



आठिंसक-नैतिक पैतना का अन्नदूत पादिक

अनुव्रत

वर्ष : 56 ■ अंक : 4 ■ 16-31 दिसम्बर, 2010

संपादक : डॉ. महेन्द्र कर्णावट

सहयोगी संपादक : निर्मल एम. रांका

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

□ सदस्यता शुल्क :

- ◆ एक प्रति : बाहर 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 :

अनुव्रत महासमिति

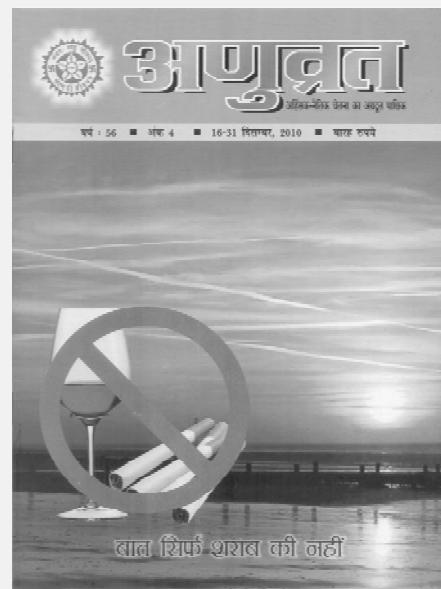
210, दीनदयाल उपाध्याय मार्ग,
नई दिल्ली-110002

दूरभाष : (011) 23233345

फैक्स : (011) 23239963

E-mail : anuvrat_mahasamiti@yahoo.com

Website : anuvratinfo.org



◆ मादक पदार्थ : निषेध का आधार	आचार्य तुलसी	3
◆ छोड़ा जा सकता है नशे की आदत को	आचार्य महाप्रज्ञ	5
◆ जीवन की सार्थकता	आचार्य महाश्रमण	8
◆ बात सिर्फ शराब की नहीं	डॉ. वेदप्रताप वैदिक	10
◆ पान मसाला और धूम्रपान - केंसर कारक	डॉ. ओ.पी. वर्मा	12
◆ शराब : चुनी हुई बर्बादी	चिन्मय मिश्र	14
◆ युवा सोच एवं सकारात्मक नजरिया	जनार्दन शर्मा	15
◆ जीवन शैली में बढ़ता नशा	डॉ. हीरालाल छाजेड़	16
◆ स्वास्थ्य के शत्रु : तंबाकू-गुटखा-शराब	शंकरलाल देवीदान	18
◆ मेरे से दोस्ती मत रखो	डॉ. सुरेन्द्र कुमार शर्मा	19
◆ जहरीली होती नदियां	आशीष वशिष्ठ	20
◆ अनुव्रत कार्यकर्ताओं से अपेक्षाएं	डॉ. आनन्द प्रकाश त्रिपाठी	22
◆ क्रोध एवं घृणा से मुक्ति	सीताराम गुप्ता	26
◆ इसा मसीह का अतिम समय!	प्रो. योगेशचन्द्र शर्मा	30
■ स्तंभ		
◆ संपादकीय	2	
◆ राष्ट्र चिंतन	9	
◆ कविता	17	
◆ ज्ञांकी है हिन्दुस्तान की	28	
◆ लघुकथा	31	
◆ अनुव्रत आंदोलन	32-39	
◆ कृति	40	

वर्ष 2010 के संकेत

वर्ष 2010 एक-एक दिन आगे बढ़ता हुआ अपनी आखिरी मंजिल पर पहुँच वर्ष 2011 की स्वर्णिम आभा में कदम रख रहा है। अतीत एवं शुभ भविष्य की संधिवेला में कुछ महत्वपूर्ण संकेत आ रहे हैं। वर्ष की उत्तरार्द्ध वेला में भ्रष्टाचार, गणतंत्र एवं शराब से जुड़े हुए प्रश्नों को समाहित करते हुए जो उठा-पटक हुई है उससे भारतीय जन-गण शर्मसार हुआ है तो इस अंधेरे कूप से निकलने का विनम्र प्रयास भी जन-गण-मन ने किया है।

वर्ष 2010 में भ्रष्ट आचरण से जुड़े अनेक गंभीर मामले प्रकाश में आये। कुछ छोटे, कुछ बड़े तो कुछ इतने बड़े कि उनकी ऊँचाई हिमालय की ऊँचाई को छू गई। आसमान को छूते भ्रष्ट आचरण की कुछ बड़ी हस्तियों को जमीन पर पटका गया है तो कुछ अभी भी बरकरार है। राजनीति की यह कैसी विडम्बना है कि एक ही विषय पर दुहरा आचरण करने को वह विवश हो रही है। केन्द्रीय तथा राज्यों के मंत्रिमंडलों में एक नहीं सैकड़ों चेहरे हैं जो भ्रष्टाचार की गंगा में आकंठ डुबे हुए हैं। पक्ष-प्रतिपक्ष दोनों मान रहे हैं कि भ्रष्टाचार चरम सीमा पर है फिर भी वे समस्या की जड़ तक नहीं पहुँचना चाहते और न ही उन भ्रष्ट हाथों को झटकना चाहते हैं। राजनीति, गद्दी और स्वतंत्रता के नाम पर राष्ट्रीय दलों एवं राष्ट्रनायकों की इस स्वच्छंदता को देख पूरा देश हतप्रभ है।

जातीयता, साम्प्रदायिकता एवं भ्रष्ट आचरण में लिप्त भारतीय राजनीति को एक दिशा मिली बिहार से। बिहार के जन-गण-मन ने विधानसभा चुनावों में जाति, धर्म, सम्प्रदाय को नकारा है तो भ्रष्ट चेहरों को भी जमीन की राह दिखाने की हिम्मत की है। इतना होने पर भी कुछ तो काला है तभी तो वहाँ पर निर्वाचित हुए 141 विधायक दागी हैं। विकास और स्वच्छ छवि वाले मुख्यमंत्री की भी यह कैसी मजबूरी है कि उन्हें भी उन व्यक्तियों को उम्मीदवार बना, विजयी बनवाना पड़ा जो दागी हैं। भारतीय गणतंत्र के लिए यह शुभ संकेत है कि बिहार में जाति, धर्म, सम्प्रदाय, नोट और शराब हावी नहीं हो सके।

बिहार के चुनावी समर में तो शराब हावी नहीं हो पाई पर अक्टूबर 2010 में एसोचेम द्वारा चार महानगरों में हुए सर्वे की जो रिपोर्ट आई है वह चौंकाने वाली है। इस रिपोर्ट के अनुसार-शराब और व्यसन के कारण देश का 45 फीसदी बचपन बर्बाद हो रहा है, दस वर्ष के किशोरों में शराब पीने की आदत शत प्रतिशत बढ़ी है, 15-19 वय के बच्चों में शराब पीने का चलन बढ़ा है, किशोर महीने में 5-6 बार शराब का स्वाद चखते हैं, 12वाँ कक्षा में अध्ययनरत 45 फीसदी विद्यार्थी शराब पीते हैं और 40 फीसदी लड़कियाँ भी शराब पीती हैं। इस सर्वे के अनुसार हमारा भविष्य शराब और व्यसन की भेंट चढ़ चुका है। माता-पिता की उदासीनता इसका प्रमुख कारण है या फिर बड़ा दिखने की ललक अथवा अकेलापन मिटाने की चाह युवा पीढ़ी को उत्तेजक-मादक पदार्थों की अंधी सुरंग में ले जा रही है ?

31 दिसम्बर 2010 की रात्रि में 2011 के स्वागत में जगमगाती रोशनियों में रंगीन समारोह होंगे, शराब की नदियाँ बहेंगी, अंधेरे में एक-दूसरे को नौचा जायेगा और 2010 एक अहम् प्रश्न छोड़ जायेगा कि क्या यही तरीका है नव वर्ष के स्वागत का ?

● डॉ. महेन्द्र कर्णावट

मादक पदार्थ : निषेध का आधार

आचार्य तुलसी

‘मादयति इति मादकः’ जो पदार्थ व्यक्ति को उन्मादी बनाता हो वह मादक है अथवा जो पदार्थ चेतना को मूर्च्छित करता है, उसमें अस्वाभाविकता पैदा करता है, वह मादक है। मादकता की इस परिधि में भांग, गांजा, सुल्फा, चरस, मदिरा आदि सब वस्तुएं आ जाती हैं।

मादक वस्तुओं के सेवन का निषेध व्यक्ति-चेतना और समाज-चेतना को विकसित करने के लिए किया गया है। मादक वस्तुओं के सेवन से मानसिक, शारीरिक, आर्थिक और चारित्रिक क्षति होती है। मनुष्य की चेतना जब भी मूर्च्छित होती है, उसका सबसे पहला प्रभाव मन पर होता है। चेतना की मूर्च्छा से मन की निर्मलता कुंठित और कलुषित हो जाती है। मन का प्रभाव शरीर पर होता है। मादक द्रव्य शरीर के स्नायुओं को एक बार उत्तेजित करते हैं और उनका प्रभाव कम होते ही स्नायु श्लथ हो जाते हैं। इसके बाद स्नायविक कठिनाई पैदा हो जाती है। उस कठिनाई को दूर करने के लिए फिर मादक द्रव्यों का उपयोग करना पड़ता है अन्यथा शरीर में टूटन होने लगती है।

मादक पदार्थों का सेवन बार-बार होने से वैसा करने का व्यसन हो जाता है। व्यसन की पूर्ति के लिए जैसे-तैसे वे पदार्थ जुटाए जाते हैं। इससे मध्यम और निम्न वर्ग के परिवारों में आर्थिक समस्या खड़ी हो जाती है। जिन प्रांतों में मदिरापान तथा गांजे आदि का अधिक प्रचलन है वहाँ साधारण स्थिति वाले लोगों को कष्टकर आर्थिक कठिनाई से गुजरना पड़ता है। कम आय और अधिक व्यय, बच्चों के लिए दूध चाहे न मिले पर समय पर ‘पैग’ तो आएगा ही। बच्चों की शिक्षा के लिए पैसों की

बचत न हो, पर नशा किए बिना नहीं रहा जाएगा। बहुत-सी स्त्रियां यह अनुभव करने लगी हैं कि उनकी आर्थिक कठिनाई का सबसे बड़ा कारण है उनके पतिदेवों द्वारा मादक द्रव्यों का सेवन। कुछ महिलाओं ने नशाबंदी के लिए सरकार को ज्ञापन भी दिया था क्योंकि नशाबंदी के अभाव में उनका आर्थिक संतुलन नहीं रह पाया।

शारीरिक और मानसिक विकृतियों की स्थिति चारित्रिक विकास में बाधा है। अस्वस्थ मन और अस्वस्थ शरीर चरित्र की पृष्ठभूमि कैसे बन सकते हैं? उदात्त चरित्र जीवन की सबसे बड़ी उपलब्धि है। चरित्र-शून्य जीवन में जीने का आनंद नहीं मिल सकता। मादक द्रव्यों के निषेध का मूल आधार चारित्रिक विकास और मानसिक विशुद्धि है। शारीरिक और आर्थिक संतुलन इसकी सहज निष्पत्ति है।

निद्रा की अवस्था में एक प्रकार की मूर्च्छा आती है पर वह मादकता नहीं है। नींद से विश्राम मिलता है,

श्लथता नहीं होती। मादक द्रव्यों से एक बार विश्राम की अनुभूति होती है, किंतु उनका परिणाम सुखद नहीं है। शारीरिक और मानसिक थकान मिटाने के लिए मादक द्रव्यों का उपयोग किया जाता है। उनसे शांति मिलती है, वह मात्र क्षणिक होती है। क्षणिक शांति के बाद जो बेचैनी और श्लथता होती है, वह व्यक्ति के लिए अस्व्य हो जाती है।

कुछ दूसरे पदार्थ भी हैं जिनके प्रयोग से परिश्रान्त शरीर को विश्राम मिलता है। उन पदार्थों में भी जो मादक हैं वे उपादेय नहीं हो सकते। उपादेयता की कसौटी क्षणिक विश्राम नहीं है। नींद के बाद व्यक्ति अधिक त्वरा और ताजगी से काम कर सकता है। इसलिए मादक द्रव्यों को इस श्रेणी में नहीं लाया जा सकता है।

कुछ लोग मादक द्रव्यों के सेवन के पक्ष में हैं और वे उसके कारण भी प्रस्तुत करते हैं। कुछ संन्यासी भी इनका उपयोग करते हैं प्राचीन समय में भी ऐसा होता था। इस प्रयोग से कुछ



दिशा बोध

देश की सर्वतोमुखी प्रगति के लिए सामान्य स्थिति में मादक द्रव्यों को प्रतिबंधित करना बहुत जरूरी है। गांधीजी ने अपने रामराज्य या स्वराज्य की कल्पना में मदिरा को स्थान नहीं दिया था। कुछ प्रांतों में सरकारी स्तर पर प्रतिबंध भी लगे थे। किंतु आर्थिक लोभ ने उन प्रतिबंधों को शिथिल कर दिया। इस तथ्य को इस प्रकार भी कहा जा सकता है कि आर्थिक लाभ की वेदी पर नैतिकता या चरित्र की बलि दी जा रही है। अणुव्रत सात्त्विक और आनंदमय जीवन जीने का मार्ग है। व्यसन- मुक्तता उसकी पहली शर्त है।

एकाग्रता संभव भी है। किंतु वह एकाग्रता मात्र चिंता की विस्मृति है। मनुष्य के चारों ओर चिंताओं के जाल बिछे हुए हैं। वह उनसे मुक्त होना चाहता है। चिंता-मुक्ति के लिए जो प्रयोग किए जा रहे हैं उनसे एक बार मूर्छा आती है और व्यक्ति चिंताओं को भूल जाता है। इससे तात्कालिक एकाग्रता संभव है। किंतु परिणाम एकाग्रताप्रद नहीं है। किसी भी वस्तु की अच्छाई-बुराई का निर्णय परिणाम से ही किया जा सकता है।

मादक द्रव्य-सेवन का व्यसन बहुत पुराना है, किंतु उस समय उनका उपयोग सीमित मात्रा में होता था। शीत-प्रधान देशों में प्रायः पानी के स्थान पर मदिरा दी जाती है। भौगोलिक परिस्थिति के कारण सीमित मात्रा में इसका प्रयोग व्यसन का रूप न भी ले, फिर भी वह उपादेय नहीं हो सकता। मदिरापान और अन्य मादक द्रव्यों के

प्रयोग को आज नैतिक मान्यता दी जा रही है। किंतु यह नैतिक अभिमत नहीं हो सकता, क्योंकि नैतिकता का आदर्श है व्यसनमुक्ति।

विदेशी जीवन में मादक द्रव्य सामान्य वस्तु हैं। वहाँ विश्वविद्यालयों में इसका प्रचलन अतिमात्रा में हो रहा है जिसका प्रभाव भारतीय विश्वविद्यालयों पर पड़ रहा है। विदेशी विश्वविद्यालयों के सर्वेक्षण से यह निष्कर्ष निकला है कि मादक द्रव्यों के प्रयोग से विदेशी पीढ़ी पहले की अपेक्षा दुर्बल होती जा रही है। विश्वविद्यालय के छात्र अपेक्षाकृत प्रतिभावीन हो रहे हैं। एल. एस.डी. आदि के प्रयोग से मानसिक कुण्ठा बढ़ रही है। चरस, भांग, गांजा आदि के सामान्य प्रचलन से मानसिक विकृतियां जन्म ले रही हैं। मानसिक विकृति से संत्रस्त व्यक्ति बेभान होकर करणीय-अकरणीय का विवेक खो बैठते हैं। इसलिए यह बहुत आवश्यक है कि मादक द्रव्यों के प्रयोग पर प्रतिबंध हो। बाह्य प्रतिबंध की अपेक्षा आत्म-संयम की बात अधिक महत्वपूर्ण है। मानसिक संयम या ध्यान से जिस सात्त्विक आनंद की उपलब्धि होती है वह उत्तेजक द्रव्यों से कभी नहीं हो सकती। मेरे अभिमत से उत्तेजक द्रव्यों से शांति या आनंद प्राप्त करने का प्रयास मूर्खतापूर्ण है।

देश की सर्वतोमुखी प्रगति के लिए सामान्य स्थिति में मादक द्रव्यों को प्रतिबंधित करना बहुत जरूरी है। गांधीजी ने अपने रामराज्य या स्वराज्य की कल्पना में मदिरा को स्थान नहीं दिया था। कुछ प्रांतों में सरकारी स्तर पर प्रतिबंध भी लगे थे। किंतु आर्थिक लोभ ने उन प्रतिबंधों को शिथिल कर दिया। इस तथ्य को इस प्रकार भी कहा जा सकता है कि आर्थिक लाभ की वेदी पर नैतिकता या चरित्र की बलि दी जा रही है।

विशेष परिस्थिति में मादक द्रव्यों के सेवन की अनिवार्यता या बाध्यता हो सकती है, पर उसे नैतिक समर्थन

या मान्यता नहीं दी जा सकती। सुराग (छिद्र) छोटा हो या बड़ा, वह द्वार खोल सकता है। मादक पदार्थों का आकर्षण, चाहे वह अल्प मात्रा में ही क्यों न हो, उन्माद को प्रोत्साहन है। उन्मत्तता किसी भी स्थिति में काम्य नहीं हो सकती। उन्मादी व्यक्ति कोई भी अवांछनीय या दण्डनीय काम कर सकता है। हत्या जैसी भयंकर स्थिति इससे घटित हो सकती है। नशे से आक्रान्त और कुंठित प्रतिभाएं देश का हित कैसे साध सकती हैं? नशाबन्दी के लिए सरकार कोई कदम उठाए या नहीं, मानवीय धरातल पर काम करने वाले हर व्यक्ति का पावन कर्तव्य है कि वह शारीरिक, मानसिक, आर्थिक, सामाजिक और आध्यात्मिक दृष्टि से चिंतन करे। सुरा और सिनेमा के पीछे अपने परिवार को व्यथित करने वाले मजदूरों की स्थिति का आकलन करे तथा समाज को एक कष्टकर स्थिति से बचाने के लिए मादक द्रव्य विरोधी बातावरण निर्मित करने की बात सोचे। अणुव्रत सात्त्विक और आनंदमय जीवन जीने का मार्ग है। व्यसन- मुक्तता उसकी पहली शर्त है।



दशमः अणुव्रतः

मैं व्यसनमुक्त जीवन जीऊँगा।

- ◆ मादक तथा नशीले पदार्थों— शराब, गांजा, चरस, हेरोइन, भांग, तंबाकू आदि का सेवन नहीं करऊँगा।



छोड़ा जा सकता है नशे की आदत को

आचार्य महाप्रज्ञ

बहुत वर्ष पहले की बात है। गुरुदेव तुलसी लुधियाना में चातुर्मास कर रहे थे। मैं भी साथ में था। एक दिन प्रवचन में मैंने कहा- ‘नशा करनेवाला मूर्ख नहीं समझदार होता है।’ मेरी इस बात से सभा में सन्नाटा छा गया। मैंने भी अपनी बात कहकर थोड़ी देर के लिए चुप्पी साथ ली। लोग सोचने लगे- महाप्रज्ञ ने यह अटपटी बात कैसे कही? नशे के विरुद्ध तो अभियान चलाया जा रहा है। उसे सौ बुराइयों की असली जड़ बताया जा रहा है और नशेड़ियों को समझदार भी कहा जा रहा है। बात सचमुच विरोधाभासी थी और लोगों का चौंकना स्वाभाविक था।

मैंने अपनी बात को स्पष्ट करते हुए कहा- ‘दुःखों और परेशानियों का मारा आदमी सुख की तलाश में, भले ही वह सुख घंटे आधे घंटे भर का हो, अगर नशे

के द्वारा कुछ देर के लिए दुःख को भुलाकर सुख प्राप्त कर लेता है तो सुख से दूर दुःख की ओर जाना मूर्खता है या समझदारी?’

लोगों की मेरी बात का अर्थ कुछ-कुछ समझ में आया। मैंने अपनी बात को आगे बढ़ाते हुए कहा- ‘सुख की तलाश में नशे को क्षण भर के सुख के लिए गले लगाना समझदारी हो सकती है, किन्तु यह मूर्खता को जन्म देने वाली समझदारी है। इस समझदारी के बाद मैं भारी कीमत चुकानी पड़ती है। नशे से उत्पन्न सुख, दुःख देने वाला सुख है। अब मैं आपसे पूछता हूँ क्षणिक सुख देने वाले दीर्घकालिक दुःख को आप चाहते हैं या दीर्घकाल तक सुख देने वाले क्षणिक दुःख को?’

सभा में उपस्थित लोगों से सामूहिक स्वर उभरा- ‘हम दीर्घकालिक सुख चाहते हैं। उसके लिए क्षणिक दुःख हमें मान्य

हैं।’ उनकी बात ठीक थी। घाटे का सौदा शायद कोई नहीं करना चाहता। नशा या नशे की चीज सचमुच घाटे का सौदा है। स्वास्थ्य की दृष्टि से और चरित्र की दृष्टि से भी। वैसे देखा जाए तो मादक पदार्थों की कीमत आज बहुत ऊँची है। शराब, गाँजा और दूसरी चीजें तो आम आदमी की पहुँच के अन्दर हैं। किन्तु चरस, अफीम महँगे नशीले पदार्थ हैं। हेरोइन, जिसे ब्राउन शुगर कहते हैं, वह आम आदमी को सुलभ नहीं है। उसकी कुछ ग्राम की कीमत लाखों में है। मादक पदार्थों के व्यापारी पूरा नेटवर्क स्थापित किए हुए हैं। सीमा पर से करोड़ों अरबों का व्यापार हो रहा है। आतंकवादियों की कमाई का यह मुख्य स्रोत है। इससे अर्जित आय हथियारों की खरीद पर खर्च की जा रही है।

नशे की स्थिति में और नशा उत्तरने की स्थिति में बहुत अन्तर हो जाता है। नशे के आदी लोग इस अन्तर को अच्छी तरह से जानते हैं। थोड़ी देर का सुकून, निश्चिंतता और मदहोशी और उसके बाद फिर वही तनाव, डिप्रेशन, शरीर की टूटन, रक्तवाहिनी धमनियों और शिराओं की अकड़न, ऐंठन और दर्द। नशे के आदी लोगों को समय पर नशा न मिले तो उनकी स्थिति पागलों जैसी हो जाती है। उनका वह घोर दुःख आसानी से समझा नहीं जा सकता। फिर क्या फायदा ऐसी चीज से जो समूचे जीवन के लिए अभिशाप बन जाए?

नशा एक स्नायुविक बीमारी है। नशा करने वाला कभी स्वस्थ नहीं रह सकता। एक बार नशे की गिरफ्त में आने के बाद सँभलना बहुत मुश्किल हो जाता है। नशे की खुराक लगातार बढ़ाते रहना पड़ता है। इसकी हर खुराक हर बार जीवन के कुछ-एक घंटे आदमी से छीन लेती है। एक अवस्था ऐसी आती है, जब आदमी हार जाता है और नशा जीत जाता है। जीवन पूरी तरह नशे के शिकंजे में होता है। आदमी चाहकर भी कुछ नहीं कर

दर्शन

पाता और बचे-खुचे दिन जैसे तैसे काटकर जीवन का दारुण अंत कर लेता है।

हमारी चेतना की दो अवस्थाएं हैं- जागृत अवस्था और सुप्तावस्था । जागृति की अवस्था में आदमी कुछ देर स्थूल मन से हटकर सूक्ष्म मन में चला जाता है। चेतन मन से हटकर आदमी अगर अवचेतन मन में चला जाए तो नशे करने की जरूरत ही नहीं होगी । नशे की माँग तो तब होती है, जब हम निरंतर स्थूल मन में रहते हैं। चेतन मन में ही सारी समस्याएं पैदा होती हैं। तनाव, अवसाद आदि सब चेतन मन की देन हैं। चिंता, परेशानी, तनाव आदि से ग्रस्त आदमी को नशा क्षणिक सहारा दे देता है। कुछ समय के लिए आदमी चिंता और परेशानी से छुटकारा पा लेता है। अगर अवचेतन मन में कुछ समय रहने का अभ्यास प्रतिदिन किया जाए तो चिंता, परेशानी और तनाव की स्थिति आएगी ही नहीं और नशे की जरूरत ही नहीं पड़ेगी। एक अव्यक्त आनंद आदमी हर पल, हर समय महसूस करेगा।

मुम्बई प्रवास में पुलिस विभाग की ओर से एक बड़ा सेमिनार आयोजित किया गया। उसमें बड़ी संख्या में पुलिस के जवानों और अधिकारियों की सहभागिता रही। मैंने डी.जी.पी. से कहा- ‘आप लोगों का काम तनाव भरा होता है। शारीरिक और मानसिक दोनों तरह का तनाव रहता है। यह जिम्मेदारी ऐसी है, जिसमें प्रशासन और जनता- दोनों को कभी-कभी पुलिस का कोपभाजन बनना पड़ता है। दिन-रात का काम मजबूत से मजबूत आदमी को तनावग्रस्त कर देता है। इतना बड़ा शहर है। कानून और व्यवस्था को बनाए रखना यह कोई सरल काम नहीं है। ऐसे में पुलिस के जवानों को अपनी शारीरिक एवं मानसिक संतुलन को सुचारू बनाए रखना एक कठिन काम है। योग और ध्यान इसमें बहुत सहायक हो सकता है। पुलिस कमिशनर ने मेरी बात से पूर्ण सहमति व्यक्त की और

कहा कि इसी तनाव के चलते पुलिस वालों से भी कई बार ऐसी भूलें और गलतियाँ हो जाती हैं। अक्सर वे भी नशे का सहारा लेने लगते हैं।’

प्रेक्षाध्यान का एक प्रयोग है- सर्वेन्द्रिय संयममुद्रा । आप इसका सिर्फ पाँच मिनट अभ्यास करें, आपको ऐसा लगेगा जैसे तीन घंटे की नींद लेकर उठे हैं। दोनों हाथ के दोनों ऊँगूठे दोनों कानों में डाल लें और आँखों को उन्मीलित कर ऊँगुलियों को आँखों की पलकों पर धीरे-धीरे स्पर्श दें। फिर दो ऊँगुलियाँ दोनों नथुनों पर, किन्तु श्वास लेना हो तो थोड़ा-सा ढीला छोड़ दें, फिर चार ऊँगुलियाँ होठों पर रहें। यह सर्वेन्द्रिय संयम मुद्रा है और इसे पाँच मिनट नहीं, दो मिनट भी अगर करते हैं तो आपको लगेगा जैसे किसी दूसरी दुनिया में आ गया हूँ। आप यथा समय इस प्रयोग को करके नई ताजगी और नई शक्ति प्राप्त कर सकते हैं।

ध्यान की अवस्था में हम बाह्य जगत से एक तरह से कट जाते हैं, बाहर की दुनिया से हमारा संबंध-विच्छेद हो जाता है। बाह्य जगत से हमारा सारा संपर्क इन्द्रियों के द्वारा होता है। वे इन्द्रियाँ ही मन को चंचल बनाती हैं। भावनाएं पैदा करती हैं। अगर हम तनाव मुक्ति के कुछ उपाय खोज लें, जिससे हमारी चेतना जागृत रहे और हम जो चाहते हैं, वह चाह अवचेतन मन तक पहुँच जाए।

क्योंकि सारा परिवर्तन तो यहाँ होता है। स्थूल मन में नहीं होता, यहाँ तो सिर्फ पकड़ने की बात है। बदल नहीं सकता स्थूल मन।

दो उपाय हैं हमारे सामने। एक तो यह कि तनाव और दुश्चिंताओं से मुक्त रहने के लिए नशे का सहारा लिया जाए। इसमें थोड़ी देर के लिए राहत मिल जाती है, किन्तु नुकसान इतना ज्यादा होता है कि उसकी सहज भरपाई नहीं हो सकती।

दूसरा उपाय यह है कि ध्यान के प्रयोगों के द्वारा हम तनाव को दूर करें। यह उपाय काम में लेने के बाद नशा करने की जरूरत ही नहीं होगी। तनाव तो दूर होगा ही चित्त की प्रसन्नता और मन की निर्मलता भी प्राप्त होगी।

हम जागृत चेतना पर ध्यान दें और परिणाम पर विचार करें। मूर्छा की चेतना का परिणाम क्या होगा, इस पर विचार करें। आदमी के जीवन में आर्थिक समस्याएं सबसे ज्यादा आती हैं। नशे की आदत ने परिवारों को तबाह कर दिया। आर्थिक हालत बहुत खराब हो गए। परिवारों में युवा हो रहे बेटे-बेटियाँ शराबी बाप की हरकतों से तंग आकर विद्रोह का रास्ता अपना रहे हैं। महिलाओं को प्रताड़ना के दौर से गुजरना पड़ रहा है। कर्ज लेकर पी गई शराब खेत और दूसरी प्रॉपर्टी बिकवा रही हैं। आपराधिक घटनाओं को जन्म दे रही हैं।

‘सुख की तलाश में नशे को क्षण भर के सुख के लिए गले लगाना समझदारी हो सकती है, किन्तु यह मूर्खता को जन्म देने वाली समझदारी है। इस समझदारी के बाद में भारी कीमत चुकानी पड़ती है। नशे से उत्पन्न सुख, दुःख देने वाला सुख है। नशा एक स्नायुविक बीमारी है। नशा करने वाला कभी स्वस्थ नहीं रह सकता। एक बार नशे की गिरफ्त में आने के बाद सँभलना बहुत मुश्किल हो जाता है। इसकी हर खुराक हर बार जीवन के कुछ-एक घंटे आदमी से छीन लेती है। एक अवस्था ऐसी आती है, जब आदमी हार जाता है और नशा जीत जाता है।

आदमी अमानवीय कृत्य मूर्च्छित चेतना की अवस्था में करता है। इसलिए हरसंभव प्रयत्न रहे कि चेतना को हमेशा जागृत अवस्था में रखना है। व्यक्ति किसी भी व्यवसाय या पेशे से जुड़ा हुआ हो, वह समाज व्यवस्था से बँधा होता है। अर्थव्यवस्था भी उसे प्रभावित करती है। मैं कभी भी किसी से इस अवस्था में या इस भाषा में बात नहीं करता कि यह तुम छोड़ दो और अच्छे बन जाओ। मुझे यह कहने में संकोच होता है। करो उपदेश में मेरा विश्वास नहीं। किसी को सुधर जाने का उपदेश दूँ इसके लिए मेरी आत्मा राजी नहीं होती। मैं हमेशा समाज व्यवस्था और अर्थव्यवस्था के संदर्भ में व्यक्ति को देखता हूँ। यह पता करता हूँ कि ऐसा काम करने के पीछे उसकी मजबूरियाँ क्या हैं? किस वातावरण में वह है और उसकी आर्थिक स्थिति क्या है?

