

आनंद संचारिका

मासिक पत्रिका

आनंद सभा - सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों से आनंद की ओर



राज्य आनंद संस्थान, आनंद विभाग, म.प्र. शासन

मध्यप्रदेश माध्यमिक शिक्षा मंडल परिसर, बोर्ड ऑफिस, शिवाजी नगर, भोपाल 462011

अनुक्रमणिका

क्रमांक	विषय-वस्तु	पृष्ठ क्रमांक
1.	पाठकों के लिए संदेश	3
2.	प्रमुख लोगों के वक्तव्य : यू.एच.वी. एवं आनंद संचारिका के बारे में	4
3..	विशेष आलेख - अध्ययन एवं अभ्यास (समृद्धि)	7
4.	प्रतिभागियों के स्वमूल्यांकन	10
5.	मेरी यूएचवी यात्रा...	14
6.	आरएस-यूएचवी के कार्यक्रम व झलकियां	15
7.	स्नेह संचार सभा रिपोर्ट	18
8.	ऑनलाइन साप्ताहिक सभाएं	20
9.	आरएस-यूएचवी के आगामी कार्यक्रम व योजनाएं	22
10.	अन्य जगहों पर यूएचवी के प्रमुख प्रयास	22
11.	यूएचवी छात्रों की दृष्टि में	24
12.	पाठकों के फीडबैक	26
13.	मूल्य प्रेरणा पुष्प	28
14.	विद्यालयों से प्राप्त आनंद सभा की झलकियां	31
14.	सार्वभौमिक मानवीय मूल्य समाचार पत्रों की दृष्टि से	34
15.	पाठकों के लिए महत्वपूर्ण सूचना	35

पाठकों के लिए संदेश

प्रिय मित्रो,

आनंद संचारिका का पांचवा अंक आपको समर्पित है। मध्यप्रदेश में विगत तीन-चार वर्षों से सार्वभौमिक मानवीय मूल्य से संबंधित कार्यक्रमों का विविध स्तर पर आयोजन हो रहा है। जिसके फलस्वरूप बड़ी संख्या में समाज के विभिन्न समूहों तक प्रस्ताव रूप में परिपूर्ण एवं आनंदित जीवन पद्धति को प्रसारित किया जा सका है।



व्यक्ति मूलतः निरंतर आनंदित व समृद्ध रहना चाहता है। मानव आनंदित होने के माध्यम को बहुधा इन्द्रिय जनित संवेदना अथवा पूर्व से पोषित धारणा के साथ जोड़ लेता है, जिससे वह निरंतर धन, ऐश्वर्य, पद एवं प्रतिष्ठा के पीछे भागता है। इस दौड़-धूप में उसका अपने संबंधों पर ध्यान कम ही जाता है या नहीं जाता है। जबकि आनंदित होने के लिये परस्पर संबंध पूर्वक जीना आवश्यक दिखता है। इसी प्रकार, संबंध व जीने के लिये आवश्यक सुविधा की समझ न होने के कारण संबंध का निर्वहन और सुविधा उपार्जन की सीमा का भी बोध नहीं हो पाता। इस कारण उसकी निरंतर आनंद की चाहना निर्बाध रूप से पूरी नहीं हो पाती है।

ऐसे में राज्य आनंद संस्थान, आनंद विभाग द्वारा स्कूल शिक्षा में 'आनंद सभा' के माध्यम से विद्यार्थियों को सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों के बारे में जागरूक कर रहा है, जिससे वे निरंतर समृद्ध एवं आनंदित रहने की विधा समझ पायें। प्रदेश के विद्यालयों में आनंद सभा संचालन हेतु शिक्षकों की निरन्तर तैयारी चल रही है। संभाग स्तरीय स्नेह संचार सभा के माध्यम से स्थानीय शिक्षक, संस्थान के आनंदक एवं यू.एच.वी. फाउंडेशन के सहयोगी नियमित मासिक बैठकें कर रहे हैं, जिससे संभागों में चल रहे स्कूल शिक्षा के प्रयासों को समर्थन मिल सके और शिक्षकों के प्रश्नों का त्वरित समाधान किया जा सके।

साथ ही भविष्य में मध्यप्रदेश के शिक्षकों को प्रबोधक के रूप में तैयार करने हेतु प्रति सप्ताह मंगलवार एवं बुधवार को ऑनलाइन तैयारी सत्रों का आयोजन निरंतर निर्बाध रूप से संचालित हो रहा है।

इन सारे प्रयासों की मासिक प्रगति को आनंद संचारिका में प्रतिमाह दिया जाता है, जिससे अन्य लोगों को जानकारी मिल सके, साथ ही इन प्रयासों में अपना योगदान देने के इच्छुक व्यक्तियों के लिये अवसर की सूचना मिल सके।

राज्य आनंद संस्थान सदैव से ही समाज में आनंद के प्रसार हेतु संचालित कार्यक्रमों के लिए एक मंच उपलब्ध कराने के लिए तत्पर रहता है। 'आनंद सभा' के रूप में स्कूल तथा कॉलेज के विद्यार्थियों, 'आनंद ग्राम' तथा 'आनंद की ओर' कार्यक्रम के माध्यम से समाज के लोगों तक सार्वभौमिक मानवीय मूल्य का प्रसार किया जा रहा है। इस दिशा में चल रहे प्रयासों की झलक आपको स्नेह संचारिका के माध्यम से मिल पायेगी, ऐसा विश्वास है। सर्व शुभ हो, सब आनंदित रहें। सादर..

श्री सत्य प्रकाश आर्य,
निदेशक, राज्य आनंद संस्थान,
भोपाल (म.प्र.)

प्रमुख लोगों के वक्तव्य : यू.एच.वी. एवं आनंद संचारिका के बारे में

“यह अत्यंत हर्ष का विषय है कि हम सब मिलकर आनंद संचारिका के स्वरूप, उसकी सामग्री और उसके प्रभाव को निरंतर बेहतर बनाते जा रहे हैं। यह अपने-आप में एक बड़ी उपलब्धि है कि अक्टूबर माह का संस्करण पैंतीस पृष्ठों तक पहुँच गया है। यह पत्रिका टीम के निरंतर प्रयासों का स्पष्ट प्रमाण भी है। विषय-वस्तु का समृद्ध होना, विविध विषयों का शामिल होना और गुणवत्ता का बढ़ते जाना, यह सब आनंद संचारिका की बढ़ती परिपक्वता को दर्शाता है। अभी हम डिजिटल रूप में संचारिका का प्रसारण कर रहे हैं, यह बहुत अच्छी पहल है, परंतु धीरे-धीरे हमें प्रिंट मीडिया की दिशा में भी कदम बढ़ाना चाहिए। यदि मुद्रित रूप में आनंद संचारिका लोगों के हाथों तक सीधे पहुँचती है तो उसका प्रभाव कहीं अधिक व्यापक होता है। पूरी टीम को बधाई।”



श्री अखिलेश अर्गल
पूर्व कार्यपालन अधिकारी,
राज्य आनंद संस्थान,
भोपाल (म. प्र.)

“सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों के प्रभाव एवं विस्तार के लिए आनंद संचारिका के माध्यम से हो रहे प्रयास अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। जो टीम इस कार्य में लगी है, उनके लिए यह कोई आसान काम नहीं है। महीने में हर बार इसे तैयार करना अपने-आप में बड़ी जिम्मेदारी है। पूरी टीम को मेरी ओर से हार्दिक बधाई और ढेरों शुभकामनाएँ।

इस बार मुझे यह भी ज्ञात हुआ कि उसमें मेरा लिखा हुआ शुभकामना संदेश भी शामिल है, यह मेरे लिए प्रसन्नता की बात है। एक सुझाव और जोड़ना चाहता हूँ कि आनंद संचारिका की कम से कम पाँच सौ प्रतियाँ छपवा कर जिला शिक्षा अधिकारी, विद्यालयों के प्राचार्यों एवं अन्य संबंधित अधिकारियों तक यह पत्रिका अवश्य पहुँचनी चाहिए क्योंकि उन्हीं के सहयोग से मध्य प्रदेश की स्कूली शिक्षा में मानवीय मूल्यों का समावेश संभव हुआ है। इलेक्ट्रॉनिक रूप में तो वे इसे देख ही सकते हैं, परन्तु मुद्रित प्रति अधिक प्रभावी रूप से संज्ञान में आ पाती है।



श्री धीरेन्द्र चतुर्वेदी
सेवानिवृत्त अपर संचालक,
लोक शिक्षण संचालनालय,
भोपाल (म.प्र.)

हम सभी के लिए यह बहुत ही हर्ष का विषय है कि शंकर खत्री जी के साथ-साथ अब श्री महेश जैन जी का भी सहयोग हमें मिल रहा है, तो यह कार्य और सुदृढ़ रूप से आगे बढ़ेगा, साथ ही साथ विभागीय सहयोग के चलते तेजी से क्रियान्वयन भी संभव हो पाएगा।”

“प्रिंट मीडिया में इस प्रकार की सामग्री को जोड़ पाना निस्संदेह कठिन होता है। वह भी एक समय था, जब चिंतामण भूषण जी ने सरस्वती पत्रिका प्रारंभ की थी। मैं जिस बात पर विशेष ध्यान दिलाना चाहता हूँ, वह यह है कि उनका उद्देश्य यह कभी नहीं था कि पूरा देश एक साथ बदल जाए। उनका कहना था— “यदि एक व्यक्ति में भी परिवर्तन आ गया, तो समझिए हमारा देश परिवर्तन की दिशा में एक बड़ा कदम आगे बढ़ गया।” बस, यही विचार आगे बढ़ाने वाला चाहिए। यदि हम किसी एक व्यक्ति को तैयार कर देते हैं, तो हमारा कार्य निरंतर गति से आगे बढ़ता रहेगा। मुझे एक पुरानी फिल्म का प्रसंग याद आता है। समुद्र के किनारे अभिनेता खड़े होकर पूरे दिन वे किनारे पर तड़पती एक-एक मछली उठाकर समुद्र में वापस डालते जाते हैं। एक व्यक्ति यह दृश्य रोज़ देखता था। उसने एक दिन पूछा—“आप पूरे दिन यही करते रहते हैं, इससे क्या फर्क पड़ता है?”

रजनीकांत ने शांति से एक मछली उठाई, उसे समुद्र की ओर दिखाया और कहा—
“इसको फर्क पड़ता है।”

वास्तव में हमें भी पूरे संसार को नहीं, बल्कि उस एक व्यक्ति को देखना चाहिए जिसमें परिवर्तन संभव है।

आनंद सभा की पूरी टीम निश्चित ही इस दिशा में निरंतर लगी हुई है। जितनी मूल्यवान सामग्री इस कार्य में समाहित की गई है वह स्पष्ट रूप से यह दर्शाती है कि इसमें अत्यंत गंभीर परिश्रम किया गया है। इस उत्कृष्ट तैयारी के लिए पूरी टीम हार्दिक बधाई की पात्र है। हमें यह मानकर चलना चाहिए कि भले ही सभी बच्चे तुरंत न मानें परंतु कुछ बच्चों में यदि परिवर्तन आ गया, तो यही उद्देश्य की सबसे बड़ी सफलता है।”

“सबसे पहले मैं यह कहना चाहता हूँ कि पत्रिका का कार्य अत्यंत शानदार ढंग से आगे बढ़ रहा है। किसी भी प्रकाशन के लिए समय-सीमा का पालन बहुत चुनौतीपूर्ण होता है फिर भी बिना किसी चूक के आनंद संचारिका के चौथे संस्करण को समय पर प्रकाशित कर पाना एक बड़ी उपलब्धि है। इस उपलब्धि के पीछे दो महत्वपूर्ण पहलू दिखाई देते हैं—पहला, पत्रिका का समय पर तैयार होना व प्रकाशन से जुड़ी सम्पूर्ण प्रक्रिया; दूसरा, ज़मीनी स्तर पर जो लोग काम कर रहे हैं, उनके कार्यों को संकलित कर उन्हें इस पत्रिका के माध्यम से सभी तक पहुँचाना। ये दोनों कार्य समान रूप से महत्वपूर्ण हैं और टीम ने इन दोनों मोर्चों पर अत्यंत दक्षता से कार्य किया है। जिन सहयोगियों ने इस क्षेत्र में इतना व्यापक कार्य किया है, वे सभी साधुवाद के पात्र हैं।

साथ ही, जिन्होंने इन कार्यों को संकलित, संपादित और समय पर प्रस्तुत किया, वे भी प्रशंसा के पूर्ण अधिकारी हैं। मैं आनंद संचारिका टीम के प्रत्येक सदस्य को हृदय से बधाई देता हूँ।”



डॉ. महेश प्रसाद जैन
उपसंचालक, लोक शिक्षण
संचालनालय, भोपाल (म. प्र.)



