्व है। वस्तुतः यह सात तथ्य है कि व्यक्ति में अतुल्य संभावनाएं छिपी हैं।

महान दार्शनिक सुकरात ने "खुद को जानो" नारा इसीलिये दिया कि हम अपनी योग्यता, क्षमता, रुचि एवं प्रतिबद्धता के आधार पर अपना लक्ष्य निश्चित कर जीवन-यात्रा आरंभ करते हैं, तब लक्ष्य सहज प्राप्त होता है। एक अन्य विचारक ने कहा है "आप वही हैं, जो आपके विचार, आपका कार्य व आपका सपना है आप अन्तहीन है अंतरिक्ष की तरह।

महात्मा बुद्ध ने कहा है अपना दीपक आप बन! यह भी सही है कि जीवन की खोज-प्रक्रिया नहीं, सृजन-सूत्र है। इसमें परिवर्तन और 'नवाचार' के बीज ओंकार की 'श्रेष्ठता' की फसल काटनी है। 'नेतृत्व की शैली' पुस्तक में बताया है वट-बीज से ही विशाल वट-वृक्ष बनता है, लम्बी जीवन-यात्रा छोटे कदमों से शुरू होती है। बिन्दु से सिन्धु बनता है, अतः व्यक्ति को लघुत्तम को महत्त्व देकर महत्तम (श्रेष्ठ) परिणाम का प्रयास करना चाहिये।

सदैव कर्मवीर से सादगी, सरलता, शुभ, विनम्र दुराग्रह से मुक्त, अहंकार शून्य गुणों की अपेक्षा की जाती है। बाइबिल में भी कहा है, जो नम्र होते हैं वे ही ऊँचाई पर जाते हैं।

व्यक्ति को देश काल की परिस्थिति, दूर-दृष्टि, पक्का इरादा, सुस्पष्ट संवाद,

दूसरों की प्रशंसा को प्रोत्साहन, स्वयं के आत्मविश्वास, निष्ठा व नैतिक मूल्यों के बल पर बढ़ना चाहिए। सूचना प्रौद्योगिकी के पुरोधा अजिम प्रेमजी, नारायण मूर्ति, नंदन नीतकेनी जैसे व्यक्ति इन्हीं गुणों व मानवीय मूल्यों के बल पर श्रेष्ठता के पायदान पर चढ़े हैं।

प्रधानमंत्री डॉ. मनमोहन सिंह ने पिछले दिनों कहा "हम भारतीयों को दोनों पैरों से चलना सीखना चाहिये। तात्पर्य यही है कि हम अपनी पूरी क्षमता का प्रयोग करके परिश्रम द्वारा श्रेष्ठता हासिल करें।"

यह आवश्यक है कि हम अतीत को बिना दुःख के समागम सुधार करें, वर्तमान को आत्म विश्वास से संवारें तथा भविष्य की संभावना के लिये भय-मुक्त तैयारी रखें। तदर्थ अपने व्यक्तित्व को श्रेष्ठतम निखार कर दुनिया के सामने रखें। सामान्य व छोटी चीजों पर भी पूरा ध्यान दें। वस्तुतः हमें जीवन-निर्माण की पाठशाला में प्रवेश हेतु अपनी पूरी तैयारी रखनी चाहिये। स्कूल में जाने पर गृह-कार्य

निष्ठापूर्वक करना पड़ता है, हमारी तैयारी ही वह होम-वर्क है, जो जीवन में सफल होने का बीमा है।

प्रबंधन गुरु पं. विजयशंकर कहते हैं यह समय श्रेष्ठ होने की होड़ का है। श्रेष्ठ होने के लिये जो ऊर्जा चाहिये, वह भीतर के संकल्प और समर्पण से मिलती है। हमें जानना चाहिये कि हमें कैसी समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। गलतियों व असफलता से भी हम सीखते हैं। यही नहीं बड़ी सफलता के बाद भी सीखना निरंतर जारी रहता है। सफलता व शिक्षा पर जाने के लिये हमें 'चाह' व इच्छा-शक्ति रखनी होगी। इसीलिये कहा है जहाँ चाह है, वहाँ राह है।

बाइबिल में भी कहा है आप अपना श्रेष्ठतम कदम आगे बढ़ाओ और उसे स्थिर बनाये रखो लार्ड टेनीसन ने सम्यक् शब्दों में कहा है "प्रयत्न करो, खोजो और प्राप्त करो तथा उपलब्धि को मुट्ठी में बांधकर रखो।

जिमी कार्टर एक साक्षात्कार में पहुँचे तो उन्हें सुनना पड़ा श्रेष्ठतम क्यों नहीं? और तब से उन्होंने श्रेष्ठतम का संकल्प लिया और राष्ट्रपति पद पर पहुँचे। सच ही तो कहा है "मांग तुम्हें मिलेगा, खटखटा दरवाजा खुलेगा, ढूँढ तू पायेगा।"

सत्य सदन, पुष्कर अजमेर (राज.)

.....पृष्ठ 16 का शेष

## प्रासंगिक हैं 'हिन्द स्वराज'

परिणाम हमारे सामने हैं। भौतिकता में जकड़ा नेतृत्व और समाज। जहाँ समाज के आखरी इंसान के आंसू पोंछने की नैतिक जिम्मेदारी उठाने की जहमत उठाने के लिए जो हैं, उनकी संख्या बहुत कम है और उनकी सुनने वालों की संख्या तो और भी कम है।

सौ वर्ष पूर्व 1909 में गांधीजी ने हिन्द स्वराज लिखी थी। उनकी यह रचना कुछ विषयों पर आज भी प्रासंगिक है। जरूरत है 'हिन्द स्वराज' पर स्वस्थ मन से चर्चा की और सत्य को साक्षी मानते हुए अपनी गलतियों को स्वीकार करने की। इसके इसके साथ ही आज भी हिन्द स्वराज की रोशनी में अपने आचरण, कार्यपद्धति व नीतियों में ऐसा परिवर्तन करने की, जिसमें गांधी के सपने को पूरा कर सकें अर्थात् 'अंतिम व्यक्ति के आंसू पोछ उसे राष्ट्र निर्माण में सहभागी बना सकें।

प्रधानाचार्य : रा.उ.मा. विद्यालय, भबराना, तहसील-सलूमबर, जिला-उदयपुर (राजस्थान) 313030

# डॉ. जाकिर हुसैन की विनम्रता

मुनि राकेशकुमार

डॉ. जाकिर हुसैन ने उपराष्ट्रपति व राष्ट्रपति पद को सुशोभित किया। वह राजनेता नहीं मूलतः शिक्षा शास्त्री थे। वह जामिया मीलिया विश्वविद्यालय के कुलपति और बिहार राज्य के राज्यपाल भी रहे। सर्वप्रथम पटना में आचार्य तुलसी के सम्पर्क में आये थे। उनके मन में संत समुदाय व अणुव्रत के प्रति गहरी आस्था परिलक्षित होती थी। सन् 1962 में उपराष्ट्रपति भवन में सर्वप्रथम उनसे मिलना हुआ तब उनको निकट से देखने-समझने का अवसर मिला। उनकी सरलता और विनम्रता का मन पर अच्छा प्रभाव पड़ा हमें देखते ही उन्होंने अत्यन्त सहज और विनम्र भाव से नमस्कार किया। मैंने कहा उपराष्ट्रपति के रूप में देश के नेतृत्व का बहुत बड़ा उत्तर दायित्व आपके कंधों पर आया है। उपराष्ट्रपति ने कहा पद तो बड़ा है पर आदमी छोटा है। मैंने कहा जो अपने आप को छोटा समझता है वह वस्तुतः बड़ा बन सकता है या बड़ा होता है। मैंने अणुव्रत आंदोलन, भावनात्मक एकता, आचार्य श्री तुलसी की पद यात्रा आदि विविध उपक्रमों की जानकारी उपराष्ट्रपति को दी। उपराष्ट्रपति ने प्रसन्नता व्यक्त करते हुए कहा कि मैं आप लोगों के कार्य का बहुत सम्मान करता हूँ। उन्होंने श्रद्धासिक्त शब्दों में कहा आप मेरे लिए दुआ करें कि मैं इस पद पर रहते हुए ईमानदारी से कार्य करता रहूँ। मुझे नसीहत भी दें कि मैं इस पद पर रहते हुए जागरूकता से कर्तव्य का पालन करता रहूँ। मैंने कहा देश के सामने खाद्य, वित्त अनेक प्रकार की समस्या है

जिनका समुचित समाधान नहीं हो पा रहा है किन्तु जब तक राष्ट्र में चारित्रिक मूल्यों का विकास नहीं होगा तब तक अन्य योजनाएं भी सफल नहीं हो सकती। इस पद से चरित्र निर्माण के उपक्रमों को समुचित प्रोत्साहन मिलता रहे तो भारतीय संस्कृति की एक बहुत बड़ी सेवा होगी। इस प्रकार 30 मिनट का यह वार्तालाप प्रसंग उपराष्ट्रपति पद पर पदासीन होने के पश्चात् सर्वप्रथम था।

इसके बाद अनेक अवसरों पर उनसे मिलना होता रहा। चीन के हाथों जब देश पराजित हुआ तब इस विषय पर उनके साथ विस्तार से विचार विनिमय हुआ। मैंने कहा देश केवल सैनिक शक्ति से सुदृढ़ नहीं बन सकता, उसमें नैतिक शक्ति का संघर्ष भी जरूरी है। उपराष्ट्रपति

नैतिकता की शक्ति का विकास करना पहली प्राथमिकता है। संकटकाल में नैतिकता को विशेष खतरा रहता है। कुछ अवसरवादी लोग ऐसे मौकों का फायदा उठाकर मुनाफाखोरी व संग्रह करने लगते हैं जिसका नुकसान समाज व देश को उठाना पड़ता है। उन्होंने आगे कहा अणुव्रत आंदोलन, प्रामाणिकता, भावनात्मक एकता व अनुशासन का संदेश देता है जो नैतिकता के मूलभूत तत्त्व हैं।

ने मेरे विचार पर सहमति प्रकट करते हुए अत्यन्त मार्मिक शब्दों में कहा लोग देश के लिए धन और खून देने की डींगे हाँकते हैं पर मिट्टी के तेल जैसी तुच्छ वस्तु का संग्रह करना नहीं छोड़ते तो देश की सेवा क्या करेंगे? उन्होंने कहा मुनिजी अभी अणुव्रत के आदर्शों का जन-जन में प्रचार-प्रसार करना जरूरी है। इसी चर्चा के साथ एक सार्वजनिक कार्यक्रम आयोजित करने का निर्णय हुआ जिसमें उपराष्ट्रपति ने भी सम्मिलित होने की स्वीकृति दी।

9 दिसम्बर, 1962 को श्री एम.डी. गर्ल्स हायर सेकेण्डरी स्कूल के विशाल हॉल में नैतिक शक्ति जागरण का संदेश देने के लिए अणुव्रत समिति के तत्वावधान में एक विशेष समारोह का आयोजन



किया गया। उसकी सारी व्यवस्था दिल्ली शिक्षा विभाग ने की। समारोह का उद्घाटन उपराष्ट्रपति डॉ. जाकिर हुसैन ने किया। अध्यक्षता लोकसभा के अध्यक्ष सरदार हुक्म सिंह ने की। दिल्ली के प्रमुख शिक्षा अधिकारी, शिक्षक, व्यापारी एवं समाज सेवी बड़ी संख्या में उपस्थित थे।

उपराष्ट्रपति ने समारोह का उद्घाटन करते हुए कहा अणुव्रत आंदोलन जीवन व्यवहार में प्रतिदिन काम आने वाली छोटी-छोटी बातों पर विशेष बल देता है। यह मुझे अच्छा लगता है। हम सैनिक और नैतिक दोनों शक्तियों के समन्वय से ही कोई महत्वपूर्ण कार्य सम्पन्न कर सकते हैं। हमें मानवीय गुणों का विकास कर अपनी नैतिक शक्ति को बढ़ाना चाहिए। नैतिकता का बल तोपों के बल से भी अजेय होता है। वर्तमान स्थिति में जहाँ सामरिक तैयारियां बड़े जोरों से हो रही हैं वहाँ अणुव्रत समिति ने नैतिक शक्ति की ओर हमारा ध्यान आकृष्ट किया है। उसका मैं हृदय से स्वागत करता हूँ।

मैंने अपने भाषण में कहा वर्तमान समय में सैनिक शक्ति की वृद्धि के लिए सारे देश का ध्यान केन्द्रित है किन्तु इसके साथ-साथ नैतिक शक्ति को भी नहीं भूलना चाहिए। नैतिकता के अभाव में कोई भी शक्ति सफल नहीं हो सकती। लोग व्यापारियों को कोसते हैं, किन्तु नैतिकता का प्रश्न राज्य कर्मचारी, वकील, श्रमिक व संसद सदस्य सभी वर्गों से संबंधित हैं। अणुव्रत आंदोलन हर परिस्थिति में अपने शुद्ध लक्ष्य को सामने रखता हुआ राष्ट्र में नैतिक वातावरण के निर्माण में अपना योगदान देता रहा है। आगे मैंने कहा इतिहास हिमालय को भारत का मुकुट बताता है किंतु आज उसी मुकुट को खंडित करने के प्रयास हो रहे हैं। यदि देश की आत्मा में नैतिकता का हिमालय अडोल और मजबूत है तो विश्व की कोई भी ताकत उसे खंडित नहीं कर सकती। मेरे आह्वान पर उपस्थित व्यक्तियों ने

संवेत स्वरों में यह संकल्प भी व्यक्त किया कि हम राष्ट्र में नैतिक शक्ति के निर्माण में अपने कर्तव्य एवं दायित्व से पीछे नहीं हटेंगे। इस अवसर पर मैंने एक गीतिका का संगान किया। उपराष्ट्रपति ने नम्रता और गुणग्राहकता का परिचय देते हुए उस गीत की प्रतिलिपि मांगी। कार्यकर्ताओं ने उसे फोटो फ्रेम में मंडवाकर उपराष्ट्रपति को भेंट किया। उपराष्ट्रपति ने उसे अपने निवास स्थान पर लगवाया। जब पुनः उनसे मिलना हुआ तब उपराष्ट्रपति ने हमें उस फोटो फ्रेम को दिखाया।

लोकसभा के अध्यक्ष सरदार हुक्म सिंह ने अपने अध्यक्षीय वक्तव्य में कहा देश को वर्तमान परिस्थितियों का सामना करने के लिए नैतिकता की शक्ति का विकास करना पहली प्राथमिकता है। संकटकाल में नैतिकता को विशेष खतरा

रहता है। कुछ अवसरवादी लोग ऐसे मौकों का फायदा उठाकर मुनाफाखोरी व संग्रह करने लगते हैं जिसका नुकसान समाज व देश को उठाना पड़ता है। उन्होंने आगे कहा अणुव्रत आंदोलन, प्रामाणिकता, भावनात्मक एकता व अनुशासन का संदेश देता है जो नैतिकता के मूलभूत तत्त्व हैं।

अखिल भारतीय अणुव्रत समिति के अध्यक्ष जयसुखलाल हाथी ने समारोह का प्रारंभ करते हुए युद्धकालीन समय में देश की आंतरिक स्थिति को व्यवस्थित रखने के लिए नैतिकता के बल पर जोर दिया। प्रिंसिपल एसोसिएशन के अध्यक्ष ईश्वरदासजी ने अतिथियों का स्वागत करते हुए अणुव्रत आंदोलन की भूमिका पर प्रकाश डाला। आयोजन की सफलता जन-जन के स्वर से मुखरित हुई।

लघुकथा

## नशा

पंकज शर्मा

“क्या तुम पीते हो?”

“हाँ पीता हूँ....रोज एक अधिया।”

“मगर कभी देखा तो नहीं तुम्हें पीये हुए या पीते हुए?”

“हाँ, क्योंकि मैं शराब नहीं पीता...।”

“मगर अभी तो तुम खुद कह रहे थे कि मैं....”

