श्री महावीराय नमः   जैनं जयति शासनम्   श्रीमत् सुदर्शन गुरवे नमः

जैन संस्कार शिविर
पाठ्यक्रम भाग-3

जैन संस्कार शिविर समिति
A step for the Jain youth of tomorrow

संस्करण : 2025

प्रकाशकीय

भारत देश उच्च संस्कृति वाला देश रहा है और इस संस्कृति की उज्ज्वलता बनाये रखने हेतु विभिन्न समाजों में बच्चों व युवाओं को नैतिक व धार्मिक संस्कार प्रदान करने के प्रयास चलते रहते हैं।

पूज्य गुरुदेव संघ-शास्ता शासन-प्रभावक श्री सुदर्शन लाल जी म. सा. के मुनि-संघ के महामुनिराज महास्थविर, गणाधीश श्री प्रकाश चन्द्र जी म., संघनायक 'शास्त्री' श्री पद्मचन्द्र जी म., संघ संचालक मनोहर व्याख्यानी श्री नरेश मुनि जी म. तथा इनके संघवर्ती अन्य विद्वान् मुनिराजों एवं महासतियों के कृपापूर्ण आशीर्वाद से **'जैन संस्कार शिविर समिति, दिल्ली'** द्वारा सन् 2012 से उत्तर भारत के कई प्रान्तों में स्थानीय एस. एस. जैन सभाओं के सहयोग से जैन-संस्कार-शिविर लगाए जा रहे हैं। ये शिविर पूर्णरूप से सम्प्रदाय-निरपेक्ष हैं।

शिविरों के लिए समिति हर 2-3 वर्ष के अन्तराल पर पुस्तकों के पाठ्यक्रम में परिवर्तन करती रहती है। इस वर्ष हमने शिविर की पुस्तकों में 'गुरु सुदर्शन संघ' के मुनिराज श्रद्धेय श्री दिनेश मुनि जी म. द्वारा लिखित व **"जय जिनशासन प्रकाशन"** द्वारा प्रकाशित पुस्तक **'25 बोल with a twist'** और **'cool-cool गुरुकुल'** के कुछेक पाठों का मिश्रण कर विषय-वस्तु को अधिक रोचक बनाने का प्रयास किया है। आशा है, पाठकों को यह प्रयास अच्छा लगेगा।

इस पुस्तक के निर्माण में अनेक पूज्य गुरु भगवन्तों व विभिन्न लेखकों की रचनाओं का विनम्र सहयोग लिया गया है। हम उन सब के हृदय से आभारी हैं।

इस पुस्तक को प्रत्येक जैन सूक्ष्मता से पढ़े, समझे और उस पर आचरण करे। हमें आशा है कि यह पुस्तक बालकों तथा युवाओं को जैन धर्म के संस्कार देने में सफल रहेगी।

इसी मंगल मनीषा के साथ...

रवीन्द्र जैन
शिविर-संयोजक

प्रकाशक :
जय जिनशासन प्रकाशन
212, वीर अपार्टमैन्टस्, सैक्टर 13,
रोहिणी, दिल्ली-110 085
Mob: +91-98102 87446
Email : jaijinshaasanprakaashan@gmail.com

रूपांकन :
सिस्टम्स् विज़न, नई दिल्ली
Mob: +91-98102 12565
मुद्रक :
पारस ऑफसैट प्रा. लि., दिल्ली
Email: info@parasoffset.com

श्री मया-मदन-सुदर्शन-प्रकाश-पद्म-नरेश गुरुभ्यो नमः

विषयक्रम

क्रमांक	शीर्षक	पृष्ठ संख्या
	सूत्र विभाग	
1.	चतुर्विंशति-स्तव-सूत्र	2
2.	जैन आगमों की मुख्य गाथाएं *Chew Something New*	4
	तत्त्व विभाग	
3.	गुण स्थान चौदह – *Adventurous Journey*	6
4.	आत्मा आठ – क्या आपने बुखार को देखा है?	12
5.	श्रावक के 12 व्रत – *Personal Experience*	16
6.	साधु जी के 5 महाव्रत – *Eighth Wonder*	22
	सामान्य ज्ञान व कथा विभाग	
7.	भगवान् ऋषभदेव	26
8.	लोकांशाह एवं पांच धर्म सुधारक	28
9.	अभिगम	31
10.	विभिन्न प्रकार की तपस्याएँ	32
11.	सर्वोत्तम आहार – शाकाहार	35
12.	शराब – करती जीवन खराब	39
	काव्य विभाग	
13.	हम जैन धर्म अनुयायी हैं	44

1. चतुर्विंशति-स्तव-सूत्र

इस पाठ में हम हमारे 24 तीर्थंकरों के अनेकों गुणों को याद करते हैं, उनकी प्रशंसा करते हैं, उनके नामों का स्मरण करते हैं और हम ऐसी आशा करते हैं कि उनके गुणों का स्मरण करने से हमें पूर्ण आत्मशान्ति, रत्नत्रय की प्राप्ति तथा समाधि लाभ मिलेगा।

मूल पाठः

लोगस्स उज्जोयगरे, धम्म-तित्थयरे जिणे।
अरिहंते कित्तइस्सं, चउवीसं पि केवली ॥1॥

उसभमजियं च वंदे, संभवमभिणंदणं च सुमइं च।
पउमप्पहं सुपासं, जिणं च चंदप्पहं वंदे ॥2॥

सुविहिं च पुप्फदंतं, सीअलसिज्जंस वासुपुज्जं च।
विमलमणंतं च जिणं, धम्मं संतिं च वंदामि ॥3॥

कुंथुं अरं च मल्लिं, वंदे मुणिसुव्वयं नमिजिणं च।
वंदामि रिट्ठनेमिं, पासं तह वद्धमाणं च ॥4॥

एवं मए अभित्थुआ, विहूयरयमला, पहीणजरमरणा।
चउवीसं पि जिणवरा, तित्थयरा मे पसीयंतु ॥5॥

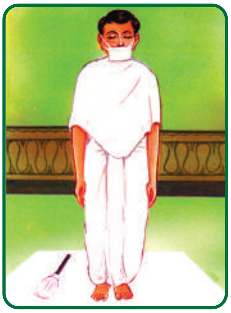
कित्तियवंदिय, महिया, जे ए लोगस्स उत्तमा सिद्धा।
आरुग्गबोहिलाभं, समाहिवरमुत्तमं दिंतु ॥6॥

चंदेसु निम्मलयरा, आइच्चेसु अहियं पयासयरा।
सागरवरगंभीरा, सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु ॥7॥

अर्थः

लोगस्स उज्जोयगरे	लोक को उद्योतित करने [चमकाने] वाले
धम्म तित्थयरे जिणे	धर्म तीर्थ के कर्त्ता और जिन [राग-द्वेष के विजेता]
अरिंहते कित्तइस्सं चउवीसंपि केवली	24 केवली अरिहतों [तीर्थंकरों] का कीर्तन करूंगा।
उसभ मजियं च वंदे	ऋषभ देव और अजित को वंदन करता हूँ।
संभवमभिणंदणं च सुमइं च	संभव, अभिनन्दन, सुमति

पउमप्पहं, सुपासं, जिणं च चंदप्पहं वंदे	पद्मप्रभ, सुपार्श्व और चन्द्रप्रभ भगवान् को वन्दना करता हूँ।
सुविहिं च पुप्फदंतं सीअलसिज्जंस वासुपुज्जं च	सुविधि [पुष्पदन्त], शीतल, श्रेयांस, वासुपुज्य
विमल मणंतं च जिणं धम्मं संतिं च वंदामि	विमल, अनन्त, धर्मनाथ और शान्तिनाथ को वन्दना करता हूँ।
कुंथुं अरं च मल्लिं वंदे मुणिसुव्वयं नमि जिणं च	कुंथुनाथ, अरनाथ, मल्लिनाथ, मुनिसुव्रत, नमिनाथ
वंदामि रिट्ठनेमिं, पासं तह वद्धमाणं च	अरिष्टनेमि, पार्श्वनाथ तथा वर्धमान [महावीर] को भी वंदना करता हूँ।
एवं मए अभित्थुआ, विहूयरयमला पहीणजरमरणा चउवीसंपि जिणवरा, तित्थयरा मे पसीयंतु	पाप मल से रहित, जन्म-मृत्यु से मुक्त 24 तीर्थंकरों [जिनवरों] की जो मैंने स्तुति की है, वे मुझ पर प्रसन्न हों।
कित्तिय वंदिय महिया, जे ए लोगस्स उत्तमा सिद्धा आरोग्ग बोहिलाभं, समाहिवरमुत्तमं दिंतु	कीर्तन, वन्दन, पूजित किये हुए लोक में उत्तम सिद्ध भगवान् मुझे आरोग्य, बोधि [धर्म का बोध] और समाधि प्रदान करें।
चंदेसु निम्मलयरा आइच्चेसु अहियं पयासयरा सागरवर गंभीरा, सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु	चन्द्र से भी अधिक निर्मल, सूर्य से भी अधिक प्रकाश करने वाले, सागर से भी अधिक गम्भीर सिद्ध भगवान् मुझको सिद्धि [मोक्ष] का रास्ता दिखाएँ।



2.

जैन आगमों की मुख्य गाथाएं

Chew Something New

(Short, Sweet & Powerful Chants)

1. सिद्धा सिद्धिं मम दिसंतु

सिद्ध भगवान् मुझे सिद्धि (मोक्ष) का रास्ता दिखाएँ।

O God! Lead me on the path of Self Realization.

2. नमो जिणाणं जियभयाणं

भय को जीतने वाले जिनेन्द्र भगवान् को नमस्कार।

I bow to the Jinas who are the conquerors of fear.

3. संती संतिकरे लोए

शांतिनाथ प्रभु दुनिया में शांति करने वाले हैं।

Lord Shantinath is the Founder of Peace in the world.

4. साहू गोयम! पण्णा ते

हे गौतम! आपकी बुद्धि महान् है।

Dear Gautam! Your wisdom is great.

5. मित्ती मे सव्वभूएसु

मेरी सभी जीवों से मित्रता है।

I am friendly towards all the living beings.

6. आरुग्ग बोहिलाभं समाहिवरमुत्तमं दिंतु

मुझे आरोग्य, शांति एवं धर्म प्रदान करें।

Dear God! Bless me with :-
1. Physical Health 2. Mental Peace 3. Spiritual Development

7. दाणाण सेट्ठं अभयप्पयाणं

अभय दान सबसे बड़ा दान है।

Giving Safety is the best of gifts.

8. समयं गोयम! मा पमायए

समय मात्र का भी प्रमाद मत करो।

Don't waste a single moment.

9. अप्पणा सच्चमेसेज्जा

स्वयं सत्य की खोज करो।

Discover the truth by yourself.

