





# ऊर्जावाणी



हमारे देश की नयी पीढ़ी दोहरे जीवन मूल्यों से गुजर रही है। एक ओर उसके पास अपनी सांस्कृतिक विरासत है तथा दूसरी ओर है भोगवाद की चकाचौंध। इस चकाचौंध में त्याग की चेतना ओझल हुई है और युवा पीढ़ी मूल्यहीनता के अंधेरे कुएं में उतर रही है। भोगवादी मनोवृत्ति से जुड़ी उसकी आकांक्षाएं उसे चरित्र और नैतिकता के रास्ते में भटका रही है। अणुव्रत और प्रेक्षाध्यान का आमंत्रण है इस पीढ़ी के सजग दावेदारों को। वे जीवन की रिक्तता को महसूस करे और उसे मूल्यों की मशाल से जगमगा दे। ऐसा करके ही युवा पीढ़ी अपने समुज्वल चरित्र की छाप छोड़कर भारतीय संस्कृति के गौरव को अक्षुण्ण रख सकती है।

**आचार्य श्री तुलसी**



काम, क्रोध, लोभ से क्या होता है?  
शरीर हमें कितना प्रभावित करता है?  
यदि हम शरीर के प्रभाव से बहुत प्रभावित रहेंगे तो  
(आत्मा भिन्न : शरीर भिन्न) भेद विज्ञान का कोई अर्थ नहीं होगा।  
शरीर के 3 दोष - वायु, पित्त और कफ बहुत प्रभावित करते हैं।  
हमारी प्रवृत्तियों का सबसे बड़ा संचालक तत्व है - वायु।  
काम, शोक और भय से वायु कुपित होता है। क्रोध से पित्त कुपित होता है। लोभ से कफ कुपित होता है। धर्म या कर्म में जो बाधाएं हैं, वे इन्हीं सब कारणों से आते हैं।

**आचार्य श्री महाप्रज्ञ**



आज प्रत्येक घर में ईर्ष्या, संघर्ष, दुःख और अशांति का जो वातावरण है  
उसका एक ही कारण है और वह है प्रेम का अभाव।  
आग को आग नहीं बुझाती, पानी बुझाता है। प्रेम से दुनिया को तो क्या दुनिया बनाने वाले तक  
को जीता जा सकता है।  
पशु-पक्षी भी प्रेम की भाषा समझते हैं। तुम प्रेम बाटों, इसकी खुशबू कभी खत्म नहीं होती।

**आचार्य श्री महाश्रमण**



स्वप्न बनाम संकल्प - मनुष्य स्वप्न देखता है, कल्पना करता है और लक्ष्य को साधना चाहता है। चाह के साथ संकल्प और पुरुषार्थ के पंख लगने से ही वह कल्पना के आकाश में उड़ान भर सकता है, स्वप्न को सच में बदल सकता है। संकल्प की शक्ति अचिन्त्य होती है। किसी कार्यकर्ता के पास काम करने का पर्याप्त अनुभव भले ही न हो, पर कुछ करने का संकल्प भीतर से जागता है, वह सफल हो जाता है। दृढ़ संकल्प के सहारे काम करने वाले में ऐसा जोश, जुनून या जज्बा होता है कि कठिन से कठिन कार्य भी आसान हो जाता है। संकल्प को साधने के लिए कुछ सूत्र ..... सामने रहे तो व्यक्ति की गति में निरन्तरता रह सकती है। इस दृष्टि से कतिपय बिन्दु प्रस्तुत किए जा रहे हैं -

- कार्य करते समय आत्म संयम और धैर्य का धागा मजबूत रखें।
- आज का काम कल पर छोड़ने की आदत बदलें।
- समयबद्ध कार्यसूची के अनुसार प्राथमिकता का निर्धारण करें।
- लक्ष्य की दिशा में आगे बढ़ने के लिए समय का इन्तजार न करें।