यह बात समझ लेने की ज़रूरत है कि विपरीत परिस्थितियों में कोई आध्यात्मिक व्यक्तित्व ही सम्भाव में रह सकता है, अपना संतुलन बनाए रख सकता है, अप्रभावित रह सकता है। सामान्य आदमी परिस्थितियों के बहाव में बह जाता है। आर्थिक संकट उसे भीतर से तोड़ देता है और वह गलत रास्ते पर चला जाता है। इस सच्चाई को हमें स्वीकार करना चाहिए।

चेतन मन से हम अवचेतन मन की भूमिका पर चले जाएँ तो हमारी दुनिया कुछ अलग प्रकार की होगी। चौबीसों घंटे अगर चेतन मन के साथ रहेंगे तो परिस्थितियों के बहाव में बह जाना ही आपकी नियति है। आप उतार-चढ़ावों से प्रभावित नहीं रह सकते।

नशे की समस्या जितनी ही जटिल है क्रोध और आवेश की समस्या। इन सबकी जड़ में है लोभ की समस्या। सारे संवेगों की जड़ है लोभ। इस संदर्भ में ज़रूरत है कोई ऐसी योजना बनाएँ, जिससे समाज के विभिन्न क्षेत्रों में जाने वाला व्यक्ति स्वयं को संतुलित रख सके।

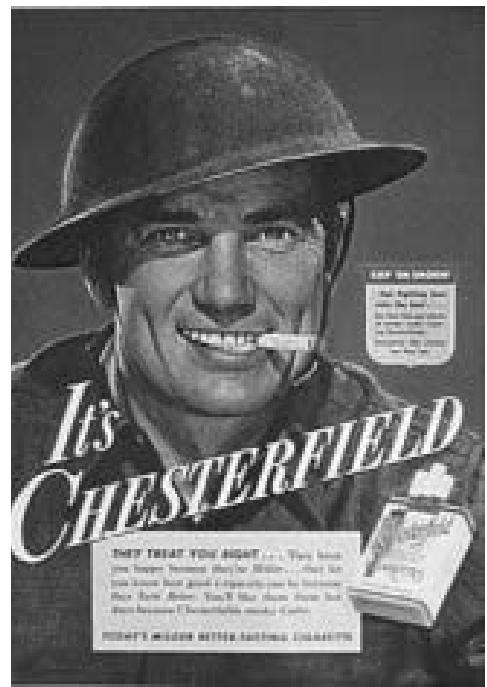
मैंने बहुत बार पुलिस बल और सुरक्षा से जुड़े अधिकारियों से कहा कि आप लोग कितने कड़े प्रशिक्षण से गुजरते हैं। पुलिस अकादमी और कमांडो प्रशिक्षण केन्द्र में जवानों को बहुत कड़ा प्रशिक्षण दिया जाता है। मैंने कहा कि इसके साथ कुछ और बातों को जोड़ने की ज़रूरत है। ऐसी बातें जो अवचेतन मन को प्रभावित करने वाली हैं। अगर ऐसा होता है तो शायद काफी परिवर्तन आ सकता है। केवल उपदेश और हिदायत या सलाह तो मात्र वाचिक प्रयत्न हैं। इनका बहुत ज्यादा और सार्थक असर नहीं पड़ता है। कोई पैसे वाला आदमी किसी गरीब को सलाह दे कि शरीर का ध्यान रखो, पौष्टिक भोजन करो, धर्मकथा सुनो, दान-धर्म करो तो यह उपहास करने वाली, जले पर नमक छिड़कने वाली बात होगी। दिन भर कड़ी मेहनत करने के बाद रोटी भर के लिए कमाने वाला आदमी, पौष्टिक खाद्य पदार्थों का प्रबंध कैसे कर सकता है? और कथा- कहानी सुनने में समय लगाएगा तो रोजी- रोटी कैसे जुटाएगा? दिनभर मजदूरों के साथ काम करने वाला आदमी बीड़ी, तम्बाकू से कितने दिन बच पाएगा? इसलिए किसी को उपदेश और सलाह देने से पूर्व उसकी परिस्थिति और परिवेश को भी देखना पड़ता है और उसी के अनुसार उसके जीवन में सार्थक परिणाम लाने वाले उपाय बताने पड़ते हैं। यह तो हुई न्याय की बात। लेकिन आजकी दुनिया में ऐसा बहुत कम हो रहा है। मात्र वाचिक अभियान चलाए जा रहे हैं। प्रयोग और पद्धति की बात छोड़ दी गई है।

बदलाव के लिए चेतना का रूपान्तरण ज़रूरी शर्त है। आदतों को बदलना बड़ा जटिल काम है। वह तभी हो सकता है जब हम चेतना की किसी दूसरी भूमिका में भी जा सकें। केवल स्थूल मन की भूमिका में रहेंगे तो परिवर्तन नहीं होगा। ध्यान के प्रयोग व्यक्ति को जागृति की उस अवस्था में ले जाते हैं, जो स्थूल

जगत, स्थूल वातावरण से हटकर सूक्ष्म में प्रवेश करवाते हैं।

संकल्प में बहुत शक्ति होती है। जब संकल्प जागता है तो व्यक्ति जागता है, राष्ट्र जागता है। संकल्प कमजोर होता है तो व्यक्ति कमजोर होता है और राष्ट्र भी कमजोर और क्लीव हो जाता है। कायोत्सर्ग की मुद्रा में प्रतिदिन पन्द्रह मिनट स्व सुझाव का प्रयोग करें। स्वयं को सुझाव दें कि मैं हमेशा जागृत अवस्था में रहूँगा। मूर्छा पैदा करने वाला कोई काम नहीं करूँगा। क्रोध, लोभ, नशा-इन सबसे दूर रहूँगा। मेरा संकल्प पुष्ट हो रहा है- यह सुझाव चित्त को बराबर देते रहें। हफ्ते दो हफ्ते का यह प्रयोग आपको पर्याप्त मजबूती देगा। इन्द्रियों की चंचलता पर ब्रेक लग जाएगा।

परिवर्तन के लिए हम दोनों उपाय करें। स्थूल और सूक्ष्म जगत के हर उपाय को काम में लें। प्रवचन श्रवण, उपदेश, कथा आदि सुनना स्थूल जगत के ही उपाय हैं। इनके साथ भावना और संकल्पशक्ति को बढ़ाने वाले सूक्ष्म जगत के उपायों को भी जोड़ दें तो साधना में बहुत प्रगति हो सकती है।



जीवन की सार्थकता

आचार्य महाश्रमण

आध्यात्मिक व्यक्ति अथवा साधनाशील व्यक्ति आत्मा से परमात्मा बनना चाहता है। परमात्मा है या नहीं, यह बात आदमी के सामने प्रत्यक्ष नहीं है। इस बात को शास्त्रों के आधार पर समझा जा सकता है, स्वीकार किया जा सकता है। किन्तु वर्तमान जीवन सबके सामने प्रत्यक्ष है। इसलिए व्यक्ति को यह चिंतन करना चाहिए कि मेरा वर्तमान जीवन अच्छा कैसे बने? हालांकि आदमी का अधिकांश समय अतीत की उधेड़-बुन में या भविष्य की कल्पना में बीत जाता है। वह या तो स्मृति में उलझा रहता है या फिर कल्पना के मधुर सपने देखता है। वर्तमान उसके हाथ से छूट जाता है। वह उसे पकड़ ही नहीं पाता। किन्तु वास्तविकता यह है कि जो कुछ घटित होता है वह वर्तमान में होता है। इसलिए आदमी अपने वर्तमान के प्रति जागरूक रहे। वर्तमान जीवन को अच्छा बनाने के लिए तीन सूत्र महत्वपूर्ण हैं—

- स्वास्थ्य-सम्पन्नता
- शक्ति-सम्पन्नता
- शान्ति-सम्पन्नता

स्वास्थ्य-सम्पन्नता

हर व्यक्ति को स्वस्थता काम्य होती है। अस्वस्थ या बीमार होना कोई नहीं चाहता। स्वस्थ जीवन के लिए जरूरी है कि व्यक्ति खाद्य-संयम का अभ्यास करे। यदि बिलकुल खाना छोड़ दिया जाए तो जीना मुश्किल हो जाता है और खाता ही

चला जाए तो जीना और ज्यादा मुश्किल हो जाता है। इसलिए खाने और न खाने में विवेक रखना चाहिए। कब, क्या और कितना खाना, यह जानकारी होनी चाहिए।

और साधना, दोनों प्रभावित हो सकते हैं। हमने आचार्यश्री महाप्रज्ञा को देखा। अवस्था से वे नौवें दशक में चल रहे थे। किन्तु उनका स्वास्थ्य प्रायः ठीक ही रहा। यह

हम सबका सौभाग्य है। मैंने अनेक बार उनसे सुना—‘तली हुई चीजों का तो मुझे स्वाद भी मालूम नहीं। उनका अभिमत था कि जो व्यक्ति बौद्धिक श्रम करते हैं, उन्हें खाने का संयम अवश्य करना चाहिए। खाद्य-संयम से अनेक छोटी-मोटी बीमारियां स्वतः दूर हो जाती हैं और आदमी स्वस्थ रह सकता है।

शक्ति-सम्पन्नता

आदमी कमजोर रहना नहीं चाहता। वह शक्तिशाली बनना चाहता है। वास्तव में तो आदमी के भीतर अनन्त शक्तियों का भंडार भरा पड़ा है। अपेक्षा है उन अनन्त शक्तियों का प्रकटीकरण हो। आदमी के पास सब-कुछ है—ज्ञानशक्ति, सब-

जिसकी पाचन-क्रिया कमजोर हो, उसे तो अधिक सावधानी रखनी चाहिए। यदि वह ज्यादा खाता है, गरिष्ठ भोजन करता है, अथवा बार-बार खाता है तो फिर स्वस्थता की आशा सोच कर ही करनी चाहिए। साधक के लिए तो और अधिक ध्यान देने की अपेक्षा है कि वह कब, क्या और कितना खाए? भोजन से स्वास्थ्य

चिंतनशक्ति, कर्मशक्ति आदि। वह विकास की अनन्त संभावनाओं को उजागर कर सकता है यदि अपनी शक्तियों को जागरूकता के साथ सही दिशा में नियोजित करें। शक्ति-सम्पन्न व्यक्ति वर्तमान में जीना जानता है, क्योंकि उसे अपनी क्षमताओं पर विश्वास होता है। जो व्यक्ति शक्ति, श्रम, समय और सोच के साथ

कार्य संपादित करता है वह अपने जीवन को सार्थक कर सकता है। सत्त्वहीन व्यक्ति की कमजोरियों का नाजायज फायदा उठा कर लोग अपने स्वार्थों की रोटी सेंकने लगते हैं, इसलिए शक्ति-सम्पन्न होना जरूरी है। आदमी शरीर से सबल बने ताकि रोग, तनाव आदि उसे प्रभावित न कर सकें, किन्तु शरीरबल से भी ज्यादा जरूरी है मनोबल, संकल्पबल, संयमबल आदि। यदि आदमी का मनोबल मजबूत है, दृढ़ संकल्प-शक्ति है और संयम के प्रति गहरी निष्ठा है तो ऐसा कोई कार्य नहीं, जिसे वह कर न सके। व्यक्ति नई शक्तियों को जगाने का हर संभव प्रयास करे और प्राप्त शक्तियों का गोपन न हो, ऐसा संकल्प करे तो वह अपने वर्तमान जीवन को अच्छा बना सकता है।

शान्ति-सम्पन्नता

जहां क्रोध है, लोभ है, असहिष्णुता है, वहां व्यक्ति की शान्ति नष्ट हो जाती है। जहां परिवार में कलह होता है, व्यक्ति-व्यक्ति में असहिष्णुता होती है, वहां अशान्ति का वातावरण बन जाता है। सहिष्णु व्यक्ति ही शान्त वातावरण का निर्माण कर सकता है। प्रत्येक आदमी शान्ति से जीना चाहता है। अनेक लोग आते हैं कि महाराज! हमें केवल शान्ति चाहिए। आप कोई ऐसा मंत्र बता दें जिससे हमें शान्ति मिल जाए। अनुग्रह अनुशास्ता आचार्य तुलसी के पास अमेरिकन लोग आए। उन्होंने कहा— आचार्यजी! जीवन में शान्ति कैसे मिल सकती है?

आचार्य तुलसी-अमेरिकन धनवान राष्ट्र है। आपको सब तरह के साधन उपलब्ध हैं। फिर भी क्या शान्ति नहीं मिली?

अमेरिकन—नहीं।

आचार्य तुलसी-शान्ति की प्राप्ति भौतिक पदार्थों से नहीं, त्याग और संयम के विकास से होती है।

अमेरिकन—आप ठीक कहते हैं। लालसा की उच्छुर्खल धारा में बहने वाला कभी शान्ति का दर्शन नहीं कर सकता। वह हर समय अशान्ति की आग में झुलसता रहता है।

आदमी शान्ति की प्राप्ति के लिए इधर-उधर भटकता रहता है। किन्तु वह तो उसके भीतर है। तेल तिलों में होता है, धूलि-कणों में नहीं। मक्खन दूध में होता है, पानी में नहीं। वैसे ही शान्ति आत्मस्थ होती है, परस्थ नहीं। शान्ति कोई दूसरा नहीं दे सकता। इन भौतिक पदार्थों में जो सुख और शान्ति का अनुभव होता है, वह क्षणिक है। संयोगजन्य है। भगवान महावीर ने कहा— ‘ज्ञथ ज्ञथ संयोगा तथ्य तथ्य वियोगा’। इसलिए आदमी अपने भीतर की ओर झाँकने का प्रयास करे। वस्तुतः तभी उसे शान्ति उपलब्ध हो सकती है। इस प्रकार स्वास्थ्य-सम्पन्नता, शक्ति-सम्पन्नता और शान्ति-सम्पन्नता हो तो व्यक्ति अपने वर्तमान जीवन को सुफल बना सकता है।



राष्ट्र विनाश

◆ सरकार उन श्रम कानूनों को बदलना चाहती है, जो बदलते दौर में प्रभावशाली नहीं रह गए हैं। जो श्रम कानून, रोजगार बढ़ोतरी की राह में रुकावटें बन रहे हैं या जो वांछित परिणाम देने में नाकाम रहे हैं, उन्हें बदलने की जरूरत है। कुछ कानूनों का लाभ न तो आम कर्मचारी को मिल रहा है और न ही मार्केट को मिल रहा है। कुछ कानून तो ऐसे हैं, जिसने श्रम बाजार को ज्यादा जटिल बना दिया है। इससे रोजगार के ज्यादा अवसर पैदा करने में बड़ी समस्याएं आ रही हैं। ऐसे कानूनों की समीक्षा करने और इसमें समय की मांग के अनुसार बदलाव करने की जरूरत है। महंगाई सबसे बड़ी चुनौती है। सरकार प्रयास कर रही है कि महंगाई को कम किया जाए। यूपीए सरकार का आर्थिक मोर्चे पर यही लक्ष्य है कि आर्थिक विकास का लाभ सबको मिले।

डॉ. मनमोहन सिंह, प्रधानमंत्री

◆ देश में अंगदान के प्रति एक वातावरण तैयार करके और लोगों में इसके प्रति जागरूकता पैदा करके हर साल लाखों जरूरतमंद रोगियों को नया जीवन दिया जा सकता है। दुनिया भर में छठा और भारत में पहला अंगदान दिवस इसी दृष्टि से मनाया गया। इसका मुख्य उद्देश्य लोगों में अंगदान के प्रति जागरूकता पैदा करना और जरूरतमंदों को अधिक से अधिक संख्या में अंग उपलब्ध करवाना है।

गुलाम नबी आजाद
केन्द्रीय स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री

◆ आतंकवादी हमला अस्थिर पड़ोस की दिलासा है और इसलिए लगातार निगरानी रखने की जरूरत है। देश संकल्प लेता है कि राष्ट्र में कभी 26/11 जैसा हमला दोबारा नहीं होगा। मेरी भावनाएं हमलों में मारे गए लोगों और आतंकवादियों के साथ लड़ते हुए शहीद होने वाले सुरक्षाकर्मियों के साथ हैं।

ए.के. इंटनी, रक्षा मंत्री

बात सिर्फ शराब की नहीं

डॉ. वेदप्रताप वैदिक

एक ताजा सर्वेक्षण से पता चला है कि भारत के कुछ नगरों के 45 प्रतिशत नौजवानों को शराब की लत पड़ गई है। दिल्ली से इंदौर तक के ग्यारह शहरों के 2000 नौजवानों के सर्वेक्षण से ये आंकड़े मिले हैं। इन नौजवानों की उम्र 15 से 19 वर्ष है। पिछले 10 साल में इस लत का असर दुगुना हो गया है। कोई आश्चर्य नहीं कि अगले दस साल में देश के लगभग शत प्रतिशत नौजवान शराबखोर बन जाएं।

जरा सोचें कि अगर हालत यही हो गई तो 21वीं सदी के भारत का क्या होगा? हम गर्व करते हैं कि आज नौजवानों की जितनी संख्या भारत में है, दुनिया के किसी भी देश में नहीं है। भारत अगर विश्व शक्ति बनेगा तो इस युवाशक्ति के दम पर, लेकिन अगर हमारी युवाशक्ति इन पश्चिमी लतों की शिकार बन गई तो भारत आज जिस बिंदु पर पहुंचा है, उससे भी नीचे खिसक जाएगा। यह मामला सिर्फ शराब का ही नहीं है, शराब जैसी अन्य दर्जनों लतों का है, जो भारत के भद्रलोक की नसों में मीठे जहर की तरह फैलती जा रही हैं।

शराब के बढ़ते चलन के पीछे जो तर्क दिख रहे हैं, वे सतही हैं। उनके पीछे छिपे रहस्यों को जानना जरूरी है। इन रहस्यों को हम अगर जान पाएंगे तो दूसरी आधुनिक बीमारियों के मूल तक पहुंचने में भी हमें आसानी होगी और उनका इलाज करना भी कठिन नहीं होगा। हमारे नौजवान शराब इसलिए पी रहे हैं कि उनके हाथ में पैसे ज्यादा आ रहे हैं। वे अपना तनाव मिटाना चाहते हैं और माता-पिता उन पर समुचित ध्यान नहीं दे पाते हैं। ये तीनों तर्क अपनी जगह

ठीक हैं, लेकिन ये ऊपरी हैं। असली सवाल यही है कि हमारा नौजवान शराब को ही अपना एकमात्र त्राणदाता क्यों मान रहा है? और इस गंभीर भूल का पता चलने पर भी माता-पिता और समाज की तरफ से कोई उचित कार्रवाई क्यों नहीं होती?

इसका कारण यह है कि भौतिक विकास की दौड़ में पागल हुआ हमारा समाज बिल्कुल नकलची बनता चला जा रहा है। वह कहता है कि हर मामले में पश्चिम की नकल करो। अपना दिमाग गिरवी रख दो। अपने मूल्यमानों, आदर्शों, अपनी परंपराओं को दरी के नीचे सरका दो। यदि शराब पीना, मांस खाना, व्यभिचार करना, हिंसक बनना, कर्ज लेकर ऐश करना आदि को पश्चिमी समाज में बुरा नहीं माना जाता तो हम उसे बुरा क्यों मानें? आधुनिक दिखने, प्रगतिशील होने, सैक्यूलर बनने, भद्र लगाने के लिए जो भी टोटके करने पड़े, वे हम करें। चूकें क्यों? जरा गौर करें कि सर्वेक्षण क्या कहता है? उसके अनुसार हमारे

भारत अगर विश्व शक्ति बनेगा तो अपनी युवाशक्ति के दम पर, लेकिन अगर हमारी युवाशक्ति पश्चिमी लतों की शिकार बन गई तो भारत आज जिस बिंदु पर पहुंचा है, उससे भी नीचे खिसक जाएगा। यह मामला केवल शराब का ही नहीं है, शराब जैसी ही अन्य दर्जनों लतों का भी है, जो भारत के भद्रलोक की नसों में मीठे जहर की तरह फैलती जा रही है।

नौजवान ज्यादा शराब कब पीते हैं? क्रिसमस या वैलेंटाइन डे के दिन! ये दोनों त्योहार क्या भारतीय हैं? हमारे ईसाई भाई क्रिसमस मनाएं, यह तो समझ में आता है, लेकिन जो शराबखोरी करते हैं, उन आम नौजवानों का ईसा मसीह या क्रिसमस से क्या लेना-देना है? शराब पीना ही उनका क्रिसमस है और वह इसलिए है कि क्रिसमस पश्चिमी समाज का त्यौहार है। होली और दीपावली पर उन्हें खुमारी नहीं चढ़ती, लेकिन क्रिसमस पर चढ़ती है, यह किस सत्य का प्रमाण है? दीमारी गुलामी का! यही गुलामी वैलेंटाइन डे पर प्रकट होती है। जिन भारतीय नौजवानों को महात्मा वैलेंटाइन की दंत-कथा का भी सही-सही पता नहीं है, वे आखिर वैलेंटाइन डे क्यों मनाते हैं? वैलेंटाइन डे से भी सौ गुना अधिक मादक वसंतोत्सव है, लेकिन वे उससे अपरिचित हैं? क्यों हैं? इसीलिए कि वैलेंटाइन डे पश्चिमी है, आयातित है और 'आधुनिक' है। शराब भी वे प्रायः विदेशी ही पीते हैं। ठरा पी लें तो उन्हें दारुकुट्टा या पियककड़ कहने लगेंगे। यह कड़वी बात उन्हें कोई कहता नहीं है, लेकिन सच्चाई यही है कि इन नौजवानों को अपने भारतीय होने पर गर्व नहीं है। वे नकलची बने रहने में गर्व महसूस करते हैं।

अगर ऐसा नहीं है तो मैं पूछता हूं कि आज भारत के 90 प्रतिशत से अधिक शहरी नौजवान पैंट-शर्ट क्यों पहनते हैं? टाई क्यों लगाते हैं? उन्हें कुर्ता-पायजामा पहनने से शर्म क्यों आती हैं? स्कूल-कॉलेजों में कोई भी अध्यापक और छात्र धोती पहने क्यों नहीं दिखता? कोई वेश-भूषा कैसी भी पहने, उसमें कोई बुराई नहीं है, लेकिन कोई अपनी स्वाभाविक वेश-भूषा, जलवायु के अनुकूल वेश-भूषा, पारंपरिक वेश-भूषा को तो हीन

धर्मचार्य या राजनेता वर्तमान में दयानंद, गांधी और लोहिया की तरह कोई ऐसा आंदोलन नहीं चला रहे, जो भारत के भोजन, भजन, भाषा, भूषा और भेषज को सही पटरी पर लाए। इस पंचमकार का आव्वान अगर भारत नहीं करेगा तो पंचमकार-मध्य, मांस, मीन, मुद्रा, मैथुन का मार्ग तो पश्चिम ने हमें दिखा ही रखा है। पश्चिम तो अब उठकर गिर रहा है, हम उठे बिना ही गिर जाएंगे।

भाव से देखे और अपने पुराने मालिकों की वेश-भूषा को गुलामों की तरह दैवीय दर्जा देने लगे तो उसे आप क्या कहेंगे? ठड़े देशों में शराब का प्रचलन है और टाई समेत थ्री-पीस सूट पहने जाते हैं, लेकिन भारत जैसे गर्म देश में भी इन चीजों से चिपके रहना कौन सी आधुनिकता है? खुद को असुविधा में डालकर नकलची बने रहना तो काफी निचले दर्जे की गुलामी है। यदि ऐसी गुलामी भारत में बढ़ती चली जाए तो उसके संपन्न होने, शक्ति सम्पन्न बनने और स्वतंत्र होने पर लानत है।

यहां मामला शराब और वेश-भूषा का ही नहीं है, सबसे गंभीर मामला तो भाषा का है। आजादी के 63 साल बाद भी अंग्रेजी इस देश की पटरानी बनी ढुई है और हिंदी नौकरानी! किसी को गुस्सा तक नहीं आता। बुरा तक नहीं लगता। राष्ट्रपति और प्रधानमंत्री से लेकर बाबुओं और चपरासियों ने भी अंग्रेजी की गुलामी का व्रत धारण कर रखा है। शराब की गुलामी से भी ज्यादा खतरनाक अंग्रेजी की गुलामी है। विदेशी भाषाओं और ज्ञान-विज्ञान से फायदा उठाने का मैं जर्दस्त समर्थक हूं, लेकिन अपनी मां

पर हम थूकें और दूसरे की माँ के मस्तक पर तिलक लगाएं, इससे बढ़कर दुष्टता क्या हो सकती है? यह दुष्टता भारत में शिष्टता कहलाती है। यदि आप अंग्रेजी नहीं बोल पाएं तो इस देश में आपको कोई शिष्ट और सभ्य ही नहीं मानेगा। देखा आपने, कैसा सूक्ष्म सूत्र जोड़ रहा है शराब, पैंट-शर्ट और अंग्रेजी को। हम यह भूल जाते हैं कि शराब ने रोमन और मुगल जैसे साम्राज्यों की जड़ों में मट्ठा डाल दिया और विदेशी भाषा के जरिये आज तक दुनिया का कोई भी राष्ट्र महाशक्ति नहीं बना, लेकिन इन मिथ्या विश्वासों को हम बंदरिया के बच्चे की तरह छाती से चिपकाए हैं। दुनिया में हमारे जैसा गुलाम देश कौन सा है? इस गुलामी को बढ़ाने में ‘कॉमनवेल्थ’ का योगदान अप्रतिम है। ‘कॉमनवेल्थ’ को क्या हमने कभी ‘कॉमन’ बनाने की आवाज उठाई? उसका स्थायी स्वामी ब्रिटेन ही क्यों है हर दूसरे-तीसरे साल उसका अध्यक्ष क्यों नहीं बदलता गुट निरपेक्ष आंदोलन की तरह या सुरक्षा परिषद की तरह? उसकी भाषा अंग्रेजी क्यों है, हिन्दी क्यों नहीं? कॉमनवेल्थ के दर्जनों देश मिलकर भी भारत के बराबर नहीं है। हिंदी दुनिया की सबसे अधिक बोली जाने वाली भाषा है।

दुर्भाग्य तो यह है कि आज देश में हमारे राजनीतिक दल और यहां तक कि साधु-महात्मा भी शक्ति-संधान और पैसा-महान में उलझ गए हैं। दयानंद, गांधी और लोहिया की तरह कोई ऐसा आंदोलन नहीं चला रहे, जो भारत के भोजन, भजन, भाषा, भूषा और भेषज को सही पटरी पर लाए। इस पंचमकार का आव्वान अगर भारत नहीं करेगा तो पंचमकार-मध्य, मांस, मीन, मुद्रा, मैथुन का मार्ग तो पश्चिम ने हमें दिखा ही रखा है। पश्चिम तो अब उठकर गिर रहा है, हम उठे बिना ही गिर जाएंगे।

दैनिक भास्कर से साभार
20 अक्टूबर 2010

**नशीले
मादक
पदार्थों
के सेवन
से निम्न
रोग होते
हैं—**



यकृत का बढ़ जाना

हिपेटाइटिस

पीलिया

सिरोसीस ऑफ लीवर

पेट में पानी का भरना

पेटिक अल्सर

विटामिन्स की कमी

बेहोशी

उच्च रक्तचाप

अम्लीय शून्यता-विषाक्ता

एड्स और एच.आई.वी.



पसंद आपकी!