श्री प्रवीण गंगराड़े
निदेशक, राज्य आनंद संस्थान,
भोपाल (म. प्र.)

“मध्यप्रदेश शासन के राज्य आनंद संस्थान द्वारा प्रकाशित यह पत्रिका, सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों से आनंद की ओर बढ़ते हुए जिस ध्येय वाक्य को लेकर आगे बढ़ रही है, वह अत्यंत सराहनीय है। पूरे माह हुई सभी गतिविधियों को इसमें जिस सुंदरता से संकलित किया गया है, उसके लिए सभी संबंधित सदस्य हार्दिक बधाई और शुभकामनाओं के पात्र हैं। इसका कवर पेज अत्यंत आकर्षक है। जब यह संस्करण जारी हो रहा था, तब मैंने इसके सभी पृष्ठों को देखा, सचमुच यह गागर में सागर को समेटे हुए है। अत्यंत सुंदर और सुविचारित प्रस्तुति है। इस माह में विद्यार्थियों का फीडबैक जोड़ा गया है, इसके लिए मैं विशेष रूप से धन्यवाद देती हूँ। हम अपनी संस्था में विद्यार्थियों से लगातार फीडबैक लेते रहते हैं, परंतु यदि हमारे विद्यार्थी इस पत्रिका हेतु कोई फीडबैक



डॉ. पूनम अवस्थी

**प्राचार्य, शास. सांदीपनि उ.मा.
वि.गोविंदपुरा, भोपाल (म. प्र.)**

देना चाहेंगे तो हम अवश्य ही उसे आपकी ओर प्रेषित करेंगे। यह पत्रिका राज्य आनंद संस्थान के विभिन्न उद्देश्यों को आगे बढ़ाने वाली, प्रशंसनीय और स्तुत्य पहल है। अभी मैंने श्रद्धा जी की कविता “मैं कौन हूँ” पढ़ी, सिर्फ दो पंक्तियाँ ही पढ़ पाई, लेकिन वे भीतर तक छू गईं। जिस उद्देश्य से यह पत्रिका प्रकाशित की जा रही है, वह निश्चित रूप से पूर्ण होगा। मैं इस पूरी सामग्री को अवश्य पढ़ूंगी। यदि भविष्य में इसकी हार्ड कॉपी उपलब्ध हो सकेगी, तो मैं पूरा प्रयास करूंगी कि यह पत्रिका बच्चों तक पहुँचे। हमारे विद्यालय में शिक्षक आनंद सभा का प्रशिक्षण प्राप्त है, और बच्चें उसकी सभी गतिविधियों का भरपूर आनंद लेते हैं, यह हमारे लिए गर्व की बात है। इस पत्रिका हेतु मैं हृदय से धन्यवाद देती हूँ। इस अभिनव प्रयास की हार्दिक सराहना करती हूँ। पूरी टीम को पुनः बहुत-बहुत धन्यवाद।”

“मुझे अति प्रसन्नता है कि राज्य आनंद संस्थान एवं मध्यप्रदेश के स्कूल शिक्षा विभाग द्वारा समस्त विद्यालयों में मानवीय मूल्यों को शिक्षकों व विद्यार्थियों तक पहुंचाने में अपनी महती भूमिका निभा रहा है। आज के मशीनी व डेटा युग में मानवीय मूल्य गौण होते जा रहे हैं, जबकि इंसान को इंसान बनाने में मानवीय मूल्यों की अति आवश्यकता है। आनंद संचारिका एवं प्रत्येक शुक्रवार को आयोजित आनंद सभा की ऑनलाइन बैठकें शिक्षकों के व्यवहार में परिवर्तन लाने के लिए एक सार्थक प्रयास है। मानवीय मूल्य शिक्षकों के माध्यम से विद्यार्थियों तथा विद्यार्थियों से परिवार, समाज और अंततः प्रकृति के साथ कार्य व्यवहार में परिवर्तन लाने के लिए आवश्यक हैं। समाज तक आनंद के साथ मानवीय मूल्यों को पहुंचाने के इस पुनीत कार्य के लिए राज्य आनंद संस्थान के रिसोर्स पर्सन एवं विभिन्न संस्थानों से जुड़े समस्त शिक्षकों को सादर नमन एवं साधुवाद एवं अग्रिम शुभकामनाएं।



श्री रमेश कुमार सेन

**प्राचार्य, शास. सांदीपनि क.उ.मा.
वि. अहिल्याश्रम क्रमांक 1, इंदौर
(म. प्र.)**

सब मिलकर अपना समय दे पा रहे हैं, तो यह दर्शाता है कि उनमें कहीं न कहीं सकारात्मक परिवर्तन हुआ है। मैं इस प्रयास को समाज के लिए भी एक संदेश के रूप में देखता हूँ। समाज में इस समय अनेक प्रकार की घटनाएँ हो रही हैं। ऐसे में आनंद संचार का यह कार्य समाज में सकारात्मकता लाने का साधन बन सकता है। यह बहुत बड़ा काम है। अंत में, मैं पूरी टीम को पुनः बधाई देता हूँ और उनके परिश्रम की सराहना करता हूँ।”

विशेष आलेख - अध्ययन एवं अभ्यास

(समृद्धि)

आनंद संचारिका के गत अंक में हमने यह समझने का प्रयास किया कि हमारा वास्तविक विकास तभी संभव है जब हम अपनी कल्पनाशीलता को संबंध, व्यवस्था और सह-अस्तित्व के अनुरूप सुनिश्चित कर सकें। अस्तित्व एक व्यवस्था है, और हमें इस व्यवस्था को समझना है एवं स्वयं में व्यवस्था सुनिश्चित करना है, यही स्वयं का विकास है। इस क्रम में जब हम “जैसा मैं हूँ” और “जैसे होना मुझे सहज स्वीकार्य है” — इन दोनों में एकरूपता स्थापित कर लेते हैं, तब हमारे भीतर संगीत (Harmony) की स्थिति उत्पन्न होती है, जिसे हम सुख के रूप में अनुभव करते हैं। इसके विपरीत, जब इन दोनों में अंतर्द्वंद (Disharmony) होता है, तब हम असहज या दुःखी महसूस करते हैं। इसलिए, अपनी सहज-स्वीकृति के आधार पर अपनी कल्पनाशीलता को व्यवस्थित करना एवं वैसा जीने का अभ्यास ही निरंतर सुख की ओर बढ़ने का मार्ग है।

सुख पर चर्चा के उपरांत आइये अब समृद्धि को समझने का प्रयास करते हैं।

समृद्धि का संबंध केवल भौतिक वस्तुओं या सुविधाओं के संग्रह से नहीं है। यह हमारे भीतर के भाव और समझ से अधिक जुड़ा हुआ है। जब हम अपनी आवश्यकताओं को सही ढंग से पहचान लेते हैं और यह देख पाते हैं कि हमारे पास आवश्यकता से अधिक सुविधाएँ हैं, तो हमारे भीतर समृद्धि का भाव उत्पन्न होता है। समृद्धि का असली अर्थ यह नहीं है कि हमारे पास बहुत सारी वस्तुएँ हों, बल्कि यह है कि हम अपनी आवश्यकताओं को सही समझते हुए उससे अधिक के उत्पादन या उपलब्धता को सुनिश्चित करें।

Prosperity (समृद्धि)	
Prosperity – The feeling of having more than required Physical Facility	
समृद्धि	– आवश्यक सुविधा से अधिक की उपलब्धि/ उत्पादन का भाव
1	2
1 – Identification of required physical facility (including the required quantity) – with right understanding <u>आवश्यक सुविधा का निर्धारण – सही समझ से</u>	
2 – Ensuring availability/ production of more than required physical facility – with right skills <u>अधिक की उपलब्धि/ उत्पादन, भौतिक रासायनिक वस्तुओं का – सही हुनर से</u>	
A prosperous person thinks of right utilisation, nurturing the other * deprived * * * accumulation, exploiting * *	
समृद्ध व्यक्ति	सदुपयोग का, दूसरे का पोषण करने का सोचता है
दरिद्र	संग्रह " " " शोषण " " " "

आवश्यकता से अधिक सुविधाओं के उत्पादन या उपलब्धता का भाव समृद्धि है।

समृद्धि के लिये दो मूलभूत आवश्यकतायें हैं:

1. भौतिक-सुविधा की आवश्यकता की सही-सही पहचान।
2. आवश्यकता से अधिक सुविधा की उपलब्धता या उत्पादन को सुनिश्चित करना।

भौतिक-सुविधा की आवश्यकता की सही-सही पहचान- सही समझ के द्वारा

क्या आपको लगता है कि सुविधा की आवश्यकता की पहचान करना संभव है? जैसे भोजन एक आवश्यकता है, कितनी मात्रा में इसकी आवश्यकता है क्या आप इसे पहचान सकते हैं? या आपको कितने वस्त्र चाहिये? और इसी प्रकार से अन्य कितनी सुविधाओं की आवश्यकता है? इसका अध्ययन कीजिये। इस बिंदु पर स्पष्ट रूप से यह देखा जा सकता है कि जब हम अपनी भौतिक आवश्यकताओं की सही-सही पहचान करने के योग्य हो पाते हैं तो स्वयं में समृद्धि का भाव आता है। सही-समझ के द्वारा भौतिक आवश्यकता की सही-सही पहचान एवं कितनी मात्रा में इसकी आवश्यकता है, इसे जाना जा सकता है। सही पहचान के बिना समृद्धि का भाव सुनिश्चित नहीं हो सकता, भले ही हमने कितनी भी सुविधायें संग्रहित कर रखी हों या ये हमें उपलब्ध हों या हम ऐसा कर पाने के योग्य हों।

आवश्यकता से अधिक सुविधा की उपलब्धता या उत्पादन को सुनिश्चित करना- सही हुनर के द्वारा

सुविधाओं की सही पहचान करना जितना आवश्यक है, उतना ही महत्वपूर्ण है उनकी पर्याप्त उपलब्धता और उत्पादन को सुनिश्चित करना। केवल यह जान लेना कि हमें कितनी सुविधा की आवश्यकता है, यह पर्याप्त नहीं है; हमें उतनी सुविधा से अधिक मात्रा में सुविधाओं को उपलब्धता/उत्पादन करने की योग्यता विकसित करनी आवश्यक है। इसके लिए कौशल, तकनीक और उत्पादन शक्ति का होना ज़रूरी है। जब हम अपनी आवश्यकताओं की सही पहचान के साथ-साथ उससे अधिक के उत्पादन करने की योग्यता रखते हैं, तो हमारे भीतर समृद्धि का भाव उत्पन्न होता है।

पिछले सत्र में चर्चा से -

इसीलिए अभी दो तरह के मनुष्य दिखाई देते हैं-

1.Lacking physical facility, unhappy deprived (सुविधा विहीन दुखी दृष्टि)

2.Having physical facility, unhappy deprived (सुविधा संपन्न दुखी दृष्टि)

चूंकि, आवश्यक सुविधा को पहचानना अभी निश्चित नहीं है, इसलिए कभी 1 और कभी 2 में दोलन होता है

While we want to be – जबकि हम होना चाहते हैं-

3.Having physical facility, happy prosperous (सुविधा संपन्न सुखी समृद्ध)