**साध्वी प्रमुखा कनकप्रभा**

# अध्यक्षीय ▼

प्रिय बहनों,

सादर जय जिनेन्द्र,

जब भारतीय ऋषियों ने माता भूमि: पुत्रों अहं पृथिव्या: अर्थात् भूमि मेरी माता है और हम इस धरा के पुत्र हैं तभी सम्पूर्ण विश्व में नारी महिमा का उद्घोष हो गया था। नेपोलियन बोनापार्ट ने नारी की महत्ता को बताते हुए कहा मुझे एक योग्य माता दे दो, मैं तुम्हें एक योग्य राष्ट्र दूंगा। भारतीय जन-जीवन की मूल धूरी नारी है यदि यह कहा जाय कि संस्कृति, परम्परा या धरोहर नारी के कारण ही पीढ़ी दर पीढ़ी हस्तान्तरित होती रही है तो यह अतिशयोक्ति नहीं होगी। जब जब समाज में जड़ता आयी है नारी शक्ति ने ही उसे जगाने के लिए, उसे फूंकने के लिए अपनी सन्तति को तैयार करके आगे बढ़ने का संकल्प दिया है।

प्रत्येक देश के दो पंख होते हैं - एक स्त्री और दूसरा पुरुष देश की उन्नति की उड़ान एक पंख से नहीं हो सकती। अतः राष्ट्र के दैनोदिन की कार्यप्रणाली में नारी का दायित्व महत्वपूर्ण है। इतिहास के झरोखों से लेकर वर्तमान के सम्पूर्ण कार्य महिलाओं ने घर परिवार के साथ राष्ट्र के हर क्षेत्र में अपनी सफलता के परचम बड़े सम्मान व हौंसलों के साथ फहराए हैं।

नारी के आदर्शों की प्राचीर बनी जैन धर्म की सोलह सतियां। जन मानस के हृदय में वंदन स्वरूप बसी है। जिनके शौर्य, पराक्रम, वीरता पापभीरुता, सहनशीलता एवं करुणा जैसे अद्वितीय गुणों से वे साक्षात् देवियां बनकर युग युगान्तर तक अपने उज्ज्वल आभामंडल से जन मानस को प्रेरणा देती रहेगीं। वहीं आलोकिक प्रतिभा सम्पन्न सात साध्वी प्रमुखाएं तथा संघ महानिदेशिका असाधारण साध्वी प्रमुखा कनक प्रभाजी जिनका कर्तृत्व ही उनके व्यक्तित्व का आईना है। हमारा साध्वी समाज, समणी समाज महिलाओं को अज्ञानता, अशिक्षा कुपमंडूकता, संकुचित विचारों और रूढ़ीवाद भावनाओं के गर्त से निकालकर प्रगति के पथ पर ले जाने के लिए आध्यात्मिक घटनाओं, ऐतिहासिक गरिमामयी जानकारी तथा आर्थिक, सामाजिक, शैक्षिक चेतना पैदा करने का उद्बोधन देते हैं जिससे नारी पुरुषों के साथ कंधे से कंधा मिलाकर समाज को आगे बढ़ाने में सहयोग कर सके।

कौन भूल सकता है माता जीजाबाई को जिसकी शिक्षा दीक्षा ने शिवाजी को महान देशभक्त और कुशल योद्धा बनाया। कौन भूल सकता है पन्नाधाय के बलिदान को जिसका उत्कृष्ट त्याग एवं आदर्श इतिहास के स्वर्णाक्षरों में अंकित है। हाड़ा रानी के त्याग व बलिदान की कहानी घर घर में गायी जाती है। रानी लक्ष्मीबाई, रजिया सुल्तान, पद्मिनी का जौहर, मीरा की भक्ति ने सुकीर्ति का झण्डा फहराया। याद करे उस माता विधावती को जिसका पुत्र फांसी के तख्ते पर खड़ा था तो मां की आंखों में आंसू देखकर पत्रकारों ने कहा कि एक शहीद की मां होकर रो रही है तब विधावती का उत्तर था कि मैं अपने पुत्र की शहीदी पर नहीं रो रही कदाचित अपनी कोख पर रो रही हूं कि काश मेरी कोख ने एक ओर भगतसिंह पैदा किया होता तो मैं उसे भी देश की स्वतंत्रता के लिए समर्पित कर देती। ऐसा था भारतीय माताओं का आदर्श, ऐसी थी उनकी राष्ट्र के प्रति निष्ठा।

