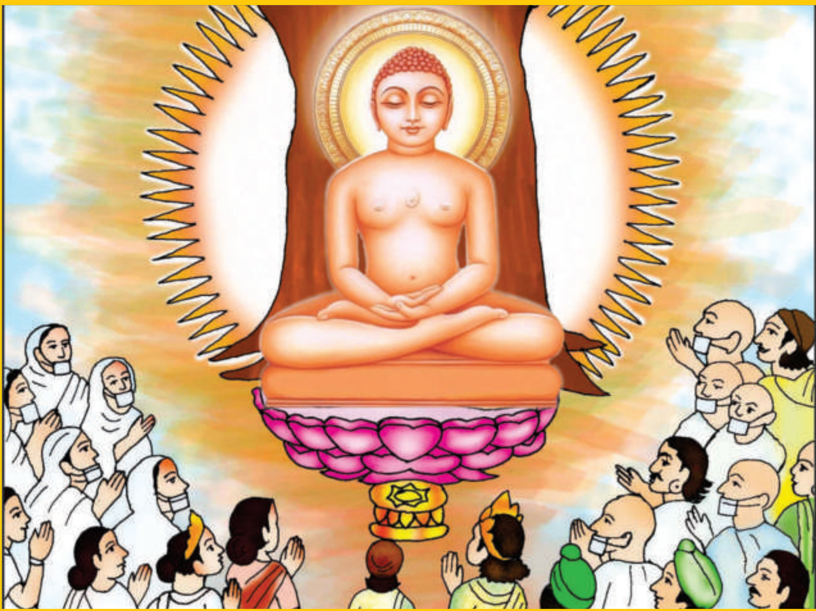


# जैन संस्कार शिविर
# शिशु-शिक्षा

जैन संस्कार शिविर समिति

A step for the Jain youth of tomorrow

卐 जैनं जयति शासनम् 卐

।। श्री महावीराय नमः ।।

☸ श्रीमत्-सुदर्शन-गुरवे नमः ☸

# जैन संस्कार शिविर
# शिशु - शिक्षा


**प्रकाशक**

जैन संस्कार शिविर समिति, दिल्ली



सम्पर्क सूत्रः रवीन्द्र जैन

212, वीर अपार्टमैंट, सैक्टर 13, रोहिणी, दिल्ली 110085

फोनः 09810287446

Email:ravinderjain212@gmail.com

# एक निवेदन अभिभावकों से

'जैन संस्कार शिविर समिति, दिल्ली' के तत्वावधान में प्रतिवर्ष, विभिन्न स्थानों पर, निःशुल्क जैन शिक्षण-शिविर लगाए जा रहे हैं। इसमें विभिन्न बौद्धिक स्तर के विद्यार्थियों के लिए प्रथमा, मध्यमा एवं उत्तमा, ये तीन परीक्षाएँ निर्धारित की गई हैं। कई हजार प्रतिभागियों ने इन शिक्षण-शिविरों में भाग लेकर जैन धर्म का मूलभूत ज्ञान अर्जित किया है।

देखा गया है कि शिविरों में कई बार बड़े विद्यार्थियों के साथ अति नन्हे-मुन्ने (Tinytots) बच्चे भी आ जाते हैं। उनका भी हार्दिक स्वागतम् है। जैसे पब्लिक स्कूलों में प्रथम कक्षा से पहले प्रि-नर्सरी, नर्सरी कक्षाओं द्वारा शिशुओं का आधार (Base) तैयार किया जाता है, इसी प्रकार हमने भी शिशु-शिक्षा इस लघु-पुस्तिका के माध्यम से हमारे छोटे मेहमानों (3 से 6 वर्ष तक) के लिए अतिरूचिकर पाठ्यक्रम तैयार किया है। आप अभिभावकों का कर्त्तव्य है कि प्रारम्भ से ही अपने बच्चों को शिक्षण-शिविरों में अवश्य भेजें। उन्हें गृह-कार्य (Homework) के तौर पर सारे विषय कण्ठस्थ कराएं। समय-समय पर उन्हें Explain करें तथा सुनें। भौतिक चकाचौंध के इस युग में यह पाठ्यक्रम आपकी नई पीढी को सुसंस्कारित करने में समर्थ होंगे; इसी आशा के साथ -

रवीन्द्र जैन
शिविर संयोजक

# सामायिक-सूत्र

## 1 नवकार मंत्र

नमो अरिहन्ताणं, नमो सिद्धाणं, नमो आयरियाणं,
नमो उवज्झायाणं, नमो लोए सव्व साहूणं।
एसो पंच नमोक्कारो, सव्व-पाव-पणासणो।
मंगलाणं च सव्वेसिं, पढमं हवइ मंगलं।।