“रोज का एक अधिया.... क्योंकि जितने का शराब का एक अधिया आता है उतने रुपयों के मैं अपने बच्चों के लिए फल इत्यादि घर ले आता हूँ। फिर हम सब मिल-बैठकर वह फल खाते हैं या उनका जूस या शेक बना कर पीते हैं जिसे पीकर बच्चे खुशी से झूम उठते हैं और उन्हें देख कर हम आनंदित हो जाते हैं... और एक ऐसे सरूर और मस्ती से भर जाते हैं जो शायद दुनिया के किसी नशे में नहीं। यह संतुष्टि और तृप्ति का नशा है जो दिलो-दिमाग पर बड़ी देर तक रहता है....शायद आखिरी दम तक।

19, सैनिक विहार, विकास पब्लिक स्कूल के सामने,  
जण्डली, अम्बाला शहर (हरियाणा)

# श्व्वास रोग और प्रेक्षा चिकित्सा :4:

मुनि किशनलाल

## सूक्ष्म भस्त्रिका प्राणायाम

**विधि** पङ्कासन, स्वस्तिकासन, सुखासन आदि किसी भी सुविधा-जनक आसन में सुखपूर्वक स्थिरता से बैठें। गर्दन और सीने को सीधा रखकर शरीर को शिथिल छोड़ दें। धीरे-धीरे पूरक कर श्वास पूरा भरें। बायां हाथ घुटने पर स्थापित करें। दाएं हाथ की अंगुलियों को मोड़कर नाक के आगे रखें। बिना कुम्भक किये नाक से तीव्र गति से रेचन करें। रेचन के समय ठहरें नहीं। बलपूर्वक मांसपेशियों को सिकोड़ते हुए श्वास-प्रश्वास करें। श्वास-प्रश्वास की टकराहट अंगुलियों पर लगेगी। इसके बाद पूरक करके आभ्यन्तर कुम्भक करें। उसके पश्चात् रेचन द्वारा श्वास को बाहर निकाल दें। लगभग 10-15 आवृत्ति कर कायोत्सर्ग करें।

**लाभ** नाड़ी शुद्धि और नाड़ी संतुलन होता है। सक्रियता, तेजस्विता, उष्मा और प्राणशक्ति विकसित होती है।

**प्रेक्षा** : फेफड़ों पर नारंगी रंग का ध्यान (धूप में 10 मिनट)।

**विधि** प्रातःकाल की हल्की धूप में सुखासन में स्थिरता से कायोत्सर्ग करें। श्वास को लम्बा लें और लम्बा छोड़ें। अब अपने चित्त को दोनों फेफड़ों पर केन्द्रित कर, प्रकाश की तरह फैलाएं और वहाँ पर होने वाले श्वास के प्रकम्पनों का अनुभव करें। अनुभव करें कि अपने चारों ओर चमकते हुए नारंगी रंग के प्रकाश की किरणें फैल रही हैं। नारंगी रंग के परमाणु प्रत्येक श्वास के साथ शरीर में प्रवेश कर रहे हैं। चित्त को दोनों फेफड़ों पर ही केन्द्रित रखें। वहाँ पर

चमकते हुए नारंगी रंग का ध्यान करें। अनुभव करें फेफड़ों के एक-एक कोष्ठक में प्राणवायु भर रही है।

(कुछ समय बाद) अनुभव करें दोनों फेफड़ों से चमकते हुए नारंगी रंग के परमाणु निकलकर शरीर के चारों ओर फैल रहे हैं। पूरा आभामण्डल नारंगी रंग के परमाणुओं से भर रहा है। उन्हें देखें और अनुभव करें। अनुभव करें मेरी श्वसन क्रिया के अवरोध दूर हो रहे हैं। मैं स्वस्थ हो रहा हूँ। अपने आपको स्वस्थ अनुभव करें।

**अनुप्रेक्षा** : श्वासनली और फुफ्फुस की स्वस्थता का सुझाव (10 मिनट)।

1. संकल्प “मैं श्वास नली और फेफड़ों की स्वस्थता के लिए प्रयोग कर रहा हूँ। मेरी आन्तरिक शक्ति, रोग प्रतिरोधक क्षमता मुझे सफल बनाएगी।

2. कायोत्सर्ग शरीर को स्थिर, शिथिल और पूर्ण रूप से जागरूक रखें।

3. श्वासनली और फुफ्फुसों पर चित्त को केन्द्रित करें।

4. भावना करें शरीर के श्वेत रक्त कण रुग्ण फेफड़ों और श्वास नली में एकत्र हो रहे हैं। रुग्ण परमाणु और कोशिकाओं को शरीर से बाहर निकाल रहे हैं।

5. प्राण ऊर्जा का संचय हो रहा है। रुग्ण श्वासनली और फेफड़ों की कोशिकाएं प्राणवान बन रही हैं। मैं अपने श्वसन तंत्र को पहले से स्वस्थ अनुभव कर रहा हूँ।

जप ऊँ ह्रीं णमो सिद्धाणं, अरुण रंग के साथ (10 मिनट)

**करत-करत अभ्यास के जड़मति हो सुजान।**

**रसरी आवत-जात ते शिल पर पड़त निशान।।**

यह कहावत है कि किस तरह रस्सी जैसी वस्तु अगर पत्थर पर से भी बार-बार गुजरती है तो पत्थर पर भी पक्का निशान बन जाता है। उसी तरह अगर हम मन्त्र ध्वनि का भी निरन्तर अभ्यास करते हैं तो वह हमारी स्मृति में तो स्थिर हो ही जाता है, उसके उच्चारण का लाभ हमारे रुग्ण अंगों पर भी पड़ता है और वे स्वस्थ होने लगते हैं।

अतः जिस आसन में आप सुखपूर्वक स्थिरता से बैठ सकें उसका चुनाव कर धूप में बैठकर ऊँ ह्रीं णमो सिद्धाणं का 10 मिनट तक जप करें। उसके साथ अरुण रंग का भी अनुभव करें। अगर कल्पना में अरुण रंग नहीं अनुभव कर सकते हो तो अरुण रंग का वस्त्र अथवा चमकने वाला पैकिंग पेपर सीने पर इस प्रकार रखें की धूप उसमें से छन कर शरीर तक जाये और फेफड़ों को स्वस्थ बनायें।

तप शीतल पदार्थों का वर्जन दमा की बीमारी वालों के लिए आइसक्रीम आदि शीतल पदार्थ बहुत नुकसानदायक हैं। निम्न वर्जित वस्तुओं का प्रयोग दमा के बीमार व्यक्ति को नहीं करना चाहिए

1. शीतल पदार्थ और चिकनाई युक्त भोजन,

2. पाउडर का दूध निषेध,

3. तीव्र गन्ध की अगरबत्ती, धूप, या अन्य सुगन्धित पदार्थों के प्रयोग से बचें,

4. यथासम्भव धूल, प्रदूषण, फसल कटाई आदि स्थानों से दूर रहें।

5. मानसिक तनाव, ईर्ष्या, क्रोध आदि से दूर रहें,

6. खाँसी होते ही सावधान हो जाएं,

7. सर्दी के मौसम में फेफड़ों को सर्दी से बचाएं, मस्तक को खुला न रखें।

**मुद्रा** वायु मुद्रा, प्राण मुद्रा, तथा नमस्कार मुद्रा का 5 बार प्रयोग (20 मिनट)।

### वायु मुद्रा

**उपयोगिता :** श्वास रोग में जहाँ श्वास नली और फेफड़ों की विकृति एक कारण है वहाँ वायु का असन्तुलन दूसरा कारण बनता है। जब वायु शरीर में स्वस्थ रहती है तब शरीर स्वस्थ रहता है। वायु के असन्तुलन से शरीर अस्वस्थ बन जाता है। श्वास रोग भी वायु के असन्तुलन से पैदा होता है।

यु के असन्तुलन को सन्तुलित करने लिए वायु मुद्रा का उपयोग किया जाता है। वायु मुद्रा की खोज ऋषियों उपयोगी खोज है।

**विधि** तर्जनी अंगुली को मोड़कर ठूठे के मूल में

पिपित करें।

अंगुलियों को साधा रखें। इससे वायु मुद्रा बनती है। मुद्रा को चित्र अनुसार बनाएं।

पाँच मिनट तक मुद्रा को बनाए

रखें। दिन में जब भी समय मिले पुनः मुद्रा का प्रयोग कम से कम 4 बार करें।

**प्राण मुद्रा**

**उपयोगिता** प्राण से ही शरीर ऊर्जावान बनता है। प्राण की अधिकता और कमी से असन्तुलन पैदा होता है। प्राण के सन्तुलन को बनाए रखने और

प्राण ऊर्जा को सक्रिय करने के लिए प्राण मुद्रा का प्रयोग किया जाता है।

**विधि** सबसे छोटी अंगुली कनिष्ठा (जल तत्त्व) और अनामिका कनिष्ठा के पास वाली (पृथ्वी तत्त्व) के पोरों और अंगूठा (अग्नि तत्त्व) के पोरों को मिलाकर प्राण मुद्रा बनाई जाती है। प्राण मुद्रा बहुत शक्तिशाली मुद्रा है। इसे करके कुछ मिनटों तक रूकना चाहिए। दिन में चार बार प्रयोग करें।

### नमस्कार मुद्रा

**महत्त्व** : नमस्कार मुद्रा का अभ्यास शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक स्वास्थ्य एवं आध्यात्मिक शक्ति जागरण का महत्त्वपूर्ण प्रयोग है। मुद्राओं के चित्र को देखकर और विधि को पढ़कर कोई भी व्यक्ति इसे खाली पेट या भोजन के एक घण्टे बाद कर सकता है। रंगों के साथ प्रयोग करने से अधिक लाभ प्राप्त किया जा सकता है।

**अर्हम् मुद्रा** अर्हम् मुद्रा वीतरागता का प्रतीक है।

**मंत्र “ॐ ह्रीं नमो अरहंताणं”** का सर्वप्रथम दीर्घ उच्चारण करें। दोनों हाथ नमस्कार मुद्रा में आनन्द केन्द्र के पास रहें। आँखें कोमलता से बन्द करें।

1. श्वास भरते हुए हाथों को ऊपर ले जावें। दोनों हथेलियां मिली हुई। (पाँच

सैकंड रुकें) दृष्टि सामने रखें। भावना करें, वीतराग भाव मेरे भीतर प्रवेश कर रहा है।

2. श्वास छोड़ते हुए दोनों हाथों को नीचे लावें।

### लाभ :

1. हाथों की मांसपेशियाँ शक्तिशाली बनती है।

2. थाइमस और एड्रीनल ग्रन्थियों के स्राव शक्तिशाली बनते हैं।

3. चमकते हुए श्वेत रंग के साथ करने से अधिक लाभ होता है।

**सिद्ध मुद्रा** : सिद्ध मुद्रा स्वतंत्रता का प्रतीक है।



मंत्र “ॐ ह्रीं नमो सिद्धाणं” का दीर्घ उच्चारण करें। दोनों हाथ आनन्द केन्द्र (हृदय) के पास रहें। आँखें कोमलता से बन्द करें।

1. श्वास भरते हुए हाथों को ऊपर ले जाएं। हाथों को चित्रानुसार खोल दें। भावना करें अनन्त शक्ति मेरे भीतर प्रवेश कर रही है।

2. श्वास छोड़ते हुए हाथों को नीचे आनन्द केन्द्र पर लावें।

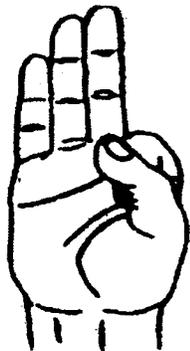
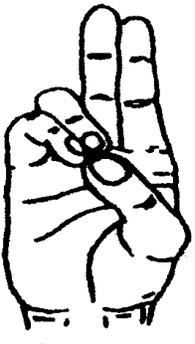
### लाभ :

1. हाथों और कन्धों का दर्द दूर होता है।

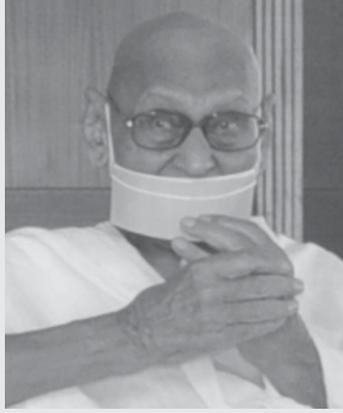
2. अप्रमाद केन्द्र पर जोर पड़ने से जागरूकता बढ़ती है।

3. अनासक्ति का विकास होता है।

—क्रमशः



## आचार्य महाप्रज्ञ



महाप्रज्ञ के सपनों का वो हिन्दुस्तान बनेगा,  
भारत मां के माथे का, निश्चित अभिमान बनेगा;  
युगों-युगों के हृदय पटल पर अंकित मान बनेगा,  
अणुव्रत के आदर्शों से, सच्चा इंसान बनेगा;  
सच्चा मानव ही धरती का, एक मुकुट होता है।  
जो जीवन का अर्थ समझले, महाप्रज्ञ होता है।।

समाज भूषण स्व. मोतीलाल एच. रांका  
परिवार की ओर से अणुव्रत अनुशास्ता परम्परा को नमन एवं  
आचार्य महाश्रमण के शुभ भविष्य की मंगल कामनाएं

:: श्रद्धा-प्रणत ::

निर्मल एम. रांका

नरेन्द्र एम. रांका

उर्मिला जयन्तीलाल पारख

(बगडीनगर कोयम्बटूर)

MAHAJAN ENTERPRISES 659, Oppankara Street, COIMBATORE-641001 M : 09443250152

# भौतिकता एवं आध्यात्मिकता

चांदमल कर्णावट

हम भौतिकता में जी रहे हैं। हम देख रहे हैं कि भौतिक जीवन कितना शांतिमय है या दुःखमय। भौतिक जगत के सभी संसाधन उपलब्ध होने पर भी हम सुखी नहीं। ऐसा क्यों है? कारण भौतिकता के साथ आध्यात्मिकता का समन्वय नहीं किया जा रहा है। मूल में भूल कर रहे हैं हम। सर्वप्रथम हमें भौतिकता और आध्यात्मिकता को समझना होगा।

**भौतिकता :** भौतिकता पदार्थ जगत से संबंधित है, पौद्गलिक जगत से संबंधित है। वैज्ञानिक साधनों की सुलभता ऋद्धि-समृद्धि, यशकीर्ति सभी भौतिकता है। विज्ञान की अकल्पनीय आशातीत प्रगति, समस्त विलासमय जीवन के साधन, उद्योग धंधे, व्यापार-व्यवसाय, हाट-हवेली, कुटुम्ब-परिवार, इन्द्रियों की संतुष्टि हेतु समस्त विषयों की उपलब्धता। सभी विनाशशील नश्वर क्रोधमान माया, लोभ को बढ़ाने वाले और तनावों और अशांति संघर्ष से परिपूर्ण। कुल मिलाकर भौतिकता है भोगमय जीवन।

**आध्यात्मिकता :** चेतना आत्मतत्त्व, ज्ञानदर्शन चारित्र्य एवं तपोमय आत्मस्वरूप की अनुभूति। अजर-अमर अविनाशी आत्मतत्त्व का सम्बोध। धार्मिकता नैतिकता के सुंदर सुखद स्वरूप का समुच्चय। क्षमा, निरभिमानता, सरलता, संतोष, प्रेम, करुणा, बंधुता, समता, सहनशीलता इत्यादि गुणों से युक्त जीवन-व्यवहार, प्राणिमात्र को आत्म-तुल्य समझने की वृत्ति। जड़-चेतन का भेदज्ञान/सम्यक् ज्ञान दर्शन चारित्र्य का समावेश।

**तुलनात्मक विश्लेषण :** केवल

भौतिकता से विलासिता से विनाश ही विनाश आध्यात्मिकता से विकास ही विकास। भौतिकता से सभी सद्गुणों, सद्व्यवहारों का विनाश प्रत्यक्ष है जबकि भौतिकता के साथ आध्यात्मिकता में सभी सद्गुणों, सद्वृत्तियों एवं सद्प्रवृत्तियों का विकास ही दृष्टिगत होता है। इस प्रकार भौतिकता समस्त असद्गुणों का प्रतीक तो आध्यात्मिकता सभी सद्गुणों का प्रतीक है।

हिंसा, असत्य, चोरी, असदाचार एवं परिग्रह का बहुआयामी चेहरा भौतिकवाद का जबकि अहिंसा सत्य आदि का सुखद, सुंदर, शिवंकर चेहरा आध्यात्मिकता का। भौतिकता को देह मान लें तो आध्यात्मिकता देही। देह कितनी ही सुंदर वेशभूषा और आभूषणों से लदी हो परंतु उसमें चेतना का निवास न हो तो वह शव, मुर्दा, लाश ही कहलाएगी। भौतिकता भोग हेतु जीवन है जबकि आध्यात्मिकता त्याग एवं मर्यादा का जीवन है।

**आध्यात्मिकता के बिना भौतिकता अधूरी क्यों? :** केवल भौतिकता में आकंठ डूबे व्यक्तियों से पूछा जाय कि उन्हें जीवन में शान्ति कितनी है? सुख कितना है? केवल भौतिक जीवन में शांति मिलती तो बड़े चक्रवर्ती छहखंड का साम्राज्य त्याग कर अध्यात्म की शरण में नहीं जाते। आज भी धनाढ्य परिवारों के सदस्य भौतिक साधनों से संपन्न होते हुए