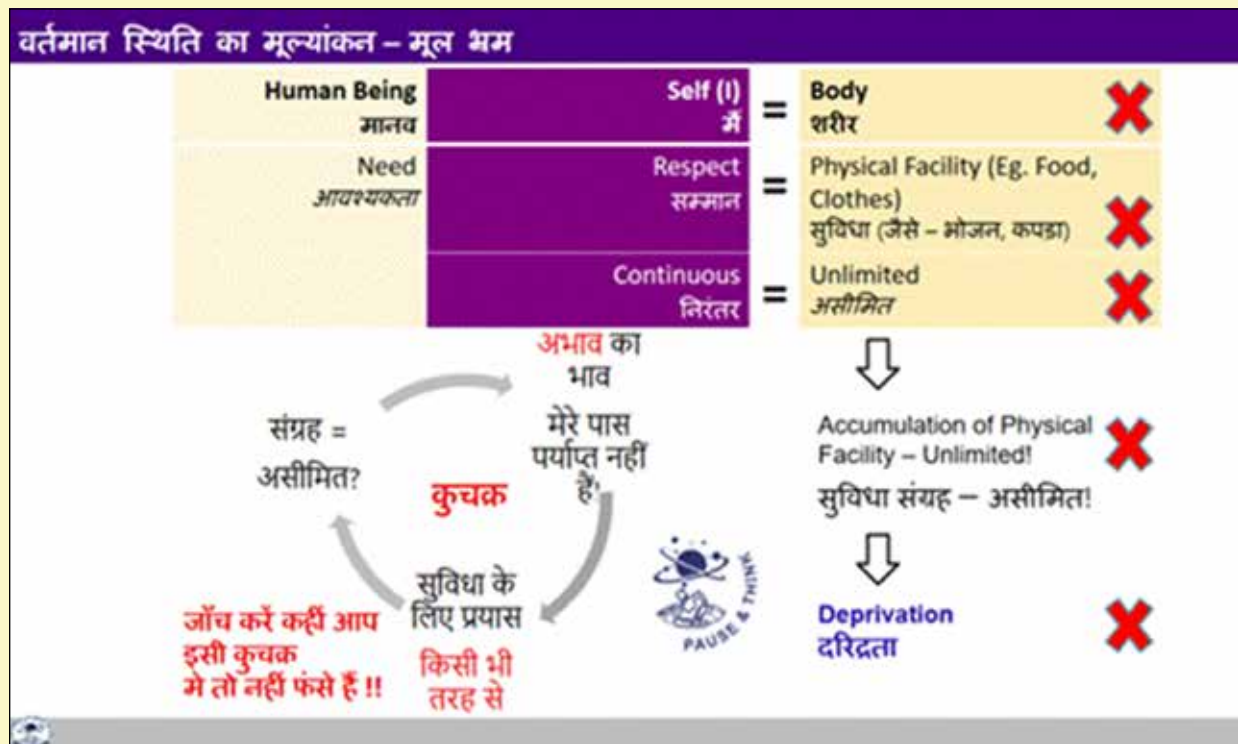
ये तभी संभव है जब

(अ) आवश्यक सुविधाओं की सही पहचान और

(ब) सही हुनर से आवश्यक सुविधा का उत्पादन / उपलब्धि

इस बात को समझने के लिए भोजन का उदाहरण लिया जा सकता है। भोजन हमारी मूलभूत आवश्यकता है, और यह निश्चित मात्रा में ही चाहिए- कोई भी व्यक्ति अनंत मात्रा में नहीं खा सकता। जब हम यह समझ लेते हैं कि हमें कितनी मात्रा में भोजन की आवश्यकता है और यह देखते हैं कि हमारे पास उससे अधिक उपलब्ध है या हम उसका उत्पादन कर सकते हैं, तो हम **“भोजन के संदर्भ में समृद्ध”** महसूस करते हैं, लेकिन अगर भोजन की कमी या उत्पादन की योग्यता नहीं है, तो हमारे भीतर दरिद्रता का भाव आता है। यही बात अन्य चीजों -जैसे वस्त्र, मोबाइल या अन्य भौतिक सुविधाओं पर भी लागू होती है। इस प्रकार, जब हम सुविधा की आवश्यकता को सही-सही पहचान लेते हैं और देख पाते हैं कि हमारे पास उससे अधिक उपलब्ध है या हम उससे अधिक उत्पादन कर सकते हैं, तो समृद्धि का भाव आता है।

जब आप में समृद्धि का भाव होता है तो आप स्वाभाविक रूप से दूसरों के पोषण और संवर्धन के बारे में सोचते हैं, क्या ऐसा नहीं है? दूसरी तरफ, यदि दरिद्रता का भाव हो तो आप दूसरों के शोषण और उन्हें दरिद्र बनाने के बारे में ही सोचते हैं।



आज समाज में समृद्धि और सुविधाओं के संग्रह को लेकर एक बड़ा भ्रम है। लोग मानने लगे हैं कि जितना अधिक धन या वस्तुएँ किसी के पास होंगी, वह उतना ही अधिक समृद्ध होगा। इसी सोच के कारण समृद्धि को सुविधा-संग्रह से जोड़ दिया गया है। परिणामस्वरूप, आज का समाज सुविधा-संग्रह को ही सफलता और समृद्धि का प्रतीक मानने लगा है। दुनिया की अधिकतर संपत्ति कुछ गिने-चुने लोगों के पास केंद्रित हो गई है, और वे और अधिक पाने के लिए दूसरों का और प्रकृति का शोषण कर रहे हैं। यह स्थिति इसलिए पैदा हुई है क्योंकि लोगों को यह स्पष्ट नहीं है कि उन्हें वास्तव में कितनी सुविधा की आवश्यकता है, जिससे उनके भीतर दरिद्रता का भाव बना रहता है, जो असीमित संग्रह की प्रवृत्ति को जन्म देता है।

जाँचने का प्रयत्न करें, कि आप में दरिद्रता का भाव है या समृद्धि का।

उपरोक्त सभी बिंदुओं पर निरंतर अध्ययन और अभ्यास जारी रखने के लिए आप सभी को हार्दिक शुभकामनाएँ।

अगले अंक में हम इस चर्चा को और गहराई से आगे बढ़ाएँगे।

प्रतिभागियों के स्वमूल्यांकन

“यूएचवी कार्यक्रम से जुड़कर मुझे अपने जीवन, व्यवहार और विचारों को समझने का अवसर मिला। इस कार्यक्रम के प्रशिक्षण ने मुझे यह सिखाया कि जीवन में केवल भौतिक सुख या सफलता ही महत्वपूर्ण नहीं है, बल्कि अपने और दूसरों के साथ सही संबंध, सहयोग एवं सम्मान जैसे मानवीय मूल्यों को अपनाना भी उतना ही आवश्यक है। मैंने यह महसूस किया कि जब मैं इन मूल्यों को अपने जीवन में लागू करती हूँ, तो मेरे भीतर शांति और संतोष की भावना बढ़ती है। अब मैं अपने निर्णयों और व्यवहार में अधिक सजग और संवेदनशील बनने का प्रयास करती हूँ। कुल मिलाकर, यूएचवी ने मुझे एक बेहतर इंसान बनने की दिशा में प्रेरित किया है और मेरे जीवन को अधिक अर्थपूर्ण बना दिया है।”



डॉ. रेणुका पवार, शास. सांदीपनि उ.मा.वि. भेल, भोपाल (म.प्र.)

“मैं सभी का कृतज्ञ हूँ कि मैं इस यूएचवी परिवार का हिस्सा बना। मई 2025 में कार्यशाला की व्यवस्था देखने का दायित्व मुझे मिला, उसी के माध्यम से मैं इससे जुड़ा। व्यवस्था देखते हुए थोड़ा बहुत विषय-वस्तु को सुना तो लगा कि यह मेरे जीवन के लिए आवश्यक है, तब मैंने कार्यशाला में खुद को रजिस्टर कराया और विधिवत एक प्रतिभागी के रूप में इसे समझा। इससे पहले मुझे लगता है मैं बेहोशी का जीवन जी रहा था, अब जाकर मुझे होश आया है, अब मेरी दशा और दिशा दोनों व्यवस्थित हुई हैं। पहले आलोचना से



प्रभावित हो जाता था और विरोध आता था, पर अब यह भाव कम हुआ है। समझ और संबंध को बनाए रखने के लिए समय निकाल पाता हूँ; अपनी बात प्रस्ताव पूर्वक रखने का प्रयास करता हूँ। इससे मेरा ध्यान मेरी सहज-स्वीकृति पर बना रहता है और मुझमें कौतूहल के स्थान पर सहजता बनी रहती है।”

शिवेश श्रीवास्तव, शास. उत्कृष्ट उ.मा.वि. मार्तण्ड क्रमांक 1, रीवा (म.प्र.)

“आनंद की इस यात्रा से पहले मेरा स्वभाव कुछ हद तक आक्रामक था। मैं जल्दी गुस्सा कर जाता था और छोटी-छोटी बातों को लेकर अधिक सोचता रहता था, जिसके कारण मेरे भीतर क्रोध उत्पन्न होता था। लेकिन ‘सार्वभौमिक मानवीय मूल्य’ कार्यशाला से जुड़े रहने के बाद इन दुर्गुणों में निरंतर कमी आ रही है। अब मैं अपने कार्यस्थल पर, परिवार में और समाज स्तर पर सही-समझ के साथ जीने का प्रयास कर रहा हूँ। जहाँ कहीं कोई उलझन या असमंजस उत्पन्न होता है, वहाँ मैं सजग होकर अपने भीतर झाँकता हूँ और अपने व्यवहार को सही-समझ तथा सही सम्बन्ध के आधार पर पुनः व्यवस्थित करने का प्रयास करता हूँ। मैं स्वयं को पहचानने की दिशा में, आनंदमय जीवन की यात्रा में, निरंतर आगे बढ़ रहा हूँ।”



महेंद्र तोमर, शास. उ.मा.वि. खड़ी, सीहोर (म.प्र.)

“सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों की कार्यशालाओं में मुझे यह खास बात दिखाई दी कि यहाँ के प्रबोधक हमें केवल छात्र के रूप में नहीं, बल्कि परिवार के सदस्य के रूप में स्वीकार करते हैं। उन्होंने विषय-वस्तु को अत्यंत सहज रूप से प्रस्तुत किया और हमारी योग्यता को बढ़ाने के लिए हमारा हाथ थामकर मार्गदर्शन किया। मानवीय मूल्यों के प्रशिक्षण में मुझे पहली बार स्पष्ट हुआ कि मेरा अस्तित्व—जड़ और चेतन, दोनों वास्तविकताओं से मिलकर बना है, और दोनों की आवश्यकताएँ भिन्न हैं। जब मैंने अपने जीवन का निरीक्षण किया, तो



पाया कि मैं अब तक जड़ अर्थात् शरीर को ही सब कुछ मानकर जी रहा था। मैंने सुविधाओं को ही सुख मान लिया था और उसी से अपने को तृप्त करने का लक्ष्य बना रखा था। सम्मान पाने के लिए भी मेरा पूरा जीवन सुविधाओं की उपलब्धि पर आधारित रहा। इस कंटेंट से जुड़ने के बाद मैं आवश्यकता और इच्छा के बीच अंतर समझ पाया। यह भी समझ बनी कि सुख ‘स्वभाव’ है और इसका स्रोत मेरे भीतर ही है, जबकि मेरा अभ्यास और जीना सदैव प्रभाव से सुखी होने का रहा था। मैंने देखा कि इतने वर्षों तक मैं परतंत्र होकर जीता रहा हूँ। अब मुझे स्पष्ट रूप से महसूस हो रहा है कि स्वतंत्रता—अंतर के स्तर पर अनिवार्य है।”

गजेंद्र सरकार, शास. गजराजा चिकित्सा महाविद्यालय, ग्वालियर (म.प्र)

“विद्यार्थियों के साथ संबंधों में मधुरता का आभास यूएचवी के 8 से 13 मई 2023 का भोपाल में 6 दिवसीय प्रशिक्षण के दौरान हुआ। यह मेरे लिए एक प्रेरणादायी यात्रा की तरह रहा, जिसने मुझे मेरे गंतव्य तक पहुँचाया, जहाँ से मैंने स्वयं को जानने की प्रक्रिया की शुरुआत की। शिक्षक विद्यार्थियों के संबंधों में जब तक मधुरता, आत्मीयता और विश्वास का भाव न हो तब तक सीखने सिखाने की प्रक्रिया सफल नहीं हो सकती है। यूएचवी प्रशिक्षण के पूर्व जो 8-9 महीने का मेरा शैक्षणिक कार्य का अनुभव रहा, उसमें मुझे विद्यार्थियों के साथ