पान मसाला और धूम्रपान - कैंसर कारक

डॉ. ओ.पी. वर्मा

नये शोधों से यह पता चला है, कि पान मसाला खाने की लत खतरनाक है और दिन भर में चार ग्राम से ज्यादा पान-मसाला खाने से मुंह और गले का कैंसर हो सकता है। इसी प्रकार धूम्रपान के लगातार सेवन से व्यक्ति धीरे-धीरे कैंसर रूपी केंकड़े के जाल में फंस जाता है। आज देशभर में कई दर्जन कम्पनियां अलग-अलग नामों से पान मसाला बना एवं बेच रही हैं। इसमें से कुछ किस्म के मसाले मीठे हैं और कुछ सादे। एक शोध के अनुसार पान मसाले के 225 नमूने जगह-जगह लेकर जांचे गए, तो उनमें से 93 में मिलावट पाई गई। कुछ पान मसालों में मीठापन लाने के लिए सूखे छुहरों का चूरा मिलाया जाता है, जो हानिरहित है। लेकिन कई निर्माता इस महंगी मिठास की जगह सैक्रीन मिलाकर मीठे पान मसाले बेचते हैं। कुछ पान-मसालों में स्वास्थ्य के लिए हानिकारक रंगों की मिलावट पकड़ी गयी। चांदी के वर्क का धोखा देने के लिए एल्युमिनियम की पत्तियां मिलाना तो आम बात है। यहां तक कि कुछ नमूनों में रंगा हुआ लकड़ी का बुरादा भी पान-मसाला कहकर बेचा जा रहा है।

प्रयोगशाला में किए गए विश्लेषणों से पता चलता है कि सादे पान-मसालों में 80 प्रतिशत पिसी हुई सुपारी होती है और मीठे में 10 प्रतिशत। इसके अलावा 9 प्रतिशत सामग्री खुशबू और स्वाद के लिए मिलाई जाती है। इसमें दालचीनी, लौंग, इलायची और मेंथोल वगैरह हो सकते हैं।

मेंथोल मिलाते हैं, मुंह में ठंडक घोलने के लिए। अनुमान है कि मेंथोल मिलाने और पान-मसाले की लत लग जाने में कोई सम्बन्ध हो सकता है। खाराब

गले को ठीक करने की तमाम गोलियों में और खांसी के शर्वतों में मेंथोल मिलाया जाता है। पश्चिमी देशों में शरीर के प्रति किलोग्राम के वजन पर 0.02 किलो ग्राम मेंथोल खाद्य पेय और दवाओं में मिलाने की अनुमति है, जो अमेरिका खाद्य विभाग और विश्व स्वास्थ्य संगठन दोनों की सिफारिशों के अनुसार तय की गयी है।

इस तरह पान की पन्नी और तम्बाकू के सिवाय पान-मसाले में यह सब चीजें मिलाई जाती हैं, जो पान के बीड़े में होती हैं। सुपारी चबाने और पान-तम्बाकू खाने से स्वास्थ्य सम्बन्धी प्रभाव को लेकर हमारे देश में बम्बई के डॉ. खनोलकर के नेतृत्व में अनुसंधान किये जा रहे हैं। मुख के कैंसर से सुपारी और तम्बाकू का गहरा सम्बन्ध डॉ. खनोलकर के अलावा बम्बई की कैंसर अनुसंधानशाला की डॉ. कमल रणदिवे ने 1976 में और डॉ. भिंडे ने 1979 भलीभांति सिद्ध किया। मैनपुरी तम्बाकू और मुख कैंसर के परस्पर सम्बंध

पान-मसाले एवं धूम्रपान से कैंसर होने की संभावनाओं को वैज्ञानिकों ने सिद्ध करने का प्रयास किया है। यह कई अनुसंधानों से निष्कर्ष निकाला गया है कि सुपारी, तम्बाकू, चूना, पान-मसाला व गुटखा सेवन से मुंह, जीभ, खाने की नली, पेट, गले, गुर्दे का कैंसर होता है। सिगरेट, बीड़ी के सेवन से मुंह, गले, फेफड़े, पेट और मूत्राशय का कैंसर होता है।

को आगरा में एस.एन. मेडिकल कॉलेज के डॉ. पी.एन. वाही और उषा लूधरा ने स्पष्ट किया था। कैंसर अनुसंधान की अंतर्राष्ट्रीय संस्था—आई.ए.आर.सी. ने भी इस बारे में सभी अनुसंधानों की समीक्षा करके वैज्ञानिक निष्कर्ष निकाले हैं। पान तम्बाकू खाने की आदतों का व्यापक सर्वेक्षण भी किया गया और मुंह और गले के कैंसर से पान-तम्बाकू चबाने की आदत का गहरा सम्बन्ध पाया गया। डॉ. गिरी और उनके सहयोगियों ने 1987 में अपने प्रयोगों के नतीजे ‘‘कैंसर लेटर’’ नामक अनुसंधान पत्रिका में प्रकाशित किया। इनमें सिद्ध किया गया कि कथा भी कैंसर पैदा करने का खतरा लिए हुए है।

अपोलो अस्पताल, सरिता विहार दिल्ली के वरिष्ठ चिकित्सक व देश के जाने-माने कैंसर विशेषज्ञ डॉ. समीर कौल का कहना है कि आखिरकार ये पता कैसे चलता है कि कोई चीज कैंसर जनक होती है। इसके लिए चूहे और हैक्स्टर जैसे प्रयोगशालीय प्राणियों पर प्रयोग किए जाते हैं। कैंसर के रोगी में प्रभावित अंग की कोशिकाएं बागी होकर बढ़ती चली जाती हैं, उनकी वृद्धि को रोकने वाली जीन काम करना बंद कर देती है।

धूम्रपान में सिगरेट पीना स्वास्थ्य के लिए बहुत ही हानिकारक सिद्ध हुआ है। सिगरेट में निकोटीन नामक विशैला पदार्थ होता है। उसका नामकरण सोलहवीं शताब्दी में एक राजनयिक जीन निकोट के नाम पर हुआ था। उसने अपनी पत्नी केथेरीन डी मैकी जर्ड के बीज उपहार स्वरूप भेजे थे। जर्डा खाने की आदत पहली बार 1502 में दक्षिण अमेरिका के कुछ नागरिकों में देखी गयी थी। इंगलैंड में सिगरेट पीने की शुरुआत करने का

श्रेय सर वॉल्टर रेले को जाता है। उन्होंने वर्जीनिया के पहले गवर्नर रैफलेन ने उपहार स्वरूप जर्दा दिया था।

डॉ. होवियम वेनर ने सन् 1920 में बताया कि धूम्रपान से सूधने की शक्ति क्षीण होती है। दांत खराब होते हैं। इससे दिल, फेफड़ों व जिगर जैसे शरीर के कुछ महत्वपूर्ण अवयवों पर बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है।

1659 में लंदन के डॉ. एडरार्ड ने इसे सिर-दर्द, खांसी, दांतों के दर्द, घाव और पागल कुत्ते के काटने की रामबाण औषधि बताया। इसके अलावा विश्व में धूम्रपान के शौकीनों की संख्या बढ़ने से धूम्रपान से होने वाली बीमारियों से मरने वालों की संख्या में आश्चर्यजनक वृद्धि हुई है। सर्वेक्षण से ज्ञात हुआ है कि पिछले कुछ दशकों में तम्बाकू का सेवन करने वालों की संख्या में लगभग 400 प्रतिशत की वृद्धि हुई है। जिसमें धूम्रपान करने वालों की संख्या सबसे अधिक है। विश्व स्वास्थ्य- संगठन के अनुसार विश्व में धूम्रपान से प्रतिवर्ष लगभग 30 लाख लोगों की मृत्यु होती है, जिसमें 10 लाख भारतीय होते हैं। यह एक गंभीर और चिंताजनक विषय है।

डॉ. समीर कौल के अनुसार नियमित सिगरेट पीने वालों को फेफड़ों का कैंसर 90 प्रतिशत, अन्य प्रकार के कैंसर 80 प्रतिशत, ब्रोंकाइटिस 80 प्रतिशत, एम्फिसीमा 20 प्रतिशत और हृदय रोग 30 प्रतिशत होने की संभावना बनी रहती है। इनके अलावा बहरापन, पायरिया, मोतियाबिन्द, श्वास-नलिकाओं में सूजन, अल्सर, मुख के रोग, मसूड़ों में सूजन, मुंह में छाले, अल्प आयु में दांत गिरना, स्वरभंग, मुख का कैंसर, ग्रसनी का कैंसर, मूत्राशय का कैंसर, आंत का कैंसर, श्वास नली का कैंसर, शुक्राणु की कमी, नपुंसकता,

मानसिक विकार आदि के भी होने की संभावना रहती है।

महिलाओं द्वारा धूम्रपान करने से गर्भपात, गर्भाशय में शिशु की मृत्यु, समय पूर्व प्रसव, गर्भस्थ शिशु के दिमाग में खराबी, वजन कम होना, सिर छोटा होना, शिशु के रोग से लड़ने की क्षमता कम होना, जन्म से एक वर्ष के भीतर शिशु की मृत्यु, स्तन रोग, स्तन-कैंसर, गर्भाशय का कैंसर, बांझपन, मासिक धर्म का अचानक



बंद हो जाना, अनियमित मासिक धर्म, कम उम्र में रजोनिवृत्ति आदि में से कोई एक या कई समस्याएं एक साथ उत्पन्न हो सकती हैं।

सिगरेट के धुएं से मौजूद कार्बन मोनो ऑक्साईड रक्त में उपस्थित ऑक्सीजन को सोखकर मस्तिष्क में ऑक्सीजन की आपूर्ति कम कर देती है, जिससे मनुष्य की सहन शक्ति, स्मरण शक्ति कम होती जाती है। धीरे-धीरे मानसिक विकार उत्पन्न हो जाते हैं।

डॉ. समीर कौल के अनुसार धूम्रपान करने से आंखों की कोशिकाओं पर खराब असर पड़ता है, जिससे मोतियाबिन्द होने की आशंका रहती है। अमेरिका के जोन होपकिंस विश्वविद्यालय के वैज्ञानिकों

ने बताया कि धूम्रपान से आंखों के लैंस पर धुंधलापन छा जाता है, जिसकी वजह से मोतियाबिन्द होने की संभावना बढ़ जाती है। धूम्रपान से नाक में श्लेष्म अधिक मात्रा में बढ़ जाती है। नियमित धूम्रपान से सूधने की शक्ति खत्म हो जाती है।

धूम्रपान से मुख के अनेक विकार उत्पन्न हो जाते हैं। दांतों का पीलापन, कालापन, मसूड़ों में सूजन। दर्द, पायरिया,

मसूड़ों से रक्त आना आदि शुरू हो जाता है। मुख में दुर्गन्ध भरी रहती है। जीभ की स्वाद ग्रंथियां नष्ट हो जाती हैं। कोई भी चीज खाने में अच्छी नहीं लगती। सिगरेट के धुएं में हाइड्रोजन साइनाइड व अन्य हानिकारक रसायन श्वास नलिका को मोटी कर देते हैं, जिससे दमे की शिकायत उत्पन्न हो जाती है।

धूम्रपान से पेट में एसिड की मात्रा बनने लगती है, जिससे आंतों का अल्सर होने की संभावनाएं बढ़ जाती है। धूम्रपान से स्वरयंत्र प्रभावित होता है। स्वरतंत्र व स्वर रज्जु की कोशिकाओं पर विपरीत प्रभाव पड़ने से स्वरतंत्र का कैंसर होने की संभावनाएं रहती हैं।

इस प्रकार से पान-मसाले एवं धूम्रपान से कैंसर होने की संभावनाओं को वैज्ञानिकों ने सिद्ध करने का प्रयास किया है। यह कई अनुसंधानों से निष्कर्ष निकाला गया है कि सुपारी, तम्बाकू, चूना, पान-मसाला व गुटखा सेवन से मुंह, जीभ, खाने की नली, पेट, गले, गुर्दे का कैंसर होता है। सिगरेट, बीड़ी के सेवन से मुंह, गले, फेफड़े, पेट और मूत्राशय का कैंसर होता है।

**निकट बस स्टैंड
सरदारशहर (राजस्थान)**

शराब : चुनी हुई बबादी

‘यदि मुझे एक घंटे के लिए भारत का डिक्टेटर बना दिया जाए, तो मेरा पहला काम यह होगा कि शराब की दुकानों को बिना मुआवजा दिए बंद करवा दिया जाए।’ —महात्मा गांधी

दिसंबर 2009 में इंदौर में शराब की कीमतों में लगातार गिरावट दर्ज की गयी। इस पर चिंता जताते हुए आबकारी अधिकारियों का कहना है कि घट्टी कीमतों का कारण है शासन और इंदौर जिले में शराब की और अधिक दुकानों को अनुमति प्रदान करने की संभावना। अधिकारियों का मानना है, इससे हमारे सामने ठेकेदारों से लागत वसूलने में दिक्कतें आएगी और अगले साल के लिए अच्छे ठेकेदारों की उपलब्धता में भी संकट उत्पन्न हो सकता है।

ऐसे समय जबकि अनाज, सब्जियों व अन्य खाद्य पदार्थों की कीमतें आसमान छू रही हैं उस समय शराब की कीमतों में आ रही कमी से आधुनिक योजनाकारों की दूरदृष्टि स्वमेव स्पष्ट हो जाती है। गरीब बस्तियों में रहने वाली महिलाएं तो और भी अधिक संकट महसूस कर रही हैं। उनका मानना है कि अब तो पुरुष वर्ग और अधिक शराब पीयेगा और उनके घरों का आर्थिक संकट और अधिक गहरा जाएगा। दिन भर की हाइटोड़ कमाई को शराब की दुकान में लुटा कर घर लौटा व्यक्ति पूरे परिवार को नक्क के गर्त में ढकेल देता है।

महात्मा गांधी सामान्यतया जोर जबर्दस्ती में विश्वास नहीं रखते थे। परंतु शराबबंदी के मामले में उनका स्पष्ट मत था कि आपको ऊपर से ठीक दिखाई देने वाली इस दलील के भुलावे में नहीं आना चाहिए कि शराबबंदी जोर-जबर्दस्ती के आधार पर नहीं होनी चाहिए। लोग शराब पीना चाहते हैं, उन्हें उसकी सुविधा मिलनी ही चाहिए।

महात्मा गांधी अपनी बात को विस्तारित करते हुए कहते हैं कि राज्य का यह कोई कर्तव्य नहीं है कि वह अपनी प्रजा को कुटेंवों के लिए अपनी ओर से सुविधाएं दे। हम वेश्यालयों को अपना व्यापार

चिन्मय मिश्र

चलाने के लिए अनुमति पत्र नहीं देते। इसी तरह हम चोरों को अपनी चोरी की प्रवृत्ति पूरी करने को सुविधाएं नहीं देते। मैं शराब को चोरी और व्यभिचार, दोनों से ज्यादा निय मानता हूं। क्या यह अक्सर इन दोनों बुराइयों की जननी नहीं होती?’

परंतु आजादी के बाद बजाय मध्य निषेध के इसके प्रोत्साहन की नीतियां बनाई गई। सरकारें गर्व से प्रतिवर्ष घोषणा करती हैं कि इस वर्ष शराब के ठेके पिछले वर्ष से इतने प्रतिशत अधिक में नीलाम हुए। पूरी बेशर्मी से अपनी इस उपलब्धि पर सरकारें इतराती भी रहती हैं। भूमि माफिया के बाद अब शराब माफिया पूरे शबाब पर है। मजदूर बस्तियों के छोटे-छोटे बच्चे शराब के आदी हो जा रहे हैं। घरों से अवैध शराब का धंधा हो रहा है।

हमारा पूरा सामाजिक यथार्थ अजीब-सी विरोधाभासी प्रवृत्ति से ग्रसित हो चुका है। गुजरात के आतंकवादी हमलों से चार गुना अधिक व्यक्ति अहमदाबाद में नकली शराब पीने से मरे परंतु इस घटना की गूंज कहीं सुनाई नहीं देती। हजारों करोड़ के इस अवैध धंधे में किस-किस की हिस्सेदारी होगी इसकी सहज ही कल्पना की जा सकती है। सरकार और समाज की बदलती प्राथमिकताएं भी शराब के प्रसार में पूरी तरह से सहायक हैं।

योजनाकर्ता यह हिसाब भी नहीं लगा पा रहे हैं कि शराब से होने वाली ‘वैद्य’ कमाई की सरकार एवं अर्थव्यवस्था कितनी कीमत चुका रही है? इस हेतु स्वास्थ्य पर होने वाले सार्वजनिक व्यय और मनुष्य की घट्टी कार्यक्षमता का आकलन करना होगा। शराब पीने पर सामाजिक प्रतिष्ठा का मुलम्मा भी चढ़ाया जा रहा है। इसी के साथ हमारी शिक्षा व्यवस्था भी किसी भी तरह की नैतिकता की पक्षधर दिखाई नहीं देती। उसके माध्यम से हमारा युवा ऐसी

प्रतियोगी दुनिया का हिस्सा बन चुका है जिसमें असफलता का नैराश्य उसे प्रति पल हैरान किए रहता है।

‘शराब’ भारतीय राजनीतिक तंत्र की लिप्सा का ‘प्रतीक’ बन चुकी है। जिस तरह का प्रशासनिक व राजनीतिक प्रश्न इस व्यवसाय को प्राप्त हो रहा है वह चौंकाने वाला है। इंदौर का ही एक और उदाहरण लें। गत वर्ष रहवासी बस्तियों के मध्य खुली शराब दुकानों के खिलाफ स्थानीय समुदाय जिसमें महिलाएं प्रमुख थीं, ने डटकर विरोध किया। उन कानूनी प्रावधानों का हवाला भी दिया जिसके माध्यम से रहवासियों के विरोध के बाद शराब की दुकानों को कानूनन बंद या स्थानांतरित किया जाना था। दिखाने के लिए सभी राजनीतिक दलों के नेता इस आंदोलन में साथ आए और प्रशासनिक अधिकारियों से उन्होंने यह कहलावा लिया कि वैकल्पिक स्थान मिलते ही इन दुकानों को नई जगह स्थानांतरित कर दिया जाएगा। जैसा कि होना था वैकल्पिक स्थान नहीं मिल पाए अतएव अब ये दुकानें ‘सरकारी संरक्षण’ में पूरी वैधता से अपना कारोबार कर रही हैं।

इनकी वैधता की पराकाष्ठा अब यहां तक पहुंच गई है कि इस शहर की 30 लाख आबादी में से आधी की पेयजल व्यवस्था अब एक ‘कलाली’ पर निर्भर है। क्योंकि जिस जगह जल प्रदाय हेतु वाल्व लगा है उस सार्वजनिक भूमि पर एक शराब ठेकेदार को अपनी कलाली बनाने की अनुमति दे दी गई है। वजह सिफ़ यही कि वह प्रदेश के ‘राजस्व’ में ‘योगदान’ कर रहा है।

जब हमारी जल जैसी जीवन रक्षक व्यवस्था भी शराबखानों की संपत्ति बन जाएगी तो स्थितियों की विद्युपता की सहज ही कल्पना की जा सकती है। विद्यालय, महाविद्यालय, अस्पताल, धार्मिक स्थल, भीड़ भेरे चौराहों, रहवासी बस्तियों हर तरफ शराब की ‘वैद्य’ दुकानें नजर आती हैं।

शेष पृष्ठ 19 पर...

युवा सौच एवं सकारात्मक नज़रिया

जनार्दन शर्मा

मनीषी पत्रकार एवं नवभारत टाइम्स आदि पत्रों के सम्पादक रहे सत्यकाम विद्यालंकार ने एक लेख में बताया कि व्यक्ति सौ वर्ष तक सफल एवं युवा जीवन जी सकता बशर्ते उसकी सौच रचनात्मक सकारात्मक एवं उत्साह से भरपूर हो।

डॉ. राधाकृष्णन भी कहते थे- ‘संसार चलता रहे सभ्यता चलती रहे, इसके लिये यौवन पहली शर्त है। यौवन का अर्थ है- दिमागी लचीलापन, अभियान का उत्साह और अतीत से बेहतर करने का जब्बा। 21वीं सदी यौवन व सौन्दर्य की पूजा का युग है। हर कोई युवा व चुस्त दिखना चाहता है।

स्वामी विवेकानंद यही कहते थे- हमें ऐसे युवा मस्तिष्क चाहिये जो सृजनात्मक विचारों को ग्रहण करें, ऐसा हृदय चाहिये जो भावों से भरा हो, ऐसी भुजायें चाहिये जो कड़ी मेहनत कर सकें।

सैम्युअल उलमान नामक निबंधकार ने ‘80 की उम्र में युवा सौच रखें’ निबन्ध में लिखा है, जवानी जीवन का निश्चित समय नहीं है, जवानी गुलाबी कपोल, लाल होंठ, सपाट घुटने से सम्बन्ध नहीं रखती, यह तो इच्छा शक्ति, कल्पनाशीलता, उत्साह और बसन्त की ताज़गी का उफान है। यह कायरता पर साहस की प्रबलता का भाव, आराम के बदले साहसिक काम की लगन है। व्यक्ति वर्षों से बूढ़ा नहीं होता, वह ध्येय की उपेक्षा से बुढ़ाता है। वर्षों का अन्तराल आपकी चमड़ी सिकोड़ता है, किन्तु परिवर्तन के प्रति रुचि विहीन होने से आत्मा सिकुड़ जाती है। अतः यह जरूरी है कि आप उत्साह, आस्था, विश्वास व आशा बनाये रखें।

बहुत पहले अमेरीकी राष्ट्रपति जॉन एफ. कैनेडी ने एक नारा दिया

वास्तव में हमारे देश में कुछ सम्पन्न या भ्रमित ऐसे युवा भी हैं, जिनमें नैतिक मूल्यों का अभाव, मादक व नशीले पदार्थों को, अपराध तथा अनुशासनहीनता को गले लगा रहे हैं। क्या हम ऐसे लोगों को ‘युवा’ कह सकते हैं? दुर्भाग्य से देश का नेतृत्व भी उन्हें सही दिशा नहीं दे पा रहा है, कारण राजनीति में भ्रष्टाचार और अनैतिकता का बाहुल्य है।

महान वैज्ञानिक अल्बर्ट आइन्स्टीन ने कहा है- हमें ऐसे युवा चाहिये, जो मूल्यों में आस्था रखें, न कि जैसे-तैसे सफलता दे। वस्तुतः सकारात्मक सौच एवं मूल्य आधारित जीवन शैली ही यौवन का मंत्र है। उपनिषद में भी कहा है

युवा स्यात् साधो, युवाध्यापक आशिष्ठो, दृष्टिष्ठो, बलिस्ठो तस्येऽपृथ्वी सर्व वित्तस्य पूर्णस्यात्। अर्धात् युवा सदाचारी, अध्ययनशील, आशावादी, दृढ़ निश्चयी व बलवान बनें, तब पृथ्वी की सम्पूर्ण समृद्धि उनकी पुंज भूमि में होगी।

एक बार नोबल पुरस्कार विजेता वैज्ञानिक डॉ. हरगोविन्द खुराना ने भारत यात्रा में युवकों से कहा- उन्हें खूब परिश्रम करना चाहिये और व्यसन से दूर रहना चाहिए। उन्होंने युवकों को संक्षिप्त व कारगर संदेश दिया।

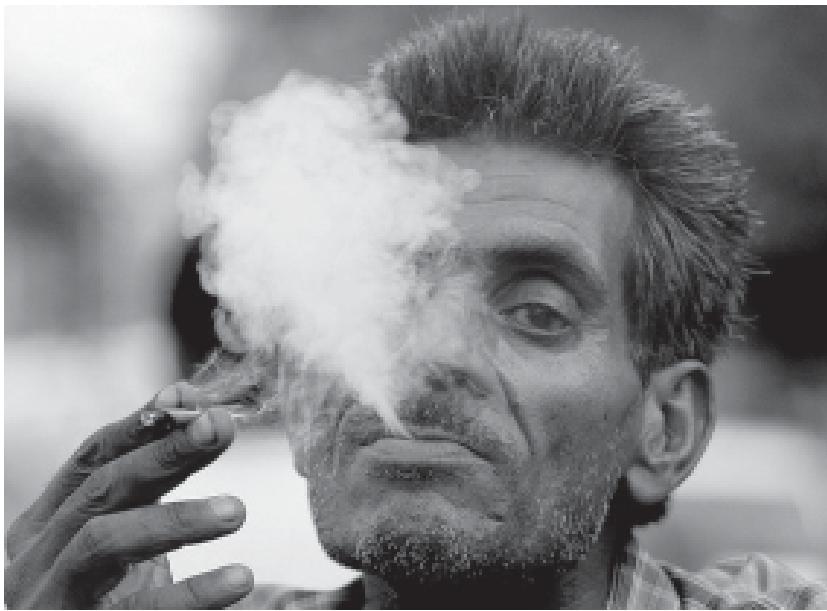
लॉर्ड टेनीसन की एक कविता का भावानुवाद हमें मार्ग दर्शन देती है- आप भरपूर प्रयास करें, खोजें, प्राप्त करें व प्राप्त को संभाल कर रखें इसमें सन्देह नहीं कि भारत युवकों का देश है, किन्तु उनकी अकूत सृजन शक्ति को ‘शतायु’ बनाने हेतु परिश्रम, नैतिकता, अनुशासन, उत्साह व सकारात्मक सौच की खुराक लेनी होगी।

उत्तिष्ठित जाग्रत प्राप्य वरान्तिबोधत् उठो, जागो, निर्दिष्ट तक आराम हराम है यही हमारा नारा बने।

◆ सत्य सदन, पुष्कर (राज.)

जीवन शैली में बढ़ता नशा

डॉ. हीरालाल छाजेड़



हमारा जीवन अनमोल है, इसका सदुपयोग करके ऊंचाइयों को छू सकते हैं और चाहे तो दुरुपयोग कर अंधी गलियों में धकेल सकते हैं। नशे की आदतें डालकर कोई भी व्यक्ति न सिर्फ अपने स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ करता है बल्कि पूरे जीवन को ही अंधी राहों में धकेल देता है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन के आंकड़ों पर नजर डाले तो वे दिल दहलाने वाले हैं। सात सेकेंड में एक व्यक्ति, एक साल में 48 लाख लोग तंबाकू के सेवन से अपनी जान गंवा बैठते हैं। 2020 तक यह संख्या बढ़कर एक करोड़ तक हो जायेगी। उस समय तक एक सेकेंड में एक व्यक्ति के तंबाकू सेवन से मृत्यु होने की आशंका होगी। एक सिगरेट पीने पर आपकी आयु सात मिनट घट जाती है। धूम्रपान करने वाले व्यक्ति की तुलना में सामान्य व्यक्ति 20 साल अधिक जिंदा रहते हैं। नशे छोड़ने वालों के शोध के अनुसार तंबाकू

का सेवन हमेशा के लिए छोड़ने से बीस मिनट के अंदर नज़र गति स्वाभाविक, 8 घंटे के भीतर खून के बढ़े कार्बन मोनो ऑक्साइड और कम हुई ऑक्सीजन की मात्रा सामान्य हो जाती है। दो दिन के भीतर खून में बढ़े निकोटिन गायब हो जाता है। 3 महीने के भीतर रक्त संचार में अपेक्षित सुधार होता है। लम्बे समय तक छोड़ देने से अनेक लाभ शरीर को मिल जाते हैं। तंबाकू के धुएं में 4000 तरह के जहरीले रसायन होते हैं।

तंबाकू के अलावा अफीम, गांजा, सुल्फा, भांग, एलएसडी, ब्राउन शुगर, चरस, हेरोइन, शराब, कोकीन आदि न जाने कितने प्रकार के नशों के रूप हैं। इनके सेवन करने वालों की संख्या में निरंतर वृद्धि हो रही है। इन सब के अतिरिक्त पान मसाला के साथ जर्दा, गुटखा का प्रचलन तो सबसे आगे की पंक्ति में आ खड़ा हुआ है, बहुत कम परिवार ऐसे मिलेंगे जिनके घर में कोई न

कोई व्यक्ति इसका आदि न हो फिर चाहे गरीब या अमीर सभी के दिलों में इस पुड़िया संस्कृति का साम्राज्य स्थापित हो गया।

युवाओं में हुक्का संस्कृति

आजकल युवाओं में हुक्का का प्रचलन बढ़ रहा है। बड़े मॉल के शीशा लाउंज में युवा लड़के-लड़कियां के झुंड हुक्के का कश लगाते नजर आते हैं। हुक्के के इन दीवानों को शायद ही यह जानकारी हो कि इसका धुआं सिगरेट या बीड़ी के धुएं से अधिक घातक है। हुक्के से खींचा हुआ तंबाकू का धुआं पानी से होता हुआ एक लंबे पाइप के जरिये फेफड़ों तक पहुंचता है। पानी के बर्तन से होते हुए आने के कारण यह आम भ्रांति है कि हुक्के का धुआं हानिकारक नहीं होता। सच तो यह है कि हुक्के से निकलने वाला धुआं अधिक घातक होता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा कराए गए एक अध्ययन से सामने आया है। हुक्के का एक सेशन आमतौर पर 40 मिनट का या इससे अधिक समय का हो सकता है। इस समयावधि में दोस्तों के झुंड में बैठा हुआ युवा 50 से 200 बार तक कस खींच सकता है जो कि 100 से 200 सिगरेट के बराबर धुआं शरीर में पहुंच सकता है। इससे फेफड़ों का कैंसर होने की आशंका पांच गुना अधिक होती है।

प्रारंभ में व्यक्ति दोस्तों के कहने पर शौकिया तौर पर गुटखा खाना सीखते हैं लेकिन धीरे-धीरे इसकी आदत बन जाती है फिर खाना समय पर मिले या नहीं इसकी चिंता नहीं लेकिन गुटखा की तलब समय पर पूरी जरूरी होनी चाहिए। लोग जो इसे खाते हैं, वे कहते हैं—जीने के लिए कुछ तो सहारा चाहिए। डॉ. कहते हैं ऐसे

लोग मुँह के कैंसर को आमंत्रित कर रहे हैं। हृदय के रोगियों के लिए तंबाकू का सेवन खतरनाक साबित हो सकता है क्योंकि इसमें पाया जाने वाला पदार्थ निकोटिन की वजह से एन्जाइना की संभावना प्रबल हो जाती है।

धूम्रपान-तंबाकू के अलावा और भी अनेक प्रकार के नशे प्रचलित हैं, उनमें शराब का नशा आर्थिक दृष्टि से संपन्न व पिछड़े वर्ग दोनों में समान रूप से चलता है। गरीब तबके के लोग अपने गम को भुलाने के लिए शराब का सहारा लेते हैं, तो धनिक वर्ग के लोग अपने रुतबे व व्यापार के विस्तार के लिए या फैशन के रूप में पार्टीयों में अपने साथियों के साथ शराब का सेवन करते हैं। अनेक और भी कारण हो सकते हैं किन्तु परिणाम एक ही प्रकार का होता है। आर्थिक, शारीरिक और मानसिक क्षति। शराब समग्र पाचन-तंत्र को विशेषकर लीवर को खराब करती है। शराब के प्रयोग से न केवल आर्थिक, शारीरिक-मानसिक क्षति पहुंचती है अपितु सामाजिक व पारिवारिक नुकसान के आंकड़े और भी भयावह व चौकाने वाले हैं। ऐसे लोगों के परिवार दुःखी होकर अपना समय व्यतीत करते हैं। गरीब परिवार भुखमरी के कगार तक पहुंच जाते हैं और इस व्यसन के कारण उनका जीवन बर्बाद हो जाता है।

आधुनिक मशीनी युग में तनाव मुक्ति के लिए सामान्य व्यक्ति से लेकर नामी-गिरामी हस्तियां जैसा कि हम रोजाना देखते सुनते हैं बड़े-बड़े नेताओं के लाडले, सिनेमा के सितारे व अन्य अनेक सेलिब्रिटी जब असफलता के कारण तनाव में आते हैं तब वे कोकीन, ड्रग्स, हिरोइन व शराब का सहारा लेकर गम भुलाने का प्रयत्न करते हैं। मनोवैज्ञानिकों के अनुसार इसके प्रयोग से उनके नर्वस में एक बार उत्तेजना पैदा होती है और वे स्फूर्ति व आनन्द का अनुभव करते हैं किन्तु कुछ समय पश्चात वही स्थिति फिर पैदा हो जाती है और

बार-बार उन्हें फिर से ड्रग्स की गिरफ्त में जाना पड़ता है। धीरे-धीरेडिप्रेशन, चिड़चिड़ापन व हिंसा की प्रवृत्ति आने लगती है।

इस परिस्थिति से मुक्त होने की चाह रखने वाले लोगों के लिए शहरों में पुनर्वासन केन्द्र खुले हुए हैं, जिनमें नशे की प्रवृत्ति को दूर करने का प्रयत्न किया जाता है। इसके अलावा दृढ़ संकल्प व मनोबल की आवश्यकता होती है। सभी प्रकार के

व्यसनमुक्ति के लिए एक्युप्रेशर पद्धति द्वारा निर्देशित शरीर व कान पर स्थित केन्द्र बिन्दुओं के प्रेशर के साथ-साथ योगासन-प्राणायाम, ध्यान-कायोत्सर्ग का प्रयोग करके भक्ति अपनी दृढ़ इच्छाशक्ति से इस भयंकर व्यसनरूपी दानव से मुक्त बन सकता है।

**जयश्री टी. कंपनी, चौधरी बाजार,
नन्दीशाही, कटक-1 (उड़ीसा)**

जिन्दगी

हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

ठोकर खाने के बाद संभल जाता है इंसान सुनते आये हैं हम,
बचपन की तस्सलियों की जवानी की सीख बनाती है जिन्दगी
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

अक्सर पलट कर वापस आते देखा है हमने इसे,
कभी हर रिश्ते को बेजार तो कभी अजनबी को यार बनाती है जिन्दगी
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

तुम सोचोगे कि शायद तुमसे खफा है जिन्दगी
फिर दबे पांव किसी कुचे से, यूँ ही चली आती है जिन्दगी
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

बदलती रहती है न जाने कितने थेष,
ये कभी रकीब तो कभी चारसाज नजर आती है जिन्दगी
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

कभी रेशमी कालीनों में झलक उठती है,
तो कभी फटी बिवाईयों से फूट पड़ती है जिन्दगी,
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

सड़क किनारे एक भूखे बच्चे की बिलख में दिखाई देती है जिन्दगी,
तो अब भी कोठों पे बेआबरू, बिकती है जिन्दगी
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

कभी सोचा करते थे कि खुद भी शायद किसी उधेड़बुन में लगी है जिन्दगी
पर गौर से देखने से काफी नपी तुली नजर आती है जिन्दगी
हर पल कुछ नया सिखाती है जिन्दगी।

◆ प्रियंका
आई-3/145, सैक्टर-16, रोहिणी दिल्ली-110089

स्वास्थ्य के शत्रु : तंबाकू-गुटखा-शराब

शंकरलाल देवीदान



बधुवर नशा कोई भी हो, सब नाश के ही कारण है,
बड़े-बड़े महल और राज, धराशायी हो गये, इसके उदाहरण है।
जरदा, गुटखा, बीड़ी-सिगरेट-दारु और शराब,
आज ही छोड़ो, जहर ये यारों, शरीर कर रहा खराब।
गुटखा और चूना, खैनी का स्वाद असल तब आयेगा,
जीभ जलेगी, गाल गलेगा, जबड़ा जड़ से जायेगा।
होगा कैंसर, मुख का रोग भयंकर, कैसे तुम बच पाओगे,
अनाथ छोड़कर बीवी-बच्चे, यमपुरी में भी पछताओगे।
दूर करो जो अकल के आगे, मूर्खता का परदा है,
आज ही छोड़ो, जहर ये यारों, गुटखा, शराब, जर्दा है।
सूंधा खाया या कश मारा, जहर बड़ा ये भारी है,
दिल का दौरा, तन का लक्वा, टिकिट कटन की बारी है।
अफीम बेचारी पीछे हट गई, गांजा, भांग रह गया थोड़ा,
बेमौत मरने वालों को, नंबर वन पहुंचा रहा है गुटखा घोड़ा।
धन की हानि, तन की हानि, मन आये बेझमानी धंधा,
मन मानी की ठानी जिसने, पड़ा गले उसके फंदा।
धुआं उगले रोज विषेला, कश सिगरेट का खींचा है,
अपने बच्चों की छाती को, तुमने ही जहर से सींचा है,
खांसी, टी.बी. और दमा के, नन्हे बच्चे शिकार हैं,
हाँ, धूम्रपान की लत तुम्हारी, इसकी जिम्मेदारी है।
नरक-निवास है ये, जीते जी, मौत की ये सीढ़ी है,
आज ही छोड़ो, जहर ये यारों, शराब, गुटखा, बीड़ी है।
सही मानव बनना है, तो नकली नशे को दूर करो,
पी-नशा समाज-कार्य व धैर्य का, आत्मबल भरपूर भरो।
जीओ सदा स्वावलंबी बनकर, मद का सदा तिरस्कार करो,
जो नशा तुमको पी जाए, तुम उसका बहिष्कार करो,
संयमी जीवन जगने से सुखी होगा परिसर पूरा घरबार,
जिओ स्वाभिमान से कर सर ऊँचा-मानव तन नहीं हर बार।
रहे सुरक्षित सारे मानव इन व्यसन रूपी हत्यारों से,
गूंजे स्वर अब नशा विरोधी, हर घर से गलियारों से।

बस स्टैंड रोड, जालना (महाराष्ट्र)



मेरे से दोस्ती मत रखो

मैं तम्बाकू हूं। वनस्पति शास्त्र की भाषा में मुझे निकोटीना टेबूक्स के नाम से जाना जाता है। मेरे बारे में एक रोचक जानकारी यह है कि जहां मेरी खेती होती है, उसके चारों ओर बाड़ नहीं लगाई जाती है। इसकी वजह है कि कोई भी शाकाहारी जानवर मुझे नहीं खाता है। यहां तक कि गधा भी नहीं खाता। लेकिन विडम्बना देखिये कि अपने को बुद्धिमान समझने वाला मनुष्य मुझे कई तरह से सेवन करता है। अब आप ही बतायें कि गधा कौन हुआ?