भी संयम-ग्रहण करते हैं और भौतिकता को तिलांजलि देते हैं।

इन्द्रिय-विषयों के पोषण में अनेक द्वन्द्वों-संघर्षों एवं अशांति के कारणों का जन्म होता है और भौतिकता की वृद्धि के साथ उनमें भी वृद्धि होती जाती है। जैनागम आचारांग में उल्लेख है 'जे गुणे से मूल ठाणे जे मूल ठाणे से गुणे' अर्थात् इन्द्रियों के विषय ही संसार हैं और जन्म-मरण-जरा रूप संसार है वह इन्द्रियों के विषय ही हैं। इस प्रकार

**हमारी जीवन शैली अहिंसक बन जाय। अहिंसक जीवन शैली सर्वगुण-संपन्न होगी और भौतिकता को सही पथ-प्रदर्शन करेगी। सार यह कि दोनों का समुचित समन्वय संपादित हो और दोनों मिलकर जीवन की सफलता और गंतव्य की पहुँच को सुनिश्चित कर सकें।**

इन्द्रियों के विषय में तृप्ति हेतु हाथ-पांव पछाड़ता भौतिकतावाद दुःखमय विषय चक्र में फंसता जाता है।

चेतन आत्मा या अध्यात्म से रहित भौतिक जड़ पदार्थों में रहकर बुद्धि भी जड़ बन जाती है। केवल भौतिकता में जीने वालों को इस लोक में शांति का अनुभव नहीं होता और हिंसादि पापों में लगे रहकर वे अपना परलोक भी बिगाड़ लेते हैं। इतिहास साक्षी है अध्यात्म से रहित भौतिक विज्ञान के विकास से विनाश ही विनाश हुआ है। हिरोशिमा और नागासाकी के हत्याकांड का हृदय-विदारक दृश्य आज भी भूले नहीं हैं हम। भोपाल का गैस कांड आज भी विज्ञान की विनाशलीला का बखान कर रहा है। जैनाचार्य विजय के अनुसार 'आज भी भौतिक विज्ञान का नियंत्रण सत्ता और संपत्ति के हाथों में होने से विनाश का तांडव ही मचा हुआ है। शासकों के लिए उनकी विकास की योजना के मूल में ही

भूल है। अध्यात्म के अभाव में नैतिकता एवं धार्मिकता के अभाव में उसके दुरुपयोग से भुखमरी, गरीबी, बीमारी और बेरोजगारी बढ़ी ही है।

अध्यात्म में प्राणिमात्र की रक्षा निहित है जबकि भौतिकता में सभी मानव मूल्य/जीवन मूल्य स्वाहा हो रहे हैं। आध्यात्मिकता में सद्गुणों एवं सद्व्यवहारों के पुष्प खिलते हैं, जो चतुर्दिक वातावरण को सुरभित बनाते हैं। अध्यात्म का धारक अहिंसक जीवन शैली अपनाता हुआ सत्य अहिंसा आदि का पालन करता है जिससे उसका और समाज का जीवन सुख शांतिमय बना रहता है। वह धन संपत्ति का दास नहीं होता, मर्यादित जीवन जीता है। रवीन्द्रनाथ टैगोर के शब्दों में “भौतिक समृद्धि जीवन के प्राकृतिक स्वरूप को नष्ट कर देती है। वह विकृत बन जाता है।”

**दोनों का समन्वय आवश्यक :** संपूर्ण त्यागी जीवन में तो आध्यात्मिकता पूर्ण रूपेण निहित होगी। परंतु गृहस्थ जीवन में अध्यात्म और भौतिकता दोनों का समुचित समन्वय होना आवश्यक है प्रधानता आध्यात्मिकता की ही रहनी चाहिए। समन्वय का अर्थ संतुलन से लेना उचित होगा। युग पुरुष महावीर ने केवलज्ञान की प्राप्ति के पश्चात उववाई सत्र में धर्म देशना में दो प्रकार का धर्म प्रतिपादित किया। अगर एवं अणुगार धर्म अथवा गृहस्थ धर्म और साधु धर्म गृहस्थ पूर्ण त्यागी नहीं बन सकता तो उसके जीवन में अहिंसा, सत्य, अचौर्य, ब्रह्मचर्य एवं अपरिग्रह के मर्यादित स्वरूप का पालन आवश्यक बताया गया।

ऋषि-मुनि संसार में रहते हैं परंतु संसार उनमें नहीं रहता। नाव पानी में रहती है, परंतु पानी नाव में नहीं भरता। यदि ऐसा हो जाय तो नाव और यात्री दोनों का जीवन संकट में पड़ सकता है। इसी प्रकार पूर्ण अध्यात्म जीवन जीने वाले संत महात्मा भौतिक आवश्यकता का सहारा लेते हुए निर्दोष साधु जीवन जिएं

और गृहस्थ अणुव्रतों का परिपालन करें। विश्वविख्यात वैज्ञानिक आइंस्टीन का कथन कितना सारगर्भित एवं मननीय है। उन्होंने कहा ‘विज्ञान धर्म के बिना अंधा है और धर्म विज्ञान के बिना लंगड़ा है।’ यह कथन भौतिकता एवं आध्यात्मिकता के लिए चरितार्थ होता है। दोनों को परस्पर समन्वित होकर संसार की सुख-शांति के लिए कार्य करना होगा। दूसरे शब्दों में अध्यात्म में सही दृष्टि है और भौतिकता में गति। अतः अध्यात्म की सही दृष्टि अपनाकर भौतिकता को अपना मार्ग सुनिश्चित करना होगा। दृष्टिहीन गति बरबादी का कारण न बने।

व्यावसायिक जगत का प्रसिद्ध कथन है ‘जाय लाख पर रहे साख’ इस उक्ति में

भी अध्यात्म अर्थात् सद्गुणों की स्थिति को सुदृढ़ बनाने की बात कही गई है। ईमानदारी, प्रामाणिकता, सहयोग, सहानुभूति की भावना एवं व्यवहार रहेगा तो लक्ष्मी स्वतः चरणों की दासी बन जायेगी।

अतः हमारे जीवन में अहिंसा, सत्य आदि की प्रधानता रहे। हमारी जीवन शैली अहिंसक बन जाय। अहिंसक जीवन शैली सर्वगुण-संपन्न होगी और भौतिकता को सही पथ-प्रदर्शन करेगी। सार यह कि दोनों का समुचित समन्वय संपादित हो और दोनों मिलकर जीवन की सफलता और गंतव्य की पहुँच को सुनिश्चित कर सकें।

प्लेट नं. 35, अहिंसापुरी,  
फतहपुरा, उदयपुर (राज.) 313001

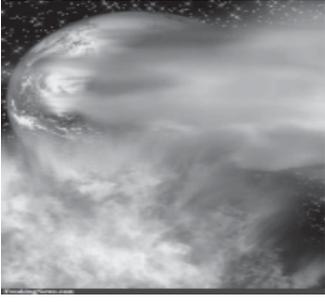


## अणुव्रत अधिवेशन

9, 10, 11 अक्टूबर 2010 को  
सरदारशहर में

अणुव्रत महासमिति का वार्षिक अधिवेशन आचार्य श्री महाश्रमण के सान्निध्य में ओसवाल पंचायत भवन, बानीदा-बास सरदारशहर, चुरू राजस्थान में 9, 10, 11 अक्टूबर 2010 को आयोजित हो रहा है। सर्व स्थानीय/जिला/प्रादेशिक अणुव्रत समितियों, कार्यसमिति सदस्यों, साधारण सदस्यों एवं कार्यकर्ताओं से अनुरोध है कि अधिवेशन में अपनी उपस्थिति सुनिश्चित करावें। विश्वास है कि आप हमारे अनुरोध को स्वीकार कर अपने प्रतिनिधियों के आगमन की अग्रिम सूचना अणुव्रत महासमिति नई दिल्ली को शीघ्र भिजवाएं, ताकि आवास एवं अन्य व्यवस्थाएं सुनिश्चित की जा सकें।

विजयराज सुराणा, महामंत्री



# धरती को तवा बनने से रोकें

मेघराज जैन

“हम मानवीय इतिहास के ऐसे अभूतपूर्व क्षण में हैं, जबकि सच्चाई और नैतिक मूल्यों पर आधारित नेतृत्व की सबसे अधिक जरूरत है। आज विश्व में महात्मा गांधी का आध्यात्मिक एवं नैतिक नेतृत्व अभी भी प्रेरणा देता है।” यह कथन है अमेरिका के भूतपूर्व उपराष्ट्रपति अलगोर का। उनका कहना है कि धरती को बचाने के लिए हमारे पास बहुत कम समय बचा है। समूचे विश्व का तापमान धीरे-धीरे बढ़ रहा है और यह किसी एक देश का नहीं समूचे विश्व की समस्या है।”

अलगोर के अनुसार तीन कारकों ने आज मनुष्य जाति और धरती की परिस्थिति अर्थात् इकोलॉजी के संबंधों को पूरी तरह बदल दिया है। पहला है जनसंख्या का विस्फोट, पिछले सौ वर्षों में विश्व की जनसंख्या चौगुनी से भी अधिक हो गई है। दूसरा कारक है तकनीकी शक्ति का विकास, जिससे लाभ तो हुआ है, पर नुकसान भी कम नहीं हुआ। जीवन स्तर बढ़ा है पर उसके साथ-साथ समस्याएं बेहिसाब बढ़ गई हैं। तीसरा कारक है धरती पर जीवन प्रणाली की मानसिकता का। हम वर्तमान के लिए भविष्य की बलि दे रहे हैं।

धरती का वातावरणीय आवरण पतला है और हम विषैली गैसों का उत्सर्जन कर उसमें परिवर्तन ला रहे हैं। वैश्विकीय तापमान में वृद्धि इसका एक कुपरिणाम है। सदियों से चली आ रही मौसम प्रणाली अब बदलना शुरू हो गयी है। विश्व के वैज्ञानिकों का कहना है कि इस स्थिति में तेजी से सुधार के लिए हमारे पास अब बहुत कम समय है। पर पर्यावरण के प्रति सहानुभूति, छोटे-छोटे हितों के लिए समर्पित राजनीतिक दल और उनके नेता और फिर इक्कीसवीं शती में विश्व का नेतृत्व करने का दावा, सब कुछ हास्यास्पद लगता है।

जलवायु परिवर्तन केवल पर्यावरण से जुड़ा विषय नहीं है। कोपेनहेगन में जैसा साफ हो चुका है कि कुछ देशों के लिए इसका अर्थ है अपनी भारी खपत वाली जीवन शैली को बनाए रखते हुए इस जीवन शैली के उत्पादों को कालीन के नीचे छिपाने के रास्ते ढूंढना। दूसरों के लिए इसका अर्थ विकास के अपने अधिकारों की रक्षा करना, तो कुछ अन्य के लिए यह अनेक अस्तित्व से जुड़ा प्रश्न है।

जलवायु परिवर्तन का असर कई तरह की प्राकृतिक आपदाओं के रूप में देखने को मिल सकता है। अगर धरती का तापमान दो डिग्री सेल्सियस बढ़ता है तो तूफान व समुद्री चक्रवातों की औसत ताकत 50 फीसदी बढ़ेगी जिससे ये ज्यादा विनाशकारी हो जाएंगे। हर साल आने वाले तूफानों की संख्या भी बढ़ेगी।

वैज्ञानिकों का मानना है कि 21वीं सदी में वैश्विक तपन की वजह से समुद्र के जलस्तर में बढ़ोतरी शायद सबसे ज्यादा घातक सिद्ध होगी। यदि समुद्र का जलस्तर 50 से.मी. बढ़ गया तो सवा नौ करोड़ लोग खतरे के दायरे में आ जाएंगे। जलस्तर एक मीटर बढ़ा तो बहुत से छोटे द्वीप डूब जाएंगे, कई देशों में समुद्री तट वाले इलाके पानी में समा जाएंगे।

भारत जैसे देश, जहाँ आज भी खेती काफी हद तक मानूसन पर निर्भर है, लेकिन वैश्विक तपन का बहुत बुरा असर पड़ सकता है। बारिश का समय बदल सकता है, किसी इलाके में बरसात का मौसम सिकुड़ सकता है तो कहीं बहुत ज्यादा बारिश हो सकती है।

वैज्ञानिकों का कहना है कि वैश्विक तपन से पानी की समस्या और गहरी हो जाएगी। भारत में दुनिया की 16 फीसदी आबादी रहती है लेकिन उसके पास ताजा जल के स्रोत महज 4 फीसदी हैं। आजादी के बाद से प्रति व्यक्ति पानी की उपलब्धता घटकर एक तिहाई रह गई है और 2050 तक हर व्यक्ति को अभी मिल रहे पानी का महज लगभग 6 फीसदी ही मिल पाएगा।

आज की सबसे बड़ी आवश्यकता इस दृष्टिकोण को अपने जीवन में संकल्पित करने की है कि हमें अनावश्यक ऊर्जा खर्च को रोककर नियंत्रित, टिकाऊ व सदाबहार विकास को आगे ले जाना है जिससे हमारा और आने वाली पीढ़ियों का भविष्य सुरक्षित हो सके।

सचिव : जैन ग्रंथागार  
239, दरीबाकलां, चांदनी चौक,  
दिल्ली 110006

जो सुख अहिंसा, सत्य, शील, सदाचार जैसे गुणों की  
उपासना में है, वह भोगोपभोग में कहां?

● आचार्य तुलसी ●

संप्रसारक :

एम.जी. सरावगी फाउंडेशन

41/1-सी, झावूतल्ला रोड, बालीगंज-कोलकाता-700019

● दूरभाष : 22809695

अणुव्रत संकल्प है, नैतिक जीवन जीने का। इस संकल्प को यथार्थ में लाने हेतु अनेक विकल्प हैं। प्रेक्षाध्यान, जीवन विज्ञान आदि। संकल्प हमेशा वैचारिक होता है। विकल्प व्यावहारिक। जब मनुष्य का विचार आलोड़ित होता है तब वह विकल्पों पर चिंतन करता है। बिना संकल्प के विकल्प अप्रासंगिक हो जाता है और बिना विकल्प के संकल्प प्रभावहीन। विचारों को झकझोरने के लिए आंदोलन की जरूरत होती है। आंदोलन में निष्ठावान कार्यकर्ता चाहिए। निष्ठावान कार्यकर्ताओं को पोषित करना पड़ता है। पोषण हेतु संसाधन नियोजित होने होते हैं। नियोजन के लिए एक व्यवस्था चाहिए। 21वीं सदी के पहले दशक में अणुव्रत में आंदोलन शब्द तो है-बाकी सब गायब हो गये हैं। अणुव्रत आंदोलन के पुनरुत्थान के लिए बुनियादी ढांचा मजबूत करना ही होगा। एक ऐसी व्यवस्था जो संसाधन नियोजित करे, जिन संसाधनों से निष्ठावान कार्यकर्ता-कैडर का पोषण हो, जो कार्यकर्ता विचार प्रचार में अहर्निश खप जाएं। इस प्रकार से अणुव्रत के पुनर्जागरण की संभावना बढ़ जाती है।

समाज में दो तरह के लोग होते हैं। एक जो अनजाने में गलत आचरण करते हैं, दूसरे वो जो जानबूझकर गलत आचरण करते हैं। जब तक समाज में पहली तरह के लोग अधिक हों, तब तक नैतिक आंदोलनों से

# अणुव्रत-राहों के अन्वेषी

सिद्धार्थ शर्मा

उनमें जागृति लाना ठीक है, पर जब दूसरी श्रेणी के लोगों का बाहुल्य हो तब नैतिक आंदोलनों को अनैतिक लोगों पर अंकुश डालने की कोशिश करनी चाहिए। वर्तमान में दूसरे तरह के लोगों का बोलबाला अधिक है, अतः अणुव्रत, सर्वोदय जैसी चरित्र प्रधान संस्थाओं को अनैतिक व्यक्ति, व्यवस्था आदि पर अंकुश लगना चाहिए। सर्वमान्य है कि अनैतिकता का सबसे बड़ा जखीरा शासन व्यवस्था है। भ्रष्टाचार, मनमानी, चरित्र पतन, लोलुपता, प्रकृति दोहन आदि सभी बड़े अनैतिक कार्य शासन व्यवस्था के अंदर से ही पैदा होते हैं। ऐसे में अब चारित्रिक संस्थाओं को यह स्पष्ट निर्णय लेना होगा कि वे ऐसी व्यवस्था के संरक्षण में जाएं अथवा उस पर अंकुश बने। वर्तमान में दुर्भाग्य यह है कि अधिकांश चारित्रिक संगठन शासन व्यवस्था से या तो संरक्षण चाहते हैं, या उनकी अनुकूलता, कई तो शासन व्यवस्था के ही पूरक तक बनने की होड़ में लगे हैं। सैद्धांतिक रूप से यह दिशा ही गलत है। अतः गति चाहे धीमी हो या तेज, चरित्र निर्माण के लक्ष्य से यह ठीक उल्टे गंतव्य की ओर ही ले जाएगा।