तालमेल बैठाने या उनके स्तर पर जाकर उनके मानस को समझने में कठिनाई का अनुभव होता था। लेकिन यूएचवी के सत्र में मैंने जाना कि किसी बात को समझने-समझाने के लिए स्वयं को और दूसरों को स्वतंत्र छोड़ा जाता है यानी प्रस्ताव के रूप में अपनी बात या विचार को रखना चाहिए, उसकी स्वीकृति के लिए अत्याधिक तर्क या अन्य प्रकार का भावनात्मक दबाव नहीं बनाना चाहिए अन्यथा विपरीत परिणाम भी हो सकते हैं। इस प्रक्रिया को मैंने अपनी अध्यापन शैली में अपनाया। जटिल बिंदु, चाहे शैक्षणिक विषय से संबंधित हो या फिर नैतिक अनुशासन से संबंधित हो, विद्यार्थियों के समक्ष प्रस्ताव के रूप में ही रखी, उस बात को समझाने या मानने के लिए दबाव नहीं बनाया तब मैंने अनुभव किया परिणाम ज्यादा सकारात्मक रहे।”

श्वेता नागर, शास. सांदीपनि उ.मा.वि. सैलाना, रतलाम (म.प्र)

“मेरी यूएचवी यात्रा वर्ष 2023 में वाल्मी, भोपाल से प्रारंभ हुई थी, और यह यात्रा आज भी निरंतर रूप से आगे बढ़ रही है। पहले किसी भी जिम्मेदारी या भागीदारी को मैं प्रायः दबाव या प्रभाव के कारण निभाता था, लेकिन अब वह मेरे स्वभाव से होने लगी है। अपनी इच्छाओं और आवश्यकताओं के बीच अंतर को मैं स्पष्ट रूप से समझ पा रहा हूँ। कई पुरानी मान्यताएँ टूट रही हैं और सहज-स्वीकृति स्वाभाविक रूप से दिखाई देने लगी है। एक शिक्षक होने के नाते, पहले मैं सोचता था कि विद्यार्थी लापरवाह हैं, पढ़ना नहीं चाहते। इससे मन में विरोध



का भाव आता था और मैं स्वयं दुखी हो जाता था। लेकिन यूएचवी के प्रस्तावों को समझने के बाद मेरा दुख और पीड़ा सुख में परिवर्तित हो गए, क्योंकि अब मैं समझ पाता हूँ कि कमी उनकी इच्छा में नहीं, बल्कि उनकी परिस्थितियों या योग्यता में है। इस समझ ने मेरे व्यवहार में गहरा परिवर्तन लाया है। पहले मैं अपने बच्चों को परिणाम के लिए डाँटता था, उसे लक्ष्य थोपता था; पर अब मैं उससे केवल इतना कहता हूँ—“तुम पढ़ो, मैं तुम्हारे साथ हूँ।”

डॉ. रामायण प्रसाद विश्वकर्मा, शास. सांदीपनि उ. मा. वि. बगहा, सतना (म.प्र.)

“यूएचवी की कार्यशाला से जुड़ने के बाद व्यक्तिगत, शिक्षण तथा परिवार इन तीनों ही स्तरों पर सिर्फ सुधार ही नहीं हुआ है बल्कि सही-समझ भी विकसित हुई हैं।



यूएचवी कार्यशाला के बाद छात्रों से जुड़ाव अब और बेहतर हुआ है। अब बच्चों पर गुस्सा बहुत कम आता है, अब उनकी समस्याओं पर गहराई से चर्चा हो पाती है। व्यक्तिगत स्तर पर सहजता बढ़ी है। जीवन में समझ का प्रयोग करते हुए संबंध और सुविधा — दोनों

पर संतुलित ध्यान बना रहता है। संबंधों में भाव की समझ विकसित हुई है। मेरे द्वारा ही भाव स्थिर रखने का निर्णय होता है; इस ओर अब निरंतर ध्यान बना रहता है। परिवार स्तर पर संबंधों में मधुरता, स्नेह और प्रेम का भाव बना हुआ है, और सभी के प्रति संबंध का भाव स्वाभाविक रूप से बना रहता है। शिक्षा विभाग, आनंद विभाग और यूएचवी टीम के इस प्रयास के लिए अशेष नमन और कृतज्ञता। विद्यालय के आदरणीय प्राचार्य और उपप्राचार्य द्वारा इस कार्य एवं कार्यशाला में दिए गए सहयोग के लिए हार्दिक आभार।”

पूजा चौहान, शास. सांदीपनि उ.मा.वि. अहिल्याश्रम क्रमांक 1, इंदौर (म. प्र.)

“मैंने सार्वभौमिक मानव मूल्यों से ‘आनंद की ओर’ आरम्भिक ऑनलाइन कार्यशाला कोरोना के पहले अटेंड की थी। इसके बाद क्रमशः 6 दिवसीय ऑफलाइन कार्यशाला भोपाल में, पुनः 8 दिवसीय रिक्रेशर कार्यशाला एवं हाल ही में 8 दिवसीय अध्ययन अभ्यास कार्यशाला में भाग लिया था। इससे यूएचवी कंटेंट के प्रति मेरी समझ में स्पष्टता आई और अब यह दिन प्रतिदिन जीने में आने लगा है। अब जब भी मैं अपना स्व-मूल्यांकन करने जाता



हूँ तो अपने परिवार, कार्यस्थल और समाज में परस्पर एक संबंध देख पाता हूँ। यदि किसी से गलती होती है और वे ऊँची आवाज में बात कर गुस्सा प्रकट करते हैं तो मैं पूरी बात सुनकर उसे फिल्टर आउट करता हूँ विशेष रूप से सामने वाले की आवश्यकता और भाव को समझ कर उसी अनुरूप उसकी पूर्ति के लिए प्रयास करता हूँ। अब मुझे यह भी दिखाई देता है कि मैं प्रकृति अस्तित्व की सच्चाई को जानता हूँ। इसलिए मैं सही को समझना, सही

को जीना चाहता हूँ, स्वयं को सुखी और समृद्ध करना चाहता हूँ। सामने वाला भी सही को समझना, सही को जीना, स्वयं भी सुखी ही रहना चाहता है और मुझे भी सुखी करना चाहता है। गलती यदि हो रही है तो यह उसकी योग्यता में कमी है, उसकी चाहना पर शंका नहीं है। इसलिए अब मेरे परिवार के सदस्य, पत्नी, बच्चें, मित्र अथवा अधिकारी नाराज़ होकर अपना गुस्सा प्रकट करते हैं, तो मैं शांत रहकर उनकी बात सुनता हूँ और केवल आवश्यकता और भाव को पकड़ता हूँ। जबकि पहले मैं लड़ने के लिए तैयार रहता था इससे कई लोगों से संबंध खराब हो जाते थे। अब शादी, विवाह एवं अन्य समारोह में मैं भोजन को पोषण के अर्थ में लेता हूँ। सभी चीजें खाने की अपेक्षा स्वास्थ्य को ध्यान में रखकर भोजन करता हूँ। अपने हर कार्य व्यवहार और निर्णय प्रक्रिया के दौरान मैं संपूर्ण प्रकृति अस्तित्व पर पड़ने वाले प्रभाव को ध्यान में रखकर निर्णय ले पाता हूँ। यह परिवर्तन यूएचवी की समझ से आया है। अतः राज्य आनंद संस्थान, यूएचवी की पूरी टीम और प्रबोधकगण के प्रति कृतज्ञता और धन्यवाद ज्ञापित करता हूँ।”

गणेश कनाड़े, सामाजिक कार्यकर्ता, खंडवा

“मैं जून 2016 से यूएचवी की विषय-वस्तु से जुड़ी, जब मैंने 8-दिवसीय कार्यशाला एबीईएस कॉलेज, गाज़ियाबाद में की। इस पहली कार्यशाला में मुझे दो बहुत गहरी वस्तुओं के मिलने का अंदाज़ हुआ। एक तो, मानव ‘स्वयं (मैं)’ और ‘शरीर’ का सह-अस्तित्व है- इस पर ध्यान गया तो समय और शरीर के सदुपयोग पर ध्यान गया। इसके फलस्वरूप, परिवार में संबंध को स्पष्टता से देखने लगी तो परिवार के सभी सदस्यों में भी ‘स्वयं (मैं)’ और ‘शरीर’ का सहअस्तित्व दिखने लगा, फिर संबंधों का निर्वाह भी ‘स्वयं (मैं)’ में भाव की स्पष्टता और



‘शरीर’ की भौतिक रासायनिक ज़रूरतों के पूर्ति के अर्थ में दिखा। दूसरा, जब समाज में शिक्षक के रूप में भागीदारी की स्पष्टता दिखी तो समझ में आया कि, मेरे परिवार और समाज के सभी परिवार के एक-एक व्यक्ति को यदि शिक्षा-संस्कार के द्वारा ‘स्वयं (मैं)’ और ‘शरीर’ के सहअस्तित्व की स्पष्टता समझ में आ जाए, तो उनका जीवन के सभी आयामों में जीना सुगम होता जायेगा; और हम सभी मानव ‘स्वयं (मैं)’ के स्तर पर अपने भाव-स्वभाव में जीते हुए प्रकृति के एक-एक इकाई के सहअस्तित्व में सुख समृद्धि पूर्वक जीने की ओर अग्रसर होंगे। अपनी कल्पनाशीलता में इसी भाव-विचार के साथ जीते हुए मैं अस्तित्व सहज विधि से स्वयं में, परिवार में, और समाज में व्यवस्था के लिए प्रयासशील हूँ और इसी प्रयास में ध्यानस्थ होना ही मुझे नैसर्गिक ध्यान का सुख देता है।”

आभा मिश्रा, यूएचवी वॉलन्टियर, ग्रेटर नोएडा (उ. प्र.)

मेरी यूएचवी यात्रा...

बचपन में अमर चित्रकथा में गौतम बुद्ध की कहानी पढ़ते हुए मेरे मन में यह प्रश्न उठता था कि उन्हें ऐसा क्या ज्ञान प्राप्त हुआ, जिससे उनके दुख दूर हो गए। इस प्रश्न का उत्तर मैं लगातार खोजती रहती थी, फिर अप्रैल 2023 में शिक्षा विभाग की ओर से सार्वभौमिक मानवीय मूल्य की कार्यशाला में सहभागिता करने का अवसर मिला। इसने मुझे एक ऐसी दिशा की ओर मोड़ा, जहां मेरे प्रश्न के उत्तरित होने की संभावना दिखने लगी। अगस्त 2024 की रिफ्रेशर कार्यशाला करने के बाद मुझे विषय-वस्तु को गहराई से समझने में मदद मिली। अपने ध्यान को कल्पनाशीलता पर लगाने के अभ्यास से और प्रस्तावों की जांच-परख से अपने में होने वाले परिवर्तन को अब मैं देख पाती हूँ। भावों की समझ बढ़ने से संबंधों में जीते हुए अब मैं ज्यादातर सहज स्थिति में बनी रहती हूँ। स्वयं में असहजता होते ही मैं उसके पीछे चल रहे विचारों और भावों पर ध्यान दे पाती हूँ और सहज-स्वीकृत भावों को अपने में पहचान पाती हूँ जिससे मैं कुछ ही समय में सहज हो जाती हूँ।



रचना श्रीवास्तव,

उच्च माध्यमिक शिक्षक
(वाणिज्य),

शास. सांदीपनि उ.मा.वि. महात्मा
ज्योतिबा फुले, दमोह (म.प्र.)