10. धम्मो मंगलमुक्किट्ठं

धर्म उत्कृष्ट मंगल है।

Spirituality is the best blessing.

11. जैनं जयतु शासनम्

जैन धर्म की जय हो।

May Jainism's Victory prevail.

12. अभयंकरे वीरे अणंतचक्खू

भगवान् महावीर अनंत ज्ञान के धारक एवं भय को दूर करने वाले थे।

Lord Mahavira had infinite knowledge &
was eliminator of fear.

3. गुण स्थान चौदह – Adventurous Journey

उदयपुर की Mount Academy बच्चों को घुमाने Mount Abu लेकर गई। बच्चे रात भर मौज-मस्ती करते रहे। सुबह 4 बजे Trekking करनी थी, पर अधिकांश बच्चे पहाड़ की ऊँचाई देखकर घबरा गए। केवल 7 बच्चे (अभि, निपुण, सम्यक्, अंश, रयान, वंश व Joy) तैयार हुए।

उन्होंने अंधेरे में ही 1st Round की चढ़ाई पूरी कर ली। सूर्योदय होने से चारों तरफ उजाला हो गया। तभी अभि को नीचे वाले दोस्तों की याद आने लगी।

वह बोला– 'मुझे वापिस जाना है।' Guide ने उसे सीढ़ियों का रास्ता बता दिया। वह वापिस चला गया। निपुण को भी अजीब सी Feeling होने लगी।

वह बोला– 'मुझे इस रोशनी में दिक्कत हो रही है।' Guide ने उसे Dim Light वाले Tent में भेजते हुए कहा– 'तुम आराम से बैठकर सोच लो– आगे जाना है या वापिस लौटना है।'

Guide ने बाकी बच्चों से कहा– 'आगे की चढ़ाई थोड़ी Difficult है, इसलिए भारी सामान यहीं छोड़ना होगा।' सम्यक् सामान छोड़ने के लिए तैयार नहीं हुआ, तो उसे

वहीं छोड़ दिया। बाकी बच्चों ने 2nd Round की चढ़ाई की।

अंश के साँस इतने फूल गए कि उसकी वहीं बस हो गई। 3rd Round और भी कठिन था, इसलिए सारा सामान वहीं छोड़कर तीनों बहादुर बच्चे (रयान, वंश व Joy) ऊपर चढ़े।

वहाँ बहुत सारे बंदर थे। जैसे ही बच्चों का ध्यान इधर-उधर होता, बंदर उन्हें परेशान कर देते।

Guide ने पहाड़ की चोटी पर दिलवाड़ा मंदिर की ओर इशारा करते हुए बताया कि– 'वो आखिरी मंज़िल है। वहाँ तक का सारा रास्ता No Rest Zone व खतरनाक है। पहले बिल्कुल खड़ी चढ़ाई है, फिर आगे छलाँगे लगा कर पहाड़ियाँ पार करनी होंगी। उन पहाड़ियों पर जंगली Panda (भालू जैसा जीव) रहते हैं। आखिरी पहाड़ी पर एक छोटा Panda मिलेगा। उन सबके चंगुल से बच गए तो मंदिर के दरवाज़े तक पहुँच जाओगे। Gate पर तीन तोते बैठे होंगे। जब तक उन्हें छोटा Panda दिखता रहेगा, वे तुम्हें अंदर नहीं जाने देंगे।'

रयान डरते हुए बोला– 'मुझे आगे नहीं जाना, मैं बंदरों के बीच ही रह लूँगा।' वंश कुछ ज़्यादा Excited था, वह बोला– 'पहले मैं जाता हूँ।' वह पहाड़ी पर फटाफट चढ़ गया। फिर छलाँगे लगाने लगा। आगे उसे Pandas दिखाई देने लगे।

वंश को एक Idea आया। वह चुटकी बजाता और Panda सो जाता। इस तरह चुटकी बजा–बजा कर, छोटे Panda को भी सुलाकर वह मंदिर के Gate तक पहुँच गया। इससे उसे अपार खुशी मिली।

Gate पर तीन तोते बैठे थे। वंश ने सोचा कि छोटू (छोटा Panda) को वहाँ से हटाना पड़ेगा। वह वापिस गया तो छोटू एकदम उठकर खड़ा हो गया और उसने वंश को उठाकर पीछे पटक दिया। वहाँ के जागे हुए Pandas ने भी उसे उछाल-उछाल कर वापिस रयान के पास पहुँचा दिया।

Joy बोला– 'अब मेरा कमाल देखो!' वह ऊपर चढ़ता चला गया। उसने Pandas को Kick लगा-लगा कर घाटी के नीचे पहुँचा दिया। मंदिर के पास पहुँचकर उसने चैन

की साँस ली। वह आगे बढ़ा तो Gate पर बैठे तीनों तोते भी उड़ गए।

मंदिर के पुजारी ने तिलक लगाकर Joy का स्वागत किया। इतनी ऊँचाई से Joy मानो पूरे संसार को देख सकता था। पुजारी ने उसकी साहसिक यात्रा का वर्णन सुनकर कहा– 'ये यात्रा सिर्फ तुम्हारी नहीं, संसार के सभी जीवों की है। वे अलग-अलग Stages (गुणस्थान) पर अपना जीवन बिता रहे हैं।'

Joy– 'वो कैसे?'

पुजारी– 'दुनिया के ज़्यादातर जीव अज्ञान के अंधेरे में रहते हैं और खाने-पीने-सोने में ही मस्त रहते हैं, उनकी यह अवस्था मिथ्यात्व गुणस्थान (1) कहलाती है। 7 बच्चों की तरह कुछ जीव इस अंधेरी ज़िंदगी से ऊपर उठकर रोशनी (सम्यग्दृष्टि) को प्राप्त करते हैं। उन्हें ये विश्वास हो जाता है कि– आत्मा अपनी शुद्धि करके परमात्मा बन सकता है।'

Joy– 'क्या वो भगवान् बन जाते हैं?'

पुजारी– 'नहीं। सम्यग्दृष्टि को पाकर भी कुछ जीव अभि की तरह मोह से भ्रमित होकर वापिस मिथ्यात्व में चले जाते हैं। यह वापिस लौटने की अवस्था सास्वादन गुणस्थान (2) है। कुछ जीव निपुण की तरह 'ऊपर जाऊँ या नीचे'– इस दुविधा में रहते हैं, वे मिश्र गुणस्थान (3) में हैं। सम्यग्दृष्टि जीव जब तक बुराईयों को नहीं छोड़ता, तब तक अविरत सम्यग्दृष्टि गुणस्थान (4) कहलाता है।'

Joy– 'जैसे सम्यक् ने सामान नहीं छोड़ा तो वह आगे नहीं बढ़ सका।'

पुजारी– 'बिल्कुल सही। भारी सामान की तरह बड़ी-बड़ी बुराईयों को छोड़ने पर देशविरति श्रावक गुणस्थान (5) होता है। अंश की तरह कुछ जीव यहाँ तक

पहुँचते हैं। सभी बुराईयों को छोड़ने वाले साधु बन जाते हैं। जब वे छोटे-2 दोषों के बंदरों से छले जाते हैं, तब प्रमादी साधु गुणस्थान (6) होता है और जब पूरे Alert रहते हैं, तब अप्रमादी साधु गुणस्थान (7) होता है।'

Joy बड़े ध्यान से सुन रहा था, उसने पूछा– 'इसके बाद?'

पुजारी– 'फिर जीव को पुराने संस्कारों (कर्म) के Pandas का सामना करना पड़ता है। उसके दो तरीके हैं– उपशम और क्षय। कर्म रूपी Pandas को सुलाना 'उपशम' है, नष्ट करना 'क्षय' है। इसमें पहले खड़ी चढ़ाई करने की तरह कर्मों से सामना करने की तैयारी अपूर्वकरण गुणस्थान (8) है। फिर कर्मों के Pandas को पार करते जाना अनिवृत्तिकरण गुणस्थान (9) है।'

Joy– 'और वो छोटा Panda?'

पुजारी– 'हाँ! छोटे Panda जैसे ज़रा से मोह तक पहुँचना सूक्ष्म सम्पराय गुणस्थान (10) है। उसे सुलाने पर उपशांत मोह गुणस्थान (11) आता है। यहाँ पर जीव थोड़ा सा विश्राम कर वंश की तरह मोह के छोटू के पास जाता है और गिरता-गिरता छठे गुणस्थान तक पहुँच जाता है।'

पुजारी– 'छोटू को नष्ट करने वाला क्षीण मोह गुणस्थान (12) में पहुँच जाता है। वह आगे बढ़ता है तो तीनों तोते (**ज्ञानावरणीय, दर्शनावरणीय, अन्तराय कर्म**) उड़ जाते हैं और जीव को परमात्म-पद की प्रतिमा मिल जाती है। जब तक वह हलचल (योग) में रहता है, तब तक सयोगी केवली गुणस्थान (13) होता है। जब वह हलचल बंद करके ध्यान में चला

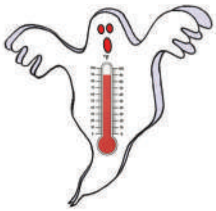
जाएगा, तब अयोगी केवली गुणस्थान (14) आ जाएगा। इसके बाद वह जीव सिद्ध बन जाता है।'

Joy– 'पुजारी जी, मैंने Mount Abu की यात्रा तो कर ली। अब आप आशीर्वाद दें कि इस गुणस्थान की यात्रा में भी Top तक पहुँच पाऊँ!'

पुजारी– 'तुम्हारा कल्याण हो बेटा!'

□□□

★★★★★ 11वां बोल – गुणस्थान चौदह ★★★★★



4. आत्मा आठ – क्या आपने बुखार को देखा है?

धरती की सैर करते हुए नारद जी वैकुण्ठ में ब्रह्मा जी के पास पहुँचे। वे ब्रह्मा जी को बोले– 'प्रभो! मैं धरती पर 'आत्मा' की चर्चा सुन कर आ रहा हूँ। क्या आप मुझे आत्मा दिखा सकते हैं?'

ब्रह्मा– 'नारद जी, किसी बच्चे को बुखार हो जाए और वह कहे कि उसे बुखार देखना है, तो क्या उसे बुखार दिखाया जा सकता है?'

नारद– 'Impossible.' ब्रह्मा– 'इसी तरह आत्मा को दिखाया नहीं जा सकता।' यह सुनकर नारद जी उदास हो गए।

ब्रह्मा– 'आप उदास मत हों। मैं आपका समाधान करूँगा, पर पहले आप साबरमती का गुरुकुल देखकर आइए।' नारद जी गुरुकुल में पहुँच गए। वहाँ के आचार्य ने बताया– 'इस गुरुकुल के दो हिस्से हैं। Part I में चार Block हैं– A,B,C,D व Part II में दो– G,M. पहले हम Part I में चलते हैं।'

वे Block-A 'Active' में पहुँचे। इसमें Yoga की Classes चल रही थी। नारद जी ने भी 15 Minutes Yoga करके खुद को Warm-Up किया। Block-B 'Bravo' में बच्चों को जूडो- कराटे सिखाकर Brave (वीर) बनाया जा रहा था।

नारद जी बोले– 'मैं अपनी ताकत आज़माऊँ?'