उपरोक्त विचारों से यह सिद्ध होता है कि अणुव्रत सर्वोदय जैसे चारित्र्य प्रधान आंदोलन भविष्य में तभी प्रासंगिक रहेंगे अगर वे अनैतिकता का उत्स, शासन व्यवस्था पर अंकुश बनें न कि उसके अनुयायी। इतिहास गवाह है कि अच्छा आचरण शासन या कानून के भय से नहीं वरन् सामाजिक मर्यादा के कारण होता है। स्वतंत्र भारत ने दुर्भाग्य से ऐसा प्रारूप अपना लिया है जहां समाज को शासन व्यवस्था निगल गई है। अब शासन ही अपने को समाज घोषित कर रहा है। नए-नए कानून बनाकर लोगों को चरित्रवान बनाने का प्रयास जारी है। सामाजिक विषय समाज को वापस सौंप देने से अधिकांश चरित्र संबंधी समस्याएं स्वतः ही हल हो जाएंगी। अणुव्रत ऐसी ही एक सामाजिक आचार संहिता है। जरूरत केवल उसे सामाजिक आधार देने की है 21वीं सदी जगत ग्राम की है। अतः इस आंदोलन को समानधर्मा अन्य आंदोलन, व्यक्तियों को भी खुला स्वागत कर उन्हें अपने अंदर पचाने की क्षमता भी जगानी होगी।

19, के.पी. ईस्ट,  
बैंगलोर - 560001 (कर्नाटक)



स्वस्थ समाज निर्माण के लिए संकल्प करें



मैं रिश्वत नहीं दूंगा।  
मैं व्यवहार और व्यवसाय में प्रामाणिक रहूंगा।

आवाज़ उठाओ, भ्रष्टाचार मिटाओ

अणुव्रत आंदोलन

# दांव पर पत्नी : हजार बार लानत

स्वामी वाहिद काजमी

महर्षि वेदव्यासजी ने 'महाभारत' जैसा विशाल ग्रंथ यादगार छोड़ा है। अक्सर व अमूमन उसकी छोटी-बड़ी चर्चा होती रहती है। अपनी बात को वजनदार बनाने के लिए उससे उद्धरण पेश किए जाते हैं। बहसें होती हैं। सोच-विचार चलता है। यहां तक कि उसमें वास्तविकता कितनी, कल्पना कितनी है। वेदव्यास रचित मूलभाग कितना और बाद में जुड़ते चले गए अंश कितने हैं। तो यह सब चलता है। उसमें एक प्रसंग यह भी है कि जब पांचों पांडव महाकुटिल शकुनि की चालबाज़ियों से जुए में हार जाते हैं तो पांचों में सबसे बड़े और सुयोग्य भाई युधिष्ठिर, पांचों की संयुक्त परिणीता द्रौपदी को दांव पर लगा देते हैं और उसे भी हार जाते हैं। आगे क्या होता है, क्या नहीं। यह सभी जानते हैं। यहां क्या दोहराना।

प्राचीन भारत के सभ्य व सभ्रांत समाज में द्यूत क्रीड़ा (जुआबाजी) भी मनोरंजन के एक साधन के रूप में समाज-स्वीकृत थी और उसकी निंदा की गई भी मिल जाती है! किंतु अब बेशक यह कलिकाल से फिर भी शायद ही कोई ऐसा वास्तव में कर दिखाना तो दूर, कल्पना भी शायद ही कर सकें कि कोई जुआरी अपनी विवाहिता पत्नी को ही दांव पर लगा दे! मगर ऐसा हुआ तो इसके लिए क्या कहिए और क्या सोचिएगा! 'महाभारत' में तो एक व्यक्ति ने अपनी एक पत्नी को दांव पर लगाया। यहां जिस घटना का जिक्र हो रहा है, उसमें तो दो सगे भाइयों ने अपनी दोनों विवाहिता पत्नियों को दांव पर लगाया और हार गए।

घटना यह है कि उत्तर प्रदेश के थाना सिंघावली अहीर के गांव बिलोचपुरा में दो सगे भाई, पक्के जुआरी। इस दुर्व्यसन में गले तक डूबे दोनों विवाहित हैं। एक की

पत्नी का नाम शबाना, दूसरी का नाम नजमा दोनों देवरानी-जेठानी हैं। दिसंबर 2009 को दोनों जुआरी अपने साथियों के साथ जुआ खेलने बैठे। गांव के दो दबंग भी वहाँ मौजूद थे। जुए में दोनों हारते गये और जब कुछ भी नहीं बचा तो एक भाई ने अपनी पत्नी शबाना को 5 हजार रु. के दांव पर लगा दिया। दूसरे ने 15 हजार के लिए अपनी विवाहिता नजमा को दांव पर लगा दिया। दोनों अपनी पत्नियों को भी हार गए। रात का वक्त था।

जीतने वाले जुआरी दोनों दबंगों सहित हारे हुए भाइयों के घर पहुंच गए और दोनों औरतों से छेड़छाड़ करने लगे। जब उन दोनों औरतों ने विरोध किया तो दबंगों ने बताया कि उनके पति उनको जुए में हार चुके हैं। अब या तो खुद को हमारे हवाले करके जो व जैसा हम चाहते हैं करने दो अथवा अपने मायके से जुए में हारा हुआ पैसा लाकर दो। आपको यह जानकर शर्म आएगी कि उन दोनों पीड़िताओं में से एक यानी शबाना जैसे-तैसे खुद को दबंगों के पंजों से छुड़ाकर जब अपने जेठ के यहां पहुंची तो जेठ ने भी उसकी एक नहीं सुनी और कोई सहायता नहीं की।

दूसरी पीड़िता जिसे 15 हजार के लिए दांव पर लगाया गया था। यानी नजमा ने जब दबंगों व उनके साथियों का कहना नहीं माना और उनकी हवस का निशाना बनने की बजाय हाथापायी करके विरोध किया तो न सिर्फ उसके साथ जबरदस्ती की गई बल्कि मारपीट भी की गई। यहां तक कि उसके गले में उसका दुपट्टा बांधकर, गला घोटकर जान से मारने की भी चेष्टा की गयी।

जैसे-तैसे दोनों पीड़िताएं अपनी जान और आबरू बचाकर किसी प्रकार क्षेत्र के एस.एस.पी. के दफ्तर पहुंच गई। शिकायती पत्र देकर कहा कि दोनों के पति पक्के जुआरी व शराबी हैं। सारी घटना सुनाई।

उक्त प्रकरण पर पीड़ित दोनों जेठानी-देवरानी की शिकायत पर एस.पी. दीपक कुमार की अनुपस्थिति में अपर पुलिस अधीक्षक एम.पी. सिंह ने सिंघावली अहीर थाना के प्रभारी को जांच के आदेश दे दिए। पुलिस हरकत में आयी और दोनों पीड़िताओं के आरोपी पतियों को गिरफ्तार कर लिया।

चूंकि दोनों आरोपी मुसलमान हैं किंतु उन्होंने अपने इस कुकृत्य से दीन-इस्लाम का नाम मानो डुबो दिया। इस्लाम में जुआ खेलना और शराब पीना निषेध है। दूसरी बात यह कि इस्लाम की जो धर्मविधि (शरीयत) है उसमें इन्सानों की खरीद-फरोख्त को भी हराम बताया गया है। किसी इन्सान को एक वस्तु की तरह जुए में दांव पर लगाना इसी श्रेणी का जघन्य अपराध है। मगर आतंकवादियों की तरह पक्के जुआरी व शराबी का भी कोई धर्म-ईमान नहीं होता। वे दोनों जुआरी इसकी बेहद घिनौनी मिसाल हैं।

अमूमन और अधिकतर पत्नियां अपने पतियों के ऐब, व्यसन, गलत हरकतों से पूरी तरह परिचित होती हैं। किंतु बुराई या दुर्गुण का कायदे से प्रबल विरोध न करके चुप रहती हैं और हालात से समझौता कर निभाती रहती हैं। प्रबल विरोध तभी करती हैं जब पानी सिर से ऊपर पहुंच जाता है। अगर पहले से ही पति हो, पिता हो, सहपाठी हो या कोई और, अवांछित व नागवार स्थिति का सख्ती से विरोध किया जाए तो ऐसी नौबत शायद ही आए! मैं ऐसी अनेक पत्नियों को जानता हूं जिन्हें सुहागरात में ही पता चला गया था कि उनके पति शराबी हैं, पर वे अब बूढ़ी होने तक उनको निभा रही हैं। क्यों? यह कोई खूबी नहीं, कमजोरी है। अधिक खामोशी खतरनाक भी होती है।

10, राज होटल, पुल चमेली,  
अंबाला छावनी - 133001 (हरियाणा)

# स्नेह व आत्मीयता का अनूठा अध्याय

बरसाती हवाओं का मधुर स्पर्श। नन्हें-नन्हें ओस कणों से सारा वायुमण्डल नम था।

चेरी पर्वत के ऊँचे-से पत्थर पर बैठी उस लुभावने दृश्य का आनन्द ले रही थी। सघन हरियाली से घिरा वह वन खण्ड, जहाँ चेरी रोज सुबह-सुबह अपनी बकरियों को चराने आया करती थी।

बकरियां मस्ती के साथ हरी-हरी मुलायम घास को चरती हुई दूर तक बिखर गई थी। और चेरी खो गई अपने ही चिंतन में।

दूर एकांत, सुनसान वन खण्ड में स्थित इस पर्वत पर घंटों तक चिंतन करने में चेरी को जितने आनन्द की अनुभूति होती वह घर पर नहीं होती।

चेरी को अपनी बकरियों से बहुत लगाव था। वह उनके ही साथ खेलती-खाती थी। बकरियों को भी चेरी के बिना चैन नहीं मिलता था।

एक भयंकर दहाड़ ने चेरी का चिंतन भंग कर दिया। बकरियां मैं-मैं करती हुई भयभीत होकर चेरी की तरफ दौड़ने लगी क्योंकि यह गर्जना शेर की थी और वे अपनी मौत को सिर पर देख कर कांप उठीं। चेरी की शरण उनको जीवन त्राण दे सकती थी।

पर चेरी भी क्या कर सकती थी। नौ साल की वह छोटी-सी बच्ची जिसने शेर को आज पहली बार ही देखा था। वह भी भय से थर-थर कांपने लगी।

बकरियां कातर दृष्टि से उसे निहार रही थी तो वह स्वयं चिंतन शून्य-सी कुछ भी निर्णय नहीं ले पा रही थी।

अचानक उसे एक बहुत बड़ा गड्ढा दिखाई दिया जो गहरा था पर ऊपर से बहुत संकरा था। चेरी ने एक एक बकरी को उसके अन्दर धकेला और ऊपर एक

बड़ा-सा का ठपट्ट जो वहीं पड़ा था, सरका दिया।

चेरी जानती थी शेर में ताकत भले कितनी ही क्यों न हो अक्ल नहीं होती। वह इस गड्ढे से बकरियों को कभी भी बाहर नहीं निकाल पाएगा।

शेर निकट से निकट पहुँच रहा था। चेरी एक ऊँचे वृक्ष पर चढ़कर बैठ गई।

शेर को मनुष्य की गन्ध बेभान कर रही थी। वह पागलों की भाँति दौड़ रहा था पर उसे कुछ भी दिखाई नहीं दे रहा था। वह भागता रहा, भागता रहा। और इसी दौड़ में वह वहाँ से काफी दूर निकल गया।

चेरी ने अब अपने आप को सुरक्षित पाया। वह जल्दी से जल्दी बकरियों को बाहर निकालना चाहती थी। वह पेड़ से नीचे उतरने लगी।

पर संयोग की बात। उसके हाथ शाखा से छूट गए, और वह धड़ाम से पर्वत पर गिर पड़ी, न केवल गिरी बल्कि लुढ़कती-लुढ़कती तलहटी तक पहुँच गई। और उसी के साथ लुढ़कता हुआ एक बड़ा सा पत्थर उसकी दोनों टांगों पर आकर गिरा। खून की धाराएं बहने लगी। वह बेहोश हो चुकी थी।

इधर बकरियों ने भी जब शेर की पुनः दहाड़ न सुनी तो वे कुछ आश्वस्त हुई पर उन्हें भी चेरी की चिंता खाए जा रही थी। वे सब की सब सोच रही थीं चेरी ने हम सबको बचा लिया पर वह स्वयं कहाँ है? उसका क्या हुआ होगा?

सभी बकरियों ने एक साथ शक्ति लगाई और का ठपट्ट को दूर करके बाहर निकल आईं।

वे सब इधर-उधर दौड़ी पर चेरी का कुछ भी पता नहीं चला। उनकी आँखों से आंसू बह चले। पर्वत पर बिखरी खून की

धाराओं को देख उनका हृदय सन्न रह गया। उन्होंने सोचा चेरी को शेर पकड़कर ले गया है। वे कातर दृष्टि से दुःख भरे स्वर में जोर-जोर से मिमियाने लगी।

बिना चेरी के हम भी घर नहीं जाएंगी ऐसा कह वे सब तलहटी की ओर चल दी। ज्योंहि तलहटी पर चेरी को पाया, उनकी आँखों में चमक आ गई।

उन्होंने सूँधा तो पता चला-चेरी जीवित है, मरी नहीं है। पर उसकी बेहोशी कैसे दूर की जाए।

दो तीन बकरियों ने चेरी को अपने ऊपर लादा और पास की नदी के किनारे लाकर सुला दिया।

कुछ बकरियां मुंह में पानी भर-भर कर लाई और चेरी के चेहरे पर डाला। उसके पैरों के खून को साफ किया। चेरी सचेत हो गई पर मारे पीड़ा के वह कराह उठी।

उसकी दोनों टांगें टूट चुकी थी। वह उठकर बैठी पर पैरों की भयंकर वेदना से पुनः लेट गई।

बकरियों को सेवारत देख उसकी आँखें नम हो रही थी। उसने एक-एक कर सबको गले लगा लिया।

बकरियों की आँखों से भी लगातार आंसू बह रहे थे। वे चेरी के लिए कुछ करना चाह रही थी, पर क्या कर सकती थी। वे सब की सब बेबस जो थीं।

बिछुड़े साथी मिल गए इसकी चेरी को भी खुशी थी और बकरियों को भी पर चेरी की अपंगता उन्हें भारी दुःख दे रही थी।

बकरियों ने पकड़कर चेरी को अपनी पीठ पर लादा और एक वृक्ष के नीचे बड़े से शिलाखंड पर बिठा दिया और स्वयं चेरी के लिए फल-फूल लाने चली गई।



कलकल बहती नदी। नदी के किनारे सघन वृक्ष के नीचे शिलाखंड पर बैठी चेरी चिंतन में निमग्न थी। वह आते-जाते लहरों के समूह को अपलक निहार रही थी। उसे अपने भविष्य के बारे में कुछ चिंतन करना था। आखिर ऐसे ही वह कब तक बैठी रहेगी।

उसे यह भी पता था कि घर से उसकी और बकरियों की खोज करने कोइ भी नहीं आएगा। क्योंकि उसकी सौतेली मां ऐसा ही कुछ चाहती थी और इसलिए वह सोचेगी पाप कटा। स्वतः उसके शांति हो गई।

पर चेरी का जीवन कैसे चलेगा। पंगू बनी वह बकरियों के भरोसे कब तक इस सघन जंगल में जीवन को खतरे में डाले बैठी रहेगी।

तत्काल उसके भीतर एक आशा जगी। लहरों के आवागमन ने उसके भीतर एक दृढ़ संकल्प को जगाया।

उसने सोचा मैं पंगू हूँ अतः चल नहीं सकती, लेकिन तैर तो सकती हूँ। ये लहरें जिनके न हाथ है न पैर, लेकिन कहाँ से कहाँ चली जाती है। क्या मैं अपने जीवन

में गति को नहीं पा सकती? बिना पैरों के क्या गति संभव नहीं है।

वह धीरे-धीरे सरकती हुई नदी के पानी तक पहुँची। अपनी लटकी हुयी टांगों को पानी में डाला और धीरे-धीरे हाथों को भी डाल दिया। वह बैठे-बैठे हाथों से पानी को दूर करती रही और आगे बढ़ती रही।

अब वह प्रतिदिन थोड़ा-थोड़ा अभ्यास करने लगी।

इधर बकरियों के द्वारा लाए फल और पत्तों को खाने से उसमें अचानक एक परिवर्तन घटित होने लगा। उसकी टूटी हड्डियाँ जुड़ने लगी। उसका दर्द धीरे-धीरे कम होने लगा। क्योंकि अनजाने में लाई साधारण पत्तियाँ साधारण नहीं बल्कि महत्वपूर्ण जड़ी बूटियाँ थी और साथ में थी बकरियों की अन्तहीन सेवा-भावना व अगाध स्नेह।