यूएचवी से जुड़ने के बाद मुझे लगा कि पहले खुद पर काम करते हुए मैं पूरी तरह समझदार और जिम्मेदार हो जाऊँगी, फिर बाहर सहयोग करूँगी। लेकिन जब टीम के प्रोत्साहन पर मैंने अपनी सहभागिता बढ़ाई तो यह मेरे स्वयं



के परिमार्जन में भी सहायक हुआ। अगस्त 2025 की समीक्षा बैठक में श्री भानु भैया द्वारा सभी को उनकी विशेषता और योग्यता अनुसार विभिन्न प्रोजेक्ट्स में जुड़ने का प्रस्ताव दिया गया था, उसी के तहत मैंने “स्टूडेंट ऑनलाइन वर्कशॉप” में अपनी भागीदारी की थी।

यह एक सफल प्रयोग रहा और आगे बच्चों के बीच कार्य करने के लिए यह एक पायलट प्रोजेक्ट के रूप में सामने आया। मैं आने वाले समय में स्वयं को इस प्रोजेक्ट के साथ जोड़कर देख पाती हूँ।

यूएचवी टीम व आनंद संस्थान के आगामी कार्यक्रमों में यथासंभव

अपनी सहभागिता सुनिश्चित करूँगी। इतने व्यवस्थित रूप से मानवीय मूल्य, समझने में सहयोगी होने के लिए मैं पूरी यूएचवी की टीम के प्रति अपनी कृतज्ञता ज्ञापित करती हूँ।

आरएस-यूएचवी के कार्यक्रम व झलकियां

क्र.	दिनांक	कार्यक्रम	कार्यक्रम स्थल
1	26 अक्टूबर 2025	स्नेह संचार सभा	ग्वालियर संभाग में
2	27 से 29 अक्टूबर 2025	'आनंद की ओर' तीन दिवसीय कार्यशाला	आईकफ आश्रम, शाहपुरा, भोपाल
3	02 नवम्बर 2025	स्नेह संचार सभा	इंदौर व उज्जैन संभागों में
4	03 से 08 नवम्बर 2025	फैकल्टी डेवलपमेंट UHV-II छः दिवसीय कार्यशाला (उच्च शिक्षा)	सेंट्रल पुलिस अकादमी (CAPT) कोकता, भोपाल
5	17 से 19 नवम्बर 2025	'आनंद की ओर' तीन दिवसीय कार्यशाला	RCVP नरोन्हा प्रशासन अकादमी, भोपाल

कार्यशाला का नाम : आनंद की ओर कार्यशाला

दिनांक : 27 से 29 अक्टूबर 2025

स्थान : आईकफ आश्रम, शाहपुरा , भोपाल



राज्य आनंद संस्थान की ओर से 27 से 29 अक्टूबर 2025 तक सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों पर आधारित 'आनंद की ओर' UHV-II तीन दिवसीय कार्यशाला का आयोजन आईकफ आश्रम, शाहपुरा, भोपाल में किया गया। इसमें मध्यप्रदेश के अलग अलग जिलों से कुल 55 प्रतिभागियों ने सहभागिता की। प्रतिभागियों का ध्यान मानव में व्यवस्था के अंतर्गत स्वयं और शरीर के सह-अस्तित्व पर, परिवार में स्थापित नौ मूल्यों पर, समाज में व्यवस्था के अंतर्गत शिक्षा संस्कार की भूमिका पर एवं प्रकृति और सह-अस्तित्व व्यवस्था पर गया।



कार्यशाला का नाम : फैकल्टी डेवलपमेंट कार्यशाला (उच्च शिक्षा)

दिनांक : 03 से 08 नवम्बर 2025

स्थान : सेंट्रल पुलिस अकादमी (CAPT) कोकता, भोपाल



राज्य आनंद संस्थान की ओर से दिनांक 03 से 08 नवम्बर 2025 तक सेंट्रल पुलिस अकादमी (CAPT) कोकता, भोपाल में सार्वभौमिक मानवीय मूल्य आधारित छः दिवसीय कार्यशाला का आयोजन किया गया, जिसमें पूरे प्रदेश के पी.एम.श्री महाविद्यालयों एवं उत्कृष्ट महाविद्यालयों से कुल 61 प्राध्यापकों ने सहभागिता की और चारों स्तर की व्यवस्थाओं को समझने का प्रयास किया। वर्तमान परिवेश में मूल्य शिक्षा के माध्यम से शिक्षा-संस्कार विकसित करने पर बल दिया गया। यह कार्यशाला शिक्षकों के लिए स्व-अवलोकन, संवाद और मानवीय मूल्यों के विकास की एक सार्थक प्रक्रिया है। राज्य आनंद संस्थान, यूएचवी फाउंडेशन एवं उच्च शिक्षा विभाग का यह संयुक्त प्रयास NEP 2020 के मानवीय लक्ष्य को साकार करने की दिशा में एक महत्वपूर्ण कदम है।



कार्यशाला का नाम : आनंद की ओर कार्यशाला

दिनांक : 17 से 19 नवम्बर 2025

स्थान : राज्य आनंद संस्थान, भोपाल



राज्य आनंद संस्थान की ओर से 17 से 19 नवम्बर 2025 तक सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों पर आधारित 'आनंद की ओर' UHV-II तीन दिवसीय कार्यशाला का आयोजन राज्य आनंद संस्थान, भोपाल में किया गया। इसमें मध्यप्रदेश के अलग-अलग जिलों से कुल 40 प्रतिभागियों ने सहभागिता की। सभी का ध्यान शिक्षा-संस्कार की भूमिका, समझ-सम्बन्ध-सुविधा पर गया। मानव में व्यवस्था के अंतर्गत शरीर और स्वयं (मैं) की अलग-अलग आवश्यकताओं और क्रियाओं पर ध्यान गया। परिवार में संबंधों की समझ में निहित मूल्यों को समझने में एक नया दृष्टिकोण प्राप्त हुआ। सभी लोगो का ध्यान संबंधों में निहित विश्वास, सम्मान, स्नेह, ममता, वात्सल्य, श्रद्धा, गौरव, कृतज्ञता, प्रेम आदि मूल्यों पर भी गया। साथ ही समाज और प्रकृति के साथ भी सह-अस्तित्व व्यवस्था पर भी बारीकी से ध्यान गया।



स्नेह संचार सभा रिपोर्ट

कार्यक्रम का नाम : स्नेह संचार सभा

स्थान : म.प्र. के तीन संभागों में (ग्वालियर, इंदौर एवं उज्जैन)

उद्देश्य : यूएचवी (UHV) के सभी निष्ठावान एवं सक्रिय सदस्यों में परस्पर स्नेह एवं मेल-मिलाप बढ़ाना, उनके परिवार के सदस्यों में आत्मीयता बढ़ाना, और संभाग-जिला-विद्यालय स्तर पर यूएचवी की विभिन्न गतिविधियों के लिए धरातल निर्मित करना।

संभाग	स्थान	समय	सदस्य संख्या	राज्य आनंद संस्थान के प्रतिनिधि	अगली मीटिंग की तिथि
26 अक्टूबर 2025	ग्वालियर नैवेद्यम, 13 विनय नगर, ग्वालियर	11:00 से 4:00	30	श्री मोती चंद यादव	28 नवंबर 2025
2 नवंबर 2025	इंदौर सांदीपनि शास. क. उ. मा. वि अहिल्या आश्रम क्र 1 इंदौर	11:00 से 4:00	16	डॉ. राजकुमारी	07 दिसंबर या 21 दिसंबर 2025
2 नवंबर 2025	उज्जैन सांदीपनि शास. उ. मा. वि. माधोगंज, उज्जैन	11:00 से 4:00	17	डॉ. ज्योति कुलश्रेष्ठ, केसरी चंद पुरोहित	20 दिसंबर 2025

कार्यक्रम की प्रमुख उपलब्धियाँ:

- आगामी माह में संभाग स्तर पर एक/दो दिवसीय कॉन्फ्रेंस/सम्मेलन आयोजित करने का प्रारूप प्रस्तुत किया गया।
- सहभागिता हेतु प्राचार्य, शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक एवं शिक्षा-विभाग के अधिकारियों को सम्मिलित करने पर सहमति बनी।
- लगभग 100 प्रतिभागियों के साथ इसे वृहद पायलट प्रकल्प के रूप में आयोजित करने का प्रस्ताव रखा गया।
- प्रत्येक विद्यालय में UHV कोश के गठन पर विचार-विमर्श किया गया, ताकि मानवीय मूल्य आधारित गतिविधियों का सुव्यवस्थित संचालन एवं समन्वय सुनिश्चित हो सके।
- मेंटर के मार्गदर्शन में कल्पनाशीलता को विकसित करने तथा विषय-वस्तु से संबंधित विविध महत्वपूर्ण प्रस्तावों पर सारगर्भित चर्चा हुई।

- विभिन्न परियोजनाओं के अनुरूप सदस्यों की योग्यता, क्षमता एवं संभावित भूमिकाओं की स्पष्ट पहचान की गई।
- सामग्री को विभागीय प्रशासनिक अधिकारियों, विद्यालय प्राचार्यों तथा संबंधित संस्थानों तक पहुँचाने के संभावित उपायों पर विस्तृत विचार-विमर्श किया गया।
- कुछ सदस्य अपने परिजनों सहित कार्यक्रम में सम्मिलित हुए, जिससे परिवारों में इस कार्य के प्रति विश्वास, आत्मीयता एवं सहयोगभाव का सुदृढ़ संचार हुआ।
- यूएचएचवी आधारित मानवीय मूल्यों के प्रसार हेतु अनेक सुझाव प्राप्त हुए, जिनमें प्रेरक सत्र, पैनल चर्चा, छोटे समूह संवाद तथा शिक्षक-विद्यार्थी-अधिकारियों के मध्य अनुभव-साझा संवाद विशेष रूप से उल्लेखनीय रहे।



ग्वालियर संभाग (म.प्र.)



इंदौर संभाग (म.प्र.)



उज्जैन संभाग (म.प्र.)

ऑनलाइन साप्ताहिक सभाएं

मंगलवार मीटिंग: स्वयं के विकास और समूह के विकास के संदर्भ में योजना कार्यक्रम बनाने, उनका क्रियान्वयन एवं मूल्यांकन के आशय से प्रत्येक मंगलवार सांय 7:00 से 8:30 बजे तक एक ऑनलाइन मीटिंग का आयोजन किया जाता है। इसमें लगभग 130 लोग नियमित रूप से जुड़ते हैं। प्रत्येक बुधवार को होने वाली इस संभागवार मीटिंग की रिपोर्ट संभाग स्तरीय कोर टीम द्वारा साझा की जाती हैं एवं मध्यप्रदेश में चल रहे यूएचवी के प्रयासों की समीक्षा की जाती है।

उपस्थिति एवं प्रस्तुतकर्ता का विवरण (मंगलवार)						
	मीटिंग दिनांक	21 अक्टूबर (दीपावली मिलन सभा)	28 अक्टूबर	04 नवंबर	11 नवंबर	18 नवंबर
1	कुल सदस्य	55	55	55	55	55
2	उपस्थित सदस्य	16	36	32	32	29

बुधवार मीटिंग : संभाग स्तर पर टीम को विकसित होने में सहयोग करने हेतु सात संभागों की ऑनलाइन साप्ताहिक मीटिंग का आयोजन प्रत्येक बुधवार को शाम 7 से 8:30 बजे तक किया जाता है। पाँच-सदस्यीय संचालन समिति अपने संभाग के लगभग 20-25 सदस्यों के साथ इस मीटिंग को संचालित करते हैं। इसमें स्वमूल्यांकन एवं विषयवस्तु की प्रस्तुति के साथ ही आगामी बुधवार मीटिंग की कार्ययोजना पर भी चर्चा की जाती है। संभाग गाइड द्वारा मार्गदर्शन प्रदान किया जाता है। इस मीटिंग की रिपोर्ट अगले मंगलवार की मीटिंग में प्रस्तुत की जाती है।

उपस्थिति (बुधवार मीटिंग)								
क्र	संभाग	मालखर	रीवा	इंदौर	उज्जैन	सागर	भोपाल	जबलपुर
2	कुल सदस्य	34	36	19	30	27	51	25
3	दिनांक	29 अक्टूबर 2025						
	उपस्थित सदस्य	18	18	09	12	16	21	14
	अनुपस्थित सदस्य	17	18	10	16	11	27	11
4	दिनांक	05 नवंबर 2025						
	उपस्थित सदस्य	17	17	11	11	11	18	15
	अनुपस्थित सदस्य	17	19	08	19	16	33	10
5	दिनांक	12 नवंबर 2025						
	उपस्थित सदस्य	18	21	12	11	16	24	17
	अनुपस्थित सदस्य	16	15	07	19	11	27	08
6	दिनांक	19 नवंबर 2025						
	उपस्थित सदस्य	16	16	09	14	17	19	15
	अनुपस्थित सदस्य	18	20	10	16	10	32	10