भारत के स्वतंत्रता संग्राम में महिलाओं ने जितने जोश से भाग लिया उससे सिद्ध होता कि समय आने पर महिलाएं प्रेम की पुकार को विद्रोह की हुंकार में तब्दील कर देश की अखण्डता को अक्षुण्ण बनाने में अपना सर्वस्व न्यौछावर कर सकती हैं। सरोजनी नायडू, अरूणा आसफ अली, रानी एनीबीसेन्ट, सुचेता कृपलानी, कैप्टन लक्ष्मी सहगल, भिखाजी कामा जैसी अनेक क्रांतिकारियों को सहयोग देने वाली अनेक महिलाएं भारत में अवतरित हुईं। जिन्होंने राष्ट्र निर्माण के लिए अपना सबकुछ न्यौछावर कर दिया। इतिहास साक्षी है कि जब जब समाज या राष्ट्र ने नारी को अवसर दिया तथा अधिकार दिया महिलाओं ने विश्व के समक्ष श्रेष्ठ उदाहरण ही प्रस्तुत किया।

मैत्रेयी, गार्गी, विश्वतारा, घोषा, अपाला, विदुषी भारती आदि स्त्रियों ने शिक्षा के क्षेत्र में अपना बहुमूल्य योगदान के खातिर पूजनीय हैं। आधुनिक काल में महादेवी वर्मा, सुभद्रा कुमारी चौहान, अमृता प्रीतम आदि स्त्रियों ने साहित्य तथा राष्ट्र की प्रगति में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका निभायी है। कला के क्षेत्र में लता मंगेशकर, देविका रानी, वैजयन्तीमाला,

सोनल मानसिंह आदि अनेक अभिनेत्रियों का योगदान प्रशंसनीय है।

वर्तमान में महिलाएँ समाज सेवा, राष्ट्र निर्माण और राष्ट्र उत्थान के अनेक कार्यों में लगी हैं। महिलाओं ने अपनी कर्तव्यपारायणता से यह सिद्ध कर दिया कि किसी स्तर पर पुरुषों से कम नहीं है भारत की राष्ट्रपति पूर्व प्रतिभा पाटिल व पूर्व प्रधानमंत्री इन्दिरा गांधी तथा वर्तमान में वित्तमंत्री निर्मला सीतारमण हैं। शारीरिक एवं मानसिक कोमलता के कारण महिलाओं को देश संबंधी सेवाओं के उपयुक्त नहीं माना जाता था किन्तु पहली महिला आईपीएस श्रीमती किरण बेदी ने इस मिथक को तोड़ दिया। सेवा के क्षेत्र में मदर टेरेसा का नाम बड़े सम्मान से लिया जाता है। अंतरिक्ष में जाने वाली पहली महिला कल्पना चावला, पहली एवरेस्ट विजेता बछेन्द्रीपाल, पहली न्यायाधीश एम फातिमा बीबी, धावक पी.टी. उषा, लांग टेनिस में सानिया मिर्जा, बेडमिंटन में स्नेहा नेहवाल, पी.वी. संधू, मेरी कॉम, फोगाट सिस्टर्स, सैन्य जांबाजों को टक्कर देती महिला रेजिमेन्ट लड़ाकू विमानों को उड़ाकर आसमान के हौंसलों को भी बुलंद करती नारियां इस देश के हर मोर्चे पर डटी हुई हैं। देश की प्रगति में कदम से कदम मिलाकर साथ दे रही हैं। चाहे वह शिक्षा का क्षेत्र हो, चिकित्सा, सेना, पुलिस, प्रशासन, व्यापार, समाज, पत्रकारिता, मीडिया व कला के क्षेत्र में नारी की उपस्थिति, योग्यता एवं उपलब्धियां स्वयं अपना प्रत्यक्ष परिचय प्रस्तुत कर रही हैं। घर, परिवार से लेकर राष्ट्र ही नहीं अन्तर्राष्ट्रीय स्तर तक उसकी कृति पताका लहरा रही है। नारी विश्व की सुन्दर रचना है, ईश्वर के बाद हम सबसे अधिक ऋणी स्त्री के हैं। भूतपूर्व प्रधानमंत्री ने एक महत्वपूर्ण बात कही कि संसार में तीन रत्न हैं रोटी, पुस्तक और महिला। रोटी शरीर का पोषण करती है। पुस्तकें मस्तिष्क को खुराक देती हैं और महिलाएं परिवार, समाज व संसार का केन्द्रिय तत्व हैं “यत्र नारियतु पूज्यन्ते-रमन्ते तत्र देवता” यानि जहां महिलाओं की पूजा होती है वहां देवता का निवास होता है।