मनुष्य प्रजाति मुझे कई रूप में उपयोग करती है। पत्तियों में मुझे लपेटकर जलाकर धुएं के रूप में आस्वादन करने वाले मुझे बीड़ी के रूप में जानते हैं और यदि मुझे कागज में लपेट दिया जाए तो सिगरेट के रूप में जाना जाता हूं। सिगरेट कंपनियां कागज की पन्नी की लम्बाई बढ़ाकर मेरी कीमत बढ़ा देते हैं। कागज की पन्नी के एक और फिल्टर लगाकर मुझे निरापद बताए जाने की कोशिश की जाती है, जबकि हकीकत यह है कि फिल्टर लगा होने के बावजूद भी मैं उतना ही नुकसान पहुंचाता हूं जितना बिना फिल्टर के। पैननुमा संरचना में मुझे भरकर सिगार का नाम दिया जाता है और छोटे मटकीनुमा रूप में मुझे हुक्का कहा जाता है। ये धूप्रपान करने वाले मुझे जलाकर गर्व और बहादुरी महसूस करते हैं लेकिन हकीकत यह है कि मैं इन्हें अंदर ही अंदर जलाकर खोखला कर रहा हूं।

आदमी की एक जमात मुझे बिना जलाए खाती और चबाती रहती है। या तो वो मुझे सीधे ही चबाते और चूसते रहते हैं, या गुटखे और पान में रखकर चबाते हैं। मुझे चबाते हुए उन्हें अतिरेक आनन्द की प्राप्ति होती है, लेकिन यह नादान इंसान नहीं जानता है कि जब वह मुझे चबा रहे होते हैं तब मैं उनकी मुख

गुहा और आहारनाल में कैंसर के बीज बो रहा होता हूं।

मेरे में लगभग 400 से अधिक रसायन होते हैं जिसमें लगभग 45 रसायन कैंसर होने में सहायता करते हैं। फेफड़ों से लेकर मुख गुहा, आहारनाल, अग्नाशय तथा मूत्राशय के कैंसर के लिए मैं प्रत्यक्ष रूप से जिम्मेदार हूं। इसके अलावा उच्च रक्तचाप, हृदयघात, मस्तिष्क घात एवं एसिडिटी में मेरी महत्वपूर्ण भूमिका है।

आमाशय में घाव (अल्सर) के लिए भी मैं जिम्मेदार हूं। इतने घातक प्रभाव होने के बावजूद आदम जात मुझे छोड़ने के लिए तैयार नहीं है। जबकि हकीकत यह है कि मेरे मौजूद निकोटीन जो मेरी लत के लिए जिम्मेदार है, शारीरिक रूप से मनुष्य को मेरे पर निर्भर नहीं करता है। मेरी गुलामी सिर्फ मानसिक है, अतः दृढ़ इच्छाशक्ति से मनुष्य मेरी दोस्ती तोड़ सकता है। मुझे दोस्ती टूटने का कोई दुःख नहीं होगा क्योंकि इससे कम से कम मेरे दोस्त की जान तो बचेगी।

मेरी भयावहता का अंदाज आप इससे लगा सकते हैं कि भारत में प्रतिदिन 2200 से अधिक व्यक्तियों की मौत का कारण मैं हूं यानि प्रतिवर्ष 8 लाख से अधिक व्यक्ति मेरे कारण मरते हैं। यदि विश्वभर में देखा

डॉ. सुरेन्द्र कुमार शर्मा

जाए तो प्रतिदिन 12 हजार से अधिक मौतें मेरे कारण होती हैं। यानि लगभग प्रतिवर्ष 50 लाख से अधिक लोग मेरे कारण से जनित बीमारियों के कारण मरते हैं।

अतः मेरा आपसे विनम्र अनुरोध है कि आप मेरे से दोस्ती ना करें और यदि आपने कर रखी है तो जितनी जल्दी हो सकता है, उसे तोड़ दें। आप अपनी इच्छाशक्ति दृढ़ बनाए रखेंगे तो यह काम बड़ी आसानी से हो जाएगा। मेरी सलाह है कि आप किसी मनभावन, तड़क-भड़क वाले विज्ञापन से प्रभावित ना हों। मेरे उत्पाद बेचने वाली कंपनियां आपके स्वास्थ्य के साथ खिलवाड़ कर रही हैं। सिर्फ कानूनी चेतावनी एवं तंबाकू निषेध अधिनियम बनाने से कुछ नहीं होने वाला। आपको अपने बारे में सोचना है। यदि आप असमय मृत्यु का वरण नहीं करना चाहते तो अभी और इसी समय मुझसे अलग हो जाएं। आपके इस कदम से मुझे जरा भी दुःख नहीं होगा बल्कि मैं आपको अपनी तरफ से ढेर सारी शुभकामनाएं दूंगा।

सहायक आचार्य : एम.डी. पैथेलोजी
र.ना.रे. आयुर्विज्ञान महाविद्यालय
उदयपुर (राजस्थान)

.... पृष्ठ 14 का शेष

शब्दावल : चुनी हुई बब्ल्डी

हैं। अपराधों का बढ़ता ग्राफ भी हमें बतला रहा है कि अगर समय रहते देश में नशीले पदार्थों पर रोक नहीं लगी तो भारत भी कुछ समय में ऐसे लेटिन अमेरिका देशों की श्रेणी में आ जाएगा जो कि नशे के सौदागरों के सामने असहाय दिखाई देते हैं।

अंत में महात्मा गांधी के एक और सूत्र को उद्धृत करना चाहूंगा जिसमें उन्होंने कहा था— ‘इतिहास में इस बात के प्रमाण हैं कि इस बुराई के कारण कई साम्राज्य मिट्टी में मिल गए। प्राचीन भारतीय इतिहास में, हम जानते हैं कि वह पराक्रमी जाति जिसमें श्रीकृष्ण ने जन्म लिया था, इसी बुराई के कारण नष्ट हो गई। रोम साम्राज्य के पतन का एक सहायक कारण निसदेह यह बुराई ही थी।’

इसके बाद भी क्या कुछ कहने को रह जाता है?

--सप्रेस

पर्यावरण प्रदूषण आज पूरे विश्व के समक्ष सबसे बड़ी समस्या बन कर उभरा है। परमाणु खतरे से भी बड़ा व भयानक खतरा पर्यावरण प्रदूषण का है। जल, वायु, पृथ्वी सभी बड़ी तेजी से प्रदूषण की चपेट में आ रहे हैं। प्रदूषण की सबसे बड़ी मार हमारे जल स्रोतों पर पड़ी है। जल प्रदूषण के कहर से असंख्य महामारिया उत्पन्न हो रही हैं। जल प्रदूषण का घातक प्रभाव पूरी मानव जाति पर दिखाई देने लगा है। बढ़ती जनसंख्या, औद्योगीकरण व नगरीकरण ने देश की लगभग हर छोटी बड़ी नदी को जहरीले व गंदे नाले के रूप में परिवर्तित कर दिया है सच्चाई यह है कि देश की जीवन धारा कहलाने वाली परम पवित्र नदियों का जल इतना अधिक प्रदूषित हो चुका है कि उनमें स्नान करना तो दूर उस जल से आचमन करना भी स्वास्थ्य की दृष्टि से अत्यन्त हानिकारक है। हालात का अंदाजा इसी से लगाया जा सकता है कि विकसित शोधन प्रक्रियाओं के उपरांत भी जल का शुद्धिकरण नहीं हो पा रहा है।

देश की सबसे परम पवित्र नदी गंगा के बारे में अगर बात की जाए तो गंगा नदी की स्थिति भी बहुत नाजुक है। यह तो गोमुख से ही प्रदूषित होने लगी जोकि पर्यटन स्थल तथा पिकनिक केन्द्र के रूप में विकसित किया जा चुका है। वहाँ प्रदूषण नियन्त्रण की कोई व्यवस्था है ही नहीं। लोग वहाँ इधर-उधर मल-मूत्र त्यागते हैं, बोतलें, कागज, प्लास्टिक की थैलियां आदि कूड़ा-कचरा नदी में डाल देते हैं। गंगा में लगभग 15 करोड़ लीटर गंदा पानी प्रतिदिन गिरता है किन्तु जल-मल शोधन संयन्त्रों के द्वारा दस करोड़ लीटर गंदा पानी ही शोधित हो पाता है। इस शुद्धिकरण के बाद भी पानी में बड़ी संख्या में आंत्र जीवाणु अभी भी देखे जा सकते हैं। इससे साफ है कि नदी का जल प्रदूषण बरकरार है। हिन्दुओं में मान्यता है कि मृत्यु के उपरान्त शव को यदि गंगा के हवाले कर दिया जाय तो सीधा स्वर्ग मिलता है। इस धार्मिक विश्वास के अन्तर्गत हरिद्वार तथा वाराणसी (काशी) में प्रतिवर्ष करीब 50 हजार शवों को जलाया जाता है। दूर दराज के लोग भी यहाँ लाकर मृतकों का



जहरीली होती नदियां

आशीष वशिष्ठ

दाह-संस्कार करते हैं। इन शब्दों को जलाने में 20 हजार टन लकड़ी और उससे बनने वाली राख करीब दो हजार टन होती है। यह भी गंगा जैसी पवित्र नदियों को अपवित्र (प्रदूषित) करने का प्रमुख कारण है। हिमालय की हिमाच्छादित योटी से बंगाल की खाड़ी तक की यात्रा में स्वार्थी मानव ने गंगा को पूर्ण रूप से स्वच्छ (पवित्र) से पूर्ण रूप से मैती (अपवित्र) कर दिया है।

बनारस में गंगा तट पर स्थित संकट मोचन निधि की प्रयोगशाला जो पूर्णतया सरकारी है, में प्रति सौ सी.सी. पानी के आंत्र जीवाणुओं की संख्या 80 से 1 लाख 30 हजार के बीच पाई जाती है जो कि बड़ी से बड़ी महामारी फैलने की सूचक है जबकि सरकार बनारस और कानपुर में गंगा के साफ होने का दावा करती है। बनारस और कानपुर में औद्योगिक कचरा आज भी ज्यों का त्यों बहाया जाता है तो ऐसी स्थिति में गंगा साफ कैसे रह सकती है। गंगा तो अपने उद्गम स्थल से ही प्रदूषित होती हुई अपने किनारे बसे लगभग 115 नगरों की गन्दगी को लेकर चलती है। ऐसे में किसी क्षेत्र विशेष में गंगा को साफ कैसे रखा जा सकता है। यह केवल सरकार की नासमझी और उद्देश्यहीनता का नमूना है। साथ ही समाज में फैली निरक्षरता, अविद्या तथा

अज्ञान एवं जनसंख्या विस्फोट ही इसके मुख्य कारण हैं।

राजधानी दिल्ली की जीवन धारा कही जाने वाली यमुना नदी के अस्तित्व पर संकट के घने बादल छाए हुए हैं। यमुनोत्री से निकलकर इलाहबाद (प्रयाग) तक की 1376 किलोमीटर की यात्रा में नदी जिस भी राज्य से होकर गुजरती है वहाँ लाखों टन घरेलु व औद्योगिक कचरा उसके साथ बहा दिया जाता है। दिल्ली के सेंटर फॉर साइंस एंड एन्वायरमेंट (सीएसई) ने पर्यावरण की स्थिति पर एक शृंखला प्रकाशित की है। दिल्ली के जल प्रदृष्टण से संबंधित प्रकाशन होमिसाइड बॉय पेस्टीसाइड में यमुना के जल प्रदूषण को लक्ष्य बनाया गया है। अध्ययन का निष्कर्ष है कि हरियाणा के खेतों में प्रयोग में लाए जा रहे जहरीले कीटनाशक और रासायनिक उर्वरक एवं शहरों के घरेलु और औद्योगिक कचरे यमुना को दूषित कर रहे हैं। पश्चिमी यमुना नहर के दिल्ली पहुंचने तक हरियाणा के यमुनानगर, करनाल और पानीपत के अनेक उद्योगों के जहरीले कचरे की दोस्ती इस नगर के पानी के साथ हो जाती है। मसलन इस पानी में प्रतिदिन 8051 किलोग्राम स्पेंडेड पदार्थ, 3288 बीओडी (बॉयोलॉजिकल ऑक्सीजन डैमेज) 16245

सीओडी (केमिकल ऑक्सीजन डैमेज) की मात्रा मिलती रहती है जो पानी के उपभोगकर्ता के लिए घातक है।

यमुना दिल्ली की प्यास बुझाने का एकमात्र सबसे बड़ी स्रोत है। अनेक अध्ययनों से पता चलता है कि दिल्ली पहुंचते-पहुंचते यमुना जहरीली हो जाती है तेकिन हम फिर भी यमुना को नहीं छोड़ते। दिल्ली में वजीराबाद बांध से इंद्रप्रस्थ बांध तक लगभग 18 अधिकृत गंदे नाले यमुना में हर रोज दिल्ली के लोगों का मल और गंदगी डाल रहे हैं। सीएसई के अध्ययन के अनुसार कोई 1800 मिलियन लीटर जहरीला गंदा पानी प्रतिदिन यमुना में बहाया जाता है। विडंबना यह कि दिल्ली के हिस्से में यमुना का केवल 2 प्रतिशत भाग ही रहता है। जबकि दिल्ली यमुना को 71 प्रतिशत गंदा पानी देकर सबसे ज्यादा प्रदूषित करती है। यमुना दिल्ली के 93045 छोटे बड़े उद्योगों के कर्चरों को झेलती है। यमुना को सबसे ज्यादा पीड़ा दिल्ली की मलिन बस्तियां पहुंचा रही हैं। खासतौर से वे जो इसके किनारे बसी हैं। दिल्ली में यूं तो कोई छह लाख झुगियां हैं जिनमें 30 लाख लोग रहते हैं, पर इनमें से तीन लाख लोग ठीक यमुना के किनारे बसे हैं। ये अपनी घरेलु गंदगी सीधे यमुना को भेंट चढ़ा देते हैं। केन्द्रीय प्रदूषण नियंत्रण बोर्ड की एक रपट के अनुसार दिल्ली की 45 फीसदी घरेलु गंदगी बिना किसी उपचार के सीधे यमुना के हवाले कर दी जाती है।

उत्तर प्रदेश की राजधानी लखनऊ गोमती के किनारे बसी है। आदि गंगा कही जाने वाली गोमती भी प्रदूषण की मार को झेल रही है। पीलीभीत जनपद के माधोटाण्डा ग्राम के गोमत ताल से निकलकर लगभग 960 किमी प्रवाह के बाद गाजीपुर जिले के औडियार नामक गांव के पास गंगा नदी में मिल जाती है। अपने इस लम्बे प्रवाह के दौरान नदी शाहजहांपुर, सीतापुर, हरदोई, बाराबंकी, सुल्तानपुर, जौनपुर, होती हुई प्रवाहित होती है। कथना, सरायन, सई एवं रेठ आदि इसकी सहायक नदियां हैं। गोमती

नदी के जल का प्रयोग लगभग सभी प्रयोजनों हेतु किया जाता है जिसमें मुख्य रूप से पीने हेतु, सिंचाई हेतु, औद्योगिक प्रयोजनों हेतु तथा मत्स्य पालन आदि हैं।

उद्योगों का कचरा और घरेलु गंदा जल, प्रदूषण का मुख्य कारण है। खेतों से सिंचाई के बाद निकला पानी तथा भूमि का कटाव भी जल की आवश्यकता और वास्तविक खपत में बहुत अंतर होता है। अनुमान है कि जितने जल का उपयोग किया जाता है उसके मात्र 20 प्रतिशत का ही खपत हो पाता है और शेष 80 प्रतिशत भाग सारा कवरा समेटे बाहर आ जाता है। इसे ही अपशिष्ट जल या मल-जल कहा जाता है और गोमती नदी में मिलकर उसे प्रदूषित करता है। देश की अन्य नदियों की तरह गोमती नदी में प्रदूषण का मुख्य कारण औद्योगिक निस्वाव नहीं है। उद्योग धंधे तो केवल 20 प्रतिशत

प्रदूषण के लिये जिम्मेदार हैं। शेष 80 प्रतिशत मल-जल और शहरी कचरे के कारण होता है। शहरी कचरे या मल जल में मुख्य रूप से कार्बनिक पदार्थ होते हैं जो पानी में मिलने पर ऑक्सीकृत होते हैं। इस ऑक्सीकरण क्रिया में ऑक्सीजन की बड़ी मात्रा में खपत होती है। चूंकि पानी में घुलित आक्सीजन की मात्रा सीमित होती है अतः पानी ऑक्सीजन विहीन हो जाता है तथा उसमें रहने वाले जीव जन्तुओं को जीना दूभर हो जाता है। मल-जल में कार्बनिक पदार्थों के अलावा सूक्ष्म जीव भी प्रचुर मात्रा में पाये जाते हैं, जिनमें कुछ रोगाणु भी होते हैं। इन रोगाणुओं की उपस्थिति में यह पानी उपयोग लायक नहीं रह जाता है। कई बार लोग अनभिज्ञता के कारण ऐसे पानी का उपयोग कर लेते हैं एवं रोग ग्रस्त हो जाते हैं। कई बार तो यह महामारी का रूप भी ले लेता है। एक तरफ नदियों का अत्यधिक उपयोग दूसरी तरफ अनुपचारित मल-जल के निर्बाध गति से नदी में मिलने के कारण प्रदूषण की समस्या जटिल हो गयी है।

हरित क्रांति ने कृषि उत्पादन तो बढ़ाया है परन्तु कृषि क्षेत्र में कीटनाशकों की तथा रासायनिक पदार्थों का उपयोग भी बढ़ा है। कीटनाशकों के अधिक व अनुचित प्रयोग के कारण भी जल प्रदूषित

हो रहा है क्योंकि रासायनिक कारखानों का अवशिष्ट नदियों में प्रवाहित कर नदियों को प्रदूषित किया जा रहा है। जल में क्रमशः रासायनिक प्रदूषण बढ़ रहा है। जल में डिटरजेन्ट, सॉल्वेन्ट, साइनाइड, हैवीमेटल, कार्बनिक रसायन, ब्लीचिंग पदार्थ, डाई तथा अनेक प्रकार के रसायन मिलते हैं जो स्वास्थ्य के लिए अत्यन्त हानिकारक होते हैं। गंगा दुनिया की दस बड़ी और प्रमुख नदियों में से एक है। रिपोर्ट के अनुसार यह नदी कोई 50 करोड़ लोगों को पेयजल, खाद्य, वनस्पति और हराभरा वातावरण देती है सन् 2030 के बाद धीरे-धीरे इन सबका क्षय होने लगेगा। रिपोर्ट में व्यक्त की गई आंशकाओं पर यकीन करें तो आने वाले वर्षों में भारत को अन्न-जल के संकट से जूझने के लिए तैयार रहना चाहिए।

देश में नदी प्रदूषण की समस्या कोई नयी नहीं है और न ही यह बात सरकार अथवा जनसाधारण से छिपी है। नदी जल प्रदूषण निवारण के नाम पर अब तक कई योजनाएं बनी हैं, करोड़ों रुपये भी खर्च हो चुके हैं परन्तु नदियों का प्रदूषण अभी तक दूर नहीं किया जा सका है। गंगा, जमुना, गोमती, कावेरी, नर्मदा, चेलियार, साबरमती, हुगली, पेरियार, दामोदर आदि अधिकांश नदियां आज भी प्रदूषित हैं और प्रदूषण लगातार गहराता जा रहा है। पिछले दिनों इस सम्बन्ध में सामने आई वैज्ञानिकों की रिपोर्ट देखकर यही लगता है कि वह दिन दूर नहीं जब गंगा और यमुना की स्थिति आस्ट्रेलिया की हडसन नदी जैसी ही हो जाएगी जिसके दोनों किनारों पर वहां की सरकार ने बोर्ड लगाकर यह चेतावनी लिखी है कि ‘पानी जहरीला है, इसे न छुएं।’ उस पानी से बचने के लिए नदी के किनारों पर बाढ़ लगानी पड़ी है। हमारे यहां नदी जल प्रदूषण की भयावह स्थिति होने के बावजूद इसका कोई तत्काल समाधान नहीं दीख रहा है। इस मामले में सरकारी कार्य प्रणाली महज औपचारिकता ही दर्शती है।

**स्वतंत्र पत्रकार, बी-96,
इंदिरा नगर, लखनऊ-226016 (उ.प.)**

अणुव्रत कार्यकर्ताओं से अपेक्षाएं

डॉ. आनन्द प्रकाश त्रिपाठी

किसी भी संस्था एवं समिति का विकास उसके संगठन पर निर्भर करता है। यदि संगठन सशक्त होता है तो उस संस्था और समिति का विकास होना स्वाभाविक है। अतः संस्था की उन्नति के लिए संगठन की सशक्तता अपेक्षित है। किसी संगठन की सशक्तता उसके कार्यकर्ताओं पर निर्भर करती है। जिस संगठन के साथ सुयोग्य, सक्षम, समर्थ एवं समयदानी कार्यकर्ता होते हैं उस संगठन का मजबूत होना स्वाभाविक है। अणुव्रत आन्दोलन का प्रवर्तन नैतिक मूल्यों के संवर्द्धन एवं राष्ट्रीय चरित्र के निर्माण के लिए आजादी के पश्चात 01 मार्च, 1949 को राजस्थान के सरदारशहर में तेरापंथ के नवम अधिशास्ता आचार्य तुलसी द्वारा किया गया। आचार्य तुलसी युगद्रष्टा थे, भविष्य द्रष्टा थे। इन्हें यह आभास था कि चारित्रिक पतन से व्यक्ति, संस्था, समिति, समाज एवं राष्ट्र का पतन सुनिश्चित है अतः आवश्यक है समय रहते इस पर ध्यान दिया जाय। काश! आचार्यश्री की पीड़ा को भारत राष्ट्र समझता, इसके कर्णधार समझते तो शायद कामनवेल्थ गेम 2010 में होने वाला भ्रष्टाचार न होता और विदेशियों के समक्ष देश को आहत न होना पड़ता।

कहते हैं जब जागो तभी सवेरा, इस उक्ति को ध्यान में रखते हुए राष्ट्र के कर्णधारों को सचेत होकर राष्ट्र के चरित्र निर्माण की दिशा में सार्थक पहल करनी चाहिए। यों कहना उपयुक्त होगा कि सार्थक पहल तो गुरुदेव तुलसी ने कर दी थी, अब जरूरत है अणुव्रत आन्दोलन के माध्यम से राष्ट्र के चारित्रिक उत्थान की। यह कार्य तो राष्ट्र के कर्णधारों को करना है किन्तु अपने घर को हमें मजबूत

करना है अर्थात् अणुव्रत आन्दोलन को हमें सशक्त करना है। यह आन्दोलन इस सन्दर्भ में सौभाग्यशाली है कि एक के बाद एक सशक्त नेतृत्व इसे मिलता रहा है। आचार्य तुलसी के पश्चात् भारत के महान दार्शनिक विभूति आचार्य महाप्रज्ञ का कुशल नेतृत्व इसे मिला है तो वर्तमान में युवा मनीषी, तेजस्वी आचार्य श्री महाश्रमण का देवीष्यमान नेतृत्व मिला है और अणुव्रत प्रभारी मुनि सुखलालजी का मार्गदर्शन हमें सतत मिलता रहता है। ऐसे नेतृत्व के साथ यदि सशक्त एवं समर्पित कार्यकर्ताओं की फौज मिल जाय तो सोने में सुहागा कहा जायेगा। इस सन्दर्भ में यह कहना उपयुक्त होगा कि यह आन्दोलन अपने प्रवर्तन काल में ऐसे ही कार्यकर्ताओं से विभूषित था। सम्पानीय श्री जयचन्दलाल दफ्तरी, देवेन्द्र भाई कर्णावट, सुगनचन्द आंचलिया, मोहनलाल कठौतिया, डॉ. छग्नलाल शास्त्री, हनूतमल सुराणा, जैनेन्द्र कुमार, मोती भाई रांका, मोहनलाल जैन आदि समर्पित कार्यकर्ताओं की फौज थी जिसके कारण अणुव्रत आन्दोलन की गूँज अमेरिका के टाइम्स पत्र तक में हुई। वर्तमान में अणुव्रत आन्दोलन को तेजस्वी बनाने के लिए कार्यकर्ताओं के लिए निम्न अपेक्षाएं हैं-

1. नियमों की जानकारी- किसी भी संगठन से जुड़े हुए कार्यकर्ताओं के लिए आवश्यक है कि वह उस संगठन के सम्पूर्ण नियमों की जानकारी रखे। अणुव्रत आन्दोलन की केन्द्रीय संस्था है अणुव्रत महासमिति और प्रान्तीय, जिला एवं क्षेत्रीय समितियों से इस आन्दोलन का एक संगठन है। प्रत्येक कार्यकर्ता को इस बात की जानकारी होनी चाहिए कि प्रत्येक दो वर्ष में संस्था का चुनाव होना चाहिए।

महासमिति के अन्तर्गत एक अध्यक्ष, एक कार्याध्यक्ष, चार उपाध्यक्ष, एक महामंत्री, दो संयुक्त मंत्री, एक उपमंत्री एक अर्थ मंत्री पदाधिकारी होते हैं। अध्यक्ष अथवा उसके निर्देशानुसार कार्याध्यक्ष आवश्यकतानुसार अन्य पदाधिकारियों को मनोनीत कर सकते। कोई प्रादेशिक समिति जो महासमिति का अंग बनना चाहती है, इसके लिए 11 स्थानीय समितियों का होना आवश्यक है। विशेष स्थिति में पाँच स्थानीय समितियों के साथ अणुव्रत महासमिति की स्वीकृति से प्रादेशिक अणुव्रत समिति का गठन किया जा सकता है। इसके पदाधिकारियों की संख्या 11 से ज्यादा नहीं होनी चाहिए। जिला अणुव्रत समिति के लिए पाँच स्थानीय समितियों का होना आवश्यक है। किन्तु विशेष स्थिति में अणुव्रत महासमिति की स्वीकृति से तीन स्थानीय समितियों के साथ जिला समिति का गठन किया जा सकता है। जिला समिति में पदाधिकारियों की संख्या सात से ज्यादा नहीं होनी चाहिए। स्थानीय समिति के गठन के लिए कम से कम 9 सदस्यों का होना आवश्यक है। इसके पदाधिकारियों की संख्या सात से ज्यादा नहीं होनी चाहिए। प्रत्येक समिति (स्थानीय, जिला एवं प्रादेशिक समिति) को महासमिति की सदस्यता शुल्क 100/- रुपए 30 जून को अग्रिम चुकाने होते हैं। अणुव्रत महासमिति के संविधान में किंचित बदलाव की प्रक्रिया चल रही है। अणुव्रत आन्दोलन के प्रत्येक कार्यकर्ता को उपर्युक्त जानकारी रखनी चाहिए ताकि वह इसके अनुरूप संगठन में अपना योगदान दे सके।

2. अणुव्रत इतिहास का ज्ञान- अणुव्रत के प्रत्येक कार्यकर्ता को अणुव्रत

इतिहास की जानकारी होनी चाहिए। देश की आजादी के पश्चात आचार्य तुलसी के मन में यह विचार आया कि यदि प्रत्येक व्यक्ति नैतिक होगा तो बड़ी मुश्किल से प्राप्त हमारी आजादी अक्षम्य होगी। राजस्थान के छापर ग्राम से चिंतन-मंथन शुरू होकर 1 मार्च, 1949 को सरदारशहर में अणुव्रत आन्दोलन का सूत्रपात हुआ। आचार्य तुलसी ने इसके माध्यम से राष्ट्रीय चरित्र के निर्माण की प्रक्रिया शुरू की थी। 1950 में देश की राजधानी दिल्ली में इसका प्रथम अधिवेशन हुआ और देश-विदेश में इस आन्दोलन की गूँज हुई। इस आन्दोलन के माध्यम से आचार्य तुलसी ने हजारों किमी की पदयात्राएँ कर मानवता को शांति का संदेश दिया। उनके उत्तराधिकारी अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाप्रज्ञ ने अष्टवर्षीय अहिंसा यात्रा के माध्यम से जन-जन में अहिंसक चेतना के विस्तार हेतु प्रयत्न किया। वर्तमान में अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य श्री महाश्रमण है।