आचार्य– 'आप रहने दो।' मना करने के बावजूद नारद जी ने ज़ोर से एक ईंट

पर प्रहार कर दिया। ईंट को तो कुछ नहीं हुआ, पर नारद जी के हाथ में Fracture हो गया। उन्हें जल्दी से First Aid दी गई।

आचार्य ने पूछा– 'आगे चलना है?'

नारद– 'बिल्कुल, मैं पूरा गुरुकुल देखकर ही जाऊँगा।' वे आगे बढ़े। Block- C 'Concentration Hall' में एक बड़ी दीवार पर चित्रकारी की हुई थी।

आचार्य– 'इसमें 50 जानवरों के चेहरे छुपे हुए हैं।'

नारद– 'मैं एक घंटे में सारे चेहरे ढूँढकर दिखाऊँगा।' एक घंटे तक नारद जी ढूँढते रहे, पर उन्हें एक भी चेहरा नज़र नहीं आया। थककर वे Block-D 'Darshan' में पहुँचे। वहाँ Philosophy पढ़ाई जा रही थी। ये Subject इतना Typical था कि बच्चों को नींद के झटके आ रहे थे। फिर भी कुछ बच्चे उस Subject को समझने की कोशिश कर रहे थे।

इतने में Recess की घंटी बज गई। बच्चों का चिल्लाना, खेलना शुरू हो गया। कुछ बच्चे खेल-खेल में झगड़ा करने लगे व एक-दूसरे से मारपीट करने लगे।

नारद जी ने कहा– 'आप इन कसाई जैसे बच्चों को सज़ा क्यों नहीं देते?'

आचार्य– 'यहाँ पिटाई की मनाही है। इन शरारती बच्चों की यही सज़ा है कि

इन्हें Part II में Enter नहीं करने दिया जाता।'

नारद– 'अरे! Part II अभी बाकी है। चलिए, जल्दी चलिए।' Block-G 'Gyaan' में बच्चे Special Books पढ़ रहे थे, जिससे वे Scholar बन सकें। Block-M 'Moral Science' में बच्चों को जीवन-निर्माण की बातें सिखाई जा रही थी।

इन दोनों Blocks को देखकर नारद जी खुश होकर बोले– 'आचार्य जी, आपका बहुत–बहुत धन्यवाद! अब मैं चलता हूँ।' ब्रह्मा जी के पास आकर नारद जी ने सारा घटनाचक्र सुनाया और कहा– 'अब मुझे आत्मा का ज्ञान दीजिए।'

ब्रह्मा– 'आत्मा एक Living Force है, इसे द्रव्य आत्मा कहते हैं। इसे देखा नहीं जा सकता, Feel किया जा सकता है। जैसे Testing से बुखार के Viral, Malaria, डेंगू आदि भेदों का पता चल जाता है, ऐसे Different Qualities से आत्मा को समझा जा सकता है।'

नारद– 'वो कैसे?' ब्रह्मा– 'आत्मा में Infinite Powers हैं, जो शरीर के माध्यम से प्रकट होती हैं। इसलिए शरीर में रहने वाली आत्मा को वीर आत्मा (वीर्य आत्मा) कहते हैं। आत्मा में जब Thinking, Speaking व Physical Working के द्वारा Vibrations होती हैं, तब वह योग आत्मा कहलाती है।'

नारद– 'Bravo' Block में मैंने वीर आत्मा और 'Active' Block में योग आत्मा को देखा है।'

ब्रह्मा– 'Block-'C' की तरह जो जीव ज्ञान पाने के लिए Concentrate करते हैं, वे उपयोग आत्मा हैं। जो किसी पर विश्वास रखते हैं, श्रद्धा करते हैं, वे दर्शन आत्मा हैं। जिनमें क्रोध, Ego, लालच जैसी बुराईयाँ हैं, वे कषाय आत्मा हैं।'

नारद– 'उन कसाई बच्चों की तरह!'

ब्रह्मा– 'जिनके पास सम्यग् (सही) ज्ञान है, वे 'Gyaan' Block के बच्चों की तरह ज्ञान आत्मा हैं। जो बुराईयों से दूर रहकर ऊँचे Character को अपनाते हैं, वे चारित्र आत्मा हैं। अब आप आत्मा को समझ गए होंगे।'

नारद जी– 'Thank You, ब्रह्मा जी।'

तभी नारद जी वहाँ से चलने लगे तो ब्रह्मा जी ने पूछा– 'आप कहाँ जा रहे हो?'

नारद जी– 'G' और 'M' Block में Admission लेने, जिससे मैं भी ज्ञान आत्मा व चारित्र आत्मा बन सकूँ।'

□□□

★★★★★ **15वां बोल – आत्मा आठ** ★★★★★

5. श्रावक के 12 व्रत – Personal Experience

अर्जुन कुमार, जिन्हें 'Best Citizen' का Award मिला था, उन्हें एक School में Counselling के लिए बुलाया गया।

बच्चों ने उनसे पूछा– 'आप इतने ऊँचे पद तक कैसे पहुँचे?'

अर्जुन– 'आज मैं जो कुछ भी हूँ, अपने Teacher 'श्रावक जी' की वजह से हूँ। वो नहीं होते तो मैं चोर या बदमाश होता।' बच्चे हैरानी से अर्जुन की ओर देखने लगे।

अर्जुन– 'मैं अपनी कुछ Personal बातें आपसे Share करूँगा, उससे आप समझ जाओगे।

'श्रावक जी' ने मुझ में पाँच तरह के संस्कार डाले हैं–

1. अहिंसा– 'मैं बचपन में बहुत Hyper था। किसी भी बच्चे को पीट देता। एक दिन Class में किसी बच्चे ने पटाखा चला दिया। 'श्रावक जी' Class में आए और मुझे पीटना शुरू कर दिया।

मैंने कहा कि– 'मैं निर्दोष हूँ, मुझे क्यों मारते हो?'

तब 'श्रावक जी' बोले– 'तुम भी निर्दोष व दोषी में फ़र्क समझते हो?' उनकी ये बात मेरे दिल को इतनी लगी कि मैंने संकल्प कर लिया कि किसी भी निर्दोष प्राणी को नहीं मारूँगा।'

2. सत्य– 'मैं बच्चों की झूठी शिकायतें लगाकर उन्हें फँसा देता था।

Exams के दिनों में 'श्रावक जी' ने मुझे दो Pen देकर कहा– 'इनका Flow

बहुत अच्छा है, तुम इनसे Paper करना।' मैंने उनकी बात मानी, पर वो दोनों Pen खराब निकले। मेरा Paper तो खराब हुआ, पर उनके झूठ ने मुझे सबक सिखा दिया। मैंने कसम खाई कि झूठ बोलकर किसी को धोखा नहीं दूँगा।'

3. अचौर्य– (चोरी न करना)– 'एक बार मैंने एक बच्चे का Geometry Box चुरा लिया।

उस बच्चे ने 'श्रावक जी' को Complaint की, पर वो चुप रहे। मैंने सोचा कि मैं बच गया, पर अगले दिन मेरा Lunch Box और Water Bottle गायब हो गए। इस 'Tit For Tat' के बाद मैंने कभी चोरी नहीं की।'

4. ब्रह्मचर्य– (मन को पवित्र बनाना)– 'हम लड़के आती-जाती लड़कियों को घूर-घूर कर देखते थे। एक दिन 'श्रावक जी' मुझे School के Gate पर ले गए। मैंने देखा कि कुछ बदमाश लड़के मेरी छोटी बहन को घूर रहे थे।

मैं उनसे लड़ने के लिए जाने लगा तो 'श्रावक जी' बोले– 'पहले अपने आप को सुधारो। तुम जिन्हें घूरते हो, क्या वे किसी की बहन नहीं हैं?' मैंने तभी ठान लिया कि किसी को बुरी निगाह से नहीं देखूँगा। शादी के बाद भी मैंने हमेशा पराई स्त्री को बहन समझा है।'

5. अपरिग्रह– (ज़्यादा लालच नहीं करना)– 'एक बार मैंने 'श्रावक जी' से पूछा कि– 'आप Free Tuition क्यों पढ़ाते हो?'

वे बोले– 'मेरा गुज़ारा अच्छा चल रहा है, फिर ज़्यादा लालच क्यों करूँ!' उनकी इस बात से प्रभावित होकर मैंने सोच लिया कि आवश्यकता से ज़्यादा धन आदि का संग्रह नहीं करूँगा।'

अर्जुन– 'ये पाँच अणुव्रत (छोटे नियम) मेरे जीवन की Foundation है।' बच्चों ने खूब Clapping की।

एक बच्चे ने पूछा– 'हम पढ़ाई में कैसे सफल हो सकते हैं?'

अर्जुन– 'श्रावक जी' कहते थे कि तीन गुणों को अपनाने से जीवन के हर Field में सफलता मिल सकती है।

वे गुण हैं– (I) दिशा परिमाण (Limitation of Travelling) (II) उपभोग-परिमाण (Limitation of Daily-Use Items) (III) अनर्थदण्ड-विरमण (Avoidance of Unnecessary Deeds)'

बच्चे– 'इसमें आपका कोई Experience है?'

अर्जुन– 'हाँ, मुझे खुद घूमने-फिरने, खाने-पीने व इधर-उधर की खबरें इकट्ठा करने का शौक था। एक बार 'श्रावक जी' ने मुझे एक साल की खुली छूट दे दी कि जो करना है, करो।

बच्चे– 'फिर आपने क्या किया?'

अर्जुन– 'मैं दो बार Foreign Tour पर गया। हर रोज़ Fast Food खाता, Latest Fashion की चीज़ें खरीदता। उस साल मैंने 100 Movies देखी। पर जब Exams सिर पर आए तो मेरी साँसें फूल गई और मैं Fail हो गया। तब मैंने 'श्रावक जी' के तीन गुणों को अपनाया। उसके बाद मैं हर साल Class में First आने लगा।'

एक बच्चे ने पूछा– 'Sir, मन को Relax करने का तरीका क्या है?'