चेरी इस आकस्मिक परिवर्तन से अत्यन्त प्रसन्न थी।

वह पूर्ण स्वस्थ हो चुकी थी और साथ में कुशल तैराक भी। अब वह पूर्ण

रूप से अपने पैरों पर खड़ी हो सकती थी। बकरियों की सेवा भावना के प्रति चिंतन करते हुए वह गद्गद् हो जाती।

उसने उन पत्तियों के स्थल को जाकर देखा और उनमें किसी प्रकार की औषधि का अनुमान कर निकट के शहर के नगर पालिकाध्यक्ष को इस बारे में सब कुछ जानकारी दी।

वास्तव में इन जड़ी-बूटियों की खोज एक महत्वपूर्ण खोज थी। चेरी का भविष्य सुन्दर था। उसे प्रधानमंत्री के हाथों राष्ट्रीय पुरस्कार से सम्मानित किया गया। और उस समय भी उसकी बकरियाँ उसके साथ थी।

चेरी ने पुरस्कार को हाथ में पकड़ते हुए कहा इस पुरस्कार की अधिकारीणी में नहीं ये मेरी प्यारी-प्यारी बकरियाँ हैं।

सरकार ने चेरी की इच्छा को पूर्ण किया और उसके साथ-साथ उन बकरियों को भी राष्ट्रीय स्तर पर पुरस्कृत करते हुए प्रधानमंत्री ने कहा मैं उस धरती को सौ सौ बार नमन करता हूँ जिसकी मिट्टी में पैदा हुए पशु भी इतने संस्कारी हैं। अपनत्व का अखूट खजाना जिनके भीतर भरा रहता है। परस्पर के मधुर सम्बन्ध मानव और पशु के भेद को पाट सकते हैं तो क्या आज मानव-मानव के बीच पड़ने वाली दरार को नहीं पाटा जा सकता? हम सबको कुछ सोचने के लिए मजबूर होना है।

सामने स्थित जनता हाथों को ऊपर उठा-उठाकर अपने हर्ष को प्रदर्शित कर रही थी तथा किसी नये संकल्प का आश्वासन भी दिला रही थी।

चेरी और उसकी बकरियों ने गर्दन झुकाकर सबका अभिवादन किया पर उन सबकी आँखें हर्षोल्लास से नम थीं। उनके बीच बंधा स्नेह का धागा घृणा व द्वेष से दबे मानव को स्नेह व आत्मीयता का एक नया पाठ पढा रहा था।

**प्रस्तुति : पूनम कुमारी**  
**72, कैलाश पार्क-अर्थला, मोहन नगर**

## अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण द्वारा उद्घोषित अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह

(26 सितंबर 2010 से 2 अक्टूबर 2010)

अणुव्रत आंदोलन न सम्प्रदाय है न कोई परम्परा। असाम्प्रदायिक और शाश्वत धर्म है अणुव्रत। इसके परिपार्श्व में चरित्र विकास, नैतिक और अहिंसक मूल्यों की पुनर्स्थापना का अभियान विगत 60 वर्षों से गतिशील है। अणुव्रत मानव जाति के विकास के लिए पथ दर्शन है जिसकी शाश्वत अपेक्षा है। अणुव्रत कार्यक्रमों की शृंखला में इस वर्ष अणुव्रत उद्बोधन सप्ताह का क्रम निम्नानुसार निर्धारित हुआ है

### ■ 26 सितंबर, 2010 रविवार : पर्यावरण शुद्धि दिवस

शुद्ध पर्यावरण स्वस्थ जीवन के लिए आवश्यक है। पर्यावरण चेतना को जन-जन तक पहुँचाया जाये यही इस दिवस का उद्देश्य है। इस दिन स्थान-स्थान पर यात्राएं, भाषण, चित्रकला, नाटक, गायन प्रतियोगिताएं, प्रदर्शनियां आयोजित की जाएं।

### ■ 27 सितंबर, 2010 सोमवार : जीवन विज्ञान दिवस

शिक्षा का सैद्धांतिक एवं व्यावहारिक रूप जीवन में निखरे। शिक्षा को मूल्यपरक बनाने के लिए जीवन विज्ञान विकल्प है। इस दिन शिक्षण संस्थानों में विद्यार्थियों, शिक्षक-शिक्षिकाओं को जीवन-विज्ञान की जानकारी दी जाये एवं प्रयोग भी करवाये जायें।

### ■ 28 सितंबर, 2010 मंगलवार : अणुव्रत प्रेरणा दिवस

जन-जन को अणुव्रत आचार-संहिता, वर्गीय आचार-संहिता की जानकारी दी जाए। अणुव्रती बनो अभियान संचालित हो। अणुव्रत समिति का गठन किया जाए। 'अणुव्रत' आधारित भाषण, निबन्ध, चित्रकला प्रतियोगिताएं आयोजित की जाएं।

### ■ 29 सितंबर, 2010 बुधवार : सांप्रदायिक सौहार्द दिवस

दुनिया में संप्रदाय सदा रहे हैं, आगे भी रहेंगे। आवश्यकता है कि संप्रदाय सापेक्षता को समझा जाए तथा इससे जुड़ी संकीर्णता, द्वेष, दुर्भावना आदि को दूर किया जाए। विभिन्न संप्रदाय के प्रमुखों तथा अनुयायियों के साथ मिलकर संप्रदायों की सापेक्षता पर विचार किया जाए एवं सांप्रदायिक सौहार्द का वातावरण बनाया जाए। इस दिवस पर सर्वधर्म सम्मेलन, गोष्ठियां, सेमिनार आदि आयोजित हों।

### ■ 30 सितंबर, 2010 वृहस्पतिवार : नशामुक्ति दिवस

नशा नाश का द्वार है। आज नशे के अनेक प्रकार प्रचलित हैं। सभी लोगों को नशे के दोषों, हानियों की जानकारी दी जाये तथा नशामुक्ति का संकल्प कराया जाए। इस कार्यक्रम में चिकित्सकों, नशामुक्ति से संबंधित सरकारी विभागों तथा स्वयंसेवी संस्थाओं का सहयोग भी लिया जाए। नुक्कड़-नाटक, गीत, प्रदर्शनी, भाषण आदि के विशेष कार्यक्रम आयोजित किए जाएं।

### ■ 01 अक्टूबर, 2010 शुक्रवार : अनुशासन दिवस

अनुशासन व्यक्ति और समाज का मूलाधार है। अनुशासन के अभाव में जीवन बिखर जाता है। इस दिन अनुशासन के संदर्भ में जानकारी दी जाये एवं अनुप्रेक्षाओं के प्रयोग भी करवाए जायें।

### ■ 02 अक्टूबर, 2010 शनिवार : अहिंसा दिवस

वर्तमान में बढ़ती हुई हिंसा को रोकने के लिए अहिंसा का स्वर अंतर्राष्ट्रीय अहिंसा दिवस पर जन-जन में मुखरित हो। इस दिन गोष्ठियों, सभाओं, शिविरों द्वारा अहिंसा के स्वर को जन-जन तक पहुँचाया जाए। अहिंसा में विश्वास रखने वाले व्यक्तियों/संगठनों से संपर्क किया जाए एवं सामूहिक कार्यक्रम आयोजित किए जाएं।

## सत्तासीन व्यक्ति का लक्ष्य हो समाजसेवा : आचार्य महाश्रमण



सरदारशहर 11 अगस्त। जो व्यक्ति अपने लिए या दूसरों के लिए पुत्र की, धन की आकांक्षा नहीं करता और अधर्म के द्वारा अपने राज्य को बढ़ाने वाला नहीं होता है वह धार्मिक व शीलवान व्यक्ति होता है। ये विचार आचार्य महाश्रमण ने जनमेदनी को संबोधित करते हुए व्यक्त किये।

आचार्य महाश्रमण ने कहा—आदमी के मन में धन पाने का लक्ष्य होता है और दुनिया में मनुष्य को सम्मान व पद पाने की लालसा भी होती है इस लालसा के कारण वह अधर्म भी कर लेता है। मनुष्य में धर्म द्वारा आजीविका पाने का लक्ष्य रहे धर्म जिसमें नैतिकता, प्रमाणिकता हो किसी का शोषण नहीं होता है वह धर्म होता है।

उन्होंने कहा कि जो व्यक्ति महान साधक होता है अर्थात् महान साधना, तप करता है उसका ध्यान केवल आत्मा की ओर ही होता है। एक साधु के लिए भी यह आवश्यक है कि वह धर्म की आराधना करे वह मोह माया, धन में न फंसे आत्मा को प्रमुख मानकर साधना करनी चाहिए। मनुष्य की आकांक्षा यह रहे कि उसकी आत्मा की निर्मलता बढ़े।

आचार्य महाश्रमण ने कहा कि वर्तमान में चुनाव का समय है चुनाव प्रामाणिकता से हों और जो पद पर, सत्ता पर आसीन होता है उसे जनता की सेवा करने का

लक्ष्य रखना चाहिए, सत्ता पर आना उस व्यक्ति का कल्याणकारी होता है जो जनता की तहे दिल से सेवा करता है, जो सत्ता पर आने के बाद एसो-आराम नहीं करता जनता की सेवा करने का मुख्य उद्देश्य रहता है जिससे जनता का भी कल्याण होता है और उसकी आत्मा का भी कल्याण होता है।

इस अवसर पर सुमतिचन्द्र गोठी, बिमलकुमार नाहटा, अशोक कुमार नाहटा, करणीदान चिंडालिया, पीरदान बरमेचा विशेष रूप से उपस्थित थे। संचालन मुनि मोहजीतकुमार ने किया।

### जीवन विज्ञान शिविर

स्थानीय बुझा गेस्ट हाउस में चल रहे पांच दिवसीय जीवन विज्ञान शिविर के तीसरे दिन प्रेक्षा प्राध्यापक मुनि किशनलाल ने कहा—व्यक्ति विकास चाहता है किंतु उसके विकास में बाधक तत्व अहंकार है। जब भगवान महावीर से पूछा गया कि प्राणी बार-बार जन्म और मृत्यु को क्यों प्राप्त करता है तो जवाब में महावीर ने कहा कि मनुष्य माया, लोभ के कारण बार-बार जन्म लेता है और फिर मृत्यु को प्राप्त करता है। अगर जन्म और मृत्यु से छुटकारा पाना है तो जीवन विज्ञान के प्रयोगों को सिखना चाहिए। जीवन विज्ञान के प्रयोग में महाप्राण ध्वनि, दीर्घश्वास प्रेक्षा और ज्योति केन्द्र पर ध्यान करने की

प्रक्रिया है। ध्यान के द्वारा बाधक तत्वों को दूर कर अपने व्यक्तित्व का विकास कर सकते हैं।

पांच दिवसीय शिविर का समापन आचार्य महाश्रमण के सान्निध्य में संपन्न हुआ। शिविर की रिपोर्ट डॉ. ललित किशोर ने

प्रस्तुत की। यह पांच दिवसीय शिविर मुनि किशनलाल के निर्देशन में सक्रियता से संचालित हुआ। मुनि किशनलाल ने व्यक्तित्व परिवर्तन के बाधक तत्वों का निवारण करते हुए और श्रेष्ठ व्यक्तित्व का निर्माण करने वाले तत्वों को बताया।

शिविर में कोलकाता, दिल्ली, मध्यप्रदेश, राजस्थान के 35 संभागियों ने भाग लिया, शिविर समापन पर आचार्य महाश्रमण ने कहा कि व्यक्तित्व विकास के बिना जीवन असंभव है। हर मनुष्य को अपने व्यक्तित्व का विकास करना चाहिए और जीवन विज्ञान की उपयोगिता को समझते हुए जीवन विज्ञान के द्वारा व्यक्तित्व विकास का निर्माण हो सकता है, समय-समय पर जीवन विज्ञान के शिविर आयोजित होते रहें जिससे समाज के लोगों को लाभ मिलता रहे।

### स्वतंत्रता दिवस पर

## आचार्य महाश्रमण का संबोधन

15 अगस्त का दिन भारत के इतिहास में एक महत्वपूर्ण दिवस है। पराधीनता की स्थिति में श्वास लेने वाला हिन्दुस्तान इस दिन स्वाधीनता की श्वास लेने लगा था। परतंत्रता समाप्त हुई और देश को स्वतंत्रता प्राप्त हुई। स्वतंत्रता का अपना आनन्द होता है। परन्तु वह स्वच्छंदता न बन जाये, इस जागरूकता की अपेक्षा है। भारत ने विकास किया है। उसका संचालन लोकतांत्रिक प्रणाली से हो रहा है। लोकतंत्र में भी अनुशासन और कर्तव्यनिष्ठा होना आवश्यक है। उसके बिना प्रजातंत्र कल्याणकारी नहीं होता।

भारत ऋषियों का देश भी है। यहां अतीत में भी महर्षी हुए हैं। आज भी विभिन्न संत तपस्या कर रहे हैं, देशवासियों को पथदर्शन भी दे रहे हैं। परम पूज्य गुस्देव तुलसी 20वीं सदी के भारत के महान संत थे। उन्होंने अणुव्रत आन्दोलन का प्रवर्तन किया और उसके द्वारा जन-जन में संयम और नैतिकता का संदेश फैलाने का प्रयत्न किया। अणुव्रत की आत्मा संयम है। उसका घोष है संयम: खलु जीवनम् – संयम ही जीवन है। संयम से अनेक समस्याओं का समाधान हो सकता है। आज अपेक्षा है ऐसे नैतिकता एवं संयम की आवाज को बुलंद करने वाले प्रयासों की। जब ऐसे प्रयास करेंगे तो स्वतंत्र भारत की जनता राह नहीं भटकेंगी और स्वतंत्रता को सही मायने में जी सकेंगी।

सरदारशहर

11 अगस्त, 2010

— आचार्य महाश्रमण

## पर्यावरण संरक्षण में सौर ऊर्जा का उपयोग महत्वपूर्ण : आचार्य महाश्रमण

सरदारशहर, 13 अगस्त। दुनिया में सुख भी होता है तो दुःख भी होता है। दुःख मनुष्य के जीवन के साथ जुड़ा हुआ है, जन्म लेना भी एक दुःख है। बुढ़ापा भी दुःख है, युवा अवस्था में बीमारी आ जाती है तो शक्ति क्षीण हो जाती है। किसी अवस्था में बीमारी हो जाए वह भी दुःख है। मृत्यु भी दुःख, आदमी मौत के नाम से भी घबराता है मृत्यु भी एक दुःख है, जो व्यक्ति सम्यक्त्व धर्म का आचरण करते हैं वे दुःख से पार पा सकते हैं। दुःख मुक्ति का मार्ग है साधना के पथ पर आगे बढ़ना, जहां पूर्णतया दुःख मुक्ति है वह मोक्ष का स्थान है। उक्त विचार आचार्य महाश्रमण ने सभा भवन में उपस्थित जनमेदनी को संबोधित करते हुए व्यक्त किये।

आचार्य महाश्रमण ने कहा कि मनुष्य कभी अल्प सुख के लिए बहुत कुछ खो देता है, थोड़े सुख के लिए बहुत को खो देता है वह बुद्धिमानता नहीं होती। वह थोड़े सुख के लिए पाप कर्म भी कर देता है जो उसे कभी न कभी भुगतना पड़ता है और अपनी गति को भी खराब कर लेता है। धर्म का आचरण करने वाला अहिंसा, अचौर्य, समता, तपस्या की साधना

करता है वह मनुष्य मोक्ष को प्राप्त हो सकता है।

मुंबई से समागत सूफी समाज के संत वासन ने कहा कि जो आचार्य महाप्रज्ञ का आशीर्वाद सूफी समाज पर था वही वात्सल्य और आशीर्वाद हमें निरंतर आचार्य महाश्रमण से प्राप्त होता रहे, और सूफी समाज व जैन समाज का संबंध निरंतर बना रहे, उनके अवदानों को आगे बढ़ाने का प्रयास करने की बात कही।

इस अवसर पर दिशा दृष्टि मैगजीन के प्रधान संपादक राधेश्याम ने आचार्य महाश्रमण को प्रति भेंट की।

सूफी संत वासन, दिशा दृष्टि मैगजीन के प्रधान संपादक का आचार्य महाप्रज्ञ चातुर्मास व्यवस्था समिति की तरफ से साहित्य भेंट कर स्वागत किया।

14 अगस्त। सूर्य को भगवान की उपमा दी गई है। भगवान के स्म को हम नहीं देख सकते लेकिन अजस्र उर्जा के स्रोत के स्म में हम सूर्य के महत्व को प्रत्यक्ष अनुभव कर सकते हैं। सूर्य से प्राप्त उर्जा एक तरह से मनुष्य व सभी प्राणियों के लिए जीवन रेखा है। यह उद्गार आचार्यश्री महाश्रमण ने सेंटर फॉर सोलर एनर्जी के