3. उद्देश्यों की जानकारी- किसी भी संस्था की सफलता उसके उद्देश्यों की पूर्ति से संभव है। इसीलिए प्रत्येक कार्यकर्ता को अणुव्रत आन्दोलन के उद्देश्यों के प्रति सजग रहते हुए अपने-अपने दायित्वों का निर्वाह करना चाहिए। अणुव्रत आन्दोलन के उद्देश्य अन्य संस्थाओं के उद्देश्यों से अलग हैं। जहाँ अन्य संस्थाओं का उद्देश्य किसी एक या एकाधिक समस्या को लेकर होता है वहाँ अणुव्रत आन्दोलन का उद्देश्य वैयक्तिक, सामाजिक एवं राष्ट्रीय चरित्र से है। व्यक्ति को अच्छा बनाना इसका मूल उद्देश्य है। व्यक्ति की समस्या है कि वह दूसरों को बदलना चाहता है, दूसरों पर अंगुली निर्देश करता है किन्तु स्वयं नहीं बदलना चाहता और न ही अपनी कमियों पर ध्यान देता है। ऐसी स्थिति में अणुव्रत कार्यकर्ताओं का काम अन्य संगठनों के कार्यकर्ताओं से कठिन है। इस स्थिति में कार्यकर्ताओं को अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी के

उद्घोष सुधरे व्यक्ति समाज व्यक्ति से राष्ट्र स्वयं सुधरेगा को आत्मसात करते हुए आगे बढ़ना है। ऐसी स्थिति में प्रत्येक कार्यकर्ता को अणुव्रत आचार संहिता के ग्यारह सूत्र, निर्देशक तत्व एवं वर्गीय अणुव्रत आत्मसात होने चाहिए। स्वस्थ समाज संरचना अणुव्रत आन्दोलन का प्रमुख उद्देश्य है। इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए शुद्ध साधन की आवश्यकता होती है अर्थात् अणुव्रत का प्रत्येक कार्यकर्ता शुद्ध साधनों से शुद्ध साध्य की प्राप्ति के लिए सचेष्ट हो सकता है।

4. अणुव्रत आन्दोलन की संस्थाएं एवं कार्यक्रम-

अणुव्रत आन्दोलन से सम्बन्धित वर्तमान में तीन संस्थाएं हैं-

1. अणुव्रत महासमिति - अणुव्रत आन्दोलन की सभी गतिविधियों को संचालित करने के लिए।
2. अणुव्रत न्यास- अणुव्रत की प्रवृत्तियों एवं अणुव्रत महासमिति के पोषण के लिए।
3. अणुव्रत विश्वभारती - अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर अणुव्रत के प्रसार के लिए।

अणुव्रत महासमिति के निम्न महत्वपूर्ण कार्यक्रम-

1. अणुव्रत विचार मंच - अणुव्रत विचारों का प्रचार-प्रसार करना।
2. अणुव्रत लेखक मंच - नैतिक लेखन करने वाले लेखकों का संगठन।
3. अणुव्रत संसदीय मंच - नैतिक मूल्यों में विश्वास करने वाले राजनेताओं को एक मंच पर लाने के प्रयत्न।
4. अणुव्रत ग्राम - अणुव्रत के मूल्यों के अनुसार गांवों में जागृति लाना।
5. अहिंसा समवाय - अहिंसक शक्तियों को संगठितकर रचनात्मक कार्यों को गति देना।
6. नशामुक्ति अभियान - बढ़ते नशे की प्रवृत्ति को जन-जागरण अभियान द्वारा अंकुश लगाना।
7. अणुव्रत पत्रिका - अणुव्रत दर्शन के प्रचार-प्रसार हेतु अणुव्रत पादिक पत्रिका का प्रकाशन

इसके अतिरिक्त अणुव्रती बनाना,

पर्यावरण शुद्धि के लिए कार्य करना, चुनावशुद्धि अभियान चलाना, साम्प्रदायिक सद्भावना के लिए प्रयास करना आदि उपयोगी कार्यक्रम हैं।

5. कार्यकर्ताओं का चरित्र बोलना

चाहिए- अणुव्रत आन्दोलन एक चारित्रिक आन्दोलन है, नैतिक आन्दोलन है। इस आन्दोलन का हार्द है कि व्यक्ति और समाज के चरित्र पर अंगुली न उठे। सर्वप्रथम प्रत्येक कार्यकर्ता को स्वयं अपने चरित्र को देखना होगा। हमारा चरित्र अणुव्रत के आदर्शों के अनुकूल होना चाहिए। हमारे चरित्र में निम्न बातें होनी चाहिए-

1. हमारा जीवन नशामुक्त होना चाहिए।
2. हमारा जीवन प्रमाणिक होना चाहिए।
3. हमारा जीवन विश्वसनीय होना चाहिए।
4. हमारा जीवन समस्या पैदा करने के लिए नहीं अपितु समस्या समाहित के लिए होना चाहिए।

इस संदर्भ में आचार्य महाप्रज्ञ की कही बात याद आती है कि अणुव्रत के कार्यकर्ता दूसरों के लिए आदर्श होने चाहिए। अतः अपने चरित्र को अच्छा बनाने के लिए प्रस्तुत पंक्तियों को स्मरण करते रहना चाहिए-

तन उजला मन मैला, बगुला कपटी भेष।
इनसे तो कागा भला, भीतर बाहर से एक ॥

अतः अणुव्रत के कार्यकर्ता भीतर-बाहर एक हों किन्तु अच्छे हों। उनका चरित्र दूसरे के लिए आदर्श बने, ऐसी सजगता अपेक्षित है।

6. कार्य को योजना के साथ करना-

प्रायः यह देखा जाता है कि अणुव्रत के कार्यकर्ता जैसा मन में आया वैसा कर लेते हैं या अणुव्रत महासमिति द्वारा दिये गये कार्यक्रमों को तत्काल बिना किसी भूमिका, बिना किसी योजना के करते हैं जिसका परिणाम होता है कि श्रम एवं समय दोनों पूर्णतया सार्थक नहीं हो पाता है। अतः आवश्यकता इस बात की है कि कुछ भी करने के लिए पूरी इसकी योजना बनायें। योजना की

अवधि निर्धारित कर योजना बनायें और निर्धारित अवधि में उसको चरितार्थ करें। योजना बनाते समय उस कार्यक्रम के प्रभाव पर भी दृष्टि रखें। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण का मानना है कि हर कार्य की पूरी योजना होनी चाहिए। आजकल तो पहले प्रोजेक्ट बनते हैं और उस प्रोजेक्ट के अनुसार कार्य व्यवस्थिति ढंग से संचालित होते हैं। कुछ ऐसे कार्यक्रम होने चाहिए जो आन्दोलन का प्रचार करें तो कुछ ऐसे भी होने चाहिए जो आन्दोलन की स्थाई निष्पत्ति के रूप में बताये जा सकें। अणुव्रत ग्राम, अणुव्रत नगर, अणुव्रत बस्ती आदि का निर्माण, अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र की स्थापना आदि स्थायी कार्य हैं तो विभिन्न प्रतियोगिताओं, गोष्ठियों, रैलियों आदि के माध्यम से आन्दोलन को जन-जन तक पहुँचाना तत्कालिक कार्य है। दोनों प्रकार के कार्यों को योजनाबद्ध तरीके से निष्पादित कर अणुव्रत आन्दोलन को जीवन्त बनाने की दिशा में कार्यकर्ताओं को सक्रिय होना चाहिए। हर कार्यकर्ता को यह सोचते हुए आगे बढ़ना है-

‘जब से चला हूँ मेरी मंजिल पर नजर है आँखों ने मेरी मील का पत्थर नहीं देखा है ये गुल क्या मुझे केवल विरासत में मिले हैं तूने मेरा कांटों भरा बिस्तर नहीं देखा।’

7. समय प्रबन्धन के साथ कार्य करना चाहिए- आज का युग प्रबन्धन युग है। बिना प्रबन्धन के जो कार्य दस दिन में किये जाते हैं समय प्रबन्धन के साथ उन्हें एक दिन में किया जा सकता है। व्यक्ति खोया हुआ स्वास्थ्य, भूली हुई विद्या, चोरी हुआ धन मेहनत से पुनः प्राप्त कर सकता है किन्तु जो समय बीत गया उसे किसी कीमत पर पुनः प्राप्त नहीं किया जा सकता। समय के महत्व के सन्दर्भ में शेक्सपीयर की ये पंक्तियां अत्यन्त शिक्षाप्रद हैं- पहले मैंने समय को नष्ट किया और अब यह समय हमें नष्ट कर रहा है। समय प्रबन्धन का सीधा सा अर्थ है कि समय का

नियोजन कर अधिक से अधिक लाभ उठाना। समय प्रबन्धन स्वप्रबन्धन है। स्वयं को खोकर सब कुछ पा लेना हमारे लिए उपयुक्त नहीं है। आधुनिक युग में समय प्रबन्धन के लिए एक सूत्र काम में लिया जाता है वह है आर.यू.टी.एच।

अर्थात् 1. आर. = रस (आवश्यक/अत्यावश्यक), 2. यू. = अर्जेन्ट (आवश्यक परन्तु अत्यावश्यक नहीं), 3. टी. = टूडे (साधारण आवश्यक), 4. एच. = होल्ड (साधारण आवश्यक नहीं)। पहले अत्यावश्यक फिर आवश्यक फिर साधारण आवश्यक और फिर साधारण आवश्यक नहीं किये जाते हैं। इसी प्रकार अणुव्रत के कार्यकर्ताओं को भी कार्य की आवश्यकता देखकर समय प्रबन्धन के साथ कार्य करना चाहिए।

8. कार्य के प्रति समर्पण- किसी भी कार्य की सफलता करने वाले के समर्पणभाव पर निर्भर करता है। यदि कार्य के प्रति श्रद्धा नहीं है तो कार्य के प्रति समर्पण नहीं हो सकता। प्रत्येक अणुव्रत के कार्यकर्ता को प्रत्येक कार्य अपना समझकर करना चाहिए क्योंकि अपना समझकर करने में ही समर्पण हो पाता है। जहां यह बोध हो जाय कि यह कार्य मेरा नहीं दूसरों का है तो उस कार्य के प्रति समर्पण नहीं हो सकता और फिर उस कार्य को करने का मतलब समय बरबाद करना है। अतः प्रत्येक कार्य को अपना समझकर करना चाहिए।

विवेकानन्द का कथन है कि जल का समर्पण ही उसे नदी का रूप दे देता है वैसे व्यक्ति का समर्पण भी उसे ऊँचाई प्रदन करता है। अणुव्रत के कार्यकर्ताओं में सर्वप्रथम अणुव्रत के मूलों के प्रति श्रद्धा होनी चाहिए तदुपरान्त अणुव्रत के कार्यकर्मों के प्रति समर्पण भाव होना चाहिए। गांधीजी का मानना था कि समर्पण सफलता का दस्तक द्वारा है अर्थात् आरम्भ है। यदि किसी कार्य के प्रति प्रारम्भ में समर्पण हो जाय तो सफलता निश्चित है। अतः अणुव्रत के कार्यकर्ता समर्पण के सहरे अणुव्रत कार्यकर्मों को सफलता की मंजिल पर ले जाये, ऐसी अपेक्षा है।

यदि अणुव्रत आन्दोलन के कार्यकर्ता अपने चरित्र का निर्माण करके महासमिति के संविधान एवं नियमों की जानकारी रखते हुए अणुव्रत आन्दोलन के इतिहास, दर्शन, कार्यक्रमों एवं अणुव्रत के उद्देश्यों के अनुसार योजनाबद्ध तरीके से कार्य करते हैं तो संगठन मजबूत होगा और अणुव्रत आन्दोलन गतिशील होगा। अन्त में प्रत्येक कार्यकर्ता के लिए ध्यातव्य है-

‘जो कलम सरीखे टूट गये पर झुके नहीं उनके आगे दुनिया शीश झुकाती है जो कलम किसी कीमत पर बेची नहीं गयी वह मशाल की तरह उठाई जाती है।’

**निदेशक, दूरस्थ शिक्षा निदेशालय
जैन विश्वभारती विश्वविद्यालय, लाडनूं**

जो अपने पुरुषार्थ पर भरोसा रखता है, उसका प्रयोग करना जानता है, वह जीवन को अर्थवान बना लेता है।

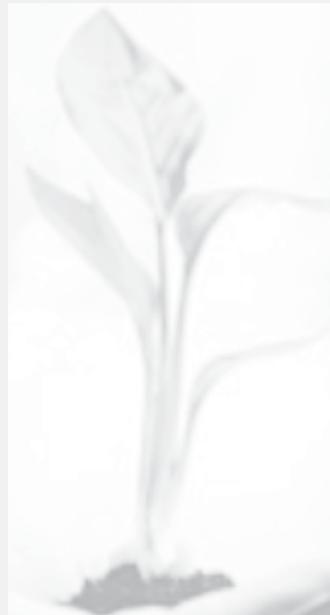
● आचार्य तुलसी ●

संप्रसारक :

एम.जी. सरावगी फाउंडेशन

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

● दूरभाष : 22809695



बढ़ें संयम पथ पर



लोकमान्य गोल्छा

अध्यक्ष

गोल्छा ऑर्गेनाइजेशन

एवं

समस्त गोल्छा परिवार

गोल्छा हाउस, काठमांडौ (नेपाल)

फोन नं. : 4250001/4249939 (D)

फैक्स : 00977-1-4249723

क्रोध एवं घृणा से मुक्ति

सीताराम गुप्ता

पिछले दिनों इंटरनेट पर एक ऐसी वेबसाइट वजूद में आई जहाँ आप सत्यम् कंपनी के पूर्व चेयरमैन रामालिंगा राजू के चेहरे पर अप्णे फेंक कर अपना गुस्सा निकाल सकते थे। इससे पहले भी पूर्व अमेरिकी राष्ट्रपति जॉर्ज बुश पर एक इराकी पत्रकार द्वारा जूता फेंकने की घटना के बाद एक वेबसाइट बनी थी जिस पर लगभग एक करोड़ सत्तर लाख लोगों ने जॉर्ज बुश को जूते मारकर अपने गुस्से का इज़हार किया। और अब एक पत्रकार द्वारा गृहमंत्री चिंदंबरम तथा अन्य लोगों द्वारा सांसद नवीन जिंदल, लालकृष्ण आडवानी, अभिनेता जितेंद्र तथा प्रधानमंत्री मनमोहन सिंह व कर्नाटक के मुख्यमंत्री बी एस येदयुरप्पा पर जूते व चप्पल फेंकने की घटनाएँ। किसी पर इस प्रकार से जूते-चप्पल फेंकने अथवा वेबसाइट पर अप्णे या जूते मारने का क्या औचित्य हो सकता है? इस का पूरा औचित्य है क्योंकि इस प्रकार की प्रतिक्रिया से ही संभव है मन में व्याप्त घातक मनोभावों का संपूर्ण उपचार।

हमारे जीवन में कई बार ऐसे क्षण भी आते हैं जब हम किसी के व्यवहार से अत्यंत मर्माहत होकर उसके प्रति घृणा और क्रोध से भर उठते हैं। विवशता भी ऐसी होती है कि न तो हम अपने गुस्से का इज़हार ही कर पाते हैं और न घृणा ही कम हो पाती है। घृणा और क्रोध को लंबे समय तक मन में दबाए रखना और भी घातक है क्योंकि ये मनोभाव अंदर ही अंदर विस्फोटक रूप धारण कर लेते हैं। जब इनका अचानक विस्फोट होता है तो स्थिति नियंत्रणातीत हो जाती है। वैसे भी नकारात्मक भाव हमारे भौतिक शरीर के लिए अनिष्टकारी हैं क्योंकि इनके कारण शरीर की स्वाभाविक रोग प्रतिरोधक क्षमता कम हो जाती है और हम आसानी से

विभिन्न व्याधियों के शिकार हो जाते हैं। अतः यथाशीघ्र मन में दबी घृणा और क्रोध को निकाल कर बाहर कर देना अत्यावश्यक है।

फिल्मों के कुछ दृश्य देखिए। नायक और नायिका के बीच मनमुटाव हो जाता है अथवा एक दूसरे पर बेवफाई और खुदग़र्जी के आरोप प्रत्यारोप शुरू हो जाते हैं तो क्या होता है? जो पीड़ित होता है वह दूसरे को हानि पहुँचाने की अपेक्षा या तो स्वयं को हानि पहुँचाता है या फिर सामने जो कुछ भी आता है उसे तोड़ना-फोड़ना शुरू कर देता है। इस तोड़-फोड़ में भी उसे सुकून मिलता है। यह हानि भी उसे लाभ पहुँचाती है क्योंकि इससे उसका क्रोध, उसकी घृणा तथा उसका दुख कम हो जाता है। यदि आपके मन में भी क्रोध, घृणा अथवा हिंसा के भाव उत्पन्न हों तो ऐसा ही कीजिए। नकारात्मक घातक मनोभावों का परिष्कार करने के लिए किसी व्यक्ति की बजाय किसी जड़ या निर्जीव वस्तु का सहारा लीजिए।

कई बार कुछ लोगों को इतना अधिक गुस्सा आता है कि गुस्से में वे न केवल हाथ में पकड़ी हुई चीज़ को या आसपास रखे सामान को उठाकर फेंक देते हैं अथवा मेज़-कुर्सी आदि फर्नीचर को उलट

देते हैं अपितु कई बार हाथ में डंडा लेकर जो भी सामान सामने आता है उसको तोड़ते-फोड़ते चले जाते हैं। वस्तुतः अपने आक्रोश अथवा घातक मनोभावों को बाहर निकालने का ही यह एक माध्यम है लेकिन कई बार इसके परिणाम अत्यंत भयंकर होते हैं। क्रोधावेश में व्यक्ति कई बार बहुत ज्यादा नुकसान कर लेता है। ऐसी स्थिति में कई व्यक्ति सामान के साथ-साथ दूसरे व्यक्ति को अथवा स्वयं को भी शारीरिक चोट पहुँचा लेते हैं तथा कई बार आग तक लगा देते हैं। अपनी पत्नी से झगड़ा हो जाने पर इस्पाइल के एक व्यक्ति ने गुस्से की अवस्था में आनन-फानन में क़रीब तीन करोड़ रुपये आग के हवाले कर दिये।

क्रोध व घृणा के दुष्परिणामों से बचाने के लिए स्पेन के सोरिया नामक स्थान पर एक ऐसी संस्था अस्तित्व में आई है जो थोड़ा-सा शुल्क लेकर आपको तोड़-फोड़ करने का अवसर और सामान उपलब्ध कराती है। जब भी आप क्रोधाविक्षय से पीड़ित हों तो वहाँ जाइए और एक निश्चित राशि देकर मनचाहा सामान तोड़िये। यहाँ मोबाइल फोन से लेकर टीवी तक तथा साइकिल से लेकर मोटरकार तक सब कुछ उपलब्ध है और



कई बार कुछ लोगों को इतना अधिक गुस्सा आता है कि गुस्से में वे न केवल हाथ में पकड़ी हुई चीज़ को या आसपास रखे सामान को उठाकर फेंक देते हैं अथवा मेज़-कुर्सी आदि फर्नीचर को उलट देते हैं अपितु कई बार हाथ में डंडा लेकर जो भी सामान सामने आता है उसको तोड़ते-फोड़ते चले जाते हैं। वस्तुतः अपने आक्रोश अथवा धातक मनोभावों को बाहर निकालने का ही यह एक माध्यम है लेकिन कई बार इसके परिणाम अत्यंत भयंकर होते हैं। क्रोधावेश में व्यक्ति कई बार बहुत ज़्यादा नुकसान कर लेता है। ऐसी स्थिति में कई व्यक्ति सामान के साथ-साथ दूसरे व्यक्ति को अथवा स्वयं को भी शारीरिक चोट पहुँचा लेते हैं तथा कई बार आग तक लगा देते हैं।

साथ ही उपलब्ध है सामान को तोड़ने-फोड़ने के लिए हथौड़े और रॉक स्यूज़िक की तेज़ आवाज़ ताकि आपका तोड़ने-फोड़ने का जुनून कम न हो जाए और इस प्रक्रिया के बाद आप पूरी तरह से सामान्य हो जाएँ। अगली बार जब कभी आपको गुस्सा आए या तनाव महसूस करें तो ऐसी ही किसी जगह जाकर सुरक्षित तोड़-फोड़ चिकित्सा पद्धति का सहारा लें और गुस्से तथा तनाव से मुक्त होकर घर पहुँचें।

यदि पैसा भी नहीं खर्चना चाहते और गुस्से तथा तनाव से मुक्त होना भी चाहते हैं तो घर के अधूरे पड़े कामों अथवा कबाड़ पर हाथ आजमाएँ। कई बार कुछ अधूरे काम पड़े होते हैं जिन्हें हम निपटाना चाहते हैं अथवा साफ़-सफाई करना चाहते हैं। गुस्से अथवा घृणा की अवस्था में आप घर के कूड़े-कबाड़ से आसानी से मुक्ति पा सकते हैं जैसे पुराना टूटा फर्नीचर, पुराने कपड़े, पुराने अखबार, पत्र-पत्रिकाएँ व निर्थक पुस्तकें, पुराने बिल, रसीदें व गारंटी कार्ड्स तथा ऐसे दस्तावेज़ जो किसी भी तरह ज़रूरी नहीं होते। कई बार मोहवश हम घर की पुरानी तथा बेकार चीज़ों को एकत्र करते रहते हैं। जब हम गुस्से या घृणा की अवस्था में होते हैं तो किंचित निर्मम हो जाते हैं। ऐसी अवस्था में बेकार चीज़ों के प्रति मोह कुछ हद तक कम हो जाता है जिससे अनुपयोगी तथा बाधा डालने वाली वस्तुओं से छुटकारा पाना सरल हो जाता है। बेकार की चीज़ों को तोड़ने-फोड़ने अथवा काग़ज़ों को

फाड़कर फेंकने की प्रक्रिया में गुस्सा और घृणा जैसे मनोभाव भी तरल होकर तिरोहित हो जाते हैं।

जब भी क्रोधाधिक्य का आभास होने लगे अथवा घृणा की अधिकता बर्दाश्त से बाहर हो जाए और उसे अधिक रोक पाना असंभव प्रतीत हो रहा हो तो अपने क्रोध तथा घृणा का खुल कर इज़हार कीजिए। जिस पर क्रोध आ रहा हो अथवा जिसके प्रति द्वेष की अधिकता असह्य हो रही हो उसे जी भर कर गालियाँ दीजिए। चाहे कोई भी क्यों न हो कोई रियायत मत कीजिए। आपका प्रिय मित्र, भाई-बहन, माँ-बाप कोई भी क्यों न हो जी भर कर गालियाँ दीजिए और खूब मारिए। लेकिन क्या यह संभव है? यदि ऐसा संभव होता तो यह नौबत ही क्यों आती? फिर इस प्रकार का आचरण या व्यवहार उचित भी नहीं माना जा सकता।

आपने प्रायः देखा होगा कि गुस्सा किसी का और उत्तर रहा है किसी और पर। गुस्सा बच्चों के प्रति है और उत्तर रहा है पल्ली पर। गुस्सा बस ड्राइवर पर है और उत्तर रहा है बेचरे रिक्षावाले पर। तो यहाँ पर भी पात्र बदल दीजिए। यहाँ हम जिस तरीके की बात कर रहे हैं उसमें वास्तविक व्यक्ति की आवश्यकता नहीं है। आवश्यकता है तो बस पंचिंग बैग और दस्तानों की। यह प्रतीकात्मक लडाई है जिसमें पंचिंग बैग ही आपका शत्रु है। हाँ तो आपके सामने आपका शत्रु है इसे क्रोध से देखिए। उसका नाम ले-लेकर

उसे गालियाँ दीजिए और पहनकर दस्ताने हो जाइए शुरू। जी भर कर अपना गुस्सा अपनी घृणा इस बैग रूपी शत्रु पर उतारिए और हो जाइए धातक मनोभावों से मुक्त।

पंचिंग बैग और दस्ताने नहीं हैं तो भी कोई बात नहीं। कोई पुराना बेकार कुशन या गद्दी पड़ी होगी उसे ले लें और एक डंडा ले लें तथा ऊपर बताए गए तरीके से हो जाएँ शुरू। कुशन या गद्दी को किसी ऊंची मेज पर रख लें और खड़े होकर मोटे से डंडे से या थप्पड़-मुक्कों से उसकी धुनाई शुरू कर दें। आज पूरा क्रोध निकालना है चाहे जितना समय लगे। थक जाएँ तो बैठें नहीं पानी पीकर फिर शुरू हो जाएँ। आपके मन में हसरत बाकी न रहने पाए। दुश्मन आपके सामने है। जितना चीखा-चिल्ला सकते हों चीखिए-चिल्लाइए, गालियाँ दीजिए और मारिए। आपके मन में द्वेष का लेशमात्रा भी शेष नहीं रहना चाहिए। आज अपना सारा क्रोध सारी घृणा उड़ेल दीजिए। और इस कार्य के लिए किसी ऐसे स्थान का चुनाव कीजिए जहाँ अन्य कोई आकर बीच में व्यवधान उत्पन्न न कर सके। एकांत में यह किया कीजिए। आपकी आवाज बाहर न जाने पाए और न ही लोग जान पाएँ कि आप क्या कर रहे हैं आवाज को दबाने के लिए तेज़-तेज़ रेडियो या टीवी भी चलाया जा सकता है।

उपरोक्त क्रिया किसी व्यक्ति के चित्र के साथ भी सम्पन्न की जा सकती है। चित्र को जूते मारिए और गलियाँ दीजिए। इसके अतिरिक्त व्यंग्यचित्र, विद्वप्पचित्र या केरीकेचर अथवा प्रतीकात्मक पुतले के साथ भी ये क्रिया की जा सकती है। लोग अपने सशक्त राजनीतिक प्रतिद्वन्द्यों के पुतलों को जूतों के हार पहनाकर जुलूस निकालते हैं तथा बाद में उनको फूँक देते हैं। प्रतिरोध करने या प्रतिशोध लेने का ये तरीका रक्तपात करने से कहीं अच्छा है। अपनी भड़ास निकालने का इससे अच्छा तरीका हो ही नहीं सकता। न खून किया न रक्त बहाया फिर भी दुश्मन को मार गिराया।

वास्तव में दुश्मनी हमारे मन में होती

है। या तो मन से दुश्मनी का भाव निकाल दीजिए या फिर इस काल्पनिक मारपीट और गाली-गलौच द्वारा मन को शांत कर लीजिए। वास्तव में इस काल्पनिक मारपीट और गाली-गलौच द्वारा मन को शांत करके मन से दुश्मनी के भाव ही निकाले जाते हैं। यदि आप गाली-गलौच और मारपीट की क्रिया से थक जाएँ और इससे अधिक गाली-गलौच और मारपीट अब संभव न हो तो समझो आपका काम पूरा हुआ। इसी के साथ आपके पुराने संबंधों की समाप्ति हो गई समझो। हिसाब-किताब बराबर हो गया अब चाहें तो संबंधों को नए सिरे से प्रारंभ कर सकते हैं। वस्तुतः धृणा और क्रोध को समाप्त कर संबंधों को सुधारने के लिए ही उपरोक्त क्रिया की जाती है।

अब शांत-स्थिर होकर बैठ जाएँ। आँखे धीरे-धीरे कोमलता से बंद कर लें। कुछ गहरे सांस लें और यथासंभव रोक कर पूरी तरह से बाहर निकाल दें। सांसों की गति को स्वाभाविक होने दें और शरीर को पूरी तरह शिथिल कर लें। इस कार्य में किसी भी प्रकार की जल्दबाज़ी न करें। अत्यंत शांत-स्थिर होकर बैठ जाएँ और कल्पना करें कि आपका वह मित्र या अन्य कोई भी व्यक्ति जिसकी आपने धुनाई की है आपके सामने खड़ा है उसके प्रति मैत्री भाव मन में लाएँ। दोनों बाहें खोल कर उसके स्वागत के लिए आगे बढ़ें और उसे आलिंगनबद्रध करें। आपका मित्र भी आपको हृदय से गले लगा रहा है। सब गिलेशिकवे जाते रहे। आँखों से अविरल अशुधारा प्रवाहित हो रही है। कुछ देर इसी अवस्था में रहें। मन ही मन मित्र तथा उसके परिवार के लिए मंगल कामनाएँ करें। अपने मित्र का हाथ पकड़ कर अपने मन पसंद स्थान पर घूमने, कॉफी पीने या डिनर के लिए जाएँ। अनुभव करें कि आपका मित्र वास्तव में बहुत अच्छा है। इस भाव को स्थायी रूप से मन में बसा लें। इसके बाद धीरे से आंखें खोल दें।

आपके शरीर का वजन यद्यपि उतना ही रहेगा लेकिन आप अत्यंत हल्का-फुल्का और प्रफुल्लित अनुभव करेंगे। इसके बाद किसी उपयुक्त अवसर पर अपने इस मित्र को एक खूबसूरत ग्रीटिंग कार्ड भेजिए जिसमें बताइए कि उसकी मित्रता आपके लिए कितनी महत्वपूर्ण है। उसे याद दिलाइए कि उसके कारण आपके जीवन में कौन-कौन से खुशी के क्षण आए। यदि उपरोक्त व्यक्ति आपसे बड़े हैं तो उन्हें बताइए कि उनका स्नेह और मार्गदर्शन आपके जीवन को उन्नत बनाने में किस प्रकार सहायक रहा है और आगे भी उनके स्नेह और मार्गदर्शन के अभाव में आगे नहीं जाया जा सकता। इसी प्रकार के आत्मीय तथा कृतज्ञतापूर्ण पत्र और कार्ड आपके संबंधों में पुनः गरमाहट भर देंगे। और हम मानें या न मानें हमारे विकास में हमारे संबंधियों, मित्रों और सहकर्मियों का महत्वपूर्ण योगदान होता ही है। उसे स्वीकार कर हम न केवल अपने संबंधों को सुधारते हैं, उन्हें और ज्यादा अच्छे बनाते हैं अपितु आगे के लिए भी उनके सहयोग को निश्चित कर लेते हैं।

ए.डी.-106-सी, पीतमपुरा, दिल्ली-110034

झाँकी है हिन्दुस्तान की

- भारत की जनसंख्या बढ़कर 13262 करोड़ होने का अनुमान है। एक मार्च 2010 के अनुसार यह अभी 117.67 करोड़ है। वर्ष 2016 से 2020 की अवधि के दौरान जनसंख्या की वार्षिक घातांकी वृद्धि एक फीसदी होने का अनुमान है। जनसंख्या नियंत्रण के लिए यूएनएफपीए ने भारत को वर्ष 2010 में 20.34 करोड़ रुपये, 2009 में 19.86 करोड़ रुपए और 2008 में 13.55 करोड़ रुपए दिए।