अर्जुन– 'इसके लिए 'श्रावक जी' की चार शिक्षाएँ (प्रयोग) बहुत कारगर हैं:–
(A) एक दिन मेरा किसी से झगड़ा हो गया। मेरा मन बहुत अशांत था।

'श्रावक जी' ने कहा– 'तुम एक तरफ आँखे बंद कर के बैठ जाओ और तब तक नहीं उठना, जब तक मन शांत न हो। 48 Minutes में जा कर मेरा मन शांत हुआ। ये प्रयोग मैं आज भी करता हूँ। इसका नाम है सामायिक।'

(B) 'श्रावक जी' कभी-कभी हमें Camp Life का अभ्यास करवाते थे। खुले वातावरण में ध्यान शिविर, योग शिविर लगवाते। योगी-महात्माओं की तरह रहकर हमें बहुत कुछ सीखने को मिलता। यह देशावकाशिक (देश अवकाश-आंशिक छुट्टी) प्रयोग है।'

(C) 'श्रावक जी' कभी-कभी हमें उपवास (Fasting) करवा कर प्रार्थना व धर्मग्रंथों का पाठ करवाते थे। शुरू में हमें ये अटपटा लगा। पर धीरे-धीरे हमने ये Feel किया कि इस प्रयोग से हमारी Energy कई गुणा बढ़ जाती थी। यह पौषध नाम का प्रयोग था।'

(D) चौथा प्रयोग है अतिथि संविभाग– अतिथियों की सेवा करना।

'श्रावक जी' कहते थे– 'आने वाला अतिथि भगवान् का रूप होता है। उसकी सेवा करने से खुशी व आशीर्वाद– दोनों मिलते हैं।'

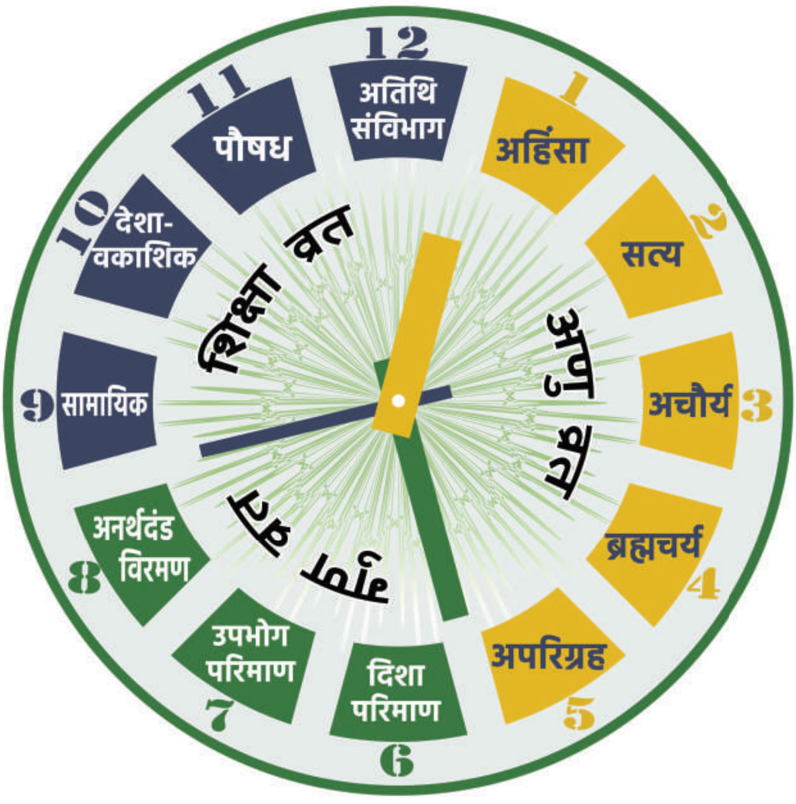
एक बार हमारे School में एक आचार्य जी आए थे, तब 'श्रावक जी' ने खुद उनकी सेवा की। मुझे भी इस प्रयोग से बहुत आनंद मिलता है।'

अर्जुन कुमार की बातों से बच्चे भाव-विभोर होकर बोले– 'Sir, हम भी 'श्रावक जी' के 5 अणुव्रत, 3 गुणव्रत व 4 शिक्षा-व्रत जीवन में अपनाएँगे।'

अर्जुन– 'फिर तो आप भी **'श्रावक जी'** बन जाएँगे, क्योंकि श्रावक शब्द का

अर्थ है– 'अच्छी बातें सुनकर उन्हें जीवन में उतारने वाला।' पूरी Class तालियों से गूँज उठी।

□□□



★★★★★ 22वां बोल – श्रावक के 12 व्रत ★★★★★

6. साधु जी के 5 महाव्रत – Eighth Wonder

अरावली की पहाड़ियों में डाकू खड्ग सिंह अपने साथियों के साथ रहता था। वह रास्ते में यात्रियों को लूटता था। एक बार उसने दूर से दो साधुओं को जाते हुए देखा। उनके सफेद कपड़ों को देखकर उसने सोचा– 'ये Arab Country के शेख हैं, इनके पास बहुत पैसा होता है। पर इनके कंधों पर यह डंडी व धागों वाली क्या चीज़ है? ज़रूर ये इनका कोई हथियार होगा!'

खड्ग सिंह ने चुपके से साधुओं पर हमला कर दिया और बंदूक दिखाते हुए कहा– 'जो कुछ भी तुम्हारे पास है, हमारे हवाले कर दो।'

एक साधु ने कहा– 'हमारा माल बहुत कीमती है, तुम ले नहीं पाओगे!'

खड्ग सिंह– 'अच्छा, अभी लेकर दिखाता हूँ।' उसने साधुओं के हाथ से पोटली छीन ली और उसे खोल कर देखा। उसमें छोटे-छोटे बर्तन थे।

साधु– 'ये लकड़ी के पात्र (बर्तन) हैं, इनमें हम भोजन करते हैं।'

खड्ग सिंह– 'तुम झूठ बोलते हो। ज़रूर ये पात्र कीमती धातु के बने होंगे!'

साधु– 'हम तो मज़ाक में भी झूठ नहीं बोलते। सत्य हमें प्राणों से भी प्यारा है।' खड्ग सिंह को साधु की बात का विश्वास नहीं हुआ। उसने एक पात्र को ज़ोर से ज़मीन पर पटका। पात्र चकनाचूर हो गया। वो लकड़ी का ही था।

खड्ग सिंह साधु की सच्चाई से बहुत प्रभावित हुआ। उसने डंडी के बारे में पूछा– 'यह कौन सा हथियार है?'

साधु– 'यह हथियार नहीं, रजोहरण है। यह जीव-रक्षा का साधन है। रास्ते में या बैठने के स्थान पर चींटी आदि जीव आ जाएँ, तो उन्हें हम रजोहरण के कोमल धागों से एक Side में कर देते हैं, जिससे उन जीवों को कष्ट न हो।'

खड्ग सिंह ने आश्चर्य से पूछा– 'इतने छोटे जीवों की रक्षा!'

साधु– 'क्या उनमें प्राण नहीं हैं! हमारे गुरुजी ने सबसे पहले अहिंसा का पाठ पढ़ाया है कि– 'किसी भी प्राणी का बुरा न करना है, न बोलना है, न सोचना है। 'जीओ और जीने दो'– हमारा मुख्य नियम है।'

खड्ग सिंह प्रभावित होकर साधु को प्रणाम करने लगा। तभी उसका साथी गब्बर सिंह उसे एक तरफ ले गया और बोला– 'ये ढोंगी हैं या सच्चे साधु?'– इसका पता मैं एक रात में लगा लूँगा, तुम इन्हें अपनी बस्ती में ठहरा लो।'

खड्ग सिंह को यह सुझाव पसंद आया। उसने साधुओं को एक कमरे में ठहरा दिया। कमरे के बाहर कुछ गत्ते के Boxes रखे थे। एक साधु ने खड्ग सिंह से पूछा– 'आपकी इजाज़त हो तो हम उन्हें Use कर लें!'

खड्ग सिंह– 'इतनी छोटी चीज़ के लिए पूछने की क्या ज़रूरत है?'

साधु– 'बिना Permission के किसी की चीज़ लेना गलत है। यह चोरी भी है, असभ्यता भी। छोटी चीज़ उठाना छोटी चोरी है, बड़ी चीज़ उठाना बड़ी चोरी। हम दोनों चोरियों से दूर रहते हैं। इस अचौर्य (चोरी न करना) की Quality से ही जीवन महान् बनता है।'

गब्बर सिंह यह सब सुन रहा था, पर वह रात के इंतज़ार में था। देर रात को वह औरत का वेष बनाकर साधुओं के पास पहुँचा और बोला– 'मुझे खड्ग सिंह ने आपकी सेवा में भेजा है।'

साधु– 'हमारे ब्रह्मचर्य व्रत की मर्यादा है कि शादी करवाना तो दूर, हम नारी को छूते तक नहीं, इसलिए तुम यहाँ से बाहर जाओ।'

उस नकली औरत ने वहीं रुकने की ज़िद्द की, तो दोनों साधु अपना सामान वहीं छोड़कर कमरे से बाहर आ गए व पेड़ के नीचे बैठ गए। पीछे से गब्बर ने साधुओं के सामान की तलाशी ली। उसे वस्त्र व पुस्तकों के अलावा कुछ नहीं मिला।

अगले दिन सुबह सब डाकू इकट्ठे हो गए। गब्बर सिंह ने साधुओं से माफ़ी माँगते हुए सबके सामने कहा– 'इन साधुओं के पास परिग्रह (धन) नाम की कोई चीज़ नहीं है। ये पैसे के चक्कर से दूर रह कर भगवान् की भक्ति करते हैं। हम पैसे

के पीछे भागने वाले लोग हैं। इनके इस अपरिग्रह (धन-संपत्ति न रखना) गुण के बारे में हम सोच भी नहीं सकते।'

खड्ग सिंह ने कहा– 'इन साधुओं के पाँचों महाव्रत (बड़े-बड़े नियम) एक से बढ़कर एक हैं। They Are The Eighth Wonder Of The World. हम इनका यह कीमती माल (5 महाव्रत) तो नहीं ले सकते, पर आज मैं इनके चरण छूकर यह सौगंध लेता हूँ कि आज के बाद किसी को नहीं लूटूँगा।'

सभी डाकू मिलकर एक स्वर में बोले– 'हम भी डाका नहीं डालेंगे।' उन सभी को आशीर्वाद देकर साधु आगे चले गए।

★★★★★ **23वां बोल – साधुजी के पाँच महाव्रत** ★★★★★

7. भगवान् ऋषभदेव

जैन परम्परा में काल के दो भाग किए गए हैं– उत्सर्पिणी और अवसर्पिणी। उत्सर्पिणी में जीवों की आयु, अवगाहना (कद) व शक्ति में तथा प्रकृति के वर्ण, गन्ध, रस व स्पर्श गुण में क्रमशः उन्नति होती है। अवसर्पिणी में इन सब चीजों की क्रमशः अवनति (ह्रास) होती है। प्रत्येक काल-विभाग में छह-छह आरे (विभाग) होते हैं। वर्तमान में अवसर्पिणी काल का पांचवां विभाग (दुःषमा आरा) चल रहा है। तीसरे काल-विभाग की बात है। कुलकर नाभि के घर मरुदेवी की कुक्षि से ऋषभदेव का जन्म हुआ। ऋषभ कुमार बड़े हुए। उन्होंने सुमंगला और सुनन्दा के साथ विवाह किया। सुमंगला के एक कन्या ब्राह्मी और भरत आदि 99 पुत्र हुए। सुनन्दा ने एक पुत्री सुन्दरी और एक पुत्र बाहुबली को जन्म दिया।