तत्वावधान में सौर उर्जा जन जागरण अभियान के उद्घाटन के अवसर पर व्यक्त किये। उन्होंने कहा कि अणुव्रत आंदोलन पर्यावरण शुद्धि की बात करता है। इस दृष्टि से भी सौर ऊर्जा का महत्व है। विद्यालय में इस प्रकार के कार्यक्रम करने का अपना महत्व है। इस विद्यालय ने विज्ञान के क्षेत्र में उपलब्धियां हासिल की है। अब मूल्यों के विकास की दृष्टि से भी यह विद्यालय उदाहरण बने तो विशिष्ट बात होगी।

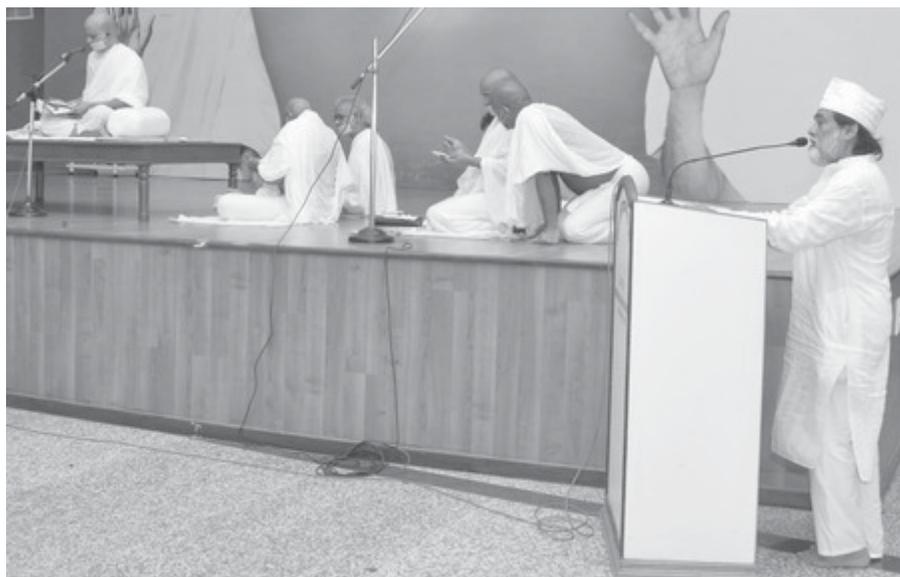
सेन्टर फॉर सोलर एनर्जी के द्वारा स्थानीय दूगड़ विद्यालय में सौर उर्जा के उपयोग व लाभ को दर्शाते हुये चित्र प्रदर्शनी लगाई गई है। अणुव्रत प्रभारी मुनि सुखलाल ने कहा कि अणुव्रत संस्थाओं व कार्यकर्ताओं को भी इस कार्यक्रम से जुड़कर ऊर्जा संरक्षण के लिए माहौल बनाना चाहिए।

सेन्टर फॉर सोलर एनर्जी के अध्यक्ष मोहनलाल पींचा ने अभियान के बारे में जानकारी देते हुए बताया कि भारत की भौगोलिक स्थिति सौर ऊर्जा के उपयोग की दृष्टि से बहुत ही सकारात्मक है। हमारा उद्देश्य है कि जनता में जागरूकता आये। सौर ऊर्जा का उपयोग बढ़े।

प्रारम्भ में गांधी विद्या मन्दिर के अध्यक्ष कनकमल दूगड़ ने आचार्यश्री का स्वागत किया एवं विद्यालय की उपलब्धियों के बारे में जानकारी दी। वैज्ञानिक बजरंगलाल सोनी ने बताया कि विद्यालय ने राष्ट्रीय अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर अनेक पुरस्कार जीते हैं एवं यहां की विज्ञान प्रयोगशाला में विशिष्ट प्रतिष्ठा अर्जित की है। आभार ज्ञापन गांधी विद्या मन्दिर के उपाध्यक्ष सम्पत नाहटा ने किया एवं संचालन संचय जैन ने किया। कार्यक्रम में सरदारशहर के वयोवृद्ध गांधीवादी कार्यकर्ता मोहनलाल जैन, अणुव्रत विश्व भारती के अध्यक्ष तेजकरण सुराणा, दूगड़ विद्यालय के प्रधानाचार्य योगेश जोशी, अणुव्रत समिति सरदारशहर के अध्यक्ष डालचन्द चिण्डालिया, कवियित्री वीणा जैन (पींचा) मंजुला गुजरानी, हेमन्त दुगड़ सहित अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

### रक्षा बंधन पर उद्बोधन

भारतीय त्योंहारों की परम्परा में रक्षाबंधन भी एकशालीनतापूर्ण पर्व है। बहिन और भाई का पवित्र भाव उसमें उजागर होता है। लौकिकदृष्टि से यह एक गरिमापूर्ण पर्व है। रक्षा व्यक्ति विशेष की करना एक दायित्व का निर्वाह हो सकता है। परन्तु इसकी विराटता तब होती है जब सभी प्राणियों के प्रति रक्षा-अनुकंपा की चेतना जागती है। अनुकंपा का भाव आदमी को हिंसा से बचाता है। अनुकंपा का भाव आदमी को धोखाधड़ी से बचाता है। अनुकंपा का भाव आदमी को लड़ाई-झगड़ों से बचाता है। यह भी अपेक्षित है कि अनुकंपा की चेतना को जागृत करने के इच्छुक व्यक्ति शराब आदि के नशे से बचे। श्रावणी पूर्णिमा का यह दिन हमारे दिलो-दिमाग में प्राणि मात्र के प्रति मैत्री की प्रेरणा देने वाला बन सके यह काम्य है।



# नैतिकता से ही बच्चों का सर्वांगीण विकास संभव



**नई दिल्ली, 14 अगस्त।** अखिल भारतीय अणुव्रत न्यास द्वारा आयोजित 11वीं अणुव्रत नैतिक गीतगायन प्रतियोगिता के अंतर्गत उत्तर-पश्चिम दिल्ली में खिलौनी देवी धर्मशाला में विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए मुनि सुमतिकुमार ने कहा वर्तमान तनावपूर्ण एवं उलझन भरे युग में आने वाली पीढ़ी को संस्कारिक बनाने का काम अपने आप में अत्यंत लाभकारी है। आचार्य तुलसी ने बच्चों के निर्माण हेतु अनेक आयाम प्रस्तुत किए हैं। उनका एक मात्र उद्देश्य था कि अच्छे व्यक्तित्व का निर्माण हो, यदि बच्चों को अच्छे व्यक्ति के रूप तैयार नहीं किया गया तो देश का नहीं वरन् संपूर्ण मानवता का भविष्य भी खतरे में पड़ जाएगा। अतः बच्चों का भावात्मक व चारित्रिक विकास सार्थक जीवन की सर्वोपरी आवश्यकता है।

राष्ट्र के निर्माण में शिक्षकों की भागीदारी महत्वपूर्ण है क्योंकि विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास में शिक्षक मार्ग-दर्शक होते हैं। विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास के लिए अ. भा. अणुव्रत न्यास द्वारा विगत कई वर्षों से अणुव्रत गीत गायन प्रतियोगिता का आयोजन अखिल भारतीय स्तर पर किया जा रहा है। इस अवसर पर बच्चों ने मुनि ताराचंद से आशीर्वाद प्राप्त किया।

मुनि आदित्यकुमार ने गीतिका का संगान किया।

अणुव्रत न्यास के प्रबन्ध न्यासी धनराज बोधरा ने कहा अणुव्रत आंदोलन के माध्यम से पिछले कई वर्षों से समाज के विभिन्न वर्गों, राज्यीय एवं राष्ट्रीय स्तर पर गीतगायन प्रतियोगिता के माध्यम से मानवता के नैतिक उत्थान का प्रयास किया जा रहा है। विद्यार्थियों के नैतिक एवं चारित्रिक विकास हेतु अणुव्रत आंदोलन विशेष रूप से प्रयत्नशील है।

अ. भा. अणुव्रत न्यास के पूर्व सं. प्र. न्यासी व इस कार्यक्रम के सूत्रधार सम्पतमल नाहाटा ने कहा कि अणुव्रत दर्शन नैतिक मूल्यों का उपक्रम है। अणुव्रत आंदोलन ही एक ऐसा माध्यम है जिसके द्वारा अनैतिकता को रोका जा सकता है। न्यासी शांति कुमार जैन ने कहा कि चरित्र निर्माण में अणुव्रत गीतगायन एक अनुपम माध्यम है। प्रतियोगिता में आज 9 विद्यालयों के विद्यार्थी सम्मिलित हुए। जिसमें मान पब्लिक स्कूल ने एकल व समूह में प्रथम, हैप्पी होम पब्लिक स्कूल व आर. आर. गीता बाल भारती राजकीय कन्या विद्यालय नवभारती पब्लिक स्कूल ने द्वितीय व रिमेल पब्लिक स्कूल एम.एम. पब्लिक स्कूल ने तृतीय स्थान प्राप्त किया।

इसी श्रृंखला में पश्चिम दिल्ली

के सुमेरमल जैन पब्लिक स्कूल, जनकपुरी में अणुव्रत गीतगायन प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। इस क्षेत्र में 15 विद्यालयों के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया। प्रतियोगिता में एकल व समूह गायन के कनिष्ठ वरिष्ठ वर्ग में वेंकटेश्वर पब्लिक स्कूल, द्वारका ने प्रथम और सुमेरमल जैन पब्लिक स्कूल व होली

## केन्द्रीय कारागृह में कार्यक्रम

**अहमदाबाद।** साध्वी कनकरेखा के सान्निध्य में युवक परिषद् अहमदाबाद द्वारा साबरमती केन्द्रीय कारागृह में कार्यक्रम रखा गया। कार्यक्रम का प्रारंभ विकास पीतलिया द्वारा अणुव्रत गीत के संगान से हुआ।

साध्वी कनकरेखा ने कहा भारत देश के प्यारे नागरिकों हमें अपने देश पर नाज है। इसके लिए अपने आदर्श जीवन को बनाने के लिए जीवन के आदर्श जरूरी हैं। आदत को बदलेंगे तो आचरण भी बदल जाएगा। पर जब मन पर नियंत्रण नहीं होता है, तो व्यक्ति गलत कार्य करता है, झूठ, चोरी-आतंकवाद-भ्रष्टाचार से प्रदूषण फैलता है। हम अणुव्रत के छोटे-छोटे संकल्पों के माध्यम से जीवन की दिशा को बदल सकते हैं। जीवन दिशा बदले तो निश्चित ही हम अच्छे इंसान बन सकते हैं और कारागृह भी

चाइल्ड पब्लिक स्कूल, राजधानी पब्लिक स्कूल, रेनबो इंगलिश स्कूल ने दूसरा स्थान एवं कमल मॉडल, सेंट पीटर, कमल पब्लिक और शिक्षा भारती स्कूल ने तीसरा स्थान प्राप्त किया।

अ. भा. अणुव्रत न्यास के वरिष्ठ प्रशिक्षक रमेश काण्डपाल ने विद्यार्थियों को अणुव्रत के नियम स्वीकार कर अपने जीवन को सुसंस्कारित कर राष्ट्र निर्माण में अपना योगदान देने की प्रेरणा दी एवं जीवन विज्ञान के प्रयोग करवाए। दिल्ली प्रदेश अणुव्रत गीतगायन प्रतियोगिता के संयोजक विमल गुनेचा ने अणुव्रत एवं जीवन विज्ञान की विस्तृत जानकारी दी। राष्ट्रीय हास्य कवि महेन्द्र शर्मा, डॉ. जी.आर. कंवल एवं विभिन्न विद्यालयों के प्राचार्य उपस्थित थे। कार्यक्रम में निर्णायक की भूमिका प्रसिद्ध गायक कैलाश व्यास, रजनी, एवं बादल नारंग ने निभायी। संचालन रमेश काण्डपाल व विमल गुनेचा ने किया।

सुधारगृह बन सकता है। साध्वीश्री की प्रेरणा से अनेक कैदियों ने नशामुक्त जीवन जीने का संकल्प लिया।

कार्यक्रम का दूसरा सत्र महिला विभाग कैदियों के बीच रखा गया। महिला विभाग से भी अनेक महिलाओं ने साध्वीश्री के समक्ष अच्छे कार्य करने का संकल्प किया। साध्वी गुणप्रेक्षा ने अच्छा जीवन कैसे जीएं इस पर अपने विचार रखे। साध्वी संवरविभा ने प्रेक्षाध्यान के प्रयोग करवाए।

जेलर जी.एस. खेरा ने साध्वीश्री का स्वागत करते हुए कहा अणुव्रत के छोटे-छोटे नियमों से जीवन को पवित्र बनाया जा सकता है। कैदी भाई सत्यनारायण ने भी अपने विचार रखे। कार्यक्रम में विशेष रूप से अशोक बागरेचा, पारस पुगलिया, पुष्पादेवी, मीनादेवी, लीलादेवी उपस्थित थे। आभार ज्ञान बसंत मालू ने किया। संचालन दिनेश बूरड़ ने किया।

## आचार्य महाप्रज्ञ की पुस्तक का विमोचन

**सिलीगुड़ी।** अणुव्रत समिति सिलीगुड़ी के तत्वावधान में आचार्य महाप्रज्ञ की पुस्तक “यात्रा एक अकिंचन की” का विमोचन समणी निर्देशिका परमप्रज्ञा के सान्निध्य में केन्द्रीय रिजर्व पुलिस बल के उपमहानिरीक्षक सुभाष दामले के हाथों हुआ। दामले ने कहा आचार्य महाप्रज्ञ महान संत के साथ-साथ महान साहित्यकार भी थे। उनकी पुस्तक “यात्रा एक अकिंचन की” जन-जीवन को प्रभावित करेगी और आम आदमी को सादगीपूर्ण जीवन जीने की प्रेरणा देगी, ऐसा मेरा विश्वास है। समणी परमप्रज्ञा ने आचार्य महाप्रज्ञ के जीवन-वृत्त पर प्रकाश डाला।

स्वागत भाषण रतनलाल भंसाली ने दिया। सभा के

उपाध्यक्ष किशनलाल धाड़ेवा, तेयुप अध्यक्ष अशोक पुगलिया, महिला मंडल की अध्यक्ष रेशमी देवी बोथरा द्वारा स्वागत किया गया।

अमृत सांसद शुभकरण नौलखा, कमल पुगलिया, बजरंग सेठिया, उत्तमचंद कोठारी, मदन जैन एवं समाज के गणमान्य व्यक्ति मांगीलाल सिंधी, सुरेन्द्र छाजेड़, प्रमोद दूगड़, सुबोध छाजेड़, राकेश मालू, मोहन कोठारी, तोलाराम सेठिया, सुनील पुगलिया, पवन सेठिया, किसन आंचलिया, बच्छराज बोथरा की विशिष्ट उपस्थिति रही। संचालन कवि एवं वरिष्ठ पत्रकार कर्णसिंह जैन ने किया। धन्यवाद ज्ञापन अणुव्रत समिति के मंत्री सुरेन्द्र घोड़ावत ने किया।

## ओमप्रकाश बांठिया का सम्मान



**बालोतरा।** अणुव्रत समिति बालोतरा के अध्यक्ष ओमप्रकाश बांठिया चार्टर्ड अकाउंटेंट व जोन चेरमेन सत्र 2009-2010 को नई दिल्ली में राष्ट्रीय समता स्वतंत्र मंच द्वारा समाज सेवा - शिक्षा, चिकित्सा एवं सामुदायिक सेवा कार्यों के लिए “राष्ट्रीय समरसता पुरस्कार” से सम्मानित किया गया। उक्त सम्मान संरक्षक एवं पूर्व

महानिदेशक सी.बी. आई. सरदार जोगिन्दर सिंह एवं पूर्व ब्रिगेडियर लाम्बा द्वारा शॉल ओढ़ाकर एवं प्रशस्ति-पत्र प्रदान कर किया गया।

ओमप्रकाश बांठिया पिछले दो वर्षों से अणुव्रत समिति बालोतरा का अध्यक्षीय दायित्व बहन करते हुए क्षेत्र में अणुव्रत कार्यों एवं समाज सेवा के कार्यों में संलग्न है।

## लिंगानुपात में अंतर चिंताजनक

**जयपुर, 8 अगस्त।** सवाई मानसिंह अस्पताल में इंडियन रेडियो-लॉजिकल एंड इमेजिंग एसोसिएशन की राजस्थान ईकाई की ओर से कन्या भ्रूणहत्या रोकथाम हेतु चिंतन सभा एवं संकल्प दिवस समारोह का प्रारंभ महिला मंडल शहर एवं सी-स्कीम की महिलाओं द्वारा हुआ।