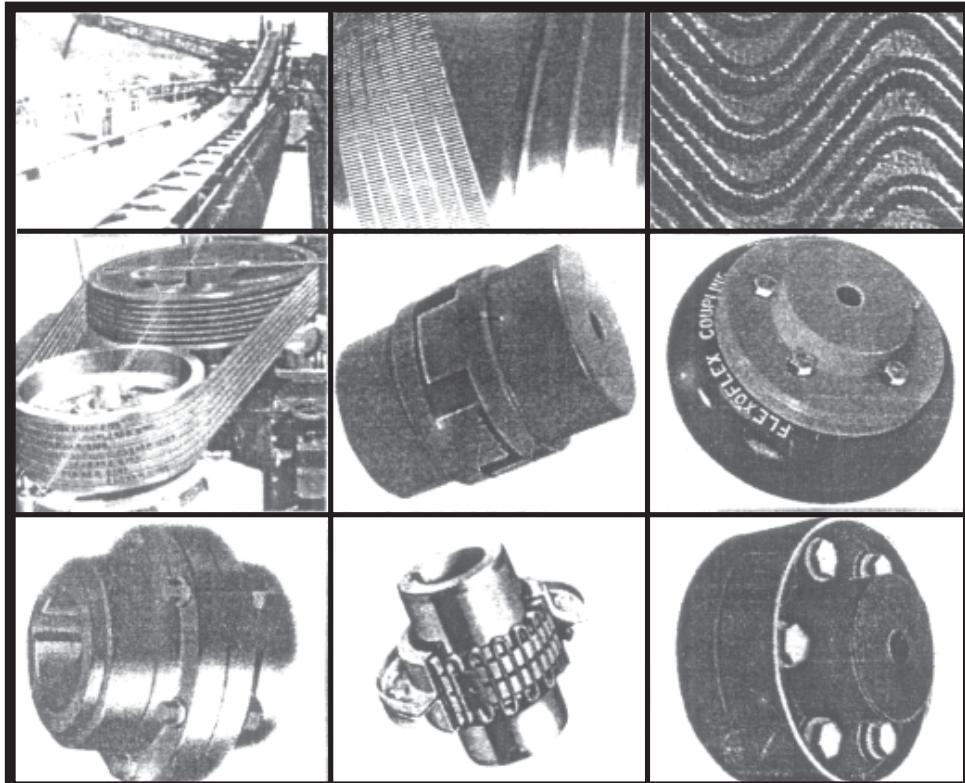
जेपीसी की रिपोर्ट कूड़ेदान में

- विभिन्न मामलों की जांच के लिए अब तक देश में कूल चार बार जेपीसी का गठन हो चुका है।
- पहली बार 6 अगस्त 1987 में बोफोर्स मामले की जांच के लिए जेपीसी का गठन किया गया था। इस कमेटी के अध्यक्ष बी. शंकरानंद थे। 26 जुलाई 1988 को इसने अपनी रिपोर्ट पेश की थी। सरकार ने सदन के पटल पर इस रिपोर्ट को रखा, लेकिन विपक्ष ने पक्षपात का आरोप लगाते हुए बॉयकॉट किया।
- दूसरी बार हर्षद मेहता कांड की जांच के लिए कांग्रेस नेता और तत्कालीन केन्द्रीय मंत्री रामनिवास मिर्धा की अध्यक्षता में जेपीसी का गठन किया गया। लेकिन इस कमेटी की रिपोर्ट को न तो स्वीकार किया गया, न ही इसे लागू किया गया।
- एक मार्केट घोटाले की जांच के लिए तीसरी बार जेपीसी का गठन किया गया। 26 अप्रैल 2001 को लोकसभा में संसदीय कार्यमंत्री प्रमोद महाजन ने इस संबंध में एक प्रस्ताव रखा था। सीनियर बीजेपी नेता प्रकाश मणि त्रिपाठी इस कमेटी के चेयरमैन बनाए गए थे। 19 दिसंबर 2002 को कमेटी ने अपनी रिपोर्ट सौंपी। इस कमेटी की रिपोर्ट को भी कूड़ेदान में फेंक दिया गया।
- चौथी और आखिरी जेपीसी का गठन अगस्त 2003 में किया गया था। इसका मकसद सॉफ्ट ड्रिंक्स, फ्रूट जूस और दूसरे पेय पदार्थों में पेस्टिसाइड्स की जांच करना था। एनसीपी नेता शरद पवार इस कमेटी के अध्यक्ष थे। 4 फरवरी 2004 को इस कमेटी ने संसद में अपनी रिपोर्ट पेश की। रिपोर्ट में पाया गया कि सॉफ्ट ड्रिंक्स में पेस्टिसाइड्स की मात्रा ज्यादा है, जोकि सेहत के लिए नुकसानदेह है। साथ ही, लोगों को साफ पानी मुहैया कराने के लिए जरूरी निर्देश दिए।

Mechanical Power Transmission Solutions for CEMENT INDUSTRY



FLEXER
BELTS & COUPLINGS



1. Conveyor Belts upto 1400 mm width
2. Designed, Checkared & Cleated Conveyor Belts
3. Endless Conveyor Belts
4. FLEXER Checkared Belt with 'V' - Guide
5. Flexer V-Belts
6. Gear Couplings
7. Tyre Couplings
8. Pin Bush Type Couplings
9. Easy Flex (Spider) Couplings
10. Grid (Resilient) Couplings
11. Pulley with Easy Grip Bushes

FLEXER has been serving the needs of the industry with its range of specialised engineering products and service support by design&sales engineers. All our products are being widely used by core industrial sectors like Cement, Steel Mining, Thermal Power Stations, Collieries, Fertilizers, Construction OEM's, Oil Refineries, Railways and Agro based industries.

FLEXER RUBBERS (P) LIMITED

Regd. & Administrative Office:

36. Strand Road. Kolkata - 700001
Tel.: 033-64500111 è 22137169 è 22433307 è 22433309 è 22137157
 Fax: 033-22431209 :
 Email: flexer@vsnl.net • Web: www.flexerrubber.com

Works:

47, T.N. Mukherjee Road.
 PO: Raghunathpur
 DANKUNI. Hooghly - 712 247 (WB)
 Email: flexerindia@dataone.in

ईसा मसीह का अंतिम समय !

प्रो. योगेशचन्द्र शर्मा

बाईंबिल में ईसा मसीह के जन्म से 13 वर्ष तक की आयु का वर्णन दिया हुआ है। उस समय वे अपने पिता के साथ लकड़ियों का काम किया करते थे। इसके बाद सीधे 30 वर्ष की आयु के ईसा मसीह उपदेश देते हुए दृष्टिगत होते हैं। रसी इतिहासकार नोतोविच का कहना है कि 17 वर्ष के बीच की अवधि में ईसा मसीह भारत में रहे। यहां उन्होंने ब्राह्मणों तथा बौद्ध भिक्षुओं के साथ शिक्षा ग्रहण की तथा देश के विभिन्न भागों में भ्रमण किया। सत्य, अहिंसा, प्रेम और परोपकार आदि की जो शिक्षा उन्होंने यहां प्राप्त की, उसका इन पर बहुत अधिक प्रभाव पड़ा। जब वे वापिस अपने क्षेत्र जूड़िया (जेरूसलम का क्षेत्र) में पहुंचे तो वहां भी उन्होंने इसी प्रकार के उपदेश दिए। जर्मन भाषा की एक बहुचर्चित पुस्तक ‘जीसस लिव्ड इन इंडिया’ में भी इसी विचार को स्वीकार किया गया है। आचार्य रजनीश ने भी विभिन्न प्रमाण देते हुए यही प्रतिपादित किया कि जीसस 17 वर्ष तक भारत में रहे थे और यहां उत्तरी तथा पूर्वी क्षेत्रों में दूर-दूर तक घूमे थे। रस के प्रसिद्ध घुमक्कड़ विद्वान निकोलस ने अपनी पुस्तक ‘लाइफ ऑफ जीसस’ में कहा है कि ईसा ने अनेक स्थानों पर भ्रमण किया और वहां के धार्मिक ग्रंथों का अध्ययन किया। वे नेपाल और तिब्बत भी गये।

यहूदियों की मान्यता रही है कि ईश्वर जनसाधारण से ऊपर तथा अत्यन्त क्रोधी और निर्लिप्त स्वभाव का है। उसका सीधा निर्देश है कि अगर कोई तुम्हारी एक आंख निकाले तो तुम उसकी दोनों आंखें निकाल लो। ईसा मसीह ने जूडान लौटकर लोगों को उपदेश दिया कि ईश्वर अत्यन्त दयालु हैं और वह हमारा पिता है। यदि हम अपने अपराधों के लिए प्रायश्चित्त

करें तो वह हमें क्षमा कर देगा। उन्होंने यह भी कहा कि अगर कोई हमारे एक गाल पर चपत मारे तो हमें अपना दूसरा गाल भी उसके आगे कर देना चाहिए। स्पष्ट ही यह विचारधारा यहूदियों की धार्मिक मान्यताओं के विरुद्ध थी। इसलिए उन्होंने जीसस का विरोध किया और उन्हें सूली पर चढ़ाने की मांग की।

उन दिनों जूड़िया तथा उसके आस-पास के क्षेत्र रोमन साम्राज्य के नियंत्रण में थे। रोमन सरकार को ईसामसीह को सूली पर चढ़ाने में कोई रुचि नहीं थी। परन्तु यदि यहूदियों की मांग नहीं मानी जाती तो विद्रोह की आशंका थी। इसलिए ईसा मसीह को सूली पर चढ़ाने का आदेश तो दे दिया परन्तु उसमें काम लापरवाही से हुआ। शुक्रवार को ईसा मसीह को सूली पर चढ़ाया गया। उन दिनों यहूदियों में सूली पर चढ़ाने का तरीका यह था कि अपराधी के दोनों हाथ और पैरों में कीलें ठोक दी जाती थीं, जिनमें से धीरे-धीरे खून रिसता रहता था और अन्त में उसकी मृत्यु हो जाती थी। इस प्रकार की मृत्यु में लगभग बहतर घंटे तक का समय लग जाता था। रात्रि के समय अपराधी को सूली पर रखने की परंपरा नहीं थी। इसलिए संध्या को उसे सूली पर से उतार लिया जाता और अगले दिन सुबह उसे फिर सूली पर चढ़ा दिया जाता। इस प्रकार यह अमानवीय दंड का क्रम कई दिनों तक चलता। शनिवार को यहूदियों का



विश्राम दिवस होता था। उस दिन कोई भी राजकीय कार्य नहीं किया जाता था। ईसा मसीह को शुक्रवार को दोपहरी में सूली पर चढ़ाया गया और परम्परा के अनुसार संध्या को उनके शरीर को पहाड़ की एक गुफा में रखकर उसे बंद कर दिया गया। रोमन सिपाही पहरे पर रहे। अगले दिन शनिवार को कोई कार्य नहीं हुआ। रविवार को उन्हें पुनः सूली पर चढ़ाने के लिए गुफा में सैनिक गए तो यह देखकर आश्चर्यचकित रह गए कि वहां कोई शरीर नहीं था। गुफा का द्वार बन्द होने तथा सैनिकों के पहरे के कारण यह तो संभव ही नहीं था कि कोई पशु उनके शरीर को ले जाए। इसलिए ईसा मसीह के भक्तों ने यही माना कि ईसा मसीह स्वयं अपनी इच्छा से अन्तर्धर्मी हो गए। बाद में कुछ लोगों ने उन्हें जूडान में ही देखा। इसे ईसा मसीह का पुनर्जन्म माना गया। यह निश्चिततः पता नहीं चलता कि ईसा मसीह इसके

बाद कहां गए, कहां रहे और कहां उनकी मृत्यु हुई। इसलिए इस बारे में भी अनेक लोगों ने अपने-अपने ढंग से खोज की है और अपने निष्कर्ष प्रस्तुत किए हैं।

जर्मनी के एक मुस्लिम सम्प्रदाय की यह धारणा है कि ईसा की मृत्यु सूली पर नहीं हुई। प्रसिद्ध जर्मन लेखक होगर केरस्टेन (जीसस लिड इन इंडिया) तथा सिंग फ्रायड ओवेमेर (जीसस डाइड इन कश्मीर) ने भी इसी तथ्य को स्वीकार किया है। आचार्य रजनीश की मान्यता है कि श्रुत्वार को जब ईसा को सूली से उतारा गया तो वे केवल बेहोश हुए होंगे तथा कीलों से उन्हें काफी चोट भी आयी होगी। बाद में ईसा के शिष्यों ने रोमन सैनिकों से मिलकर उनके घायल शरीर को गुफा से निकाल लिया और उनका उपचार किया। संभव है इस योजना में रोमन सरकार के कुछ अधिकारी भी शामिल हों। उपचार से ईसा स्वस्थ हो गए और उसी समय उन्हें कुछ लोगों ने देखा। हालात पर विचार करने से अन्य कुछ विद्वान भी इसी निष्कर्ष पर पहुंचे हैं। फिर भी है यह केवल अनुमान ही।

स्वस्थ होने के उपरांत ईसा मसीह ने यह महसूस किया कि जूड़िया का वातावरण उनके अनुकूल नहीं है। यहूदियों की कट्टरता और अंधविश्वास उन्हें न तो अपनी बात कहने देंगे और न उन्हें जीवित छोड़ेंगे। इसलिए उन्होंने जूड़िया छोड़कर भारत में रहने का निर्णय लिया, जहां का उन्हें पहले भी अच्छा अनुभव था। चूंकि यहूदियों के आतंक के कारण इस बात का प्रचार नहीं किया जा सकता था, इसलिए उन्होंने खामोशी से ही यह कार्य किया। संभवतः इसलिए उनके शिष्यों को इस बात की जानकारी नहीं मिल पायी।

भारत में ईसा मसीह अधिकतर काश्मीर में रहे और 112 वर्ष की आयु में पहलगाम में उनकी मृत्यु हुई। आचार्य रजनीश के अनुसार वहां उनकी कब्र भी बनी हुई है, जिसकी देखभाल पीढ़ी दर पीढ़ी एक यहूदी परिवार करता आ रहा है। चूंकि इस कब्र का सिर वाला भाग

काबा की तरफ नहीं है, इससे निश्चित ही यह किसी मुसलमान की कब्र नहीं हो सकती। फिर इस कब्र के पास शिलालेख पर हिन्दू भाषा में जो लिखा हुआ है, वह इसे जीसस की कब्र ही प्रमाणित करता है। शिलालेख पर लिखी हुई इबारत इस प्रकार है--

‘जोसुसा नामक एक महान् सद्गुरु यहां आए और एक सौ बारह वर्ष की उम्र तक अपने शिष्यों के साथ शान्तिपूर्वक

रहे। वे प्यार से अपने शिष्यों से कहते थे कि तुम मेरी भेड़ें हो और मैं तुम्हारा चरवाहा हूं। मैं तुम्हें सही मार्ग पर चलना सिखाता हूं।’

इसलिए जहां उनकी मृत्यु हुई, उस स्थान का नाम उनके सम्मान में पहलगाम पड़ गया। काश्मीरी भाषा में ‘पहलगाम’ का अर्थ होता है—गड़रिये का गांव।

**10/611, मानसरोवर,
जयपुर - 302020 (राजस्थान)**

लघु कथा

वास्तविक पुरस्कार

पुराने समय में एक राजा था जिसे सुंदर-सुंदर इमारतें बनवाने का शौक था। राजा ने दूर-दूर से कुशल शिल्पियों को अपने राज्य में बुला रखा था ताकि वे राज्य में और सुंदर-सुंदर इमारतों व विशाल प्रासादों और भवनों का निर्माण कर सकें। राजा शिल्पियों का आदर भी करता था और उन्हें उचित पारिश्रमिक के अलावा पुरस्कार भी देता था। इन्हीं शिल्पियों में एक अत्यंत अनुभवी शिल्पी भी था जो अब वृद्ध हो गया था। उसने वर्षों तक राज्य की सेवा करते हुए अनेक उत्कृष्ट भवनों का निर्माण किया था। एक दिन वृद्ध शिल्पी ने राजा से कहा, “महाराज मैंने जीवन भर राज्य की सेवा की है लेकिन अब मैं वृद्ध हो गया हूँ इसलिए मुझे राज्य की सेवा से मुक्त करने की कृपा करें।”

राजा ने वृद्ध शिल्पी की बात बड़े ध्यानपूर्वक सुनी और उससे कहा, “महान शिल्पी आपकी सेवाओं के लिए मैं ही नहीं पूरा राज्य तुम्हारा कुतज्ज है। आपको सेवानिवृत्त होने का पूरा अधिकार है लेकिन मेरी ख्वाहिश है कि सेवानिवृत्ति से पहले आप मेरे लिए एक भवन और बनाओ जो आज तक बने सभी भवनों से श्रेष्ठ व उत्कृष्ट हो।” शिल्पी राजा की ख्वाहिश को कैसे टाल सकता था? वह भवन बनाने के काम में जुट गया लेकिन बेमन से। उसने उस श्रेष्ठता व उत्कृष्टता का परिचय नहीं दिया जिसकी उससे अपेक्षा थी। बस किसी तरह भवन पूरा कर दिया और राजा से पुनः सेवामुक्ति की प्रार्थना की।

राजा ने कहा, “मैं आपकी कला से अत्यंत प्रभावित हूँ और इसीलिए मैंने आपसे इस उत्कृष्ट भवन का निर्माण करवाया है ताकि आपको पुरस्कार स्वरूप ये भवन दे सकूँ। शिल्पी प्रसन्न तो हुआ लेकिन उसे इस बात का बेहद अफसोस भी हुआ कि उसने इस भवन का निर्माण पूरे मन से नहीं किया और उसमें अनेक कमियाँ रह गईं। हमारी सेवानिवृत्ति के बाद की अवस्था भी प्रायः कुछ ऐसी ही होती है जहाँ हम अपनी श्रेष्ठता को नज़रअंदाज़ कर अनमने से होकर कार्य करते लगते हैं और अपना वास्तविक पुरस्कार खो बैठते हैं।

• प्रेम नारायण गुप्ता
ए.डी.-26-सी, पीतमपुरा, दिल्ली-110034

अहिंसा का जीवन जीने वाले विरल महापुरुष थे आचार्य महाप्रज्ञ

सरदारशहर, 18 नवम्बर।

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाप्रज्ञ समाधि स्थल का महासभा द्वारा एक भव्य समारोह में जैन संस्कार विधि से शिलान्यास हुआ। शिलान्यास की प्रथम शिला महासभा के अध्यक्ष चैनरूप चंडालिया ने रखी। जैन विश्व भारती के अध्यक्ष सुरेन्द्र चोरड़िया, जय तुलसी फाउण्डेशन के प्रबन्ध न्यासी सुरेन्द्र दूगड़, अ.भा. महिला मंडल की अध्यक्षा कनक बरमेचा, आचार्य तुलसी शान्ति प्रतिष्ठान के मूलचन्द बोथरा, चार्तुर्मास व्यवस्था समिति के अध्यक्ष सुमिति गोठी, अ.भा. भारतीय तेयुप के उपाध्यक्ष संजय खटेड़, तुलसी दूगड़, अशोक चोरड़िया (टमकोर) एवं राजेन्द्र बच्छावत सहित अनेक विशिष्ट व्यक्तियों ने आचार्य महाप्रज्ञ समाधि स्थल का शिलान्यास किया। मर्यादा कोठारी, रत्न दूगड़, पन्नालाल पुगलिया, संजय खटेड़, सलिल लोढ़ा, अविनाश नाहर, बजरंग सेठिया आदि ने मंगल मंत्रोच्चार के साथ शिलान्यास की विधि संपादित करवाई। इस अवसर पर देश के विभिन्न संभागों से आए हजारों लोग उपस्थित थे। शिलान्यास के पश्चात समाधि स्थल के परिपाश्व में बने विशाल पांडाल में कार्यक्रम प्रारंभ हुआ। मुनि किशनलाल ने अपने विचार रखे।

आचार्य महाश्रमण धुंवर की बाधा के कारण गांधी विद्या मंदिर से प्रस्थान कर लगभग दस बजे समाधि स्थल पर पथारे। आचार्य महाश्रमण ने कुछ क्षण तक समाधि स्थल पर ध्यान किया, मंगल पाठ सुनाया। संगीता बच्छावत ने सुमधुर गीत का संगान किया। अन्तर्राष्ट्रीय प्रेक्षाध्यान शिविर में समागम सिंगर अलेक्जेंडर एवं विदेशी शिविरार्थियों ने प्रेक्षा गीत का संगान कर जनता को मंत्रमुग्ध

कर दिया। महासभा के अध्यक्ष चैनरूप चंडालिया ने आचार्य महाप्रज्ञ समाधि स्थल के प्रस्तावित स्वरूप की विशद अवगति दी। चंडालिया ने स्क्रीन पर प्रस्तावित मॉडल का विश्लेषण किया तो जनता ने ‘ओम अर्हम्’ की ध्वनि के साथ हर्षभिव्यक्ति की। जैविभाव के अध्यक्ष सुरेन्द्र चोरड़िया, महासभा के प्रधान द्रस्टी राजेन्द्र बच्छावत ने भी प्रस्तुत संदर्भ में अपने विचार रखे। इस अवसर पर अनेक श्रद्धालुओं ने अपने उदार सहयोग की घोषणा की।

मुख्य नियोजिका साधी विश्रुतविभान ने कहा आचार्य महाप्रज्ञ असाधारण योगी थे। उनकी सारी क्रियाएं ध्यान के साथ जुड़ी हुई थी। उनके जीवन का अधिकांश समय श्रुत की आराधना में बीता। वे ज्ञान के आकार थे। समाधि स्थल के प्रकांपन यहां आने वाले लोगों में ध्यान और श्रुत की चेतना जागृत करेंगे।

महाश्रमणी साधीप्रमुखा कनकप्रभा ने कहा ‘हम एक ऐसे महापुरुष की समाधि स्थल पर बैठे हैं, जो साधक, योगी, दार्शनिक, साहित्यकार और प्रशासक थे। वे सर्वतोमुखी व्यक्तित्व से संपन्न थे। उनके भौतिक स्मारक की योजना अभी प्रस्तुत की गई। उनका अभौतिक स्वरूप प्रभास्वर और प्रेरक बना रहे।’

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण ने कहा ‘परम पूज्य आचार्य महाप्रज्ञी के समाधि स्थल का शिलान्यास प्रसंग। यहां आकर परम पूज्य की स्मृति की। शिलान्यास का प्रसंग सीधा हमसे जुड़ा हुआ नहीं है। वह समाज का कार्य है। समाधि स्थल के लिए अनुदान की घोषणाएं हुईं। यह भी सामाजिक कार्य है। अनुदान-दाताओं का समाधि स्थल तथा उसके आसपास नाम नहीं होना

चाहिए। बच्छावत परिवार ने भी योगदान दिया। मेरे मन में बच्छावत परिवार के प्रति प्रमोद भावना है।

आचार्यश्री महाप्रज्ञ का जीवन अत्यन्त पवित्र था। उनकी श्रुतोपासना अनुपम थी। संघीय कार्यों में व्यस्त रहते हुए भी वे श्रुतोपासना में समय लगाते थे। उनमें संयम का सौष्ठव था, वत्सलता और करुणा थी, इसे हमने भोगा है, देखा है, जाना है। पूर्व के दस आचार्यों में उन्होंने सबसे लम्बा आयुष पाया। वे चले गए, किन्तु उनका यशःशरीर विद्यमान है। उनकी इच्छा थी कि महाश्रमण का प्रथम चार्तुर्मास सरदारशहर में हो। परम पूज्य का आशीर्वाद हम सबको प्राप्त हो। जो दायित्व उन्होंने सौंपा है, उसे बखूबी निभा सकें।

उन्होंने कहा कि आज गुरुदेव तुलसी का स्मरण करता हूं, जिन्होंने मुझसे कहा था कि ऊपर जाकर भी मैं तुम्हारा ध्यान रखूँगा। मेरी कामना है कि दोनों महान गुरुओं से मुझे शक्ति मिलती रहे।

आचार्यश्री महाप्रज्ञ ने लम्बे समय तक धर्मसंघ की सेवा की। सबको अहिंसा, करुणा, मैत्री और शान्ति का संदेश दिया। वे अहिंसा का जीवन जीने वाले विरल महापुरुष थे। हम आचार्य महाप्रज्ञ के प्रति प्रणत हैं। समाधि स्थल पर

आने वाले लोगों को ध्यान की प्रेरणा मिले, प्रज्ञा जागरण की शक्ति मिले, यही अभीप्सा है।’ संयोजन महासभा के महामंत्री भंवरलालजी सिंधी एवं आभार ज्ञापन महासभा के उपाध्यक्ष रत्न दूगड़ ने किया।

महाप्रज्ञ अलंकरण दिवस

19 नवम्बर। ‘महाप्रज्ञ अलंकरण दिवस’ जीवन विज्ञान दिवस के रूप में आयोजित हुआ। प्रारंभ में मुनि महावीरकुमार ने

मंगल संगान किया। कार्यक्रम में जीवन विज्ञान प्रभारी मुनि किशनलाल, समण सिद्धप्रज्ञ, गांधी विद्या मंदिर के अध्यक्ष कनकमल दूगड़, चार्तुर्मास व्यवस्था समिति के महामंत्री रत्न दूगड़ एवं संपत्तमल सुराणा ने अपने विचार व्यक्त किए। इसमें सरदारशहर के विभिन्न विद्यालयों के लगभग तीन हजार छात्र-छात्राएं उपस्थित थे।

अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण ने कहा जीवन विज्ञान आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा शिक्षा जगत को दिया गया एक महत्त्वपूर्ण अवदान है। यह दिवस आचार्य महाप्रज्ञ को ‘महाप्रज्ञ’ अलंकरण प्राप्त होने के उपलक्ष्य में आज के दिन मनाया जाता है। जीवन विज्ञान के प्रयोग जिन प्रान्तों के स्कूलों में करवाए गए, उनके बहुत उत्साहवर्धक परिणाम सामने आए। इससे शिक्षा के क्षेत्र में जीवन विज्ञान के प्रति रुक्षान बढ़ा। प्रशिक्षण देने वाले शिक्षक प्रशिक्षक तैयार किए गए। इसके लिए शिविरों का उपक्रम आज भी चल रहा है। शिक्षा के क्षेत्र में जीवन विज्ञान जैसे उपक्रम का समावेश होना चाहिए। जीवन विज्ञान मूल रूप से जीने की कला का विज्ञान है, जो सम्यक कार्यों में शक्ति के नियोजन की प्रेरणा देता है।

इस अवसर पर धनपत लूणिया ने आचार्य महाप्रज्ञ का चित्र पूज्यवर को उपहर किया। राजेन्द्र सोलांकी ने कविता प्रस्तुत की। साधी गुप्तिप्रभा ने अपने उद्गार व्यक्त किए। रात्रि में अणुव्रत भावना पर आधारित ‘ऊंची उड़ान’ एकांकी का मंचन किया गया। कन्या भूणहत्या के उन्मूलन की प्रेरणा देने वाली इस नाटिका का निर्देशन डॉ. कुसुम लूणिया ने किया। इसका मंचन महिला मंडल दिल्ली द्वारा किया गया।

'वर्तमान परिषेक्य में सापेक्षा अर्थशास्त्र की प्रासंगिकता' पर सेमिनार

सरदारशहर, २० नवम्बर। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण के सान्निध्य में आई.ए.एस.इ. मान्य विश्वविद्यालय व आई.आर.आई. लाडनूँ के संयुक्त तत्त्वावधान में 'वर्तमान परिषेक्य में सापेक्षा अर्थशास्त्र की प्रासंगिकता' विषयक दो दिवसीय सेमिनार का शुभारंभ हुआ। जैविभा मान्य विश्वविद्यालय की कुलपति समणी चारित्रप्रज्ञा, आई.आई.एम. अहमदाबाद के प्रोफेसर डॉ. शैलेन्द्र मेहता, गांधी विद्या मंदिर के अध्यक्ष कनकमल टूगड़, प्राचार्य डॉ. दिनेशकुमार, शान्तिलाल बरमेचा, आई.ए.एस. विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. एम. एल. भट्ट, अनिलकुमार उपाध्याय, पी.जी. स्कॉलर रसिम जैन, प्रमोद शर्मा, गुजरात विश्वविद्यालय के सेवानिवृत्त रीडर प्रो. एस.एन. भट्ट, डॉ. जितेन्द्रकुमार लोढ़ा, संगीता सोनी, प्रो. वी.वी. भरतवाल, मुनि अक्षयकुमार, मुनि योगेशकुमार व मुनि हिमांशुकुमार ने प्रस्तुत विषय पर अपने विचारों की अभिव्यक्ति दी। प्रारंभ मुनि जंबूकुमार के मंगलाचरण से हुआ। कार्यक्रम की अध्यक्षता गुजरात यूनिवर्सिटी के पूर्व कुलपति प्रो. एस. वी. बोहरा ने की।

साधीप्रमुखा कनकप्रभा ने अपने उद्बोधन में कहा 'भगवान महावीर धर्म के प्रवक्ता थे। आज अर्थशास्त्र बाजार पर हायी हो रहा है।

जीवन विज्ञान दिवस

दिल्ली, 19 नवंबर। साधी यशोधरा के सान्निध्य में ओसवाल भवन में जीवन विज्ञान दिवस मनाया गया। साधीश्री ने कहा जीवन विज्ञान जीने की कला सिखाता है। मुख्य वक्ता के रूप में आयकर आयुक्त के.सी. जैन ने कहा कि जीवन विज्ञान एक शोधन पद्धति है, उससे व्यावहारिक दक्षता बढ़ती है। साधी ऋजुयशा ने भी अपने विचार रखे। अणुव्रत महासमिति की शिक्षा मंत्री राज गुरेचा प्रेशाध्यान के प्रयोग

अर्थशास्त्र क्या है? पूँजी, उत्पादन और मुनाफा इनकी समन्वित ही तो अर्थशास्त्र है। आज बाजार का एक ही उद्देश्य है पैसे का अधिकाधिक अर्जन। इसके लिए मानवीय मूल्यों को तिलांजलि दे दी जाती है। वर्तमान की यही सबसे बड़ी समस्या है।'

उन्होंने कहा 'आचार्य महाप्रज्ञा ने विकास के चार बिन्दु प्रस्तुत किए आर्थिक विकास, भौतिक विकास, नैतिक विकास और आध्यात्मिक विकास। जब हम अर्थस्त्रीय विकास की चर्चा करते हैं तो तीन बातें उभर कर सामने आती हैं १. अर्थ के अर्जन में साधन शुद्धि का प्रयोग। २. व्यक्तिगत संग्रह और स्वामित्य की सीमा। ३. उपयोग की सीमा।

अर्थार्जन करने वाले हर व्यक्ति के सामने यह त्रिपदी रहे तो भगवान महावीर द्वारा प्रस्तुत अर्थ की अवधारणा सबके लिए आदर्श बन सकती है।'