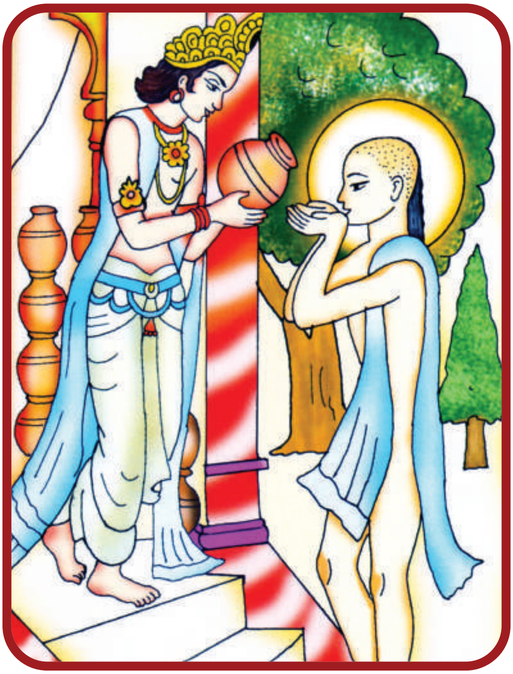
भगवान् ऋषभ के समय में न समाज था, न कोई स्वामी था और न कोई सेवक। कल्पवृक्षों से लोगों के जीवन की आवश्यकताएं पूरी हो जाती थी। अधिकांश लोग अरण्यवासी थे। ऋषभदेव उस युग के प्रथम राजा बने। उनकी जन्मजात प्रतिभा से लोग नए युग के निर्माण में जुट गए। अनेक नगर बसाए गए। लोग अरण्यवास छोड़कर नगरों में रहने लगे। उन्होंने लोगों को असि (सुरक्षा), मसी (व्यवसाय), कृषि (खेती), सेवा आदि कर्त्तव्यों का निर्देश दिया। अपने पुत्र भरत को 72 कलाएं सिखाई। अपनी पुत्री ब्राह्मी को 18 लिपियों और सुन्दरी को गणित आदि का अध्ययन करवाया। विश्व इतिहास में स्त्री-शिक्षा और नारी की आत्मनिर्भरता का ये प्रथम प्रयास था। प्रभु द्वारा प्रदत्त ज्ञान से सब लोग अपने-अपने कार्यों में दक्ष बन गए और सुखपूर्वक रहने लगे। उन्होंने लम्बे समय तक राज्य किया। अन्त में अपने सौ पुत्रों को अलग-अलग राज्यों का भार सौंपकर मुनि बन गए।

भगवान् के साथ चार हजार अन्य पुरुषों ने भी दीक्षा ली। परन्तु वे सभी कठोर जैन-साधना का पालन नहीं कर सके, अतः जैन साधु का वेष छोड़कर अन्य साधु-संन्यासियों के वेष में रहने लगे।

चूंकि वह समय धर्म, सभ्यता और संस्कृति का आदिम युग था, अतः जैन साधुओं को भिक्षा-दान की विधि को कोई नहीं जानता था। प्रभु ऋषभ भी निरन्तर एक वर्ष तक भिक्षा-हेतु इधर-उधर घूमते रहे। कोई उन्हें हीरे-मोती, कोई उन्हें हाथी-घोड़े, कोई उन्हें महल-बावड़ी, कोई उन्हें दास-दासी, यहां तक कि कोई-कोई तो उन्हें अपने पुत्र-पुत्रियों को भी भेंट में देने लगता था, पर प्रभु ने कोई वस्तु ग्रहण नहीं की। अन्त में 13 महीने 10 दिन की निर्जल, निराहार साधना के पश्चात्

वैशाख सुदी तृतीया (अक्षय तृतीया) के दिन हस्तिनापुर में युवराज श्रेयांस कुमार के हाथों से इक्षुरस के द्वारा प्रभु का पारणा हुआ।

कुल एक हजार वर्ष की साधना के बाद प्रभु ऋषभ को कैवल्य प्राप्त हुआ। चतुर्विध तीर्थ की स्थापना कर वे इस युग के प्रथम तीर्थंकर हुए। उनके 98 पुत्रों ने राज्य का त्याग कर उन्हीं के पास दीक्षा ग्रहण कर ली। भरत, बाहुबली, ब्राह्मी, सुन्दरी ने भी संयम ग्रहण किया। सभी ने केवल ज्ञान प्राप्त कर अपनी आत्मा का कल्याण किया। भगवान् ऋषभ एक लाख पूर्व वर्ष तक श्रामण्य (साधु-धर्म)

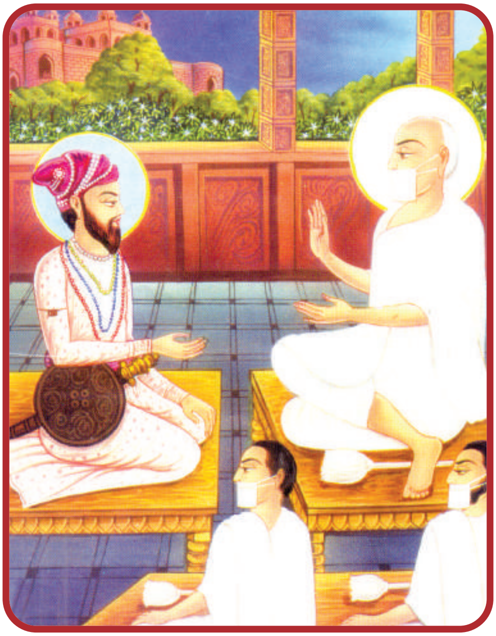


का पालन कर निर्वाण को प्राप्त हो गए।

भगवान् ऋषभदेव के 84 गणधर, 84,000 साधु व ब्राह्मी, सुन्दरी आदि 3,00,000 साध्वियाँ, श्रेयांस आदि 3,05,000 श्रावक, सुभद्रा आदि 5,54,000 श्राविकाएं थीं।

भगवान् ऋषभदेव जैन धर्म के ही नहीं समस्त विश्व की विभूति थे। वैदिक धर्म में भी ऋषभदेव को अवतार माना गया है। भगवान् ऋषभदेव को श्रीमद् भगवद् गीता (5/4/14) में साक्षात् ईश्वर कहा है। ऋग्वेद, विष्णुपुराण, अग्नि पुराण, भागवत आदि वैदिक साहित्य में भी उनका गुण, कीर्तन आदर के साथ किया जाता है।

8. लोकांशाह एवं पांच धर्म सुधारक



विक्रम संवत् के प्रारम्भ से 470 वर्ष पूर्व (ईसा से 527 वर्ष पूर्व) चौबीसवें तीर्थंकर श्रमण भगवान् महावीर स्वामी का निर्वाण हुआ। वीर-निर्वाण सं. 64 तक केवली-काल रहा। आर्य जम्बू अन्तिम केवली थे। वीर सं. 64 से सं.170 तक श्रुत-केवली-काल (14 पूर्वधारी) रहा। आर्य भद्रबाहु अन्तिम श्रुत-केवली थे। वीर सं. 1000 तक सामान्य पूर्वधर-काल रहा। इसके पश्चात् पूर्वों का विच्छेद हुआ। वीर सं. 980 से 993 तक 13 वर्षों में वलभी नगरी में आचार्य देवर्द्धिगणी क्षमा-श्रमण के नेतृत्व में 84 जैन आगमों का वाचनापूर्वक लेखन हुआ।

वीर-निर्वाण 1000 से 2000 तक मुनि-परम्परा की निर्मल गंगा-धारा शिथिलाचार के पंक से दूषित हो गई। चैत्यवास (मठ में रहना) का प्रचार बढ़ने तथा विभिन्न राजाओं का आश्रय मिलने से अनगार मुनि भी मठधारी बन गए और अनेकविध यन्त्र, तन्त्र, मन्त्र, डोरे, ताबीजों में उलझकर सोना, चांदी, छत्र, चंवर, पालकी आदि की चकाचौंध में फंस गए। वीर नि. 2001 (वि.सं. 1531) में अहमदाबाद में धर्म-प्राण लोकांशाह ने भगवान् महावीर द्वारा प्ररूपित जैन धर्म का प्रचार किया। उन्होंने मूर्तिपूजा, स्थापनाचार्य और पालकी आदि ग्रहण करने का विरोध करके यति-वर्ग (उस समय के भेषधारी साधु) की जड़ों पर प्रहार किया। थोड़े समय में

ही उनके 400 शिष्य तथा लाखों अनुयायी हो गए। अहमदाबाद से दिल्ली तक उनके द्वारा प्ररूपित धर्म का डंका बजने लगा।

लोकांशाह ने जो धर्म-क्रान्ति की प्रचण्ड ज्योति प्रज्ज्वलित की थी, उनके निधन के 100 वर्ष बाद, उन जैसे प्रखर नेतृत्व के अभाव में, वह फिर मन्द पड़ने लगी। तब विक्रम संवत् 17वीं शताब्दी के उत्तरार्ध में स्थान-स्थान पर पांच धर्म-सुधारक हुए। उन्होंने तत्कालीन मुनियों में आ रही शिथिलाचारी प्रवृत्तियों के विरुद्ध विद्रोह किया। स्वयं शास्त्र-विहित मुनिचर्या का पालन किया और करनी-कथनी में एकरूपता लाते हुए शास्त्रों का सच्चा ज्ञान समाज के समक्ष प्रस्तुत किया।

आज भारत-वर्ष के स्थानकवासी समाज में लगभग 4000 साधु-सतियां हैं, उन सबके मूल ये पांच महापुरुष ही हैं। इनका संक्षिप्त परिचय इस प्रकार है—

1. **पूज्य श्री जीवराज जी म.–** इनका जन्म सं. 1638 में सूरत में हुआ। सं. 1654 में जगाजी यति के पास दीक्षा ली। आगम पढ़ने पर अन्तर्ज्ञान के नेत्र खुले। यति-जीवन से खिन्न होकर सं. 1666 में 5 साधुओं के साथ पुनः शुद्ध पंच-महाव्रत की दीक्षा ली। इन्होंने समाज में 32 आगम, डोरा-सहित मुखवस्त्रिका की दृढ़तापूर्वक स्थापना की। सं. 1698 के आसपास आगरा में इनका देवलोकगमन हुआ। आधुनिक काल में श्री फूलचन्द जी 'पुप्फभिक्खू', तपस्वी श्री रूपचन्द जी म. (जगरावां समाधि), आ. देवेन्द्र मुनि, कवि चन्दन मुनि 'पंजाबी' तथा अनुयोग-प्रवर्तक कन्हैयालाल जी म. 'कमल' आदि इनकी परम्परा में आते हैं।