संभागवार (बुधवार मीटिंग) स्व मूल्यांकन रखने वाले सदस्यों का विवरण							
	ग्वालियर	रीवा	इंदौर	उज्जैन	सागर	भोपाल	जबलपुर
मीटिंग दिनांक	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर
प्रस्तुतकर्ता	विजय जी	अनिल रजक जी आकांक्षा पाठक जी	पूजा जी गणेश जी	संगीता जी	रामकेश टेकाम जी उषा जी	कुमकुम जी मंजु जी	अमित जी संत प्रकाश जी
मीटिंग दिनांक	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर
प्रस्तुतकर्ता	प्रशांत सिंह जी	सुष्मा पटेल जी	गणेश जी पुष्पा जी	अनुराधा जी सुनीता पवार जी	रविशंकर जी संतोष जी	राम कृष्णन जी प्रीतिश जी	साक्षी सहारे जी दीप्ति ठाकुर जी
मीटिंग दिनांक	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर
प्रस्तुतकर्ता	हेमंत जी	पवन जी	मकेश जी अनीता पांडे जी	हरशलीन जी	वैदेहि जी तृप्ति जी	केशव जी सतीश जी	दुर्गा प्रसाद जी विप्रा जी

संभागवार (बुधवार मीटिंग) प्रस्तुतकर्ताओं का विवरण							
	ग्वालियर	रीवा	इंदौर	उज्जैन	सागर	भोपाल	जबलपुर
मीटिंग दिनांक	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर	12 नवंबर
प्रस्तुतकर्ता (संभाग गाइड)	अर्जिता जी	मोहित जी	राज कुमारी जी	अनिल जी	नवीन जी	अखिलेश जी	मनीषा शुक्ला जी /आलोक जी
मीटिंग दिनांक	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर	19 नवंबर
प्रस्तुतकर्ता	विजय जी	परवीन जी	महर्षि जी संगीता शुक्ला जी	जितेंद्र जी महेश मकवाना जी	जीवनजी गोवर्धन जी	प्रियंका जी रेणुका जी	भारती जी बरखा जी
मीटिंग दिनांक	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर	26 नवंबर
प्रस्तुतकर्ता	प्रशांत जी	आशा तिवारी जी, रामायण जी	पुष्पा जी सुधा जी	अनुराधा जी रंजना जी	रविशंकर जी अंजू जी	सुनील जी नीलू समीर जी	सोमनाथ जी मनीष कुमार जी

शुक्रवार मीटिंग : मध्यप्रदेश के समस्त आनंद सभा प्रशिक्षित शिक्षकों के साथ प्रत्येक शुक्रवार को सांय 6:00 से 7.30 बजे तक एक ऑनलाइन मीटिंग का आयोजन किया जाता है। शास. सांदीपनि उ. मा. विद्यालयों में प्रत्येक शनिवार को होने वाली 'आनंद-सभा' की विषय-वस्तु पर शिक्षकों में स्पष्टता एवं गहराई लाने के आशय से मुख्य प्रबोधक द्वारा चर्चा की जाती है। इसके साथ ही शिक्षकों की शंकाओं का समाधान भी किया जाता है। शनिवार को अपने-अपने विद्यालय में छात्रों के साथ आनंद सभा का संचालन हेतु उन्हें आवश्यक मार्गदर्शन प्रदान किया जाता है। इस मीटिंग में लगभग 700 शिक्षकों के साथ संवाद किया जाता है।

क्रमांक	दिनांक	उपस्थित प्रतिभागी	विषय- वस्तु	प्रबोधक	अतिथि
1	24/10/2025	430	मैं (स्वयं) की शरीर के साथ व्यवस्था	श्री कौशल बुटोलिया	श्री सत्य प्रकाश आर्य, निदेशक, राज्य आनंद संस्थान
2	31/10/2025	435	परिवार में व्यवस्था	श्री कौशल बुटोलिया	-----
3	07/11/2025	343	परिवार में व्यवस्था (विश्वास)	श्री कौशल बुटोलिया	-----
4	14/11/2025	302	परिवार में व्यवस्था (सम्मान)	श्री पवनेन्द्र कुमार	-----

आरएस-यूएचवी के आगामी कार्यक्रम व योजनायें

क्र.	दिनांक	कार्यक्रम	कार्यक्रम स्थल
1	08 से 12 दिसम्बर 2025	आनंद की ओर UHV-II पांच दिवसीय कार्यशाला	RCVP नरोन्हा प्रशासन अकादमी, शाहपुरा, भोपाल
2	22 से 24 दिसम्बर 2025	आनंद की ओर UHV-II तीन दिवसीय कार्यशाला	RCVP नरोन्हा प्रशासन अकादमी, शाहपुरा, भोपाल

अन्य जगहों पर यूएचवी के प्रमुख प्रयास

S. No.	PROPOSED START DATE	PROPOSED END DATE	TYPE OF FDP	FULL NAME OF INSTITUTE
1	2-Nov-2025	4-Nov-2025	Introductory (3-day)	Govind Ballabh Pant Institute of Engineering and Technology, Pauri
2	10-Nov-2025	12-Nov-2025	UHV-I (3 day)	Marathwada Mitra Mandals College Of Engineering, Pune, Maharashtra
3	17-Nov-2025	21-Nov-2025	UHV-II (5-day)	Sethu Institute of technology, Virudhunagar, Tamil Nadu
4	20-Nov-2025	22-Nov-2025	Introductory (3-day)	Jain College of Engineering and Technology, Hubballi
5	24-Nov-2025	28-Nov-2025	UHV-II (5-day)	K. Ramkrishnan College of Engineering, Tamilnadu
6	24-Nov-2025	28-Nov-2025	UHV-II (5-day)	National Institute of Technical Teachers Training and Research, Chandigarh
7	24-Nov-2025	1-Dec-2025	UHV-II (8-day)	Koneru Lakshmaiah Education Foundation, Guntur

मध्य प्रदेश की तर्ज पर राजस्थान में भी स्कूली शिक्षा में मानवीय मूल्यों के समावेश हेतु पहल

म. प्र. में मूल्य-शिक्षा की दिशा में हो रहे प्रयासों से प्रेरित होकर राजस्थान सरकार ने भी स्कूली शिक्षा में मानवीय मूल्यों के समावेश के लिए एक महत्वपूर्ण कदम उठाया है। इसके तहत प्रदेश के सभी 134 राजकीय मॉडल स्कूलों तथा 603 पीएम श्री विद्यालयों में यूएचवी पाठ्यक्रम लागू करने की योजना है।

इस क्रम में सभी मॉडल स्कूलों के प्राचार्यों के लिए 7 से 9 नवम्बर तक सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों पर तीन दिवसीय दो कार्यशालाएं आयोजित की गयीं। अजमेर के माकड़वाली में स्थित स्वामी विवेकानंद राजकीय मॉडल विद्यालय में कार्यशालाएं दो दिनों तक चलीं जिसे श्री मोती चंद यादव एवं डॉ. कुमार संभव ने संचालित किया। तीसरे दिन इसका समापन समारोह भगवान महावीर विद्यालय, पंचशील में सम्पन्न हुआ जिसमें राज्य के शिक्षा मंत्री श्री मदन दिलावर विशेष रूप से उपस्थित रहे और उन्होंने बताया कि मूल्य-शिक्षा पाठ्यक्रम को चार हिस्सों में कक्षा 9वीं से 12वीं तक संचालित किया जाएगा।

इस सुअवसर पर शिक्षा मंत्री के ओएसडी सतीश कुमार गुप्ता, माध्यमिक शिक्षा बोर्ड के सचिव गजेन्द्र सिंह राठौड़, एनसीयूएचवी एआईसीटीई नईदिल्ली के चेयरमैन प्रो. एचडी चारण, राज्य आनंद संस्थान मध्य प्रदेश के निदेशक श्री सत्य प्रकाश आर्य, यूएचवी एआईसीटीई के वाइस चेयरमैन श्री राजुल अस्थाना, यूपीआईडी के निदेशक डॉ. कुमार संभव एवं अन्य उपस्थित रहे।

तीन दिवसीय कार्यशाला के बाद, दिसंबर की शुरुआत में राज्य के सभी जिला शिक्षा अधिकारियों के लिए मानवीय मूल्यों पर कार्यशालाएं आयोजित करने का निर्णय लिया गया। इसके बाद अगले पांच महीनों में पीएम श्री स्कूलों के प्रधानाचार्यों और सभी 734 स्कूलों के दो-दो शिक्षकों के लिए कार्यशालाएं आयोजित की जाएंगी। योजना है कि अगले साल जुलाई तक इन 734 स्कूलों के कक्षा 9 के सभी विद्यार्थियों के लिए मानवीय मूल्यों पर कक्षाएं शुरू कर दी जाएंगी।

राज्य के 134 मॉडल विद्यालयों के प्राचार्यों के लिए तीन दिवसीय कार्यशाला-



यूएचवी छात्रों की दृष्टि में

“हमारे विद्यालय में हर शनिवार को यूएचवी की कक्षा होती है। इस कक्षा के माध्यम से मैंने जीवन के असली अर्थ को समझने की कोशिश की है। पहले मुझे लगता था कि पढ़ाई का उद्देश्य केवल परीक्षा पास करना और नौकरी पाना है, लेकिन यूएचवी ने मुझे सिखाया कि पढ़ाई का असली उद्देश्य एक अच्छा इंसान बनना है। मैंने समझा कि खुशी और समृद्धि केवल धन से नहीं, बल्कि स्वयं, परिवार और समाज से मेल-जोल और सम्मान से आती है। मुझे सबसे अच्छा लगा जब हमने स्वयं से संवाद किया। उसमें मैंने अपने विचारों, लक्ष्यों और व्यवहार के बारे में गहराई से सोचा।



इस अभ्यास ने मुझे आत्म-जागरूक बनाया और यह सिखाया कि हर कार्य को सजगता और संतुलन के साथ करना चाहिए। अब मुझे लगता है कि इंसानियत ही सबसे बड़ी पहचान है और इसी के सहारे हम एक बेहतर दुनिया बना सकते हैं। मैंने यह भी अनुभव किया कि जब व्यक्ति का दृष्टिकोण सकारात्मक होता है, तो समाज अपने आप बदलने लगता है। इसलिए हर व्यक्ति को पहले अपने भीतर मानवीय मूल्यों का दीप जलाना चाहिए। यूएचवी ने मुझे जीवन का एक नया दृष्टिकोण दिया है। इसने मुझे यह समझाया कि सही जीवन वही है जिसमें दूसरों के कल्याण की भावना हो। मैं चाहता हूँ कि हमारे देश के हर विद्यालय में ऐसी शिक्षा दी जाए ताकि हर छात्र न केवल बुद्धिमान बल्कि संवेदनशील और जिम्मेदार नागरिक बन सके। सच में, यूएचवी ने मेरे विचार और जीवन दोनों को एक नई दिशा दी है।”

आर्यन कुशवाहा, कक्षा-9वी, सांदीपनि शास. उ. मा. विद्यालय, मेडिकल परिसर, जबलपुर

“मेरी यूएचवी यात्रा शुरू हुई कक्षा नवमी से और इसके बाद अप्रैल माह में आयोजित यूएचवी की ऑनलाइन कार्यशाला में मैंने अपनी भागीदारी दी। इसके बाद मैंने कक्षा दसवी में माह-सिम्बर में आयोजित छः दिवसीय ऑनलाइन कार्यशाला में पुनः अपनी भागीदारी दी, जिससे मेरे जीवन में निम्न परिवर्तन आए -



1. पहले मैं अपनी तुलना दूसरों से करती थी, और दुखी रहती थी, परंतु अब मैं ऐसा नहीं करती हूँ, और सुखी रहती हूँ।
2. मैं पहले बहुत कम बोलती थी, साथ ही मंच पर जाकर लोगों के सामने बोलने से डरती थी, परंतु अब मैं मंच पर जाकर आसानी से बोल पाती हूँ। मेरे आत्मविश्वास में बढ़ोत्तरी हुई है जिसे मैं देख भी पाती हूँ और मेरा यह डर पहले से कम हुआ है। इन परिवर्तनों के फलस्वरूप ही मैंने 'राज्य स्तरीय बालरंग प्रतियोगिता-2025' में निबंध लेखन में प्रथम स्थान प्राप्त किया है।”