आचार्य महाश्रमण ने कहा 'दो विभाग हैं। एक विभाग के दो कोण हैं भौतिक और आर्थिक विकास तथा नैतिक और आध्यात्मिक विकास। गृहस्थ जीवन जीने वाले व्यक्ति के लिए भौतिक विकास की आवश्यकता होती है और भौतिक विकास के लिए अर्थ की अनिवार्यता होती है। लेकिन इस बात

को समझा जाना चाहिए कि नैतिकताशून्य भौतिक विकास किसी के लिए वांछनीय नहीं है। भारतीय वाड्मय में त्रिवर्ग की कामना की गई। ये त्रिवर्ग हैं धर्म, अर्थ और काम। जीवन में भौतिक अपेक्षाएं अर्थ सापेक्ष हैं। किन्तु अर्थ अनर्थकारी न बने और काम दुष्कार न बने, इसलिए तीसरी अपेक्षा है धर्म की। अर्थ पर धर्म का अंकुश रहे। अर्थार्जन में प्रामाणिकता और अर्थ के

उपभोग में संयम जरूरी है। बारह ब्रतों को स्वीकार करने से सामाजिक व्यवस्था भी सुचारू रूप से अपना काम करती है। अर्थशास्त्र के साथ यदि नैतिकता और अनुकंपा को जोड़ दिया जाए तो वह अर्थशास्त्र व्यक्ति और समाज के लिए उपयोगी बन सकता है।' आभार ज्ञापन एम.एल. भट्ट ने किया। संयोजन मुनि मोहजीतकुमार एवं बजरंग जैन ने किया।

ओमप्रकाश सोनी का निधन



लाडनूँ, 25 नवंबर। विगत लम्बे समय से अणुव्रत से जुड़े ७९ वर्षीय 'अणुव्रत सेवी' ओमप्रकाश सोनी का २५ नवंबर २०१० को रात्रि ८ बजे निधन हो गया। ओमप्रकाश सोनी जीवन पर्यंत अणुव्रत के लिए कार्य करते रहे। १९९३ में अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी की प्रेरणा से लाडनूँ में अणुव्रत समिति का पुनर्गठन किया गया। ओमप्रकाश सोनी एक साधारण सदस्य के रूप में समिति से जुड़े। सोनी पिछले ३ वर्षों से अणुव्रत समिति लाडनूँ के अध्यक्ष पद पर कार्यरत थे।

समणी रामकुमारी ने उनकी स्मृति सभा को संबोधित करते हुए कहा संसार असार है, यहां लोग आते-जाते रहते हैं। याद उन्हें किया जाता है जो जाने के पहले कुछ कर गुजारते हैं। अणुव्रत समिति लाडनूँ के अध्यक्ष ओमप्रकाश सोनी ऐसे ही व्यक्ति थे। उन्होंने जीवन पर्यन्त पुरुषार्थ किया और स्थानीय स्तर पर अणुव्रत को प्रसारित किया। वे सदैव निश्चिन्त रहते थे। साधी काव्यलता ने कहा कथनी-करनी में वे समानता रखते थे। कम बोलना और काम अधिक करना उनकी पहचान थी। संरक्षक विजयसिंह बरमेचा ने अणुव्रत प्रभारी मुनि सुखलाल के संदेश का वाचन किया।

अणुव्रत समिति के मंत्री डॉ. आनन्द प्रकाश त्रिपाठी ने कहा ओमप्रकाश सोनी निस्पृह और निर्लोभी थे। उन्होंने कभी कोई अपेक्षा नहीं की। उन्होंने किसी कार्य का कभी कोई प्रतिदान नहीं चाहा। आचार्य महाप्रज्ञ ने उन्हें 'अणुव्रत सेवी' के संबोधन से संबोधित किया था। जैन विश्व भारती विश्वविद्यालय के कुल सचिव डॉ. जे.पी.एन. मिश्रा ने उन्हें सबके लिए सदैव उपलब्ध होने वाला व्यक्ति बताया। इस अवसर पर जनाब अली अकबर, डॉ. राकेश मणि त्रिपाठी, जगमोहन माधुर, सीताराम टेलर, अशोक उपाध्याय, सतीश शर्मा, नन्दलाल वर्मा, शान्तिलाल रेगर, किरण बरमेचा, प्रेम प्रकाश सोनी, नगर पालिका के अध्यक्ष बच्चराज नाहटा ने अपने श्रद्धासिकत उद्गार व्यक्त किये। संयोजन वीरेन्द्र भाटी मंगल ने किया।

दिवंगत आत्मा को अणुव्रत महासमिति परिवार की भावभीनी श्रद्धांजलि।

भूख, बेरोजगारी और भ्रष्टाचार नक्सली हिंसा के कारण

सरदारशहर, 19 नवंबर। देश की बहुत बड़ी युवाशक्ति भूख, बेरोजगारी और भ्रष्टाचार की मार से त्रस्त है। व्यक्ति और सामाजिक जीवन में जहर घोलता भ्रष्टाचार शक्तिहीन बनाती भूख और आक्रोश उत्पन्न करती बेरोजगारी ने बिहार, छत्तीसगढ़, झारखण्ड, पश्चिम बंगाल, उड़ीसा, मध्यप्रदेश आदि प्रांतों में नक्सलवादी हिंसा को बढ़ावा दिया है। रचनात्मक आधार की कमी तथा अहिंसक शक्तियों के बिखराव ने भी इसे आगे बढ़ने का अवसर दिया है। प्रशिक्षण, प्रस्तुतिकरण तथा जन-जागरण के द्वारा ऐसी हिंसा पर अंकुश लगाया जा सकता है। मानवता के मसीहा आचार्य महाप्रज्ञ द्वारा प्रस्तुत अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र के तनाव नियंत्रण तथा रोजगार प्रशिक्षण आयाम द्वारा नक्सली हिंसा को कम करने की दिशा में सार्थक प्रयास हो रहा है। बिहार, झारखण्ड जैसे राज्यों में कार्यकर्ता शक्ति ने अपनी असरदार भूमिका द्वारा हृदय परिवर्तन के अनेक अनुकरणीय उदाहरण प्रस्तुत किए हैं। एक करोड़ लोगों को व्यसनमुक्ति संकल्प दिलाने, जन-जागरण

सम्मेलन एवं सघन यात्राओं की राष्ट्रव्यापी योजना बनायी जा रही हैं। अणुव्रत अनुशास्ता आचार्य महाश्रमण के संदेश को देश के करोड़ों लोगों तक पहुंचाने की योजना राष्ट्रीय अणुव्रत शिक्षक संसद ने तैयार की है। ये विचार अणुव्रत प्रभारी मुनि सुखलाल ने देश के विभिन्न राज्यों में समागम अहिंसा प्रशिक्षकों को संबोधित करते हुए व्यक्त किया। संयोजन करते शिक्षक संसद के राष्ट्रीय संयोजक एवं अध्यक्ष भीखमचंद नखत ने अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्रों की उपलब्धियों पर प्रकाश डाला।

इस अवसर पर हिंसाग्रस्त क्षेत्र बाढ़ (बिहार) के प्रशिक्षक प्रो. साधुशरण सिंह 'सुमन' पटना केन्द्र के प्रशिक्षक सौरभ आचार्य, झारखण्ड के पी. चौधरी, शेरपुर पंजाब के संजय भाई, फतेहपुर राजस्थान के सतीश शाण्डिल्य, हांसी हरियाणा के अवधेश आशीष सहित अनेक प्रशिक्षकों ने अपने कार्यकलापों पर प्रकाश डाला। अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्रों द्वारा उत्पादित वस्तुओं की एक प्रदर्शनी 20-21 नवंबर 2010 को स्थानीय टीचर्स ट्रेनिंग कॉलेज में लगायी गयी।

सेलम में अणुव्रत शिक्षक संगोष्ठी

सेलम, 21 नवंबर। शिवाजी नगर विद्यामंदिर सेलम में अणुव्रत शिक्षक संगोष्ठी का आयोजन किया गया। इसमें लगभग 300 शिक्षकों ने भाग लिया। कार्यक्रम के मुख्य अतिथि व प्रमुख वक्ता हीरालाल श्रीमाली ने व्यसन से दूर रहने एवं नैतिक जीवन जीने की प्रेरणा दी। संगोष्ठी में शिक्षकों के 5 व्रत तथा छात्रों के 7 व्रतों पर पूर्ण प्रकाश डालते हुए इन अणुव्रतों को ग्रहण करने पर बल दिया।

उपस्थित सभी शिक्षकों ने अणुव्रत नियमों को जीवन में अपनाने की बात कही। कार्यक्रम की सफलता में के.सी. जैन, कंचन सेठिया का सराहनीय श्रम रहा। कार्यक्रम में विद्यामंदिर एसोसिएशन के न्यासी लक्ष्मण, रंगनाथन, पाण्डुरंग, केवलचंद बोहरा, सरदार मल नाहर उपस्थित थे। विद्यामंदिर के विभिन्न स्कूलों के प्राचार्य भी उपस्थित थे। राष्ट्रगान के साथ संगोष्ठी संपन्न हुई।

युगीन समस्याओं का समाधान

अहमदाबाद, 20 नवंबर। गुजरात राज्य अणुव्रत समिति द्वारा आयोजित निबन्ध प्रतियोगिता में उपस्थित जन समूह को संबोधित करते हुए साधी कनकरेखा ने कहा वर्तमान युग अहिंसा, भ्रष्टाचार, आतंकवाद, पर्यावरण समस्या आदि अनेक समस्याओं का समाधान संयम, सादगी, नैतिकता और मानवता द्वारा अणुव्रत प्रदान करता है। देश की आजादी के साथ ही आचार्य तुलसी ने देश का चरित्र बल, नैतिक बल बढ़ाने हेतु अणुव्रत आंदोलन की शुरुआत की। आचार्य महाप्रज्ञ ने अहिंसा यात्रा द्वारा अहिंसक चेतना जगाने का महनीय उपक्रम चलाया। वर्तमान में आचार्य महाश्रमण अणुव्रत को आगे बढ़ाने हेतु संयम, सादगी व

सदाचार की प्रेरणा प्रदान कर रहे हैं। आवश्यकता इस बात की है कि हमारे जीवन व्यवहार में संयम व सादगी बोले तभी युगीन समस्याओं का समाधान अणुव्रत के माध्यम से संभव होगा।

गुजरात राज्य अणुव्रत समिति के अध्यक्ष जवेरीलाल संकलेचा ने स्वागत भाषण करते हुए प्रतियोगिता में भाग लेने वालों एवं प्रतियोगिता के संयोजक महेन्द्र चौपड़ा तथा छीतरमल मेहता के प्रति आभार व्यक्त किया।

कार्यक्रम की सफलता में साधी गुणप्रेक्षा, साधी संवरविभा, साधी कैवल्यप्रज्ञा का विशेष श्रम रहा। प्रतियोगियों को गुजरात राज्य अणुव्रत समिति द्वारा पुरस्कृत किया गया। संयोजन अशोक दूगड़ ने किया।

अणुव्रत चेतना दिवस पर सर्वधर्म सम्मेलन

बरपेटा रोड, 7 नवंबर। साधी त्रिशलाकुमारी के सान्निध्य में अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी का जन्म दिवस "अणुव्रत चेतना दिवस" के रूप में मनाया गया। इस अवसर पर सर्वधर्म सम्मेलन का भी आयोजन हुआ।

साधी त्रिशलाकुमारी ने सभा को संबोधित करते हुए कहा

गुरुदेव तुलसी ने तीन सूत्र दिये हैं चिंता नहीं चिंतन करो, व्यथा नहीं व्यवस्था करो, प्रशस्ति नहीं प्रयोग करो। साधीश्री ने कहा कि अणुव्रत दो शब्द अणु एवं व्रत के योग से बना है। अणु का अर्थ है छोटा तथा व्रत का अर्थ है संकल्प। व्रत छोटे हैं पर बहुत शक्तिशाली हैं। जैसे छोटे से अंकुश द्वारा मदोन्मत हाथी को वश में किया जा सकता है, छोटा सा दीपक अंधकार को मिटा सकता है ठीक वैसे ही छोटे-छोटे नियम हर मानव के लिए उपयोगी हैं। अणुव्रत में जाति, धर्म और

सम्प्रदाय का कोई भेदभाव नहीं है। हर इंसान इसे अपना सकता है। कार्यक्रम में गुरुद्वारा प्रबंध कमेटी के गुरुचरण सिंह, ब्रह्मकुमारी मामोनी बहन, जामा मस्जिद के अब्दुल रहीम व जाहारुल इस्लाम, ठाकुर बाड़ी के नागरमल शर्मा उपस्थित थे। सभी धर्मगुरुओं ने अपने विचार रखे।

सभाध्यक्ष इन्दर चन्द बांठिया, महिला मंडल की अध्यक्षा किरण धीया ने अतिथियों का स्वागत किया। महिला मंडल की बहनों ने मधुर गीत का संगान किया। कन्या मंडल का "विज्ञापन" कार्यक्रम बहुत ही रोचक रहा। इस अवसर पर पुखराज सुराणा, अनिल जैन, सुनील सेठिया ने विचार रखे। कार्यक्रम में गुवाहाटी, बोंगाई गांव, सापट ग्राम, दीनहट्टा, हावली, सरभोग के भाई-बहन उपस्थित थे। संयोजन साधी कल्पयशा ने किया।

पर्यावरणशुद्धि एवं व्यसनमुक्ति कार्यक्रम

उदयपुर, 7 नवंबर। अणुव्रत समिति, सेवा समिति एवं जीवन सेवा समिति उदयपुर के संयुक्त तत्वावधान में स्वराज्य नगर सेक्टर-11 स्थित कच्ची बस्ती के लोगों में स्वास्थ्य, पर्यावरण एवं व्यसनमुक्त जीवन जीने के बारे में जनजागरण हेतु जागरूकता कार्यक्रम रखा गया। समारोह के मुख्य क्षेत्रीय पार्षद राजेश सिंधवी ने कहा कि सभी को अणुव्रत के नियम अपनाने चाहिए। व्यसन मुक्त जीवन जीने से शरीर में होने वाली बीमारियों से बचकर हम स्वस्थ जीवन जीकर परिवार व समाज की सेवा कर सकेंगे।

समारोह की अध्यक्षता करते हुए अणुव्रत समिति के अध्यक्ष गणेश डागलिया ने अणुव्रत समिति की गतिविधियां बताते हुए व्यक्ति को नशे की लत से बचने की सलाह दी। उन्होंने नशे से दूर रहने तथा

अणुव्रत की बयार

चित्तौड़गढ़। गीता हमें कर्मसूपी तत्व का बोध कराती है, कुरान दर्द दिल पर मरहम लगाना सिखाती है, अणुव्रत हमें जातिवाद व दलगत राजनीति से दूर कराता है। ये विचार मुनि विनयकुमार 'आलोक' ने पन्नाधाय कॉलोनी में आयोजित अणुव्रत कार्यशाला में व्यक्त किये। कार्यशाला में विविध धर्मों, स्वयंसेवी संगठनों के पदाधिकारियों, डॉक्टर्स व पुलिस अधिकारियों ने भाग लेकर अणुव्रत आंदोलन को आगे बढ़ाने का संकल्प लिया। कार्यक्रम में गीता, कुरान व अणुव्रत के आदर्श तथा गुणों की सरिता बही। मुख्य अतिथि एस.पी. डॉ. गिराज मीणा ने अणुव्रत आंदोलन को पुलिस अभियान बनाने के लिए आश्वस्त किया।

मुनि विनयकुमार 'आलोक' ने कहा ऐसा कोई व्यक्ति नहीं जो स्वयं का विकास नहीं

पर्यावरण को स्वच्छ रख शारीरिक स्वच्छता को बनाये रखने पर जोर दिया।

मुख्य वक्ता के रूप में डॉ. शोभालाल ओदिच्य, चिकित्सा प्रभारी राजकीय आयुर्वेद चिकित्सालय फूटा दरवाजा ने नशे का सेवन करने से किडनी, लीवर एवं अन्य भागों पर किस प्रकार बुरा प्रभाव डालते इसकी जानकारी दी। इस अवसर पर समिति के मंत्री डॉ. निर्मल कुणावत, मौलाना महबूब अली, जमील अहमद, लालजी पर्जन्य, गौरी शंकर गर्ग, पुनीत आदि ने अपनी बात कही। समारोह में जमनालाल दशोरा, अरविन्द चित्तौड़ा, सुरेश सियाल, सुधाकर पीयूष, कमल कुमावत, भवर भारती, राजेश ललवानी उपस्थित थे। संचालन राजेन्द्र सेन ने किया। धन्यवाद महामंत्री डॉ.

जयराज आचार्य ने दिया। धन्यवाद महामंत्री डॉ।

नवसलवाद और आतंकवाद से श्री खतरनाक है भ्रष्टाचार

नई दिल्ली। मुनि सुधाकर के सान्निध्य में उच्चतम न्यायालय के वरिष्ठ न्यायाधीश जी.एस. सिंधवी के निवास पर विचार गोष्ठी का आयोजन हुआ। गोष्ठी में न्यायाधीश गणपत सिंधवी, जिला एवं सत्र न्यायाधीश गौतम चौराड़िया, अणुव्रत महासमिति के संयुक्त मंत्री बाबूलाल गोलछा, दिल्ली प्रदेश अणुव्रत समिति के मंत्री प्रकाश भंसाली, मंजू सिंधवी व न्यायाधीश सिंधवी के अधीनस्थ अधिकारियों ने भाग लिया। इसमें कई समसामयिक विषयों पर चर्चा हुई।

न्यायाधीश जी.एस. सिंधवी ने कहा भारत जैसे धर्मपरायण राष्ट्र में आज जो हिंसा और भ्रष्टाचार का विषेषा वातावरण दिखाई दे रहा है, उसका हमें संगठित होकर प्रतिकार करना चाहिए। भ्रष्टाचार, नक्सलवाद और आतंकवाद से भी खतरनाक है। इससे देश की पवित्र आत्मा दुर्बल बनती है व हमारी आर्थिक प्रगति पर भी विराम लगता है। अणुव्रत आंदोलन के द्वारा जो भ्रष्टाचार के विरोध में स्वर उठा है,

अणुव्रत चेतना दिवस

जयपुर, 7 नवंबर। भिक्षु साधना केन्द्र जयपुर में मुनि धर्मचंद 'पीयूष' के सान्निध्य में आचार्य तुलसी जन्म दिवस "अणुव्रत चेतना दिवस" के रूप में मनाया गया। कार्यक्रम में अच्छी संख्या में भाई-बहनों ने भाग लिया।

मुनि रश्मिकुमार ने आचार्य तुलसी पर अपनी भावाभिव्यक्ति देते हुए कहा कोई भी महापुरुष जन्म से ही महान नहीं होता वह अपनी योग्यता, पुरुषार्थ से ही महान बनता है। ऐसे ही महापुरुषों की श्रेणी में एक नाम है अणुव्रत प्रवर्तक आचार्य तुलसी का। उनके

वह और अधिक सबल वरे, मैं यही मंगल कामना करता हूं। आज अहिंसा व अणुव्रत के संदेश को जन-जन में प्रचारित-प्रसारित करना जरूरी है।

मुनि सुधाकर ने कहा आज हर व्यक्ति का दृष्टिकोण अर्थ प्रधान बन रहा है। जिससे विषमताओं और भ्रष्टाचार का जन्म होता है। हर व्यक्ति में इच्छाएं व लालसाएं होती हैं, किन्तु उनका संयम करना जरूरी है। जब तक संयम और अपरिग्रह की चेतना का विकास नहीं होगा तब तक भ्रष्टाचार की समस्या का समाधान नहीं हो सकता। अणुव्रत व्यक्ति में व्रत चेतना को जगाता है, जो इस समस्या का मूल समाधान है।

न्यायाधीश गौतम चौराड़िया ने कहा आज भ्रष्टाचार कैंसर व एड्स की तरह हमारे देश में फैल रहा है जिसे कानून से नहीं संयम की चेतना के द्वारा रोका जा सकता है।

अणुव्रत महासमिति के संयुक्त मंत्री बाबूलाल गोलछा एवं प्रकाश भंसाली ने गणपत सिंधवी को अणुव्रत साहित्य भेंट किया।

कृतित्व को शब्दों में कह पाना मुश्किल है।

मुनि धर्मचंद 'पीयूष' ने कहा केवल आचार्य तुलसी का जन्म दिन मना लेना ही पर्याप्त नहीं है उनके गुणों को जीवन में उतारने का प्रयास करें। मुनि अशोक कुमार ने आचार्य तुलसी के जीवन पर प्रकाश डाला। कार्यक्रम में अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष जी.एल. नाहर, सरोज बैंगानी, प्रियंका पुगलिया ने अपने भावों की अभिव्यक्ति दी। उपस्थित भाई-बहनों ने अणुव्रत आचार संहिता को जीवन में अपनाने की बात कही।

विरार में अणुव्रत की गूंज

विरार-मुंबई। अणुव्रत फाउंडेशन के सदस्य राजेश चौधरी, मुकेश मादरेचा, किरण परमार, पीयूष चौधरी, दीपक डागलिया, मनीष परमार और महेश परमार ने विरार (मुंबई) के अगाशी गांव में स्टेट जेस्स हाई स्कूल के बच्चों के बीच अणुव्रत की एक संगोष्ठी का आयोजन किया। इसमें 700 बच्चों की उपस्थिति रही।

दीपक डागलिया ने बच्चों को विद्यार्थी अणुव्रत के नियमों की विस्तृत जानकारी देते हुए संकल्प करवाया। राजेश चौधरी ने बच्चों एवं शिक्षकों को विद्यार्थी-शिक्षक अणुव्रतों की जानकारी दी।

अणुव्रत गीत गायन प्रतियोगिता

हल्द्वानी। अ.भा. अणुव्रत न्यास द्वारा आयोजित ‘ग्यारहवीं अणुव्रत नैतिक गीत गायन प्रतियोगिता’ का राज्यस्तरीय कार्यक्रम सैक्रेट हार्ट सी.से. स्कूल हल्द्वानी (उत्तरांचल) में रखा गया। इसमें विभिन्न विद्यालयों के चयनित विद्यार्थी सम्मिलित हुए।

डॉ. मोहन तिवारी ने विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा जीवन के सही विकास में संगत का बहुत असर होता है। अतः आवश्यकता इस बात की है कि शुरू से ही बच्चों में संस्कारों का सिंचन दिया जाय, तभी उनका वास्तविक विकास हो सकेगा। अणुव्रत आंदोलन चरित्र निर्माण का अमोघ अस्त्र है।

सैक्रेट हार्ट पब्लिक स्कूल के निदेशक दीपक पाल ने अणुव्रत कार्यक्रमों की प्रशंसा करते हुए कहा इस प्रकार के रचनात्मक कार्यक्रमों को करने हेतु बल दिया जाये। उन्होंने अणुव्रत कार्यकर्ताओं का आभार व्यक्त किया और अणुव्रत आंदोलन के कार्य को और आगे बढ़ाने के लिए शुभकामनाएं दी।

स्कूल के फादर थॉमस डिसूजा ने बड़े ही मार्मिक शब्दों में अणुव्रत और अणुबम की परिभाषा बताई। कार्यक्रम में प्रधानाचार्य फादर गोनसालेज़ ने भी अपने विचार रखे एवं विद्यार्थी व शिक्षक अणुव्रत के नियमों के पोस्टर पूरे विद्यालय के कमरों में लगाए गए उन्हें रोजाना पढ़ने के लिए बच्चों को प्रेरित किया। भविष्य में जीवन विज्ञान को भी अपने पाठ्यक्रम में जोड़ने का आश्वासन दिया। शिक्षक मिश्रा ने आभार व्यक्त किया। अंत में स्कूली गणवेश, पेन, डायरी, अणुव्रत पोस्टर एवं अल्पाहार वितरण के साथ कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

जीवन विज्ञान को भी अपने पाठ्यक्रम में जोड़ने का आश्वासन दिया। शिक्षक मिश्रा ने आभार व्यक्त किया। अंत में स्कूली गणवेश, पेन, डायरी, अणुव्रत पोस्टर एवं अल्पाहार वितरण के साथ कार्यक्रम सम्पन्न हुआ।

अणुव्रत समिति द्वारा पुरस्कार वितरण



सायरा, 19 नवंबर।

अणुव्रत समिति सायरा द्वारा रा.सी.उ.मा. विद्यालय सायरा एवं रा.मा.वा.

विद्यालय व आदर्श उ.प्रा.वि., बालिका लहरी बाई भोगड़ आदर्श प्रा.वि. सायरा में सन् 2009-10 में जीवन विज्ञान के 210

छात्र-छात्राओं व अणुव्रत परीक्षा में 200 छात्र-छात्राओं एवं 5 शिक्षकों ने परीक्षाएं दी। जिनको पुरस्कार,

प्रमाण-पत्र दिये गये। रा.सी.उ.मा.वि. के प्रधानाचार्य मोहम्मद सहेज ने स्वागत में अपने विचार रखे। उपाध्यक्ष बाबूलाल कावड़िया, अध्यक्ष मीठालाल भोगर ने भी अपने विचार रखे। उत्तीर्ण होने वाले छात्र-छात्राओं को कौपी, पेन व शिक्षकों को गिलास, कौपी, पेन एवं प्रधानाचार्य व

परीक्षा प्रभारी राजेन्द्र गोरवाड़ा का विशेष रूप से सम्मान किया गया।

इसी क्रम में अन्य विद्यालयों में उपाध्यक्ष बाबूलाल कावड़िया द्वारा पुरस्कार वितरण किया गया। शिक्षकों एवं परीक्षा में सहयोग देने वालों का भी सम्मान किया गया।

परीक्षा प्रभारी राजेन्द्र गोरवाड़ा पिछले 20 वर्षों से अणुव्रत एवं जीवन विज्ञान परीक्षाएं करवाते आ रहे हैं। कार्यक्रमों में अणुव्रत सेवी जसराज जैन का विशेष योगदान रहा। इस अवसर पर समिति

के अध्यक्ष मीठालाल भोगर को आचार्य महाश्रमण द्वारा “अणुव्रत सेवी” संबोधन से संबोधित किये जाने पर कार्यकर्ताओं द्वारा शुभकामनाएं प्रेषित की गयी।

मानवता की संजीवनी बूटी है अणुव्रत

राजगढ़, 7 नवंबर।

अणुव्रत आंदोलन के प्रवर्तक आचार्य तुलसी का 97वां जन्म दिवस मुनि विजयराज के सान्निध्य में सुशना सदन में “अणुव्रत चेतना दिवस” के रूप में मनाया गया। उपस्थित भाई बहनों ने अपने श्रद्धासिक भावों की अभिव्यक्ति दी।

मुनि विजयराज ने आचार्य तुलसी के व्यक्तित्व एवं कर्तृत्व की ज्ञानी प्रस्तुत करते हुए कहा कि वे बिना ताज के ही लाखों के सरताज थे आचार्य तुलसी। निर्वल की शक्ति और मानवता की आवाज थे तुलसी। आचार्य तुलसी ने अणुव्रत का दरिया बहा दिया।

देशभर में आचार्य तुलसी का 97 वें जन्म दिवस पर अणुव्रत दिवस के कार्यक्रम

● तारानगर

साध्वी उज्ज्वलरेखा ने आचार्य तुलसी के 97वें जन्म दिवस “अणुव्रत दिवस” पर राजकीय सीनियर से. विद्यालय के विद्यार्थियों को संबोधित करते हुए कहा आचार्य तुलसी ने अणुव्रत आंदोलन का प्रारंभ कर देश, समाज एवं राष्ट्र के उज्ज्वल भविष्य का चिंतन एवं मानवीय मूल्यों की प्रतिष्ठापना हेतु अणुव्रत आंदोलन का प्रवर्तन किया। इस अवसर पर लगभग 900 विद्यार्थियों ने अणुव्रत आचार संहिता के नियम स्वीकार किये। विद्यालय के प्रधानाचार्य भगवानदास ने स्वागत एवं आभार व्यक्त किया। संयोजन अणुव्रत समिति के अध्यक्ष विश्वनाथ भाटी ने किया। कार्यक्रम में माणकचंद, ताराचंद बरमेचा, अशोक, वंशनारायण राय, प्रेमशीला राय, रेशमा डागा, राजू इत्यादि उपस्थित थे।

● सरदारपुरा

साध्वी सुव्रता ने सरदारपुरा तातेड़ गेस्ट हाउस में सभा को संबोधित करते हुए कहा आचार्य तुलसी मानवीय मूल्यों के प्रतिष्ठापक थे। उन्होंने अणुव्रत आंदोलन का सूत्रपात चारित्रिक नैतिक उन्नयन के लिए आज से 62 वर्ष पहले किया। वे अणुव्रत की मशाल को हाथ में लेकर हर प्रांत में पहुंचे और जनता को सुखी जीवन जीने के लिए पथदर्शन दिया। शुभारंभ ताराचंद भंसाली द्वारा अणुव्रत गीत के संगान से हुआ। इस अवसर पर साध्वी कुलबाला, साध्वी सुमनप्रभा, साध्वी नयप्रभा ने तुलसी के व्यक्तित्व, कर्तृत्व एवं तेजस्वी नेतृत्व का जिक करते हुए अनेक प्रसंग सुनाये। इस अवसर पर सुमेमल तातेड़, एम.सी. मेहता, हण्वत राज मेहता, सुधा भंसाली ने विचार रखे। संचालन जगदीश धारीवाल ने किया।

● पड़िहारा

साध्वी मदनश्री के सान्निध्य में अणुव्रत दिवस का कार्यक्रम पड़िहारा में मनाया गया। साध्वी मदनश्री ने कहा आचार्य तुलसी ने हमें अणुव्रत आंदोलन के रूप में महान् अवदान दिया। अणुव्रत आचार संहिता को जीवन में अपनाकर हम जीवन को सुखी बना सकते हैं। इस अवसर पर साध्वी वसुमती, साध्वी संघप्रभा, साध्वी अमितरेखा, स्थानीय जामा मस्जिद के मौलवी, गायत्री परिवार के महाराज जोशी, ठाकुर शेरसिंह, सरपंच जगजीत सिंह, बजरंग जोशी, रंजना दूगड़, अमरचंद सुराणा, श्रीमालचंद सुराणा, मोहनी देवी सुराणा ने अपने ओजस्वी विचार रखे।

● देवगढ़

मुनि प्रसन्नकुमार ने कहा अणुव्रत और आचार्य तुलसी एक दूसरे के पर्याय थे। आचार्य तुलसी ने अणुव्रत के माध्यम से मानवीय मूल्यों की पहचान करायी। शक्षणिक क्षेत्र में भी अणुव्रत ने भागीरथ प्रयास किए हैं। अणुव्रत के छोटे-छोटे नियमों को अपनाकर हम अपने व्यक्तित्व में सुधार ला सकते हैं। मुख्य अतिथि प्रदीप कुमार धाय थे। इस अवसर पर प्रकाश मेहता, राजेन्द्र कुमार सेठिया, विमल बोहरा, उत्तम चंद सखलेचा, ईश्वर लाल श्रीमाल, पारस बाई बोहरा, सम्पतलाल पोखरना, सुनीता आच्छा, सुमित्रा आच्छा, राजेन्द्र मेहता, मंजू डागा ने विचार रखे। संचालन राजेन्द्र कुमार सेठिया ने किया।