2. **आचार्य धर्म सिंह जी म.–** इनका जन्म सौराष्ट्र-प्रान्त के जामनगर शहर में सं. 1687 में हुआ। शिव जी यति के पास दीक्षा ली। थोड़े ही समय में 32 आगम, तर्क, व्याकरण तथा साहित्य पढ़े। गुरु के आडम्बर-पूर्ण जीवन से विरक्त होकर सं. 1701 में क्रियोद्धार करके पुनः शुद्ध संयम ग्रहण किया। पूर्व-परीक्षा के तौर पर अहमदाबाद में दिल्ली-दरवाजे के बाहर दरियाखान पीर की दरगाह में एक रात रहे। रातभर ध्यान, स्वाध्याय, कायोत्सर्ग में लीन रहकर उस पीर को प्रतिबोधित किया। इसीलिए इनकी संप्रदाय 'दरियापुरी' के नाम से जानी जाती है। प्रारम्भ से आज तक इसमें केवल एक ही पाट (उत्तराधिकार) चलता रहा। सं. 1728 में इनका निधन हो गया।

3. **आचार्य श्री धर्मदास जी म.–** अहमदाबाद के पास सरखेज ग्राम में सं. 1701 में इनका जन्म हुआ। पहले 'एकल-पात्रिया' पन्थ में दीक्षा ली, पर यतियों के शिथिलाचारी जीवन से क्षुब्ध होकर सं. 1716 में पुनः शुद्ध दीक्षा ली। सं. 1721 में उज्जैन में आचार्य बने। इनका प्रभाव बड़ा व्यापक था। कच्छ, काठियावाड़, सौराष्ट्र, बांगड़, खानदेश, पंजाब, मेवाड़, मालवा, हाड़ौती, ढुंढार आदि प्रान्तों में

भ्रमण किया। आपके 99 शिष्य थे। सं. 1772 में आपने अपनी संप्रदाय को 22 टोलों में विभक्त किया। ये 22 टोले इतने प्रसिद्ध हुए कि सम्पूर्ण स्थानकवासी साधुओं के ही पर्याय बन गए, परन्तु जैसा कि इस लेख में स्पष्ट है, सम्पूर्ण स्थानकवासी साधु 22 टोलों में परिगणित नहीं है। अन्य चार महापुरुषों की शिष्य-परम्परा इन 22 टोलों से भिन्न है। 22 टोलों में 5 शिष्यों की आगे परम्परा चली। श्री मूलचन्द जी म. से गुजरात की अधिकांश सम्प्रदाएं निकली। आ. हस्तीमल जी म., तपस्वी श्री चम्पालाल जी म., उपा. कवि अमरमुनि जी म. आदि की सम्प्रदाय इसी के अन्तर्गत आती हैं।

4. **पूज्य श्री हरजी ऋषि जी म.–** इनका पूरा परिचय प्राप्त नहीं है। इनकी सम्प्रदाय बाद में कोटा-सम्प्रदाय के नाम से प्रसिद्ध हुई। उन दिनों इसमें 26 प्रखर पण्डित मुनिराज एवं एक पण्डिता साध्वी थी। वि.सं. 1785 में इन्होंने क्रियोद्धार किया। इनकी परम्परा में वर्तमान में खद्दर-धारी श्री गणेशीलाल जी म. एवं आचार्य-प्रवर श्री नानालाल जी म. की परम्पराएँ आती हैं।

5. **पूज्य श्री लवजी ऋषि जी–** ये भगवान् महावीर के 76 वें पाट पर विराजे। अपने माता-पिता की एकमात्र संतान थे। बचपन में ही इनके पिता का देहान्त हो गया था, अतः अपनी मां फूलांबाई के साथ सूरत में अपने नाना वीरजी वोरा के यहां रहते थे। माता फूलांबाई की उत्कट धर्म-निष्ठा का रंग बालक लवजी पर भी चढ़ा और उन्होंने सं. 1667 में वज्रांत यति के पास दीक्षा ले ली। आगमों का गहन अध्ययन किया। संयम के प्रति रुचि जगी। सं. 1694 में यति-धर्म से पृथक् होकर शुद्ध दीक्षा ली। यतियों के षड्यन्त्र के तहत, एक हलवाई की स्त्री द्वारा बहराए विषैले लड्डू खाने से प्राण दे दिए। इनके कुछ शिष्य गुजरात, मालवा आदि में विचरे। आ. श्री आनन्द ऋषि जी म. इनकी इसी शाखा में आते हैं। आ. लवजी ऋषि के पौत्र शिष्य श्री हरिदास ऋषि जी पंजाब-प्रान्त में विचरे। उत्तर-भारत के अधिकांश साधु/सती इनकी इस शाखा में आते हैं।

9. अभिगम

(साधु-साध्वी के पास जाते समय पालने योग्य नियम)

A — Attire (Dress)

उचित वेशभूषा (Dress) में जाना।

B — Bowing Head

गुरुजी को सिर झुकाकर, हाथ जोड़कर नमस्कार करना।

H — Hygiene

- स्थानक में गंदगी नहीं फैलाना।
- जूते-चप्पल, कुर्सी आदि चीजें व्यवस्थित रखना।

I — Impermissible (Not allowed)

- Fruits & Vegetables (फल व सब्जियाँ)
- Sports Equipments (खेल के उपकरण)
- Electronic Gadgets (विद्युत् के उपकरण)

G — Greet

सभी भाई-बहनों को जय-जिनेन्द्र बोलना।

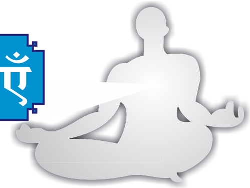
A — Attention

गुरुजी की बात को ध्यान से सुनना।

M — Mouth Cloth

मुँह पर मुँहपट्टी या रूमाल लगाकर गुरुजी से बात करना।

10. विभिन्न प्रकार की तपस्याएँ



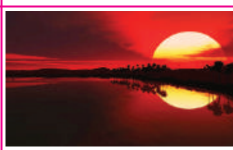
तपस्या
तपस्या
तपस्या
तपस्या
तपस्या
तपस्या
तपस्या

जैन धर्म में तपस्या का महत्त्वपूर्ण स्थान है।

अतः तपस्या के कुछ पहलुओं को जाने और अपनाएँ।

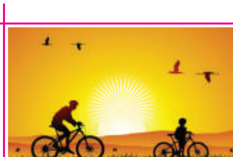
1. रात्रि तिविहार

सूर्यास्त से सूर्योदय तक **(From Sunset to Sunrise)** पानी के अलावा कुछ भी नहीं खाना-पीना।



Sunset

to



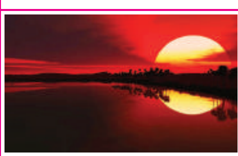
Sunrise

=

Only Water

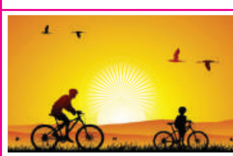
2. रात्रि चौविहार

सूर्यास्त से सूर्योदय तक कुछ भी नहीं खाना-पीना।



Sunset

to

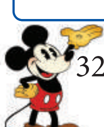


Sunrise

=

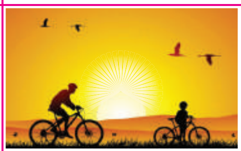
No Food

No Water



3. नवकारसी

सूर्योदय **(Sunrise)** के बाद 48 मिनट तक कुछ भी नहीं खाना-पीना।



Sunrise

6:00 A.M

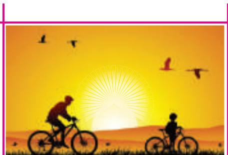
6:48 A.M

नवकारसी आ गई, चलो पारणा करें

4. पोरसी (पहर)

सूर्योदय **(Sunrise)** के बाद एक पहर तक कुछ भी नहीं खाना-पीना।

¼1 igj = 1/4 of Daytime. If length of day is 13 hours, then 1 igj = 1/4 (13 hours)= 3 hours 15 minutes½



Sunrise

6:00 A.M

9:15 A.M

पोरसी आ गई, चलो पारणा करें

5. एकासन

- ★ दिन में सिर्फ एक बार भोजन करना।
- ★ पानी सूर्यास्त **(Sunset)** से पहले कितनी भी बार पी सकते हैं।
- ★ कच्चा पानी, कच्ची सब्जियाँ **/ Fruits** नहीं लेना।
- ★ रात्रि-चौविहार करना।

6. बियासन

- ★ दिन में दो बार भोजन करना।
- ★ पानी सूर्यास्त **(Sunset)** से पहले कितनी भी बार पी सकते हैं।
- ★ कच्चा पानी, कच्ची सब्जियाँ **/ Fruits** नहीं लेना।
- ★ रात्रि-चौविहार करना।

7. आयम्बिल

- ★ दिन में एक बार रूखा-सूखा या उबला हुआ **(Boiled)** भोजन करना, जैसे दाल का पानी, चने की रोटी आदि।
- ★ **(Dairy Products)** दूध, दही, घी आदि नहीं लेना।
- ★ नमक व शक्कर **(Sugar)** नहीं लेना।
- ★ **Fruits-Dry Fruits, Vegetables** नहीं लेना।
- ★ रात्रि-चौविहार करना।

8. उपवास

- ★ दिन में पानी के अलावा कुछ भी नहीं खाना-पीना।
- ★ रात्रि चौविहार करना।

पच्चक्खाण करने का तरीका:-

हाथ जोड़कर बोलें:-

हे प्रभु! आज मेरा <u>एकासन</u> का पच्चक्खाण, अप्पाणं वोसिरामि।

पच्चक्खाण खोलने का तरीका:-

हाथ जोड़कर बोलें:-

पच्चक्खाण में दोष लगा हो तो ‘मिच्छामि दुक्कड़ं, फिर नवकार मंत्र पढ़ें।

तपस्या करने से :-

- ★ **Will Power** बढ़ती है।
- ★ भोजन की आसक्ति **(Attachment)** कम होती है।
- ★ शरीर के विषाणु कम होते हैं।
- ★ बुरे संस्कारों (कर्म) में कमी (निर्जरा) आती है।
- ★ भोजन के महत्त्व का पता चलता है।

-: नोट :-

नवकारसी-उपवास तक की तपस्या में पहले वाले दिन रात्रि चौविहार करना चाहिए, **if possible.**