रिया पटेल, कक्षा -10वीं शास. सांदीपनि उ. मा. विद्यालय, सिहोरा, जबलपुर

“जबसे मैंने यूएचवी की कक्षाएं ली हैं मुझमें बहुत सुधार आया है। इन कक्षाओं से समझ बनी कि किस प्रकार से व्यवहार के द्वारा मैं अपने आस-पास और मित्रों के साथ संबंध बेहतर बना सकती हूँ। मैं विद्यालय, अपने आस-पड़ोस या समाज में किस प्रकार अपनी भागीदारी निभा सकती हूँ। हम एक-दूसरे की कमियों को देख कर एवं दूसरे को स्नेह पूर्वक ध्यान दिलवाकर, साथ रह सकते हैं। अपनी जरूरत को समझना एवं जरूरत के हिसाब से खर्च करना भी धीरे-धीरे सीखा। यूएचवी की कक्षाओं से बहुत कुछ सीखने को मिलता है।”



अनन्या गुप्ता, कक्षा- 9वीं शास. उत्कृष्ट बाल विनय मंदिर, इन्दौर

“आनंद सभा की जो कक्षाएं होती हैं, उनमें गतिविधियों और प्रश्नों के माध्यम से हमारे अंदर बड़े अच्छे बदलाव आए। इससे अनुशासन और समय का मूल्य समझने लगे, शिक्षकों और बड़ों का सम्मान करना सीख गए और हमारे व्यवहार और बोलचाल का स्तर ही नहीं अपितु हमारे अंदर आत्मविश्वास भी बढ़ा और हम सबके सामने बिना डरे बोलने लगे। सभी के साथ मिलजुलकर रहने की भावना आयी। गलत आदतें जैसे- गुस्सा करना, झूठ बोलना, लड़ाई झगड़ा करना आदि कम हो गया। आनंद सभा से हम अच्छे संस्कार, शिष्टाचार, मेहनत और सत्य बोलने की सीख ली। इस तरह आनंद सभा ने हमारे व्यक्तित्व को निखारा और संस्कारी बनाया। इसके माध्यम से दूसरों की मदद करने और सहानुभूति रखने की भावना की भी समझ बनी। हम अपने दोस्तों और सहपाठियों की भावनाओं को समझने लगे। धीरे-धीरे हमारे अंदर सकारात्मक सोच का विकास हो रहा है। आनंद सभा ने हमें अच्छे विद्यार्थी, अच्छे इंसान और अच्छे जिम्मेदार नागरिक बनने की दिशा में आगे बढ़ाया। भविष्य में सुखी व संतोषपूर्ण जीवन जीने में यह सभी सीख सहायक होंगी।”



गुलशन कुमार साहू, कक्षा -12वीं शास.उ. मा. विद्यालय, राजा भोज 1100 क्वार्टर, भोपाल

“यूएचवी से जुड़ने के बाद मेरे गुस्से में परिवर्तन दिखाई दिया। यूएचवी की कक्षा में मैंने अपने गुस्से पर नियंत्रण करना सीखा है। गुस्सा आने पर क्या करें? यूएचवी की क्लास में सिखाया है कि गुस्सा आने पर पर ये ना सोचें कि गलती सिर्फ सामने वाले की है, हमारी भी गलती हो सकती है, पर हम स्वयं की गलती ना देखकर दूसरों की गलती पहले देखते हैं। यूएचवी की कक्षा में मैंने अपने पास उपलब्ध वस्तुओं की उपयोगिता समझी, साथ ही आवश्यक खर्चों पर भी ध्यान दिया। पहले में थोड़ा दिखावा करने पर ज्यादा ध्यान देती थी और ज़िद करती थी, परन्तु अब मैं यूएचवी की कक्षा में जाने के बाद सारी चीजों के बारे में सोचती हूँ। मुझे यूएचवी की कक्षा में बहुत अच्छा लगता है।”



पलक गिरवाल, कक्षा - 10वीं शास. उत्कृष्ट बाल विनय मंदिर, इन्दौर

पाठकों के फीडबैक

“आनंद संचारिका मानवीय मूल्यों को जन-जन तक पहुँचाने का एक सरल साधन है। इस में निहित मानवीय मूल्य सामग्री स्वयं के विकास में सहयोगी है। इस पत्रिका से अपनी कल्पनाशीलता के प्रति सजग रहने की प्रेरणा मिलती है। राज्य आनंद संस्थान और यूएचवी सेल द्वारा, इस पत्रिका के माध्यम से, शिक्षकों तक इस विषय-वस्तु को पहुँचाने की दिशा में किये जा रहे कार्य की जानकारी पाठकों को भागीदारी करने की प्रेरणा और मौका देती है। इस पत्रिका को साकार करने वाली टीम को मेरा साधुवाद।”



संगीता शुक्ला, पूर्व शिक्षिका, यूएचवी वालंटियर, इंदौर (म.प्र.)

“आनंद संचारिका का प्रत्येक कॉलम एक नई अनुभूति, एक नई सीख और जीवन मूल्यों की नई दृष्टि प्रदान करता है। संचारिका के माध्यम से मैंने जाना शिक्षा का अर्थ केवल अक्षर-ज्ञान तक सीमित नहीं, बल्कि मानवीय मूल्यों की सशक्त साधना है। संचारिका को पढ़कर मैं संवेदना, करुणा और सहयोग की कोमल लहरें महसूस करती हूँ। जब मेरे विद्यालय के बच्चे एक-दूसरे की सहायता करते हैं, वृक्षारोपण करते हैं या किसी की खुशी में शामिल होते हैं, तब यह अनुभूति होती है कि शिक्षा अपने वास्तविक अर्थ में साकार हो रही है। इस तरह की अनुभूति संचारिका के द्वारा मुझमें आने लगी है। निःसंदेह आनंद संचारिका मानव जीवन के लिए मील का पत्थर साबित होगी।”



नीलू ठाकुर, शास. प्राथमिक विद्यालय, झुम्मरखाली, खंडवा

“आनंद संचारिका मेरे लिए अत्यंत उपयोगी है, क्योंकि इसमें दी गई सामग्री मानव जीवन के मूल्यों से सीधी जुड़ी हुई है। इसे पढ़ते हुए यह अनुभव हुआ कि इसे पढ़कर सहयोग, सहानुभूति, संवेदना और अच्छे व्यवहार की भावना बहुत सहज रूप से स्वयं में विकसित की जा सकती है। यह पत्रिका केवल गतिविधियाँ नहीं सिखाती, बल्कि हम सभी को बेहतर इंसान बनने की दिशा में प्रेरित करती है। मेरे लिए यह संचारिका अत्यंत लाभकारी और आवश्यक है।”



छाया यादव, शास. उ.मा.वि. निपानिया कलां, सीहोर

“शासकीय राजा भोज विद्यालय में कक्षा नवमी व दसवीं के विद्यार्थियों के लिए संचालित "आनंद सभा" की गतिविधियों द्वारा विद्यार्थियों को संतोषप्रद, सुखद व जीवन जीने की कला का बोध हुआ। उन्होंने सामाजिक समभाव व मानवता के लिए स्वयंपरक महत्व व सामूहिक सहयोग हेतु समझ विकसित की।



प्रत्येक मनुष्य की निरंतर सुखी व संतुलित जीवन की चाह के लिए आवश्यक मूल्यों और कौशल कार्यों में आनंद सभा सहायक हो रही है। जीवन की सम्पूर्णता हेतु नैतिक आचरण, प्रेमपूर्ण सम्बन्ध व व्यवहार का अनुभव करने के कार्य करने की व्यवस्था हेतु आवश्यक गतिविधियाँ प्रदान करता आनंद सभा का पाठ्यक्रम अपने उद्देश्य में सफल कर रहा है। विद्यार्थी उत्साहपूर्वक सभी गतिविधियों में सहभागिता कर रहे हैं।

छात्र जीवन में इस पाठ्यक्रम का प्रभाव प्रत्येक विद्यार्थी के लिए उनके भावी जीवन में मानसिक क्षमताओं व एक सुखद मानवीय सम्बन्ध की स्थापना में महत्वपूर्ण भूमिका निभाने में सहायक रहेगा। यह प्रयास सराहनीय है।”

ज्योति सक्सेना, शिक्षिका, राजा भोज शा. उ. मा. वि. भोपाल

“राज्य आनंद संस्थान एवं एआईसीटीई के सहयोग से मध्य प्रदेश के स्कूलों में मानवीय मूल्य आधारित शिक्षा के प्रसार के लिए सराहनीय प्रयास किये जा रहे हैं। यह आनंद संचारिका पत्रिका इन्हीं प्रयासों जैसे स्नेह संचार सभा, आरएएस-यूएचवी के कार्यक्रम, साप्ताहिक सभा एवं प्रदेश के शासकीय विद्यालयों में चलने वाली आनंद सभा का विस्तृत विवरण देती है। इसमें वर्णित प्रतिभागियों का स्व-मूल्यांकन एवं अलग-अलग जगहों पर चल रहे यूएचवी के प्रयास बहुत प्रेरणादायक हैं। विशेष



आलेख में स्वयं की चेतना के विकास के समग्र आशय को दर्शाया गया है। मुझे दृढ़ विश्वास है कि यह पत्रिका मानवीय मूल्य एवं मानव की मूल चाहना को समझने और उसकी पूर्ति में सहायक सिद्ध होगी। इसके प्रकाशन में जुड़े लोगों का उत्कृष्ट प्रयास अति प्रशंसनीय है। उन्हें मेरी तरफ से बधाई और शुभकामनाएँ।”

डॉ प्रियंका राय, असिस्टेंट प्रोफेसर, KIET ग्रुप ऑफ़ इंस्टिट्यूट, गाज़ियाबाद

मूल्य प्रेरणा पुष्प

कहानी : अहंकार का पतन

कक्षा दसवीं का छात्र रोहन। उसके नाम का अर्थ शायद "उन्नति" था, और वह गणित के अंकों में इस अर्थ को अक्षरशः जी रहा था। सौ में से सौ, यह उसके लिए एक स्वाभाविक अधिकार था। स्कूल की पुरानी इमारतों में, जहाँ धूल भरे कोने और चाँक की हल्की गंध थी, रोहन अपनी सफलता को केवल अपने अकेले के श्रम का फल मानता था। उसका यह गहरा विश्वास कि वह शिक्षकों से भी श्रेष्ठ है, उसके स्वभाव में एक ऐसी कठोर अकड़ भर देता था, जो किसी भी विनम्रता को कुचल देती थी।



रिज़वाना खान (मा. शि.)

शा. पीएमश्री कन्या उ.मा.वि.
कोलारस, शिवपुरी

रोहन सदैव अहंकार से लबरेज रहता था, जिसे उसकी कक्षा शिक्षिका रिया मैम महसूस कर पा रही थीं। उन्होंने अपनी नैतिक जिम्मेदारी समझते हुए मानवीय मूल्यों को ध्यान में रखते हुए अपनी कक्षा का शैक्षणिक भ्रमण का आयोजन किया। यह भ्रमण सिर्फ भूगोल पढ़ने नहीं, बल्कि जीवन जीने का पाठ पढ़ने के लिए था।

जब उनकी बस घने देवदार के पेड़ों के बीच रुकी, तो हवा में मिट्टी की नमी और दूर से दिखाई दे रहे झरने का कलकल स्वर गूँज रहा था। झरने के पास का रास्ता संकरा था और पथरीला, पत्थरों पर कोई ऐसी जमी थी जैसे हरी मखमल बिछी हो। रिया मैम हर बच्चे को असुरक्षा से बचाकर, हर कदम पर उनका मार्गदर्शन कर रही थीं।

तभी, रोहन अहंकार की तेज़ी से आगे बढ़ा और व्यंग्य से भरा लहजा हवा में चीरता हुआ निकला: "मैम, आप लोग इतनी सावधानी क्यों बरतते हैं? हम समझदार हैं, अपना ख्याल रख सकते हैं!"