तेरापंथ धर्म संघ के नवमें आचार्य श्री तुलसी ने महिलाओं की शिक्षा पर जोर देते हुए महिला मंडल व कन्या मंडल का गठन कर विकास के लिए एक मंच प्रदान किया। आज महिलाएं समाज, राष्ट्र के विकास एवं तरक्की में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही हैं। अ.भा.ते.म.मं. समृद्ध राष्ट्र योजना के अन्तर्गत गांवों को गोद लेकर गरीब व अशिक्षित बहनों व लड़कियों को स्कोलरशिप देकर उन्हें पढ़ने का मौका देती हैं। साथ ही उन्हें स्वावलम्बी, सेवा, स्वच्छता व निःशुल्क बिमारी का इलाज कर उनके परिवारों को संपोषित करती हैं। कन्या विद्यालयों में जगह-जगह वाटर कूलर, सैनेटरी पेड मशीनें, कम्प्यूटर सेन्टर, आचार्य महाश्रमण सिलाई सेन्टर, आचार्य महाश्रमण फिजियोथेरेपी सेन्टर खोलकर निःशुल्क सेवा करके राष्ट्र के उत्थान में सहयोगी बन रही हैं। अभी कोरोना महामारी के समय भी हमारे समाज की महिलाएं राष्ट्र के सहयोग में पीछे नहीं रही करोड़ों रुपये इकट्ठे कर सरकार का आर्थिक सहयोग किया वहीं बहनों ने खाने पीने के समान से लेकर मास्क बनाने का काम करके विपदा की इस घड़ी में देश की मदद की।

महिलाएं परिवार का पोषण तो करती हैं, साथ ही आने वाली नई पीढ़ी को सुसंस्कारित तथा उनका सर्वांगीण विकास की जिम्मेदारी भी बखूबी निभाती हैं। एक नारी के बिना किसी भी व्यक्ति का जीवन सृजित नहीं हो सकता। जिस परिवार में महिला नहीं होती, वहां पुरुष न तो अच्छी तरह से जिम्मेदारी निभा पाते हैं और न ही लम्बे समय तक जी पाते हैं। वहीं जिन परिवारों में महिलाओं की जिम्मेदारी होती है वहां महिलाएं हर चुनौती, हर जिम्मेदारी को बेहतर तरीके से निभाती हैं अगर मजबूती की बात की जाए तो महिलाएं पुरुषों से ज्यादा मजबूत होती हैं, क्योंकि वो पुरुषों को जन्म देती हैं। इसीलिए एक प्रसिद्ध कहावत है कि “अगर आप एक आदमी को शिक्षित कर रहे हैं तो आप सिर्फ एक ही आदमी को शिक्षित कर रही हैं अगर आप एक महिला को शिक्षित कर रहे हैं तो आप आने वाली पूरी पीढ़ी को शिक्षित कर रहे हैं।

भारत की लगभग आधी जनसंख्या का प्रतिनिधित्व महिलाएं करती हैं। महिलाओं की क्षमता को नजर अंदाज करके एक अच्छे समाज की कल्पना करना व्यर्थ है महिला अपने साथ-साथ पूरे समाज को बदलने की ताकत रखती हैं। उसके बिना समृद्ध राष्ट्र की कल्पना भी नहीं की जा सकती।