11. सर्वोत्तम आहार – शाकाहार

विश्व का सबसे महत्त्वपूर्ण विषय है 'हमारा स्वास्थ्य'। उस स्वास्थ्य का आधार है–

हमारा आहार (Food)। आहार से स्वास्थ्य का संबंध तो है ही, विचारों और भावनाओं (Emotions) पर भी उसका गहरा प्रभाव पड़ता है। प्राचीन ऋषियों ने भी कहा है– **'जैसा खावे अन्न, वैसा होवे मन'**।

आहार मुख्यतः दो प्रकार का है–

1. **शाकाहार** – इसमें फल, सब्जियाँ, दाले, अनाज आदि आते हैं।
2. **मांसाहार** – इसमें चिकन, मटन, मछली, अंडा आदि आते हैं।

इन दोनों प्रकार के आहारों को विविध दृष्टिकोणों से समझिए:–

(A) **धार्मिक दृष्टि** – विश्व के सभी प्रमुख धर्मों ने जीव-हिंसा व मांसाहार का विरोध किया है। उदाहरण देखिए :-

i. **वैदिक धर्म** – **महाभारत** – 'मांस खाने वाला, मांस बेचने वाला व मांस के लिए जीन-हत्या करने वाला – ये तीनों दोषी हैं। **भगवद्गीता** – 'मांसाहार तामसिक (राक्षसी) भोजन है, जो रोग तथा आलस्य आदि दुर्गुण देता है।'

ii. **जैन धर्म** – भ. महावीर – 'किसी प्राणी को मारकर तुम अपनी मृत्यु को आमंत्रण दे रहे हो।

iii. **सिक्ख धर्म** – गुरु नानक – "यदि खून लगने से कपड़ा गंदा हो जाता है तो खून पीने से आदमी का मन निर्मल कैसे रह सकता है?

iv. **बौद्ध धर्म** – गौतम बुद्ध – मांस दुर्गन्धपूर्ण है, अभक्ष्य है और घृणा से युक्त है।

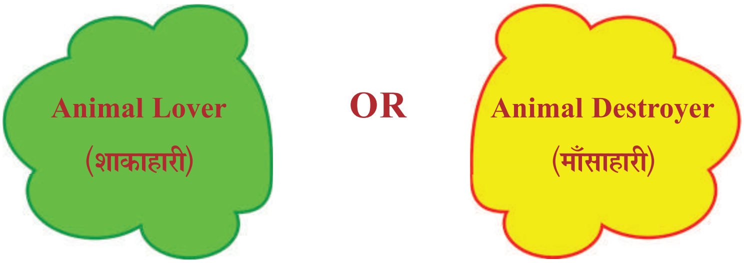
v. **ईसाई धर्म** – Bible – Keep away from those who consume meat and intoxicants for they will be deprived of everything and will eventually become beggars.

vi. **इस्लाम धर्म** – कुरान शरीफ – जानवरों को मारना जमीन में खराबी फैलाने जैसा है और अल्लाह खराबी पसंद नहीं करते।

इस प्रकार कोई भी धर्म मांसाहार का समर्थन नहीं करता। जो इंसान मांसाहार करते हैं, वे अपने धर्म का स्वयं ही विरोध कर रहे हैं।

(B) **नैतिक दृष्टि** – मांस-उत्पादन के लिए पशुओं पर क्रूरता पूर्वक अत्याचार किए जाते हैं। पशुओं में भी चेतना है, वे भी दर्द महसूस करते हैं। हमें जानवरों से प्रेम करना चाहिए, उनके जीवन का सम्मान करना चाहिए। एक सहृदय व्यक्ति किसी जानवर पर छुरी चलते नहीं देख सकता।

Choose Yourself! Who are You?



विदेशी लोग शाकाहार में एक कदम और आगे बढ़ाते हुए 'Vegan Life' की ओर बढ़ रहे हैं और हम भारतीय शाकाहारी जीवन से भी फिसलकर मांसाहार की ओर बढ रहे हैं।

Should we feel Proud or Shame?

(C) **स्वास्थ्य दृष्टि** – प्रकृति (Nature) ने मनुष्य के शरीर की संरचना शाकाहार के अनुरूप की है, इसलिए विज्ञान व चिकित्सक इस विषय में एकमत हैं कि–'शाकाहारी भोजन मांसाहार की अपेक्षा स्वस्थ और बेहतर विकल्प है।

- ☞ W.H.O. ने कत्लखाने में मारे जाने वाले पशुओं में 160 तरह के रोगों का पता लगाया है। जो उन मृत प्राणियों को खाते हैं, उनमें उन रोगों के संक्रमित होने का पूरा खतरा रहता है।
- ☞ कत्लखानों में मारे जाने वाले प्राणियों में उत्पन्न होने वाला 'Fear Hormone' मांस खाने वालों में संक्रमित होकर उन्हें Short-Tempered बनाता है व घबराहट को बढाता है।

Want to be Healthy ?

Be Vegetarian

(D) **पर्यावरण दृष्टि** – मांस के लिए किए जाने वाले पशुपालन उद्योग से methane, carbon dioxide जैसी Green house Gases उत्सर्जित होती हैं, जो Global Warming को बहुत बढ़ावा देती हैं। इससे मिट्टी व पानी प्रदूषित होते हैं। मांसाहार उद्योग जल संकट का बहुत बड़ा कारण है।

(E) **बड़े लोगों की दृष्टि** – देश-विदेश की अनेक हस्तियों ने शाकाहारी भोजन अपनाकर दुनिया में अपना लोहा मनवाया है। कुछ उदाहरण प्रस्तुत हैंः भारत के प्रधान मंत्री **नरेन्द्र मोदी**, राष्ट्रपिता **महात्मा गांधी**, महान चित्रकार **Leonardo da vinci**, टेनिस खिलाड़ी **वीनस विलियम्स**, क्रिकेटर **विराट कोहली**, पहलवान **सुशील कुमार**, अभिनेता **आमिर खान**, **John Abrahime**, उद्योगपति **रतन टाटा**, अभिनेत्री **सोनाक्षी सिन्हा** आदि।

☞ International Flights में अलग से 'Jain Food' मिलना जैन लोगों के लिए गौरव की बात है। गुजरात, मुम्बई आदि इलाकों के Restaurants में 'Jain Food' अलग से उपलब्ध होता है। वहाँ पर शादियों में जैनों के लिए शुद्ध भोजन का विशेष प्रबन्ध किया जाता है। अतः जैन समाज के प्रत्येक बालक-बालिका का कर्तव्य है कि वे अपने इस गौरव की सुरक्षा व अभिवृद्धि करे।

Always Remember:

Our Body is a Temple, not a Tomb.

'अकेले शाकाहार से जीवन चल सकता है पर अकेले मांसाहार से जीवन नहीं चल सकता।'

12. शराब– करती जीवन खराब

आज Globalisation हुआ है, इसलिये भारत में Business, Service, Study आदि करने के तरीकों में भी भारी बदलाव आया है। इस बदलाव के कारण हमारा विभिन्न संस्कृति के लोगों से सम्पर्क बन रहा है व दोस्ती हो रही है। जब हमारा सम्पर्क विभिन्न संस्कृति के लोगों से बढ़ा तो उन्होंने अपने खान-पान का असर भी हम पर डालना शुरू कर दिया। सबसे अधिक पाश्चात्य संस्कृति ने हमारे खान-पान में शराब और मांस के सेवन का प्रवेश करवा दिया। आज शराब का सेवन हर किसी की जीवन-शैली का हिस्सा बन रहा है।

क्या हम इसके प्रति पूरी तरह से जागरूक हैं? क्या हमें पता है कि शराब का सेवन हमारे स्वास्थ्य और सामाजिक जीवन को कैसे प्रभावित करता है? आइए इस विषय पर विचार करें। सबसे पहले हम उन बिन्दुओं पर बात करते हैं, जिनके चलते हम शराब के सेवन की तरफ आकर्षित होते हैं।

शराब प्रचलन के प्रमुख कारण :

1. **सोशल स्टेटसः** कुछ लोग इसे स्टेटस सिम्बल के रूप में देखते हैं। अपने समाज में स्वयं का स्टेटस दिखाने के लिए शराब का सेवन करते हैं। सामाजिक अवसरों और मीटिंगों में उन्हें महसूस होता है कि शराब का सेवन उन्हें अधिक सम्मान प्रदान करेगा।

2. **Business व service में आगे बढ़ने के लिएः** आज businessman सोचता है कि यदि मैंने सामने वाले (जिस व्यक्ति से उसे आर्डर लेना है) व्यक्ति के साथ शराब का सेवन नहीं किया तो मुझे आर्डर नहीं मिलेगा। Service वाला व्यक्ति सोचता है कि यदि कम्पनी की पार्टी में शराब नहीं पी तो बॉस नाराज हो जायेगा और प्रमोशन नहीं मिलेगी। अतः कुछेक लोग इस

अनावश्यक भय के कारण भी शराब का सेवन प्रारम्भ कर देते हैं।

3. **नॉर्मलाइजेशनः** शराब का सेवन अब एक नॉर्मल और स्वाभाविक गतिविधि के रूप में माना जाने लगा है, खासकर उन लोगों के बीच जो शहरों में रहते हैं। इसलिए कुछ लोग शराब का सेवन करने को एक सामाजिक गतिविधि के रूप में देखते हैं, जिसमें वे शामिल होना चाहते हैं।
4. **मनोरंजनः** शराब का सेवन करने वाले मनोरंजन के लिए भी इसका प्रयोग करते हैं।
5. **माहौलः** साथियों के प्रभाव व प्रेरणा की वजह से भी बहुत लोग शराब पीना शुरु कर देते हैं। ऐसा न करने पर उन्हें अपने अलग-थलग पड़ जाने का भय होता है।
6. **काल्पनिक सुखः** शराब का नशा व्यक्ति को काल्पनिक ही सही, किन्तु सच्चाई से ज्यादा सुन्दर दुनिया का आभास करवाता है।
7. **कष्ट-तनाव प्रबंधनः** कई लोग शराब को कष्ट व तनाव से निपटने का एक अच्छा माध्यम मानते हैं। वास्तव में, शराब के नशे में आकर हम अपनी समस्याओं को सिर्फ अस्थायी रूप से छिपा देते हैं, जो बाद में और भी बड़ी समस्याओं में बदल सकती हैं।
8. नशे के सेवन से तंत्रिका तंत्र का कार्य धीमा हो जाता है, जिससे शारीरिक कष्ट के प्रति संवेदनशीलता कम हो जाने के कारण दर्द की अनुभूति कम हो जाती है।

ऐसे अन्य और भी अनेक कारण हो सकते हैं, जिनकी वजह से शराब समाज के बड़े हिस्से की खुराक बनती जा रही है। किन्तु जैसे ऊपर शराब सेवन को सही बताने के कुछ कारण गिनाए गए हैं, उससे ज्यादा "शराब नहीं पीनी चाहिए" के लिए कुछेक सशक्त कारण नीचे दिए जा रहे हैं।

शराब क्यों नहीं पीनी चाहिए?