राष्ट्रीय महिला आयोग की अध्यक्ष गिरिजा व्यास ने समारोह को संबोधित करते हुए कहा दिल्ली-मुंबई जैसे शिक्षित शहरों में लिंगानुपात में अधिक अंतर होना चिंताजनक है। श्रीमती व्यास ने राजस्थान में रेडियोलॉजिस्ट के इस दिशा में विभिन्न संगठनों, संस्थाओं के प्रतिनिधियों एवं सदस्यों को एक सामूहिक मंच पर एकत्रित कर सह-चिंतन व सह-क्रियान्विति की पहल को अत्यंत सराहनीय एवं उपयोगी कदम बताया।

चिकित्सा एवं स्वास्थ्य मंत्री एमादुद्दीन अहमद ने कहा कन्या भ्रूणहत्या एक अभिशाप है। महापौर ज्योति खंडेलवाल ने कन्या भ्रूणहत्या रोकने के लिए चिकित्सकों को आगे आने को सुखद कहा।

समारोह में कन्या भ्रूणहत्या रोकने के लिए जागरूकता पोस्टर जारी किया गया। इसमें अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी द्वारा प्रतिपादित अणुव्रत आचार संहिता के निम्नांकित सूत्र को रेखांकित किया गया

- मैं किसी निरपराध प्राणी का

संकल्पपूर्वक वध नहीं करूंगा।

मैं भ्रूणहत्या नहीं करूंगा।

मैं आत्महत्या नहीं करूंगा।

भ्रूणहत्या जघन्य पाप एवं इससे उत्पन्न भयंकर दुष्परिणाम के साथ ही इससे निजात पाने में व्यवहारिक, सामाजिक, आध्यात्मिक एवं निर्धारित/प्रचलित कानूनी प्रावधानों पर आधारित स्लाइड का दिग्दर्शन एवं प्रभावी विश्लेषण संस्था सचिव डॉ. पंकज वर्मा द्वारा प्रस्तुत किया गया, जिसकी सभी ने मुक्त कंठ से सराहना की।

इस अवसर पर एस.एम.एस. अस्पताल के अधीक्षक डॉ. एल.सी. शर्मा, विभिन्न धार्मिक संस्थाओं के प्रतिनिधियों एवं ऑल इंडिया कांग्रेस कमेटी के सचिव संजय बाफना ने विचार रखे। संस्था सचिव डॉ. पंकज वर्मा एवं एंटी सैक्स डिटरमीनेशन सेल के प्रमुख डॉ. जफर एम. रफीक ने उपस्थित भाई-बहनों को भ्रूणहत्या न करने/करवाने का संकल्प करवाया। आयोजक संस्थान की ओर से छोटी-छोटी कन्याओं ने मंचासीन महानुभावों का स्वागत किया। अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष जी.एल. नाहर ने अणुव्रत महासमिति द्वारा प्रकाशित अणुव्रत प्रचार-प्रसार साहित्य का वितरण किया। कार्यक्रम की सफलता में डॉ. शरद गुप्ता व डॉ. राजीव सिंह का सराहनीय श्रम रहा। धन्यवाद ज्ञापन डॉ. आर.सी. यादव ने किया।

## आदर्श ग्राम विकास समिति द्वारा वृक्षारोपण

**डाबड़ी, 3 अगस्त।** आदर्श ग्राम विकास समिति द्वारा डाबड़ी में पौधारोपण का शुभारंभ किया गया। इस अवसर पर मुख्य अतिथि भादरा के एस.डी.एम. नरेन्द्र सिंह कुलहरी ने शांति वन डाबड़ी में पौधारोपण किया। पंचायत समिति के प्रधान प्रेम पूनिया, सरपंच पतौरी देवी, समिति के अध्यक्ष निरंजन लाल मित्तल एवं समिति के उपसचिव रामकिशन स्योराण एवं सभी प्रमुख ग्रामवासी उपस्थित थे।

इस वर्ष समिति ने 5000 पेड़ लगाने का लक्ष्य रखा है। समिति 2004 से 2009 तक 42379 पेड़ लगा चुकी है। समिति के संरक्षण में 10,000 पेड़ ग्राम डाबड़ी रतनपुरा मोजाणा एवं ढाणियों में पल रहे हैं इनमें नियमित रूप से पानी दिया जाता है एवं इन पेड़ों की पूर्ण सुरक्षा व्यवस्था की गई है। भादरा तहसील में यह पेड़ लगाने का सबसे बड़ा कार्यक्रम 2004 से आदर्श ग्राम विकास समिति डाबड़ी द्वारा संचालित हो रहा है।

## सघन वृक्षारोपण एवं पर्यावरण संगोष्ठी

**उदयपुर।** अणुव्रत समिति उदयपुर एवं सेवा समिति के संयुक्त तत्वावधान में फतहसागर स्थित नीमच माता मंदिर की पहाड़ी पर सघन वृक्षारोपण किया गया। मुख्य अतिथि वन विभाग के मुख्य वन संरक्षक डॉ. एन.सी. जैन, विशिष्ट अतिथि डॉ. सतीश शर्मा क्षेत्रीय रेंजर वन विभाग एवं कार्यक्रम की अध्यक्षता गणेश डागलिया ने की। सघन वृक्षारोपण के तहत मंदिर की पहाड़ी पर 50 फलदार एवं नीम करंज के छायादार पेड़ लगाये गये। मंदिर के पुजारी ने सभी का स्वागत किया। गणेश डागलिया ने पर्यावरण संरक्षण पर प्रकाश डाला।

मुख्य अतिथि वन विभाग के संरक्षक डॉ. एन.सी. जैन ने कहा मनुष्य को अपने जीवन में प्रकृति द्वारा प्रदान की जाने वाली या इससे बनने वाली वस्तुओं का ही प्रयोग करना चाहिए। यदि समय रहते प्लास्टिक से बनी वस्तुओं का दैनिक जीवन में उपयोग बंद नहीं किया गया तो आने वाले समय में शहर प्रदूषण के ढेर बनते नजर आएंगे। विशिष्ट अतिथि डॉ. सतीश शर्मा ने वन्य जीव प्रेम पर प्रकाश डालते हुए वन्य जीवों के साथ प्रेम भाव रखने का आह्वान किया। कार्यक्रम में जमनालाल दशोरा, अरविन्द चित्तौड़ा, स्कन्ध पण्ड्या, ललित कुमावत, गिरधारीलाल सोनी, भवर भारती, जयश्री कुमावत, रोटेरेक्ट क्लब के सदस्य एवं मंदिर परिसर में आए

दर्शनार्थियों ने भाग लिया। धन्यवाद ज्ञापन मंदिर के पुजारी लक्ष्मीलाल ने एवं संचालन डॉ. जयराज आचार्य ने किया।

### अभ्यास पुस्तिका वितरण

अणुव्रत समिति उदयपुर द्वारा जिले के सरकारी विद्यालयों में अध्ययन कर रहे 52 विद्यालयों के लगभग 10,350 जरूरतमंदों को टाऊनहाल स्थित कुणावत एसोसिएट, समिति के अध्यक्ष गणेश डागलिया, मंत्री डॉ. निर्मल कुणावत, प्रचार मंत्री राजेन्द्र सेन, अरविंद चित्तौड़ा, जमनालाल दशोरा एवं कमल कुमावत द्वारा अभ्यास पुस्तिका वितरित की गयी।

### डॉ. सी.पी. जोशी का सम्मान

अणुव्रत समिति उदयपुर द्वारा केन्द्रीय ग्रामीण विकास मंत्री डॉ. सी.पी. जोशी के जन्म दिवस पर गणेश डागलिया एवं अन्य कार्यकर्ताओं ने सर्किट हाउस में चांदी के गणेशजी की प्रतिमा, उपरणा व माला पहनाकर सम्मान किया। इस अवसर पर अरविंद चित्तौड़ा, जमनालाल दशोरा, राकेश चित्तौड़ा, ललित कुमावत, भंवर भारती, सुरेश सिंयाल, राधाकृष्ण व्यास, जयकिशन चौबे, ममता दशोरा, मीनाक्षी शर्मा, जफर जिलानी, सैयद खुर्शीद, स्कंद पण्ड्या, भगवती नागर, कैलाश सोनी, पुष्कर सोनी, गिरधारी सोनी, हरीश ललवानी, राजेश ललवानी उपस्थित थे।



## विद्यालय में जल-मंदिर का निर्माण



**आसीन्द, 25 जुलाई।** आसीन्द मित्र मंडल मुंबई के सौजन्य से राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय में जल मंदिर का निर्माण कराया गया। वाटर-कूलर और फिल्टर सहित इसके निर्माण में एक लाख अस्सी हजार रुपये की लागत आयी है। इसका आकार इतना बड़ा है कि इसमें एक हजार व्यक्तियों के लिए स्वच्छ एवं ठंडा जल उपलब्ध रहेगा। जल मंदिर का निर्माण इस तरह से कराया गया है कि विद्यालय परिसर के बाहर बने शिव मंदिर में आने वाले श्रद्धालु भी इसका उपयोग कर सकें। निर्माण कार्य अणुव्रत समिति के सदस्यों की देखरेख में हुआ। अतिथियों द्वारा नामपट्ट पर लगे पर्दे की डोर खींचकर, फीता काटकर जलमंदिर का उद्घाटन किया गया।

इस अवसर पर उपस्थिति सभी ने शीतल जल ग्रहण किया।

अणुव्रत समिति आसीन्द के अध्यक्ष कल्याणमल गोखरू एवं मुंबई मित्र मंडल के प्रतिनिधि विक्रम मेहता ने जल मंदिर की चाबी प्रधानाचार्य कैलाश चन्द्र तिवारी को सुपुर्द की। लोकार्पण कार्यक्रम की अध्यक्षता लादूलाल सांड ने की। मुख्य अतिथि सोहनलाल काठेड़ एवं विशिष्ट अतिथि कल्याणमल गोखरू थे। इस अवसर पर मदनलाल गोखरू, प्रकाश चौधरी, चांदमल सांड, चांदमल बाफणा, प्रधानाचार्य कैलाश चंद्र तिवारी ने अपने विचार रखते हुए आसींद मित्र मंडल मुंबई एवं अणुव्रत समिति आसीन्द के प्रति आभार व्यक्त किया। संचालन ओमप्रकाश जोशी ने किया।

## पानी बचाओ अभियान समय की मांग

**अहमदाबाद।** अणुव्रत सर्कल उद्घाटन के अवसर पर साध्वी कनकरेखा के सान्निध्य में गुजरात राज्य अणुव्रत समिति द्वारा पानी बचाओ स्टीकर का लोकार्पण करते हुए अहमदाबाद नगर निगम के मेयर कानजी भाई ठाकोर ने कहा गुजरात राज्य अपनी स्थापना का स्वर्ण जयंती वर्ष मना रहा है। गुजरात के मुख्य मंत्री नरेन्द्र मोदी यही संकल्प कर रहे हैं। गुजरात राज्य अणुव्रत समिति मानवता का कार्य कर रही है।

साध्वी कनकरेखा ने कहा कि आवश्यकता इस बात की है कि अणुव्रत जीवन के आचरण में बोले। अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष जी.एल. नाहर ने कहा कि अणुव्रत महासमिति देशभर में पानी बचाओ, पृथ्वी बचाओ, पर्यावरण बचाओ का कार्य संचालित कर रही है। गुजरात राज्य अणुव्रत समिति के अध्यक्ष जवेरीलाल संकलेचा, कमलसिंह दूगड़, सज्जनराज संघवी, नरेन्द्र सुराणा, उम्मेद कोचर व नेमीचंद मालू उपस्थित थे।



## सिकंदराबाद में अणुव्रत की गूंज

**सिकंदराबाद, 31 जुलाई।** अणुव्रत महासमिति कार्यकारिणी सदस्या निर्मला बैद के तत्वावधान में इंजीनियरिंग कॉलेज में अणुव्रत कार्यक्रम का आयोजन हुआ। निर्मला बैद ने विद्यार्थियों को अणुव्रत आचार संहिता के नियमों और अणुव्रत की अवधारणा से परिचित कराया। कॉलेज के लगभग 2000 विद्यार्थियों के मध्य नशे के दुष्परिणामों की जानकारी दी और परीक्षा में अवैध उपायों का सहारा न लेने की ओर ध्यान आकर्षित किया गया। स्वामी विवेकानंद इन्स्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी कॉलेज के इन विद्यार्थियों को जीवन विज्ञान, प्रेक्षाध्यान के प्रयोग कराए गए। नैतिक अहिंसक एवं मानवीय मूल्यों की पुनर्प्रतिष्ठापना के लिए विद्यार्थियों को अणुव्रत के अंग्रेजी भाषा में प्रकाशित साहित्य का वितरण कर अणुव्रत आचार संहिता की विस्तृत जानकारी दी गयी।

इस अवसर पर कॉलेज के पांचों विभागों में अणुव्रत महासमिति द्वारा प्रकाशित पर्यावरण बचाओ, पानी बचाओ, पृथ्वी बचाओ एवं बिजली बचाओ के स्टीकर लगाए गए। कॉलेज के प्राचार्य के.एन. मूर्ति, प्रो. डी.एस. राव, विभाग के मुख्य बजरंग एवं हनुमानमल बैद का कार्यक्रम को

सफल बनाने में सराहनीय श्रम रहा। संयोजन जितेन्द्र बैद ने किया।

अणुव्रत कार्यक्रम को आगे बढ़ाने की शृंखला में केन्द्रीय कारागृह में कैदियों के मध्य अणुव्रत प्रचार-प्रसार साहित्य का वितरण किया गया। इस अवसर पर कैदियों ने दुर्व्यसन छोड़ने के संकल्प किये। कारागृह की लायब्रेरी में अणुव्रत महासमिति द्वारा प्रकाशित भ्रष्टाचार विरोधी पेम्प्लेट और अणुव्रत साहित्य अवलोकनार्थ रखा गया।

महावीर अस्पताल में विकलांगों के लिए आर्टिफिशियल पैरों का आवंटन करवाया गया और अणुव्रत के नियमों से अवगत करा उनसे अणुव्रत नियमों को अपनाने पर जोर दिया गया। दूरदर्शन केन्द्र व ऑल इंडिया रेडियो (आकाशवाणी) पर अणुव्रत आचार संहिता संबंधी वार्ता आयोजित की गयी। स्थानीय समाचार-पत्रों में पर्यावरण शुद्धि में अणुव्रत की भूमिका और अवधारणा पर लेख का प्रकाशन। आंध्र प्रदेश विधानसभा की लायब्रेरी में आचार्य महाप्रज्ञ एवं पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए. पी.जे. अब्दुल कलाम द्वारा लिखित पुस्तक रखवाई गयी और विधानसभा के स्पीकर को अणुव्रत, प्रेक्षाध्यान का साहित्य दिया गया। भ्रष्टाचार विरोधी पम्प्लेट भी बांटे गये।

## जरूरतमंद बच्चों में पाठ्य सामग्री वितरण

**शेरपुर।** अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र शेरपुर द्वारा निःशुल्क शिक्षा नव चेतना विद्या केन्द्र से जुड़कर पढ़ाई कर रहे जोगीनाथ के बच्चों को कॉपी, कलम एवं पेंसिल डॉ. जगजीवन सिंह (जिला स्वास्थ्य पदाधिकारी मानसा) के आर्थिक सौजन्य से बांटी गयी। समारोह का स्वागत करते हुए अहिंसा प्रशिक्षक शेरपुर केन्द्र संजय भाई ने कहा इन बच्चों को पढ़ाने में भान सिंह जस्सी पेदनी का प्रयास सराहनीय है।

मुख्य अतिथि शेरपुर थाना के मुख्य इंस्पेक्टर दर्शन सिंह ने कहा इन बच्चों को पढ़ते देखकर हमें बहुत प्रसन्नता हो रही है। अध्यापक दल पंजाब के महासचिव हरवंश सिंह ने कहा कि इन बच्चों

के परिवार को समाज की मुख्यधारा से जोड़ने के लिए सबको मिलकर कार्य करना है।

कार्यक्रम में संत बाबा निर्मल सिंह, बलविन्द्र सिंह, सर्वहितकारी विद्या मंदिर के मैनेजर सुभाष कुमार, प्राचार्य हरदयाल सिंह टिबाना, बिहारी वेलफेयर सोसायटी शेरपुर इकाई के अरुण कुमार गुप्ता, जगदीश चंद गोयल की प्रमुख उपस्थिति रही।

इस अवसर पर दैनिक जागरण के पत्रकार कुलवंत सिंह टिब्बा, पंजाब केंसरी एवं जनवाणी के पत्रकार अनिस गर्ग और विजय कुमार सिंगला, स्पेक्स मैन एवं देश सेवक के पत्रकार डॉ. शमशेर सिंह ने अपने विचार रखे। आभार व्यक्त कुलदीप कौर ने किया।