चौखट पे जो दिया है वो नारी की देन है, जो फूल खिल रहा है वो नारी की देन है।

नारी ने बचपन में घरोंदे बनाए हैं, घर की जो कल्पना है वो नारी की देन है।।

आपकी  
पुष्पा वैद्य

# स्व से शिखर तक

## ज्ञान चेतना वर्ष, करे उत्कर्ष

### National Safety Week- 'होगी वायरस पर जीत!'

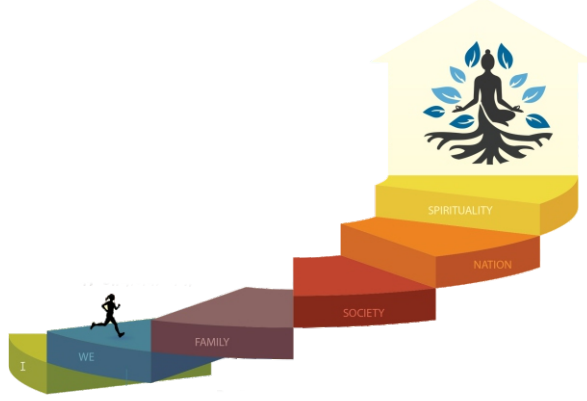
(2 अक्टूबर से 9 अक्टूबर)

स्व से शिखर तक, का पांचवा चरण NATION, राष्ट्र।

जैसे कि हमारी जागरुक एवं जिम्मेदार बहने, सभी जानती हैं कि कोरोना महामारी से हमें आने वाले समय में अपने आपको, परिवार, समाज एवं राष्ट्र को सुरक्षित रखना है, डॉक्टर के द्वारा बताए गए तरीकों को अपनाते हुए सावधानियों के साथ हमें इस महामारी से सुरक्षित रहते हुए लक्षित कार्यों को क्रियान्विति देनी है। जिस तरह लॉकडाउन के लंबे समय में आपने जो जागरुकता का परिचय दिया उसी तरह सावधानी रखते हुए राष्ट्र के प्रति जिम्मेदारी का निर्वहन करें।

आओ बहनों 2 से 9 अक्टूबर तक National Safety Week के रूप में राष्ट्र के प्रति अपनी जिम्मेदारियों का जागरुकता के साथ वहन करें।

इस हफ्ते में कोई भी एक दिन अपने क्षेत्र में Awareness Seminar का आयोजन करें। जिसमें निम्न बातों का ध्यान रहे।



#### 1. Awareness Seminar by ABTMM :

अ.भा.ते.म.मं. Zoom द्वारा 2 अक्टूबर को विश्व विख्यात पद्मश्री डॉ. के.के. अग्रवाल (नई दिल्ली) का सेमिनार दोपहर 3.30 बजे से है। सभी बहनों से, शाखा मंडलों की बहनों से अनुरोध है अवश्य जुड़ें।

#### 2. Dont Hide ... Hygiene, Masking..

अगर जुकाम, खांसी या किसी भी प्रकार का बुखार इत्यादि होने पर उसको छुपाना नहीं है, और घर पर ही रहना है। अपने हाथ साबुन से अच्छी तरह धोना, अपना मुंह ढक कर रखना। अपने बाल बांध कर रखना और सर ढक कर रखना। अपने जूते चप्पल घर के बाहर ही उतारना किसी भी घर में जाने पर काम शुरू करने से पहले हाथ धोना या सैनिटाइज करना अपना काम समाप्त होने के बाद हाथ दोबारा धोना।

#### 3. Social Distancing..

खाली समय में अपने साथियों के साथ बैठते हुए दूरी का पालन करना आवश्यक है। कई चीजों को हाथ लगाने से बचना जैसे कि लिफ्ट में, रिक्शा में, आते-जाते गेट पर, पर्दे पर और सोफा पर बेवजह हाथ नहीं लगाना। घर से बाहर अनावश्यक नहीं घूमना। आवश्यकता पड़ने पर जाना, सभी से दूरी बना कर रखना।