## 2 गुरु वन्दना सूत्र

तिक्खुत्तो आयाहिणं पयाहिणं करेमि
वन्दामि नमंसामि सक्कारेमि सम्माणेमि
कल्लाणं मंगलं देवयं चेइयं पज्जुवासामि मत्थएण वंदामि।

## 3 सामायिक लेने का पाठ (प्रतिज्ञा-सूत्र)

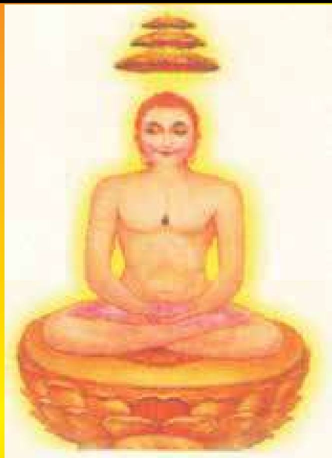
करेमि भंते! सामाइयं, सावज्जं जोगं पच्चक्खामि, जाव नियमं मुहूर्त (1, 2..... उपरान्त काल का संवर) पज्जुवासामि, दुविहं तिविहेणं, न करेमि-न कारवेमि, मणसा-वयसा-कायसा, तस्स भंते! पडिक्कमामि, निंदामि, गरिहामि, अप्पाणं वोसिरामि।

## 4 सामायिक पारने का पाठ (समाप्ति-सूत्र)

नौवें सामायिक व्रत के विषय, जो कोई अतिचार लगा हो तो आलोउं। मन, वचन, काया का खोटा योग बरताया हो। सामायिक में समता न की हो। बिना पूगी पारी हो। दस मन के, दस वचन के, बारह काया के, इन बत्तीस दोषों में कोई पाप-दोष लगा हो, तस्स मिच्छामि दुक्कडं।

## 5 जैन गुरुओं की सुख-साता पूछने का पाठ

अहो गुरुदेव जी महाराज, (अहो गुरुणी जी महाराज), हम आपके, ज्ञान-दर्शन-चारित्र, तप-सयंम-यात्रा, एवं शरीर की, सुख साता पूछते हैं, और आपके स्वास्थ्य की, मंगल कामना करते हैं, तथा हाथ जोड़कर, मान मोड़कर, मस्तक झुकाकर, तिक्खुत्तो के पाठ से, तीन बार, वंदना-नमस्कार करते हैं।



# 24 तीर्थंकर भगवान के नाम

1 ऋषभदेव जी
2 अजितनाथ जी
3 संभवनाथ जी
4 अभिनन्दन जी
5 सुमति नाथ जी
6 पद्‌मप्रभ जी
7 सुपार्श्वनाथ जी
8 चंद्रप्रभ जी
9 सुविधिनाथ जी
10 शीतलनाथ जी
11 श्रेयांसनाथ जी
12 वासुपूज्य जी
13 विमलनाथ जी
14 अनन्तनाथ जी
15 धर्मनाथ जी
16 शान्तिनाथ जी
17 कुन्थुनाथ जी
18 अरनाथ जी
19 मल्लिनाथ जी
20 मुनिसुव्रत जी
21 नमिनाथ जी
22 अरिष्टनेमि जी
23 पार्श्वनाथ जी
24 महावीर स्वामी जी

# जैन धर्म की बारह शिक्षा

(श्रावक जी के 12 व्रतों पर आधारित)

1 सदा जीव की रक्षा करना।

2 मुख से सच्ची बातें कहना।

3 माँग-पूछकर वस्तु लेना।

4 सदाचार का पालन करना।

5 अपनी इच्छा सदा घटाना।

6 व्यर्थ कहीं नहीं आना जाना।

7 सीधा-सादा जीवन जीना।

8 कोई अनर्थ का काम न करना।

9 नित उठकर सामायिक करना।

10 जीवन में मर्यादा रखना।

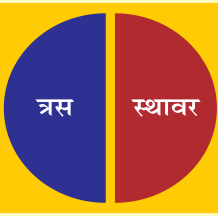
11 बने जहाँ तक पौषध करना।

12 अपने हाथों से बहराना।

# जीव के छः भेद

## आत्मा की दृष्टि से जीव एक है।

मनुष्य, तिर्यंच (पशु-पक्षी), देवता, नारकी, सबकी आत्मा एक है। शरीर भिन्न हैं। जैसे मिठाई अनेक, सब में चीनी एक।