## दूरदर्शन के माध्यम से बेटी बचाने का आह्वान

**जयपुर, 7 अगस्त।** महिला मंडल जयपुर (शहर) की अध्यक्ष राजश्री कुंडलिया एवं मंत्री मधु श्यामसुखा के प्रयासों से दूरदर्शन केन्द्र जयपुर पर बेटी बचाओ कार्यक्रम रखा गया। इसमें महिलाओं की उपस्थिति सराहनीय रही। साथ ही भिक्षु पब्लिक स्कूल के बच्चे, शिक्षक-शिक्षिकाएं, कन्या मंडल की कन्याओं सहित 200 की

उपस्थिति थी। लगभग एक घंटे प्रश्नोत्तरी कार्यक्रम दूरदर्शन केन्द्र पर चला। कार्यक्रम की शुरुआत महिला मंडल द्वारा साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा द्वारा रचित गीत के संगान से हुई। राज कुंडलिया ने आओ चलें गांव की ओर के तहत शिक्षा व स्वास्थ्य पर अपने विचार रखे। इस अवसर पर सौभाग बैद, विमला दूगड़ भी उपस्थित थी।

## जीवन विज्ञान कार्यक्रम

**सिलीगुड़ी, 29 जुलाई।** केवल किताबी पढ़ाई से बच्चों का सर्वांगीण विकास संभव नहीं। बच्चों को अच्छा इन्सान बनाने हेतु अच्छे संस्कारों की जरूरत है। ये विचार समणी संघप्रज्ञा एवं प्रेक्षा प्रज्ञा ने अणुव्रत समिति सिलीगुड़ी के तत्वावधान में स्थानीय गुरुबस्ती में आयोजित “जीवन विज्ञान एवं हम” विषयक कार्यक्रम में छात्र-छात्राओं एवं अभिभावकों को संबोधित करते हुए व्यक्त किये। इस अवसर पर समणीद्वय ने बच्चों को योग के प्रयोग करवाते हुए गुस्से पर कैसे

काबू किया जा सकता है इसकी भी जानकारी दी।

विद्यालय के प्राचार्य डॉ. एस. एस. अग्रवाल ने कहा प्रेक्षाध्यान के प्रयोगों से बच्चों का मानसिक विकास होता है। समणी प्रेक्षाप्रज्ञा ने बच्चों को बेहतर इन्सान बनने की प्रेरणा दी। कार्यक्रम में अणुव्रत समिति के अध्यक्ष हनुमान मालू, राज कोठारी, सुनील पुगलिया, प्रमोद दूगड़, सुबोध छाजेड़ उपस्थित थे। धन्यवाद ज्ञापन अणुव्रत समिति के मंत्री सुरेन्द्र योड़ावत ने एवं संचालन पत्रकार करणसिंह जैन ने किया।

## स्वस्थ परिवार एवं स्वस्थ समाज के सूत्र

**कांकरोली, 2 अगस्त।** मुनि जतनकुमार लाडनू ने महिला मंडल के तत्वावधान में आयोजित “स्वस्थ परिवार एवं स्वस्थ समाज के सूत्र” विषयक कार्यशाला को संबोधित करते हुए कहा जीवन एक भव्य जागरण है। जीना है तो जागना होगा। जागकर जीवन जीने वाला व्यक्ति ही जीवन जीने का आनंद उठा सकता है। जिसका अन्तस सोया हुआ है वह जागकर भी सोया हुआ है। कलापूर्ण जीवन वही जी सकता है जो भीतर से जाग्रत है। मुनिश्री ने स्वस्थ परिवार हेतु चार सूत्रों का विवेचन किया 1. स्वस्थ परम्परा, 2. सकारात्मक विचार, 3. सद्व्यवहार एवं 4. जागरूकता।

मुनि आनंदकुमार ‘कालू’ ने कहा वर्तमान परिप्रेक्ष्य में पश्चिम की संस्कृति को देखते हुए भावी पीढ़ी जो भटकाव का रास्ता अपनाते हुए अन्य दिशाओं में अपने कदम बढ़ा रही है यह परिवार एवं समाज के लिए घातक है। कम उम्र में मोबाइल एवं नेटवर्क के माध्यम से एक-दूसरे के संपर्क में आकर अपने जीवन को बर्बादी की ओर मोड़ना भी परिवार व समाज के लिए घातक सिद्ध हो रहे हैं। इन सबसे बचते हुए ही कलापूर्ण जीवन जीया जा सकता है। इस अवसर पर बच्चों को पुरस्कृत किया गया। संचालन नीता सोनी ने किया।

## चित्त समाधि प्रशिक्षण कार्यशाला

**रतनगढ़, 11 अगस्त।** साध्वी राजीमति के सान्निध्य में देवचंद दूगड़ के निवास पर “स्वस्थ जीवन शैली” विषयक एक दिवसीय चित्त समाधि प्रशिक्षण कार्यशाला रखी गयी। जैन साध्वी पुलकितयशा ने चार बातों पर विशेष ध्यान रखने पर जोर दिया दिमाग को ठंडा रखना, सहिष्णु बनना, दिल में रहम तथा दया व करुणा की भावना। साध्वी राजीमति ने कहा शरीर का दोहन करें परन्तु शोषण नहीं करें। भोजन, भजन, नींद, श्वास और प्रसन्नता का सदैव ध्यान रखें। ईर्ष्या नहीं, प्रमोद भाव का आनंद लें।

कार्यक्रम में विजय सिंह आंचलिया, धर्मचंद जैन, पन्नालाल चौरड़िया, रामलाल वर्मा, लक्ष्मीपत बैद, पूनमचंद तातेड़, भीकमचंद आंचलिया, गुजराज हीरावत, रमेश बैद, अनिल पारीक, जयंतिलाल जैन, महावीर प्रसाद, गणेशमल हींगड़, नरेन्द्र पंसारी, राजकुमार बैद, नथमल धारीवाल, सोहनलाल बैद, विजयसिंह दूगड़, भारत कुमार आंचलिया, भीकमचंद दूगड़, प्रसन्नचंद बैद, गौतम कुंडलिया, माणकचंद उपस्थित थे। आभार ज्ञान कमल सिंह बैद ने किया।

## सूचना

अणुव्रत पाक्षिक के सभी पाठकों से अनुरोध है कि जिन्हें अणुव्रत पाक्षिक विलम्ब से मिल रही है अथवा कोई पाक्षिक संस्करण देय समय पर प्राप्त होने से रह गया है, तो कृपया अपने वर्तमान पता पिनकोड एवं दूरभाष सहित लिखित सूचना अणुव्रत महासमिति, नई दिल्ली के पते पर शीघ्र भिजवाएं ताकि अणुव्रत पत्रिका भिजवाई जा सके।

## पर्यावरण रक्षा हेतु वृक्षारोपण



**जयपुर।** जयपुर अणुव्रत समिति के तत्वावधान में पर्यावरण रक्षा की दृष्टि से विभिन्न स्थानों पर वृक्षारोपण का कार्य भी किया जा रहा है। मालवीय नगर स्थित ‘प्रेम निकेतन अस्पताल’ के परिसर को हरा-भरा बनाने तथा वहाँ के वातावरण को शुद्ध बनाए रखने हेतु पौधरोपण का कार्य अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष जी.एल. नाहर के कर कमलों से सम्पन्न हुआ। इससे पहले भी वहाँ के एक छोटे उद्यान के रख-रखाव का दायित्व जयपुर अणुव्रत समिति ने ले रखा है। पौधरोपण के अवसर पर समिति के सदस्य आशा नीलू टाक, कल्पना जैन, पुष्पा बांठिया, सुमन बोरड, निर्मला सुराणा आदि उपस्थित थे।

## सेवा कार्यों में भागीदारी

जयपुर अणुव्रत समिति के अन्तर्गत समय-समय पर विभिन्न सेवा कार्य किए जाते रहे हैं। पिछले दिनों जयपुर स्थित ‘प्रेम निकेतन अस्पताल’ में रोगियों की सुविधा हेतु पलंग भेंट किया गया। अर्थ सहयोग डालमचंद बाफना की पुण्य स्मृति में उनकी पत्नी फूलदेवी बाफना द्वारा किया गया। जयपुर के ‘ज्ञान सरोवर पब्लिक स्कूल’ में जयपुर अणुव्रत समिति की ओर से विजय बोथरा द्वारा अणुव्रत नियमों के बोर्ड तथा बच्चों में पुस्तिकाएं भी वितरित की गई। प्रिंसीपल ने अणुव्रत के कार्यों व गतिविधियों में स्कूल की भागीदारी बनाए रखने की इच्छा प्रकट करते हुए सराहना तथा प्रसन्नता व्यक्त की।

## विज्ञान अध्यात्म की ओर पुस्तक का विमोचन

**विजयनगर, 12 जुलाई।** आचार्य महाश्रमण के सान्निध्य में आचार्य महाप्रज्ञ एवं भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम के वार्तालाप की पुस्तक “विज्ञान अध्यात्म की ओर” के अंग्रेजी अनुवाद का विमोचन आचार्य महाप्रज्ञ के 91वें जन्म दिवस के पर सरदारशहर में आचार्य महाश्रमण के हाथों हुआ। युवक परिषद विजयनगर-बंगलोर के तत्वावधान में परिषद् के प्रथम अध्यक्ष सुशील चोरड़िया ने विमोचन हेतु पुस्तक आचार्य महाश्रमण के कर-कमलों में प्रस्तुत की। आचार्य महाश्रमण

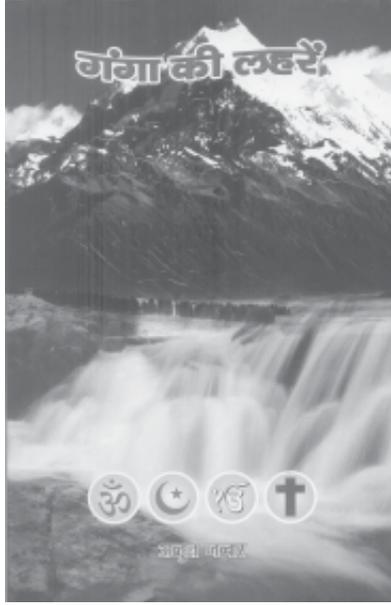
ने कहा अंग्रेजी पढ़ने वालों को इस पुस्तक से अच्छी जानकारी प्राप्त हो सकेगी। साध्वीप्रमुखा कनकप्रभा एवं मुख्य नियोजिका साध्वी विश्वतविभा ने पुस्तक को सार्थक बताते हुए अपने विचार रखे। पुस्तक का प्रकाशन सुरपत चोरड़िया के अर्थ-सौजन्य से हुआ। सुशील चोरड़िया ने अनुवाद का कार्य मीना कृष्णप्पा द्वारा करवाया। पुस्तक के शुद्धिकरण का कार्य साध्वी विश्वतविभा, समणी रमणीप्रज्ञा एवं डॉ. महावीरराज गेलड़ा ने किया।

# एक सराहनीय एवं पठनीय कृति

एल.आर. भारती

हिन्दी-उर्दू के कलमकार हाजी अब्दुल जब्बार की गीत पुस्तक 'गंगा की लहरें' एक सराहनीय एवं पठनीय कृति है। यह सरल, सुबोध, गेय और सटीक भाषा में है। कविताओं का एक-एक छंद निर्मल, पावन गंगा की लहरों की तरह प्रवाहमान है। समस्त रचनाओं में लेखक ने अपने कोमल हृदय से ऐसा ओजपूर्ण काव्य रचा है, जिसमें राष्ट्रीय एकता, सांप्रदायिक सौहार्द, अहिंसा, देशप्रेम के गीतों की प्रस्तुति से देश का मान बढ़ाया है। जब्बार भाई ने एक सच्चे हिन्दुस्तानी होने के नाते अपने विभिन्न इंद्र-धनुषी रंगों में रंगे गीत देश की महान विभूतियों, प्रेरणा-स्रोत शहीदों, सेनानियों, सीमा के वीर सिपाहियों इत्यादि पर बहुत ही फक्र और बुलन्दी से कलम चलायी है। तालीम, माँ-बाप, पशुधन, अकाल जैसे देश के अनेक ज्वलंत मुद्दों पर कवि ने वास्तव में अपने हृदय की आकुलता व्यक्त की है और पाठकों को इन समस्याओं से रूबरू करवाया है। कवि ने अपनी कविताओं में मातृभूमि, पितृभूमि और कर्मभूमि सभी का ऋण अदा करने का संकल्प व्यक्त करते सभी धर्मों, सभी उपासनाओं एवं सभी धर्मग्रंथों को आदर देकर एक सच्चे भारतीय की पहचान करवाई है। उन्होंने अपनी रचनाओं में बेबाक हो विभिन्न मजहबों और विभिन्न रस्मों-रिवाजों से परे हो गीतों की प्यार भरी सरगम को नया अंदाज दिया है। राष्ट्रीय एकता, आपसी सद्भाव और देशप्रेम का जज्बा पैदा करने का जो प्रयास उन्होंने इस कृति में किया है वह सही मायने में काबिले तारीफ कदम है।

देश के एक महान साहित्यकार एवं सन्यासी स्वामी डॉ. ओमआनंद सरस्वती ने ठीक ही कहा है कवि जब्बार की 'गंगा की लहरें' जन-जन की जुबान पर



प्रवाहित होती हुई पंक्ति-पंक्ति के रूप में कल-कल, छल-छल करती रहेगी।

उनके गीतों की गंगा तो प्रसिद्ध गीतकार उदितनारायण की भी कांठहार बन चुकी है। राजस्थान साहित्य अकादमी की अध्यक्ष डॉ. अजित गुप्ता ने जब्बार के रचनाकर्म का अभिनंदन करते हुए आशा व्यक्त की कि उनके गीत अनवरत गुनगुनाए जाते रहेंगे। मेवाड़ गर्ल्स कॉलेज, चित्तौड़गढ़ के डॉ. ए.एल. जैन ने उनके गीतों की महक को रातरानी की खुशबू बताया। देश के एक पूर्व सांसद एवं राष्ट्रीय कवि सम्मेलनों के नामचीन कवि बाल कवि बैरागी इस काव्य संग्रह के संबंध में बता रहे हैं कवि का लेखन छंदबद्ध है। कवि गाये या पाठक गाये इन गीतों की विशेषता है इन्हें कोई भी गा सकता है। दुर्ग विकास समिति के अध्यक्ष हरकलाल चिप्पड़ ने भक्त शिरोमणी मीरा बाई पर जब्बार की दो पंक्तियां प्रस्तुत की हैं

**बोला रे मुरली वाला ये सूरज की किरण से ।  
भारत में भोर होगी तो मीरा के भजन से ।।**

ये दमदार पंक्तियां तो मात्र नमूना

है। हालांकि उनकी कविताओं का एक-एक छंद सुरमयी तान लिए हुए है

**गंगा जल सा जग में कहीं पानी नहीं है ।  
दुनिया में इस देश का कोई सानी नहीं है ।।**

कवि की संवेदना देखिए

**संग गरीबों का गम में निभाता रहे,  
साथ उसके हमेशा विधाता रहे ।।**

चित्तौड़गढ़ से सामाजिक कार्यकर्ता नवरतन पटावरी ने कुछ छंदों को प्रस्तुत कर उनकी साम्प्रदायिक सद्भावना, अहिंसावादी एवं शाकाहारी प्रवृत्ति के कारण उन्हें जनकवि कहकर संबोधित किया है

**अगर आप सब शाकाहारी रहेंगे ।  
पशु-पक्षी आपके आभारी रहेंगे ।।**

सच तो यह है कि कवि जब्बार चित्तौड़गढ़ (राजस्थान) का ही लाडला नहीं अपितु उनकी इस काव्य रचना ने उन्हें संपूर्ण राष्ट्र में एक बड़ी पहचान बना दिया है। मीरा स्मृति संस्थान चित्तौड़गढ़ के प्रो. एस.एन. समदानी ने पाठकों से मीरा पर लिखा उनका गीत विशेष रूप से पढ़ने को कहा है। क्योंकि इस गीत में कवि जब्बार ने चित्तौड़ को वृंदावन की उपमा देकर रसखान की याद दिलाई है।

पुस्तक की छपाई एवं साज-सज्जा आकर्षक है। मुख पृष्ठ पर सांप्रदायिक एकता को दर्शाया गया है और कल-कल, छल-छल करती गंगा प्रवाहित है। पुस्तक अनेक विषयों से समाहित है और पढ़ने योग्य है, जिसे पढ़ा जाना चाहिए।

पुस्तक : गंगा की लहरें  
लेखक : अब्दुल जब्बार  
पृष्ठ : 107 मूल्य : 150 रुपये  
प्रकाशक : ताज प्रकाशन  
चित्तौड़गढ़

रोशनारा रोड़, दिल्ली-110007