थोड़ी दूर आगे चलते ही रोहन का पैर कोई पर स्लिप हो जाने से वो गिर गया, तब साथ चल रहे दूसरे बच्चों ने दौड़कर उसे समझाला, तब रोहन को खुद की कहीं बात पर शर्मिंदगी हुई, और ये भी एहसास हुआ कि वो स्वयं किसी की कभी मदद नहीं करता, लेकिन आज उसके अन्य साथियों ने उसे गिरने से बचाया। इतना सब होने के बावजूद भी रोहन ने अहंकारवश मैडम से अपने बर्ताव के लिए माफ़ी नहीं मांगी।

रिया मैम ने उस झरने की ओर देखा, जो ऊँचाई से गिरकर भी विनम्रता से धरती को छू रहा था। उनकी आँखों में अधीरता नहीं, बल्कि रोहन की उपेक्षा से उपजा गहरा विषाद था। उन्होंने केवल इतना कहा, "रोहन, शिक्षा सिर्फ ज्ञान का माध्यम नहीं है। यह व्यवहार की विनम्रता भी है।" जिसे सरल अर्थ में संस्कार भी कहते हैं।

रोहन ने हँसते हुए पलटवार किया, "और मैम, अब शिक्षा में व्यवहार का क्या लेना-देना?"

रिया मैम चुप रहीं। उनके भीतर, उस स्वच्छ जलधारा के विपरीत, अपमान की एक लहर उठकर ठहर गई।

उस शाम, स्कूल लौटने पर, रिया मैम अपने कमरे की खिड़की के पास बैठी थीं। चारों ओर गहन सन्नाटा था, केवल दूर शहर की मद्धिम रोशनी कमरे में झाँक रही थी। उनका मन अशांत था। रोहन को सजा देना आसान था, पर उसे सुधारना मुश्किल। वह जानती थीं, रोहन का ज़ेहन बुद्धिमान है, पर हृदय खाली। उन्होंने निर्णय लिया और प्रिंसिपल की सहमति से, अगले दिन मानवीय मूल्यों की मास्टर ट्रेनर सीमा जी को आमंत्रित किया गया।

अगले दिन, कक्षा का वातावरण असामान्य रूप से शांत था। सीमा जी ने बच्चों से सरल प्रश्न पूछे, फिर बोर्ड पर वह कालजयी पंक्ति लिखी: “शिक्षा वह यात्रा है जो ‘मुझे सब आता है’ से शुरू होकर ‘मुझे अभी मानवता के बारे में और सीखना है’ तक पहुँचती है।” जिसे शिक्षा संस्कार कहते हैं।

फिर उन्होंने रोहन से पूछा, “रोहन, तुम पढ़ाई में तो आगे हो, पर क्या तुम व्यवहार में भी उतने ही श्रेष्ठ हो?”

रोहन ने अपनी झुकी हुई आँखें उठाई, उसके होंठ कुछ बोलने के लिए तैयार थे, शायद वह फिर तर्क देने वाला था कि ज्ञान ही सब कुछ है।

लेकिन सीमा जी ने उसे रोक दिया। उनकी आवाज़ कोमल थी, पर अटूट।

“रुको, रोहन,” उन्होंने कहा। “तुम सोचते हो, तुम अपने श्रम से महान हो। बिल्कुल सही। लेकिन क्या तुमने कभी सोचा, जिस टीचर पर तुम हँसते हो, वह अपनी ऊर्जा क्यों लगाती है तुम्हें बचाने में? वह तुम्हें गिरने दे सकती थी, पर उन्होंने गिरने नहीं दिया। क्यों?”

रोहन चुप रहा।

सीमा जी ने अपनी कुर्सी से उठकर उसके नज़दीक आकर कहा, “ज्ञान तुम्हें ऊँचाई तक पहुँचाता है, रोहन, पर ‘संवेदना’ तुम्हें इंसान बनाती है।”

फिर उन्होंने एक गहरी साँस ली और अंतिम प्रहार किया: “जिस दिन तुम झरने पर रिया मैम की सावधानी पर हँसे थे, तुम सिर्फ़ एक इंसान की चिंता पर नहीं हँसे थे—तुमने उस ‘मनुष्यता’ का मज़ाक उड़ाया था जो जानती है, सबसे ताक़तवर इंसान भी किसी मोड़ पर सहारे का मोहताज होता है। अगर तुम्हारा गणित तुम्हें इंसानियत से बड़ा बना दे, तो फिर ऐसी शिक्षा किस काम की रोहन?”

सीमा जी के शब्द रोहन के ज्ञान के कवच को भेद गए। यह पहली बार था जब उसके अहंकार के शिखर पर किसी ने ऐसा प्रहार किया था। उसकी आँखों में कोई तर्क नहीं बचा था। उसे अपने भीतर अहंकार की गर्जना की जगह, एक भयंकर खालीपन और गहरी शर्म महसूस हुई। उसका गला भर आया, और उसकी सारी अकड़ आँसुओं के दबाव में मिट्टी की तरह टूट गई।

थोड़ी देर बाद, जब रोहन के माता-पिता, सुनील और रेखा आए, तो सीमा जी ने उन्हें शांत स्वर में समझाया कि उन्होंने अनजाने में श्रेष्ठता का ज़हर रोहन के भीतर भरा है...माता-पिता की मौन सहमति और पश्चात्ताप में उनकी गलती स्वीकार थी।

कुछ दिन बाद। स्कूल का माहौल सामान्य था, पर रोहन नहीं।

रिया मैम ने देखा—रोहन उनके पास खड़ा है, उसके चेहरे पर अब अविश्वसनीय सुकून और सच्ची विनम्रता का भाव था।



आज उसने धीमी, संयमित आवाज़ में कहा: “मैम, उस दिन दूर में मैंने सिर्फ़ आपको दुख नहीं पहुँचाया था... मैंने अपनी ही शिक्षा का अपमान किया था। आज समझ में आया... सच्ची शिक्षा का मतलब... केवल नंबर नहीं, व्यवहार और इंसानियत है।”

रिया मैम ने उसके सिर पर हाथ रखा। उनका हृदय शांति से भर उठा। उन्होंने कहा: “बेटा, जब बच्चा अपने अहंकार में सुधार कर लेता है, वही उसकी असली ‘सच्ची शिक्षा’ है।” बेटा, ज्ञान जहाँ तक ले जाए, ले जाए, पर विनम्रता हमेशा उसके साथ रहनी चाहिए।

विद्यालयों से प्राप्त आनंद सभा की झलकियां



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. छिंदवाड़ा



शास. उत्कृष्ट उ.मा.वि. छिंदवाड़ा



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. आधारताल, जबलपुर



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. बालाघाट



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. देवास



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. चौम्हों अटेर, भिंड



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. घटिया, उज्जैन



शास.सांदीपनि जालसेवा निकेतन उ.मा.वि., उज्जैन



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. उदयपुरा, रायसेन



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. बेगमगंज, रायसेन



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. सुसनेर, आगर मालवा



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. नरसिंहगढ़, राजगढ़



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. कुंडेश्वर धाम, जबलपुर



शास. सांदीपनि उ.मा.वि. करताना, हरदा



शास. उ.मा.वि. लक्ष्मीमंडी, भोपाल



शास. उत्कृष्ट उ.मा.वि. अहमदाबाद कोहेफिज़ा, भोपाल

આનંદ સંચારિકા | માહ નવમ્બર 2025

पाठकों के लिए महत्वपूर्ण सूचना

आनंद संचारिका परिवार अपने सभी रचनाकारों एवं पाठकों का आभार व्यक्त करता है। पत्रिका के आगामी संस्करणों के लिए पाठकों/सदस्यों/छात्रों के सुझाव, यूएचवी गतिविधियाँ, लेख, कहानी आदि मौलिक रचनाएँ निम्न वर्गों में आमंत्रित है:-

1. स्व-मूल्यांकन (सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों से अपने जीने में आए बदलाव पर)
2. फीडबैक (सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों एवं आनंद संचारिका से संबंधित फीडबैक/सुझाव)
3. कविता/लेख/कहानी/नाटक (सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों पर आधारित विषय पर)
4. चित्र/पोस्टर/गतिविधियाँ (सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों पर आधारित विषय पर)

पाठकगण कृपया ध्यान दें-

- अपनी रचना के साथ अपना नाम, संस्था का नाम, पता, जिला एवं अपना स्पष्ट फोटो अवश्य संलग्न करें। कृपया ई-मेल भेजते समय सब्जेक्ट में "संदेश का वर्ग" का उल्लेख अवश्य करें। आनंद संचारिका में सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों पर आधारित मौलिक रचनाएँ ही प्रकाशित की जाती हैं।
- रचना भेजने की अंतिम तिथि प्रत्येक माह की 15 तारीख है।
- कृपया रचनाएँ निम्न ई-मेल आईडी पर ही भेजें- anandsancharikauhv@gmail.com
- अन्य माध्यमों से भेजी गई, एक से अधिक अथवा विषय से भिन्न रचनाओं पर विचार नहीं किया जाएगा।
- किसी रचना/चित्र/अन्य सामग्री के प्रकाशन के अधिकार/ निर्णय केवल संपादक मंडल द्वारा लिया जाएगा।
- सभी प्रकाशन पूर्णतः निःशुल्क हैं।
- कॉपीराइट उल्लंघन दंडनीय है। इसकी संपूर्ण जवाबदेही आपकी होगी।

नोट-1: सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों से संबंधित प्रशिक्षण प्राप्त प्राचार्य, शिक्षक एवं आनंद सभा के विद्यार्थी अपनी यात्रा संबंधी 'स्व-मूल्यांकन' एवम् पाठकगण भी 'आनंद संचारिका' का फीडबैक पत्रिका में प्रकाशन हेतु उक्त ईमेल आईडी पर भेजें।

-संपादक मंडल, आनंद संचारिका

राज्य आनंद संस्थान

स्थापना	- अगस्त 2016 में राज्य आनंद विभाग के अंतर्गत गठन।
उद्देश्य	- नागरिकों की आंतरिक अनुभूति और बाह्य सुख-समृद्धि सुनिश्चित करना।
मूल सिद्धांत	- केवल भौतिक प्रगति से आनंद संभव नहीं है। यह मानसिक, शारीरिक व भावनात्मक उन्नति से ही संभव है। विकास को मूल्य आधारित और आनंद केंद्रित होना चाहिए।
प्रमुख कार्यक्षेत्र	- नागरिकों को आनंद बढ़ाने वाली पद्धति व अभ्यास उपलब्ध कराना।

आनंद सभा

"सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों (UHV) से आनंद की ओर"

पृष्ठभूमि	- राष्ट्रीय शिक्षा नीति 2020 के अनुसार शिक्षा में मूल्य, करुणा और सहानुभूति का विकास आवश्यक।
उद्देश्य	- विद्यार्थियों में मानव लक्ष्य, मूल्य, संबंधों की समझ व सम्यक दृष्टि विकसित करना।
सामग्री एवं प्रशिक्षण-	- "सार्वभौमिक मानवीय मूल्यों से आनंद की ओर" पुस्तकों व वर्कबुक का निर्माण किया गया है एवं शिक्षकों को कक्षा में इस विषय को पढ़ाने हेतु 6 दिवसीय प्रशिक्षण प्रदान किया जाता है।
कार्यक्रम	- कक्षा 9 से 12 में हर शनिवार "आनंद सभा" के अंतर्गत यूएचवी सत्र व गतिविधियाँ तथा महाविद्यालयों में कार्यक्रम संचालन हेतु शिक्षकों की तैयारी।
परिणाम	- विद्यार्थियों के सर्वांगीण विकास, जीवन-दृष्टि और मूल्यपरक आचरण का विकास।
सहयोगी संस्थान	- AICTE, स्कूल शिक्षा विभाग, उच्च शिक्षा विभाग (म.प्र. शासन), राज्य आनंद संस्थान और यूएचवी फाउंडेशन ।

: संपर्क विवरण :

राज्य आनंद संस्थान, बोर्ड ऑफिस कैंपस, डीबी मॉल के पीछे शिवाजी नगर, भोपाल म. प्र. 462011

0755-2553434 ईमेल : (anandsancharikauhv@gmail.com) (anandsansthan@mp.gov.in)