● संगरूर

मुनि सुमेरमल ‘लाडनू’ ने अगरनगर में सभा को संबोधित करते हुए कहा सबके कल्याण की कामना करने वाला महापुरुष कहलाता है। महापुरुषों की पहचान भी यही है कि वे स्वार्थ से परे परार्थ एवं परमार्थ के लिए

अपना जीवन अर्पित कर देते हैं। वे एक दायरे में नहीं रहते। ऐसे महापुरुषों की गणना में आचार्य तुलसी का नाम बड़ी ही श्रद्धा के साथ लिया जाता है। उनका जन्म राजस्थान के छोटे से कस्बे लाडनू में हुआ, पर उनका कार्यक्षेत्र भारत ही नहीं पूरा विश्व रहा। मुनि उदितकुमार ने आचार्य तुलसी के अवदानों की चर्चा की। मुनि विजयकुमार ने गीत, मुनि प्रशमकुमार ने कविता प्रस्तुत की। इस अवसर पर हेमराज जैन, रोशनी जैन, ज्योति, वाणी, आभा सिंधवी ने विचार रखे।

● समदड़ी

मुनि मदनकुमार ने कहा अणुव्रत मानव धर्म है और जन-जन के लिये कल्याणकारी है। भेद में अभेद खोजकर प्राणी मात्र में आत्मा का दर्शन करना चाहिये। आचार्य तुलसी जागृत पुरुष थे। उन्होंने अणुव्रत आंदोलन का सूत्रपात कर मानवीय एकता के संपोषण का महान कार्य किया। संयम विकास पर बल देते हुए मुनि कोमलकुमार ने कहा कि उनम पुरुषार्थ के द्वारा भाग्य का निर्माण किया जा सकता है। मुनि शान्तिप्रिय ने उद्घार व्यक्त किये।

● भीलवाड़ा

मुनि हर्षलाल ने कहा आचार्य तुलसी का सम्पूर्ण जीवन कर्मशीलता एवं कर्मजा शक्ति का प्रतीक रहा। वे अपने कार्यों द्वारा राष्ट्रीय क्षितिज पर युगदृष्टा, युग प्रधान, मानवता के मसीहा एवं नवयुग के प्रवर्तन के लिये चिर परिचित रहे। उन्होंने नैतिक एवं अणुव्रत क्रांति का सूत्रपात कर देश को नई दिशा दी। आज अपेक्षा है आचार्य तुलसी के इस नैतिक आंदोलन विचार क्रांति को अपने जीवन में संजोये। जीवन शैली में परिवर्तन करें एवं अणुव्रत का आचार संहिता को अपने आप में

समाहित करें। इस अवसर पर मुनि यशवंतकुमार जसोल, अणुव्रत समिति गंगापुर के संरक्षक देवेन्द्र कुमार हिरण, कैलाश हिरण, पंकज भंडारी, प्रवीण नोलखा, सुलोचना भंडारी, पूजा मेहता, चांदमल सुथरिया आमली, फैरुलाल सिंधवी, मिश्रीलाल भलावत, सुरेश भलावत ने अपनी भावांजलि दी। संयोजन नानालाल बापना ने किया।

● नोहर

साध्वी रत्नश्री ने कहा आचार्य तुलसी ने अणुव्रत आंदोलन के रूप में हमें महान अवदान दिया। अणुव्रत वर्तमान जीवन की शैली कैसी हो उसका एक मॉडल प्रस्तुत करता है। अंधकार में भटकते मानव के लिए अणुव्रत ज्योति है। प्रारंभ महिला मंडल द्वारा अणुव्रत गीत के संगान से हुआ। इस अवसर पर साध्वी हिमश्री, रामकुमार स्वामी, अणुव्रत समिति के अध्यक्ष रामचन्द्र पारीक, सुशील सिपाणी, मुकेश बराड़िया, श्यामसुंदर जैन, किरण छाजेड़, तारा बांठिया, नोरतनमल सिपाणी, लक्ष्मी ओस्तवाल, महेन्द्र सिपाणी, सुशीला बांठिया ने अपने विचार रखे।

● हैदराबाद

साध्वी सत्यप्रभा ने कहा गुरुदेव तुलसी आत्मद्रष्टा, युगद्रष्टा और भविष्यद्रष्टा थे। अणुव्रत भटकते मानव को संयम और सादगी का आलोक प्रदान कर सन्मार्ग की ओर गतिशील करता है। अणुव्रत के छोटे-छोटे नियम समाज में फैली विकृतियों को परिस्कृत करने की रामबाण औषधि हैं। इस अवसर पर साध्वी कुलप्रभा, साध्वी ध्यानप्रभा, साध्वी श्रूतप्रभा, प्रसन्न भंडारी, बालचंद संचेती, नवरत्न सेठिया, साध्वी सत्यप्रभा, निर्मला बैद ने विचार रखे। महिल मंडल ने अणुव्रत गीत का संगान किया। संचालन विमल पुगलिया ने किया।

बाल दिवस पर राष्ट्रपति से भेंट



जयपुर, 14 नवंबर। ‘बाल दिवस’ पर बाल साहित्यकार, लेखकों एवं बाल कल्याण संस्थाओं को महामहिम राष्ट्रपति प्रतिभा देवीसिंह पाटिल से भेंट का अवसर प्राप्त हुआ। इस हेतु दस व्यक्तियों के लिए स्वीकृति प्राप्त हुई। संस्थाओं के प्रतिनिधि मंडल में बाल सम्बल जयपुर, भारतीय बाल कल्याण संस्थान कानपुर, अंतर्राष्ट्रीय बाल साहित्य परिषद् दिल्ली, बच्चों का देश तथा बाल कल्याण एवं बाल साहित्य केन्द्र भोपाल के दस सदस्यों का दल डॉ. राष्ट्रबंधु व पद्मश्री डॉ. श्यामसिंह ‘शशि’ के नेतृत्व में प्रातः 11 बजे राष्ट्रपति भवन पहुंचा। प्रतिनिधि मंडल में पंचशील जैन एवं कल्पना जैन जयपुर, डॉ. महेश सम्मेना व बाल साहित्यकार चित्रांश वाघमारे भोपाल, रमेश चन्द्र पंत अल्मोड़ा, देशबन्धु शाहजहांपुर,

अवधेश मिश्रा कानपुर तथा प्रभंजन वाघमारे भोपाल शामिल थे। राष्ट्रपति महोदया ने सभी की बात ध्यानपूर्वक सुनी। पद्मश्री डॉ. श्यामसिंह ‘शशि’ ने सामाजिक विज्ञान व हिन्दी विश्व कोष का पांचवां भाग महामहिम को भेंट किया। इसमें बाल साहित्य को भी स्थान दिया गया। डॉ. राष्ट्रबंधु ने बाल साहित्य लेखकों के हितार्थ एक स्मरण-पत्र महामहिम को भेंट किया। कल्पना जैन ने ‘बच्चों का देश’ के कुछ अंक भेंट किए, जिनमें राष्ट्रपति प्रतिभा पाटिल से सम्बन्धित समाचार व सामग्री का प्रकाशन हुआ है। पंचशील जैन ने ‘बाल सम्बल’ (निराश्रित बच्चों का अपना घर) सं संबंधित छायाचित्रों का एलबम तथा निवेदन पत्र भेंट किया। सभी उपस्थित महानुभावों ने अपनी एक-एक पुस्तक महामहिम को भेंट की।

श्रेष्ठ व्यक्तित्व का निर्माण

राजगढ़, 19 नवंबर। गीता देवी उ. मा. विद्यालय में आयोजित जीवन विज्ञान कार्यक्रम को संबोधित करते हुए मुनि विजयराज ने कहा जीवन विज्ञान जीने की कला सिखाता है। जीवन विज्ञान छात्रों को सुसंस्कारी बनाता है। जीवन विज्ञान का उद्देश्य श्रेष्ठ व्यक्तित्व का निर्माण करना है। श्रेष्ठ व्यक्तित्व का निर्माण केवल भौतिक शिक्षा से नहीं होगा। इसके लिए चारित्रिक व नैतिक मूल्यों का प्रशिक्षण जरूरी है। जीवन विज्ञान के माध्यम से भौतिक विकास के

साथ-साथ चारित्रिक विकास भी होता है। श्रेष्ठ व्यक्तित्व निर्माण की दिशा में पाठ्यक्रम में जीवन विज्ञान शिक्षा का समावेश जरूरी है। मुनिश्री ने छात्रों को दुर्व्यस्तों से दूर रहने के संकल्प कराते हुए आसन एवं प्राणायाम के प्रयोग करवाए।

संस्था प्रधान ने जीवन निर्माण के उपकरणों की अनुशांसा करते हुए इसे विद्यार्थियों के लिए विशेष उपयोगी बताया। कमल कुमार बोधरा ने विद्यालय में जीवन विज्ञान सामग्री भेंट की।

आचार्य महाश्रमण का आशीर्वाद

सरदारशहर, 12 नवंबर। अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष जी.एल. नाहर ने अपने 77 वर्ष में प्रवेश पर आचार्य महाश्रमण के दर्शन किये। उन्होंने इस अवसर पर आचार्य महाश्रमण को कन्या बचाओ फोल्डर में अणुव्रत महासमिति के उपाध्यक्ष एवं अणुव्रत प्रवक्ता जी.एल. नाहर द्वारा विभिन्न संगठनों, संस्थानों के साथ उत्तम कार्य के प्रचार-प्रसार हेतु एवं अणुव्रत के कार्यों में किये जा रहे प्रयासों का अति सक्षिप्त व्यक्तिगत निवेदन करने पर आचार्यश्री सुबह के प्रवचन के बाद समय दिया एवं उपरोक्त अशीर्वाद शब्द फरमाये थे।

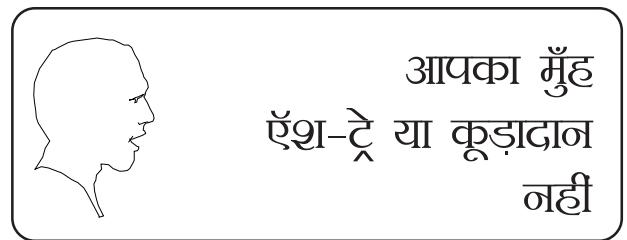
जी.एल. नाहर ने कहा पूज्यवर से प्राप्त ऊर्जा के माध्यम आचार्य महाश्रमण ने कहा नाहरजी ने अभी कन्या भूणहत्या निषेध के संदर्भ में प्रसारित फोल्डर को अवलोकनार्थ प्रस्तुत किया। ये अणुव्रत कार्यों में संलग्न रहते हुए उपासक का कार्य संपादन भी अच्छी तरह से कर रहे हैं।

जी.एल. नाहर ने कहा पूज्यवर से प्राप्त ऊर्जा के माध्यम

अहिंसा प्राणिक्षण केन्द्र में सम्मान समारोह

बाढ़-बिहार। अहिंसा प्रशिक्षण केन्द्र बाढ़ द्वारा स्थानीय ए.एन.एस. कॉलेज के सभागार में प्रति वर्ष बिहार-झारखण्ड प्रांत के समर्पित सेवाभावी नागरिकों को दिया जाने वाला अहिंसा-शाति, अणुव्रत नगर, गौरव तथा कस्तुरबा गांधी नारी रत्न सम्मान समारोह आयोजित किया गया। बिहार राज्य राष्ट्रीय अणुव्रत शिक्षक संसद के संयोजक नवल किशोर प्र. सिंह ने अणुव्रत आंदोलन तथा अहिंसा प्रशिक्षण के महत्व पर प्रकाश डाला। चिकित्सक तथा सभावना द्रस्त के महासचिव प्रबुद्ध चिंतक डॉ. अंजेश कुमार ने अहिंसा प्रशिक्षण द्वारा न्यूरोट्रांसमीटर में बदलाव इकॉनामिक स्ट्रेक्चर में सुधार तथा समता सद्भाव के प्रवर्तन की प्रक्रिया पर प्रकाश डाला।

नगर परिषद के उपाध्यक्ष तथा संस्था संरक्षक राजीव कुमार चुना ने रोजगार प्रशिक्षण में सहयोगियों का उल्लेख किया। प्रो. साधुशरण सिंह सुधार तथा आयोजन प्रो. साधुशरण सिंह ‘सुमन’ ने किया। इस अवसर पर मो. तनवीर के सौजन्य से तीन जरूरतमंद महिलाओं राजिया, ममता तथा पिंकी को सिलाई मशीनें भेंट की गयी। धन्यवाद ज्ञापन राणा शत्रुघ्न सिंह ने किया।



अणुव्रत समिति का वार्षिक आधिवेशन संपूर्ण

थाना-मुंबई। अणुव्रत समिति का वार्षिक अधिवेशन मावली मंडल हॉल में साधी स्वर्णरिखा के सान्निध्य में संपन्न हुआ। अधिवेशन में अणुव्रत समिति के सभी पदाधिकारियों के साथ उपसमितियों के कार्यकर्ताओं एवं स्थानीय नागरिकों ने भाग लिया। प्रारंभ अणुव्रत गीत से हुआ। ज्ञानशाला मुंब्रा, थाना, कन्या मंडल, तेयुप व महिला मंडल ने अपनी प्रस्तुति दी। साधी स्वर्णरिखा ने अणुव्रतों को जीवन में उत्तरने की प्रेरणा देते हुए देहज नहीं लेने का संकल्प करवाया। साधी स्वस्तिका, साधी सुधांशुप्रभा, साधी मुदुलाकुमारी ने अणुव्रत की महत्ता पर प्रकाश डाला।

अणुव्रत समिति मुंबई के मंत्री विनोद कोठारी ने गत बैठक की पुष्टि व वार्षिक प्रतिवेदन प्रस्तुत किया। कोषाध्यक्ष राजेन्द्र कोठारी ने आय-व्यय की प्रस्तुति दी। दिपेश चंडालिया व सुधांशुजे जैन ने अणुव्रत वेबसाइट की प्रस्तुति देते हुए पावर-पाइन्ट द्वारा विविध प्रस्तुति दी। समिति के अध्यक्ष अर्जुन बाफना ने गत वर्ष के कार्यों की

डॉ. जगदीश्वरदं शर्मा को बाल साहित्य सम्प्राट सम्मान गिलूण्ड। अणुव्रत पाक्षिक के लेखक और बाल साहित्यकार डॉ. जगदीश चंद्र शर्मा को हिन्दी भाषा, साहित्य व भारतीय संस्कृति के विकास में उल्लेखनीय योगदान के लिए शरद पूर्णिमा और वाल्मीकि जयंती पर गाजियाबाद में बाल साहित्य सप्राट सम्मान से अलंकृत किया।

गाजियाबाद के हिन्दी भवन, लोहिया नगर में 18वें अखिल भारतीय हिन्दी साहित्य सम्मेलन के अवसर पर मुख्य अतिथि पूर्व राज्यपाल और केन्द्रीय मंत्री डॉ. भीष्म नारायणसिंह, पूर्व मुख्य चुनाव आयुक्त डॉ. जी.वी.जी. कृष्णामूर्ति और पूर्व सांसद तथा मूर्धन्य हिन्दी विद्वान डॉ. रत्नाकर पांडेय ने शॉल, प्रशिस्त-पत्र, सूति चिह्न और उपहार प्रदान कर डॉ. शर्मा को बाल साहित्य सप्राट सम्मान से विभूषित किया। इससे पूर्व अंतर्राष्ट्रीय वृद्ध कल्याण दिवस पर

समीक्षा करते हुए अगले वर्ष दुगुने जोश से कार्य करने हेतु व्यसन मुक्ति, अणुव्रत प्रचेता व अणुव्रती व्यक्ति तैयार करने की योजना प्रस्तुत की।

इस अवसर पर नेमीचंद जैन, मालती बेन जैन को संयुक्त रूप से विशिष्ट पुरस्कार व प्राचांद धाकड़, राजेन्द्र कोठारी, पहेश बाफना, राजकुमार चपलोत, कैलाश बाफना, पारसमल दूगड़ को कार्यकर्ता सम्मान दिया गया। तेयुप ने रूल व महिला मंडल ने रूल को प्रेक्षाध्यान शिविर में सहयोग हेतु अणुव्रत उपसमिति नई मुंबई को प्रथम, दक्षिण मुंबई को द्वितीय व थाना को तृतीय पुरस्कार दिया गया। चातुर्मास व्यवस्था समिति थाना को सहयोग के लिए सम्मानित किया गया। इस अवसर पर सुंदरलाल इंटोदिया, अशोक इंटोदिया, अर्जुन सिंघवी, प्रेमलता सिसोदिया, प्रो. हुबनाथ पांडे, मुकेश बाबेल ने विचार रखे। प्रथम चरण का संचालन रमेश धोका व द्वितीय चरण का संचालन रोशनलाल मेहता ने किया।

डॉ. जगदीश्वरदं शर्मा को बाल साहित्य सम्प्राट सम्मान गिलूण्ड। अणुव्रत पाक्षिक के लेखक और बाल साहित्यकार डॉ. जगदीश चंद्र शर्मा को हिन्दी भाषा, साहित्य व भारतीय संस्कृति के विकास में उल्लेखनीय योगदान के लिए शरद पूर्णिमा और वाल्मीकि जयंती पर गाजियाबाद में बाल साहित्य सप्राट सम्मान से अलंकृत किया। गाजियाबाद के हिन्दी भवन, लोहिया नगर में 18वें अखिल भारतीय हिन्दी साहित्य सम्मेलन के अवसर पर मुख्य अतिथि पूर्व राज्यपाल और केन्द्रीय मंत्री डॉ. भीष्म नारायणसिंह, पूर्व मुख्य चुनाव आयुक्त डॉ. जी.वी.जी. कृष्णामूर्ति और पूर्व सांसद तथा मूर्धन्य हिन्दी विद्वान डॉ. रत्नाकर पांडेय ने शॉल, प्रशिस्त-पत्र, सूति चिह्न और उपहार प्रदान कर डॉ. शर्मा को बाल साहित्य सप्राट सम्मान से विभूषित किया। इससे पूर्व अंतर्राष्ट्रीय वृद्ध कल्याण दिवस पर

शाकाहार सुखी और स्वस्थ जीवन का आधार

नई दिल्ली। मुनि राकेशकुमार के सान्निध्य में अणुव्रत भवन में शाकाहार सम्मेलन का आयोजन हुआ। मुख्य अतिथि पूर्व केन्द्रीय मंत्री व लोकसभा में भाजपा के वरिष्ठ सदस्य मुरली मनोहर जोशी, विशिष्ट अतिथि भाजपा के राष्ट्रीय प्रवक्ता व राज्यसभा सदस्य प्रकाश जावड़ेकर तथा मुख्य वक्ता डॉ. कुसुम लूणिया थी।

मुनि राकेशकुमार ने कहा कह सकता हूं कि शाकाहार ही सर्वश्रेष्ठ आहार है। डॉ. कुसुम लूणिया ने शाकाहार की सर्वांगीण दृष्टि से विवेचन किया। इस अवसर पर मुनि सुधाकर एवं मुनि दीपकुमार, प्रमोद घोड़ावत, नरपत मालू, सुमन नाहटा ने अपने विचार व्यक्त किये। कन्या मंडल ने लघु नाटक प्रस्तुत किया। स्वागत अशोक संचेती ने एवं आभार व्यक्त इंदर बैंगानी ने किया। कार्यक्रम की सफलता में शीतल बरड़िया, बाबूलाल गोलछा, मनोज बोरड़, राजीव बैंगानी, राजेश कोठारी का सराहनीय श्रम रहा।

मुरली मनोहर जोशी ने कहा

बौद्धिकता के साथ भावनात्मक संतुलन जरूरी

नई दिल्ली। मुनि राकेशकुमार के सान्निध्य में अ.भा. अणुव्रत न्यास के तत्वावधान में अणुव्रत भवन में जीवन विज्ञान दिवस का आयोजन हुआ। मुख्य अतिथि उत्तरांचल के पूर्व मुख्यमंत्री व राज्यसभा सांसद भगतसिंह कोश्यारी थे। अध्यक्षता अ.भा. अणुव्रत न्यास के प्रबंध न्यासी धनराज बोथरा ने की। प्रारंभ एवरग्रीन पब्लिक स्कूल व वसुंधरा एंकलेव के विद्यार्थियों द्वारा अणुव्रत गीत के संगान से हुआ।

मुनि राकेशकुमार ने कहा बौद्धिक विकास के साथ भावनात्मक संतुलन और अनुशासन का विकास

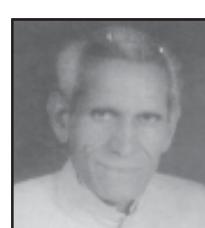
भारतीय संस्कृति की सुरक्षा व संवर्द्धन के लिए भी शाकाहार का प्रचार व प्रसार जरूरी है।

प्रकाश जावड़ेकर ने कहा मैं कह सकता हूं कि शाकाहार ही सर्वश्रेष्ठ आहार है। डॉ. कुसुम लूणिया ने शाकाहार की सर्वांगीण दृष्टि से विवेचन किया। इस अवसर पर मुनि सुधाकर एवं मुनि दीपकुमार, प्रमोद घोड़ावत, नरपत मालू, सुमन नाहटा ने अपने विचार व्यक्त किये। कन्या मंडल ने लघु नाटक प्रस्तुत किया। स्वागत अशोक संचेती ने एवं आभार व्यक्त इंदर बैंगानी ने किया। कार्यक्रम की सफलता में शीतल बरड़िया, बाबूलाल गोलछा, मनोज बोरड़, राजीव बैंगानी, राजेश कोठारी का सराहनीय श्रम रहा।

मुख्य अतिथि भगतसिंह कोश्यारी ने कहा विद्यार्थियों के लिए आत्म नियंत्रण, संयम, अनुशासन की शक्ति का विकास जरूरी है। विद्यार्थियों को अणुव्रत के आदर्शों का पालन करना चाहिए। इस अवसर पर मुनि अमृतकुमार, मुनि सुधाकर, मुनि दीपकुमार, धनराज बोथरा, के.ए.ल. जैन ने अपने विचार रखे। कार्यक्रम का संयोजन अणुव्रत न्यास के प्रशिक्षक रमेश काण्डपाल ने किया।

मेवाड़ स्तरीय निवंदा प्रतियोगिता में देवेन्द्र कुमार हिरण को प्रथम पुरस्कार

गंगापुर, 8 नवंबर। अणुव्रत समिति आसीन्द के तत्वावधान में मेवाड़ स्तरीय निवंदा प्रतियोगिता का आयोजन किया गया। निवंद का विषय था “वर्तमान की समस्याओं का समाधान है अणुव्रत”। उक्त विषय पर निवंद आमंत्रित किये गये। प्राप्त निवंदों के मूल्यांकन के परिणाम स्वरूप देवेन्द्र कुमार हिरण गंगापुर का निवंद प्रथम घोषित किया गया। आवार्य तुलसी के 97वें



जन्मदिवस पर सभा भवन आसीन्द के प्रांगण में मुनि सुरेशकुमार हरनावां के सान्निध्य में प्रतियोगिता में विजयी प्रतियोगियों का सम्मान

समारोह आयोजित हुआ। समारोह की अध्यक्षता नगरपालिका आसीन्द के नवनिवाचित अध्यक्ष एवं पूर्व विद्यायक हगामीलाल मेवाड़ा थे एवं अध्यक्षता प्रधानाचार्य रणजीत सिंह चुण्डावत ने की। मेवाड़ा ने विजयी प्रतियोगियों को मोमेन्टो भेंट कर सम्मान किया। समारोह में नवरतनमल कांठेड़, कल्याणमल गोखरू, गणेशलाल चोरड़िया एवं अनेक गणमान्य व्यक्ति उपस्थित थे।

‘द एनीग्मा ऑफ द यूनिवर्स’

डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम के हाथों लोकार्पण

प्रभु नारायण

आगम सिद्धांत एवं दर्शन के प्रकांड व्याख्याकार प्रो. मुनि महेन्द्रकुमार द्वारा विरचित ग्रंथ ‘द एनीग्मा ऑफ द यूनिवर्स’ का लोकार्पण पूर्व राष्ट्रपति एवं मिसाइल तकनीकी के पितामह कहे जाने वाले महान वैज्ञानिक डॉ. ए.पी.जे. अब्दुल कलाम ने 26 अक्टूबर 2010 को नई दिल्ली में किया। इस अवसर पर भारत के कई जाने-माने वैज्ञानिक एवं शिक्षाविद् उपस्थित थे।

‘द एनीग्मा ऑफ द यूनिवर्स’ अर्थात् ‘ब्रह्माण्ड की पहेलियों’ पर प्रकाश डालते हुए रहस्यों, तथ्यों एवं अद्भुत गणितीय परिणाम का समावेश पुस्तक में उपलब्ध है। दीकृ और काल के सूक्ष्मतम् मान एवं स्वरूप के द्वारा उसकी लम्बाई, त्रिज्या मात्रक के रहस्य को उद्घाटित करते हुए ब्रह्माण्ड के सम्पूर्ण स्वरूप की जैन अवधारणा पर प्रकाश डाला गया है। भारत के महान् ऋषि-मुनि प्रज्ञा चिंतन परंपरा की अद्भुत वैज्ञानिक विवेचना प्रकाश में आयी है।

पाश्चात्य वैज्ञानिक व्याख्याकारों आईन्स्टीन, न्यूटन, हाइजनवर्ग, सर आर्थर एडीन्टन, सर जेक्स जीन्स, जॉर्ज गेमो, फ्रॉयड होएल एवं भारतीय वैज्ञानिक जयंत गणपत नारलीकर जैसे विज्ञान के पंडितों के द्वारा ब्रह्माण्ड की व्याख्या एवं 2500 वर्ष पहले भारतीय विज्ञान दर्शन की जैन शाखा में उपलब्ध गणितीय मानदंडों द्वारा की गई वैज्ञानिक व्याख्या का तुलनात्मक विवेचन एवं संदर्भ इस पुस्तक में है।

प्रस्तुत पुस्तक के माध्यम से प्रो. मुनि महेन्द्रकुमार, आर्यभट्ट, वराह मिहिर, नीलकंतन्, भास्कराचार्य, रामानुजन् वैदिक गणित के व्याख्याकार भारती कृष्ण तीर्थराज

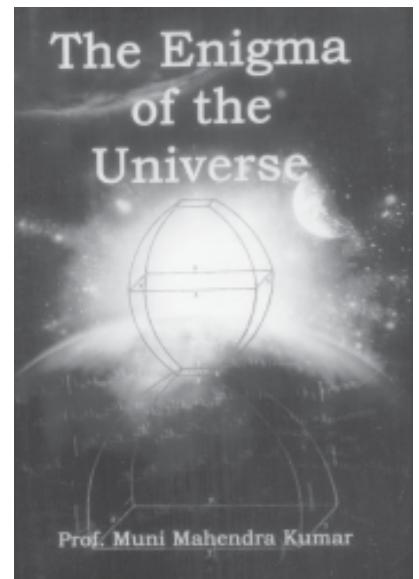
जी महाराज परंपरा के महान वैज्ञानिक एवं गणिताचार्य की श्रेणियों में खड़े दिखाई देते हैं। महान वैज्ञानिक एवं भारत के पूर्व राष्ट्रपति डॉ. कलाम से इस अवसर पर पूछे गए एक सवाल कि ‘शून्य से लेकर ब्लैक हॉल एवं मेसेन्जर पार्टिकल जैसे रहस्यमय विषयों पर भारतीयों का प्रमुख अवदान विश्व को देन है। सुब्रह्मण्यम चंद्रशेखर एवं सत्येन बोस ने ब्लैक हॉल एवं मेसेन्जर पार्टिकल जैसे रहस्यतम विषयों की पहली वैज्ञानिक व्याख्या एवं खोज की है, फिर भी स्टीफन हाकिंग विश्व के सबसे तेजस्वी प्राणी बताये जाते हैं।’

इस पर डॉ. कलाम ने गंभीर टिप्पणी करते हुए कहा पाश्चात्य वैज्ञानिक हम से चर्चा करने को तैयार नहीं हैं।

भारतीयों को अपनी ऋषि-मुनि की प्रज्ञा चिंतन को सिर्फ धर्म एवं दर्शन का पहरुआ समझना कितनी बड़ी भूल है। पुस्तक के सांगोपांग अध्ययन से प्रतीत होता है।

प्रो. मुनि महेन्द्रकुमार ने सृष्टि की प्रथम संरचना से लेकर महाप्रलय तक के तात्त्विक स्वरूप को आधुनिक विज्ञान के शताधिक साम्य एवं पार्थक्य के साथ प्रस्तुत किया है।.... पुस्तक का अवलोकन करने पर यह स्पष्ट भासित होता है कि विज्ञान आज त्वरित गति से भारत के ऋषि-मुनि प्रज्ञा के निकट पहुंचते जा रहे हैं।

डॉ. कलाम ने पुस्तक की उपलब्धि पर प्रशंसा व्यक्त करते हुए कहा कि प्रो. मुनि महेन्द्रकुमार जी ने आधुनिक विज्ञान, चिंतन एवं हजारों वर्ष पुराने भारतीय वैज्ञानिक सिद्धांतों के बीच महासेतु बनाने का चिंतनपूर्ण कार्य किया है। कार्यक्रम का विद्वापूर्ण संचालन मुनि



पुस्तक : ‘द एनीग्मा ऑफ द यूनिवर्स’

लेखिका : प्रो. मुनि महेन्द्रकुमार

मूल्य : 500 रुपये

प्रकाशक : जैन विश्व भारती

लाडनूं (राजस्थान)

अभिजीतकुमार ने किया। आप भी इस विषय के युवा मुनियों में स्वयं पंडित हैं। इस अवसर पर मुनि अजीतकुमार वं मुनि सुधाकर भी उपस्थित थे।

इस अवसर पर उपस्थित महत्वपूर्ण लोगों में तिब्बतियन अध्ययन का सारनाथ स्थित केन्द्रीय विश्वविद्यालय के वाइस चांसलर प्रो. सेमतेन, अखिल भारतीय आयुर्विज्ञान संस्थान नई दिल्ली के निदेशक डॉ. आर.के. डेका एवं लेब्रोरेटरी मेडिसीन के विभागाध्यक्ष डॉ. ए.के. मुखोपाध्याय, शिकागो विश्वविद्यालय के प्रो. राज शाह, अंतर्राष्ट्रीय जैन स्टडीज के प्रो. विनयकुमार, राष्ट्रीय आपदा प्रबंधन के विशेषज्ञ प्रो. डॉ. चन्दन धोष, पर्यावरणविद प्रभु नारायण, अणुविभा से विमल सुराणा, अध्यात्म साधना केन्द्र के निदेशक स्वामी धर्मानन्द, जिन्दल वर्ल्ड वाइड लिमिटेड के नियोजक राजेश जैन इत्यादि मौजूद थे।

कमरा नं. 228, प्लॉट -7, वर्धमान
प्लाजा, सेक्टर-12, दारका, दिल्ली-75