## संसार (जन्म-मरण) के आधार से जीव दो प्रकार के हैं -

त्रस - चलने-फिरने वाले। जैसे कीड़े, मकौड़े, गाय, भैंस, मनुष्य, देवता, नारकी।

स्थावर - स्थिर रहने वाले। जैसे पेड़-पौधे, मिट्टी, पानी आदि।

## लिंग के आधार से जीव तीन प्रकार के हैं -

पुरूष

स्त्री

नपुंसक

## गति के आधार से जीव चार प्रकार के हैं -

| | |
|---|---|
| मनुष्य | तिर्यंच |
| नारकी | देवता |

## इन्द्रियों के आधार से जीव पाँच प्रकार के हैं -

एकेन्द्रिय, बेइन्द्रिय, तेइन्द्रिय, चौरिन्द्रिय और पंचेन्द्रिय

## काया (शरीर) के आधार से जीव छः प्रकार के हैं -

पृथ्वीकाय, अप्काय, तेउकाय, वायुकाय, वनस्पतिकाय, त्रसकाय।

# KIDS' ALPHABET

## शिशु-वर्णमाला

# A

## आतिशबाजी

आतिशबाजी (बम, पटाखे, रॉकेट, अनार) का प्रयोग नहीं करना। इससे -

Aatishbazi

1 धन का नाश होता है।
2 वातावरण में जहरीली गैसें फैलती हैं।
3 चोट की सम्भावना होती है।
4 पशु-पक्षी मरते हैं।
5 बीमार लोग परेशान होते हैं।

# B

## बोतल

बोतल (Soft-Drinks) नहीं पीनी। इससे -

Bottle

1 पेट में गैस भर जाती है।
2 भूख कम लगती है।
3 हड्डियां कमजोर हो जाती हैं।

# C

## कम्प्यूटर

कम्प्यूटर को अच्छे काम के लिए प्रयोग करना है। इसमें –

1 गलत फिल्म नहीं देखनी।
2 अधिक देर तक **Game** नहीं खेलना।
3 अधिक **Chatting** नहीं करनी।
4 गलत दोस्त नहीं बनाने।

**Computer**

# D

## द्वार

मोक्ष के चार द्वार हैं –

1 दान
2 शील
3 तप
4 शुद्ध भाव

**Door**

# E

## अण्डा

अण्डे का प्रयोग किसी भी रूप में नहीं करना है।

अण्डे से बने केक, पेस्ट्री, आईसक्रीम, टॉफी, चॉकलेट, च्युंगम, कस्टर्ड नहीं खाने। **Egg Shampoo** का प्रयोग नहीं करना।

## Egg

# F

## फास्ट-फूड

फास्ट-फूड का सेवन नहीं करना है।

समोसा, पकौड़ा, पिज्जा, बर्गर, चाऊमीन, मैगी, टिक्की, सैण्डविच, डोसा, मन्च्यूरियन, हॉट-डॉग इत्यादि फास्ट-फूड हैं। इनसे मोटापा, सुस्ती, पेट के रोग, बुद्धि की कमी हो जाती है।

## Fast Food

G

## गाली

कभी किसी को गाली नहीं देनी है।
इससे –

1 झगड़ा हो जाता है।
2 वैर–भाव बढ़ता है।
3 असभ्यता झलकती है।
4 गाली देने वाले का
अपमान होता है।

गाली

H

## होम वर्क

स्कूल का काम, जो घर के लिए दिया जाता है, उसे समय पर पूरा करो।

Home-work

इससे –

1 पढ़ाई में कभी नहीं पिछड़ते।
2 नकल मत करो। नकलची
पढ़ाई में कमजोर रह जाता है।
3 खूब मन लगाकर पढ़ना चाहिए।
हमेशा प्रथम आने की कोशिश
करनी चाहिए।

# I

## इन्द्रियां

हमारी पाँच इन्द्रियां हैं।

इन्द्रियां

कान (श्रोत्र), आँख (चक्षुः), नाक (नासिका), जीभ (रसना), खाल (त्वचा)। इन पाँचों इन्द्रियों को अच्छे मार्ग पर लगाना और गलत मार्ग से सदैव दूर रहना।

# J

## जय जिनेन्द्र जी

प्रतिदिन ‘जय जिनेन्द्र जी’ की बोलें।

Jai Jinender Ji

सुबह उठकर, घर में सभी बड़ों को हाथ जोड़कर, सिर झुकाकर, जय जिनेन्द्र जी बोलें। अन्यत्र भी बड़ों को, तथा फोन पर सबको भी, यही बोलें।

# K

## क्रोध

क्रोध कभी नहीं करना।

1 क्रोध में भोजन की थाली नहीं फैंकनी।
2 घर की चीजें नहीं तोड़नी।
3 किसी के बाल नहीं खींचने।
4 मुंह चढ़ाकर, रूठकर नहीं बैठना।