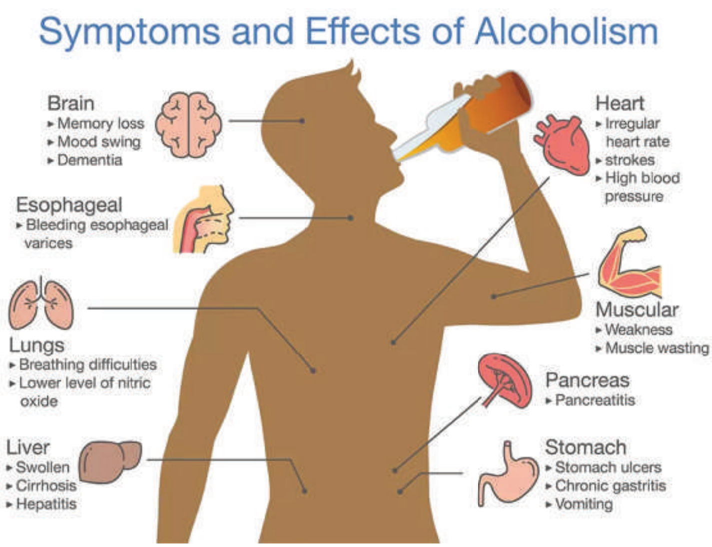
1. विश्व स्वास्थ्य संगठन (WHO) के अनुसार दुनियाभर में हर साल शराब की वजह से 30 लाख लोगों की मौत होती है। यह दुनियाभर में होने वाली कुल मौतों का 5.3% है।
2. Road Accident: NIMHANS (National Institute of Mental Health and Neuro-science) के अनुसार 28% Accidents का कारण शराब का सेवन होता है।

3. दुनिया भर में 15 से 49 साल की उम्र वाले लोगों की मौतों में से 10% मौतें शराब की वजह से होती हैं। शराब असमय में मौत का मुख्य कारण हैं।

4. शराब लीवर की दुश्मन है। शराब पीने से फैटी लीवर, अल्कोहलिक हेपेटाइटिस और सिरोसिस जैसी बीमारियां होती है। लीवर सिरोसिस से हर वर्ष 1,40,000 लोगों की मौतें होती हैं।

5. शराब के सेवन से मस्तिष्क की आत्म-नियंत्रण शक्ति कम हो जाती है, जिससे व्यक्ति की दुर्भावनाएं अमर्यादित होकर हत्या व बलात्कार की घिनौनी हरकतों को अंजाम देती हैं।

6. शराब पीने से किडनी की क्षमता भी प्रभावित होती है। दिमाग शरीर को हाइड्रेटेड रखने में मदद करता है। यह एक हार्मोन बनाता है, जो किडनी को ज्यादा पेशाब बनाने से रोकता है। लेकिन शराब दिमाग को यह हार्मोन बनाने से रोक देती है। इससे पेशाब ज्यादा आता है व शरीर में पानी की कमी हो जाती है। और अंततः किडनी कमजोर भी हो जाती है।



7. शराब का सेवन अग्न्यशय (Pancreas) की इंसुलिन निर्माण की प्रक्रिया को भी प्रभावित करता है, जिससे डायबिटीज की समस्या पैदा होती है। इसी के साथ Pancreas Cancer का भी यह कारण बन सकता है। शराब अल्सर का भी प्रमुख कारण है।

8. शराब इम्यून सिस्टम को भी कमजोर करती है इससे शरीर जरूरी मात्रा में WBC (white blood cells) नहीं बना पाते, जो कीटाणुओं से लड़ने के लिए जरूरी हैं।

9. ज्यादा शराब पीने से शरीर में कैल्शियम का लेवल कम हो जाता है, जिससे हड्डियाँ कमजोर व पतली हो जाती हैं। इस बीमारी को Osteoporosis कहते हैं। साथ ही, शराब मांसपेशियों तक जाने वाले खून के प्रवाह को भी कम कर देती हैं और उन प्रोटीन्स को रोकती है, जो मांसपेशियों को मजबूत बनाती है। इस तरह शरीर कमजोर हो जाता है व हड्डी टूटने का खतरा बढ़ जाता है।

10. लंबे समय तक शराब का सेवन करने से दिमाग की कोशिकाएं (cell) बदलने लगती हैं और छोटी हो सकती हैं। दिमाग सिकुड़ सकता है। इससे सोचने, सीखने व याद रखने की क्षमता बुरी तरह प्रभावित होती है।

11. शराब दुनिया भर की 5.1% बीमारियों का कारण है।

12. शराब का सेवन घरेलू हिंसा का एक प्रमुख कारण हैं। शराब की बेहोशी में हुई गलतियों ने कितने ही घरों को नरक-सा दुखी बना दिया।

13. नशा और आर्थिक नुक्सानः प्राप्त आंकडों के अनुसार भारत में शराब पीने से कुल मिलाकर 4.4 लाख करोड़ रूपये का घाटा होता है। क्योंकि शराब से जुड़ी बीमारियों के इलाज पर ही लगभग 6.2 लाख करोड़ रूपये खर्च हो जाते हैं और सरकार को शराब के कारोबार से सिर्फ 1.8 लाख करोड़ रूपये की कमाई होती है।

यहाँ उपरोक्त कारणों को मध्यस्थ करते हुए यह आवश्यक है कि हम वास्तविकता को समझें और शराब के सेवन के सार्वजनिक स्वास्थ्य परिणामों को गंभीरता से

लें। इससे पहले कि हम इसे एक सामाजिक, आर्थिक या मनोरंजन आदि कारणों के आधार पर स्वीकार करें, हमें अपने व्यक्तिगत स्वास्थ्य और कल्याण को महत्त्व देते हुए हर हाल में शराब के सेवन से दूर रहना चाहिये ।

विशेष : जैन युवकों व बच्चों के लिए शराब से दूर रहने के उपरोक्त कारण तो हैं ही, इन सबके अतिरिक्त हमें यह सोचना होगा कि हम स्वयं को जैन क्यों कहते हैं?

उत्तर मिलेगा कि हमारे माता-पिता जैन हैं, अतः हम भी जैन हुए।

फिर प्रश्न, आपके माता-पिता जैन कैसे हुए?

शायद आप उत्तर देंगे कि हमारे दादा-दादी जैन थे, इसलिए हमारे माता-पिता जैन हुए।

यह क्रम आगे बढ़ता जायेगा और जब यह क्रम 10-15 जनरेशन आगे जाएगा तो आपको पता लगेगा कि उस समय के जैन धर्म के मानने वाले मूर्धन्य आचार्यों ने आपके पूर्वजों को इसलिए जैन कहा था कि उनका खान-पान शुद्ध था, जिसमें शराब व मांस का सेवन पूर्ण रूप से वर्जित था। उन पूर्वजों ने प्रतिज्ञा ली थी कि वे कभी भी शराब व मांस का सेवन नहीं करेंगे। उन्हें यह भी विश्वास था कि यह प्रतिज्ञा-नियम हमारे आगे वाली जनरेशन भी निभाएंगी। और उनका यह विश्वास कई जनरेशन तक निभाया भी गया। परन्तु आज हमारी समाज के कुछ युवक व बड़े इतने कायर हो गए हैं कि कुछ स्वार्थों की पूर्ति के लिए अपने पूर्वजों की आन-बान व शान को धूमिल कर रहे हैं और अपने पूर्वजों द्वारा दिये गए वचन के साथ विश्वासघात कर रहे हैं। अतः हम सभी नियम लें कि किसी भी स्थिति में शराब व मांस का सेवन नहीं करेंगे और अपने आचार्यों, गुरुओं व पूर्वजों की आन-बान व शान को बरकरार रखेंगे।

13. हम जैन धर्म अनुयायी हैं

हम जैन-धर्म अनुयायी हैं, सर्वत्र शांति फैलाएंगे।
प्रभु महावीर के सेवक हैं, बन महावीर दिखलाएंगे ॥टेक॥

हिंसा से दूर रहेंगें हम, शत्रु को मित्र कहेंगें हम।
सारे ही कष्ट सहेंगें हम, जग गुलशन को महकाएंगें ॥टेक॥

है सत्य-शील हमको प्यारा, संयम जीवन अपना नारा।
हम बहा त्याग-तप की धारा, जीवन आदर्श बनाएंगे ॥टेक॥

आहार शुद्ध हम रखेंगे, आचार शुद्ध हम रखेंगे।
व्यवहार शुद्ध हम रखेंगे और आत्म-शुद्धि कर पाएंगे ॥टेक॥

असहाय हैं और जो निर्धन है, जिनके भूखे नंगे तन हैं।
जो दुखी और पीड़ित जन हैं, हम उनको गले लगाएंगे ॥टेक॥

1. जन्मदाता, विद्यादाता एवं धर्मदाता की सेवा सदा फलदायी होती है।
2. बोलने के तरीके से इंसान की सज्जनता का पता लगता है।
3. आगम सब व्यथाओं का ईलाज है।
4. ज्ञानवान बनने की अपेक्षा चारित्रवान बनना श्रेष्ठ है।
5. अपनी चिंता अपने ही विचारों से खत्म होगी।
6. सात कुव्यसनों से दूर रहने वाला ही अच्छा इंसान बन सकता है।
7. विद्या पाने का लक्ष्य है सत्य को पाना
8. जहाँ विश्वास नहीं वहाँ डर है।
9. अगर बड़ों को गुस्सा दिला रहे हो तो समझो अपने ही पुण्य का क्षय कर रहे हो।
10. यदि सामायिक नहीं करते तो समझो अभी भगवान् का धर्म नहीं फरसा।
11. जो शिष्य सुपात्र है वह दो बातें कभी नहीं करेगा 1. गुरु की अविनय 2. गुरु की निंदा

भाग-3

जैन संस्कार शिविर समिति, दिल्ली के मुख्य उद्देश्य

1. जैन धर्मानुसार जीवन-शैली अपनाकर आनन्द-युक्त जीवन (blissful life) बनाना।
2. जैन धर्म के समृद्ध इतिहास, संस्कृति, दर्शन और साधना पद्धति को अत्यन्त सरल व आधुनिक तकनीक से सिखाना।
3. सम्प्रदाय-निरपेक्ष धर्म की सही जानकारी देना।
4. परिवार, समाज व राष्ट्र के प्रति वफादार और जागरूक नागरिक तैयार करना।
5. स्वाध्याय-शील बनने की प्रेरणा देना।
6. भय-मुक्त धार्मिक क्रियाओं की तरफ प्रेरित करना।