क्रोध

# L

## हानि

Loss से बचें।

| इससे | इसकी हानि होती है |
|---|---|
| 1 अधिक टी.वी. देखने से – | आंखों की |
| 2 अधिक खेलने से – | पढ़ाई की |
| 3 अधिक बोलने से – | सत्य-व्रत की |
| 4 शरारत करने से – | सुख-शांति की |
| 5 झूठा छोड़ने से – | अन्न की |
| 6 आलस्य करने से – | धर्म-कर्म की |

Loss

# M

## मोबाइल

1 नए-नए मोबाइल नहीं खरीदने।
2 मोबाइल पर गन्दी फिल्में नहीं देखनी।
3 गन्दे गाने नहीं सुनने।
4 अधिक देर तक गेम नहीं खेलने।

**Mobile**

# N

## नवकार मंत्र

**Navkar Mantra**

यह जैन धर्म का प्रमुख मंत्र है। तन को, मन को शांति देता है। इसमें 5 पद, 35 अक्षर तथा अन्त में एक गाथा है। प्रतिदिन प्रातः एवं सायं 11, 21 या 27 बार अवश्य पढ़ना चाहिए।

# O

## ओ, ओए

O, Oye

किसी को भी 'ओ, ओए' कहकर नहीं बुलाना। 'तू' कहकर बात नहीं करनी। आप, जी, सर, मैडम कहना। साधु, साध्वी को गुरु जी, गुरुणी जी कहना।

# P

## पत्थरबाजी

पत्थरबाजी

पशु-पक्षी के ऊपर, भिरड़-ततैंया, मधुमक्खी के छत्तों के ऊपर, पानी के तालाब आदि में पत्थर नहीं फैंकना। पक्षियों पर गुलेल भी नहीं चलानी।

# Q

## क्यारी

क्यारी

1 क्यारी में से फूल नहीं तोड़ने।
2 वृक्षों की डाली नहीं तोड़नी।
3 घास के ऊपर नहीं चलना।
4 कूड़े-कचरे में आग नहीं लगानी।

इनमें जीव होते हैं। हिंसा होने से पाप लगता है।

# R

## रोना,रूठना

रोना, रूठना

1 स्कूल जाते समय
2 होमवर्क करते समय
3 मम्मी-पापा का कहना मानते समय
4 माला, सामायिक करते समय
5 स्थानक में जाते समय

कभी नहीं रोना, कभी नहीं रूठना।

# S

## स्थानक

Sthanak

यह हमारा धर्म-स्थान है। यहाँ गुरू जी, गुरुणी जी विराजते हैं। यहां आकर उनके दर्शन करना, प्रवचन सुनना। स्थानक में शोर नहीं करना। खाने-पीने की चीजें गिरा कर गंदा नहीं करना।

# T

## टेलीविजन

Television

ज्यादा देर तक टी. वी. नहीं देखना।

1 इससे आंखें कमजोर होती हैं।

2 शरीर में मोटापा बढता है।

3 कई बार गल्त संस्कार पड़ते हैं।

4 खाना खाते समय भी टी. वी. नहीं देखना।

# U

## प्रयोग

जब तक कोई वस्तु चले,
उसका प्रयोग करते रहें।
जैसे - कपड़े, किताबें,
पैन, पैन्सिल, जूते,
जुराबें आदि।

**Use**

# V

## वन्दना

सुबह उठकर, हाथ जोड़कर,
सिर झुकाकर प्रणाम करें -

1 माता-पिता,
दादा-दादी को।
2 घर के बड़े सदस्यों को।
3 साधु एवं साध्वियों को।

**Vandana**

# W

## पानी

पानी इस प्रकृति का सर्वोत्तम वरदान है। इसे बिखेरें नहीं, व्यर्थ न बहाएं -

1 हाथ-मुँह धोते समय।
2 पेस्ट करते समय।
3 नहाते समय।
4 फर्श धोते समय।

Water

# X

## व्यायाम

सुबह उठकर रोज 10-15 मिनट व्यायाम करना चाहिए। गहरी साँस लें। ओ3म् का उच्चारण करें। इससे तन-मन स्वस्थ रहते हैं। बुद्धि तेज होती है।

Exercise

# Y

## यतना

Yatna

प्रत्येक कार्य में यतना=विवेक रखना –

1 खाने–पीने में

2 पहनावे में

3 चलने–फिरने में

# Z

## झूठन

Zhoothan

कभी झूठा नहीं छोड़ना –

1 खाने–पीने में।

2 नाश्ते में।

3 पीने के पानी में।

अन्न में सृष्टि के प्राण समाए हैं। झूठा छोड़ना बहुत बड़ा अपराध है।

# 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।