#### 4. Eating Habits...

कोरोना से बचाव के लिए खान-पान और स्वस्थ जीवनशैली अपनाएं। दिन में बार-बार गर्म पानी पीना, हल्दी डालकर दूध पीना, विटामिन सी के लिए पदार्थ खाना जैसे कि नींबू, मौसम्बी इत्यादि। इम्युनिटी बढ़ाने के लिए गिलोय का पानी पीना, काढ़ा पीना, ठंडी चीजें और बाहर की चीजों से बचना।

#### 5. Pranaayam..

सुबह उठकर प्राणायाम योगा करना।

## स्व से शिखर तक, का छठा चरण... Spirituality.., अध्यात्म

गुरुदेव श्री तुलसी और आचार्य श्री महाप्रज्ञ ने नवरात्रा में नवान्हिक आध्यात्मिक अनुष्ठान का एक नया उपक्रम प्रारंभ किया। आचार्य श्री महाश्रमण के निर्देशन में वह उसी रूप में विधिवत चल रहा है उसका उद्देश्य है - आत्म शुद्धि और ऊर्जा का विकास। इसकी कालावधि आश्विन शुक्ला प्रथमा से प्रारंभ होकर निरंतर नौ दिनों की निर्धारित की गई है। सभी शाखा मंडलों की बहनों से यह निवेदन है कि नौ दिन संपूर्ण विधि से इसकी आराधना करनी है। विधि व समय सारणी इस प्रकार है-

प्रातः 9.30 से 10.00

**'चंदेसु निम्मलयरा आइच्चेसु अहियं पयासयरा**

सागरवरगंभीरा, सिद्धा सिद्धि मम दिसंतु' - का पांच बार पाठ  
चंदेसु निम्मलयरा, सिद्धा सिद्धि मम दिसंतु - का तेरह बार पाठ  
आइच्चेसु अहियं पयासयरा, सिद्धा सिद्धि मम दिसंतु - का तेरह बार पाठ  
सागरवरगंभीरा, सिद्धा सिद्धि मम दिसंतु - का तेरह बार पाठ  
आरोग्ग बोहिलांभ, समाहिवरमुत्तमं दितु - का तेरह बार पाठ

**सिद्धा सिद्धि मम दिसंतु** - का इक्कीस बार पाठ

'चंदेसु निम्मलयरा आइच्चेसु अहियं पयासयरा  
सागरवरगंभीरा, सिद्धा सिद्धि मम दिसंतु' - का पांच बार पाठ  
ॐ ह्रीं क्लीं क्ष्वीं

**धम्मो मंगलमुक्किट्ठं, अहिंसा संजमो तवो। देवा वि तं नमंसंति, जरस्स धम्मो सया मणो॥1॥**

जहा दुमस्स पुप्फेसु, भमरो आवियई रसं। न य पुप्फं किलामेई, सो य पीणेइ अप्पयं॥2॥

एमेए समणा मुत्ता, जे लोए संति साहुणो। विहंगमा व पुप्फेसु, दाणभत्तेसणे रया॥3॥

वयं च वित्तिं लब्भामो, न य कोई उवहम्मई। अहागड़ेसु रीयंति, पुप्फेसु भमरा जहा॥4॥

महुकारसमा बुद्धा, जे भंति अहिणस्सिया। नाणापिंडरया दंता, तेण वुच्चंति साहुणो॥5॥ - का सात बार पाठ

प्रातः 10.00 से 10.30 - आध्यात्मिक प्रवचन

मध्याह्न 2.30 से 3.15 आगम पाठ का स्वाध्याय।

(दसवेआलियं, उत्तरज्झयणाणि आदि के मूल पाठ का स्पष्ट व शुद्ध उच्चारण एवं व्याख्या)

पश्चिम रात्रि - 4.45 से 5.30

अवसग्गहरं पासं (उपसर्गहर स्तोत्र) आदि पांच श्लोक एवं 'ॐ ह्रीं श्रीं अर्हं नमिऊण' का नौ बार पाठ। फिर 'विघ्नहरण' का जप।

### उपसर्गहर स्तोत्र

**उवसग्गहरं पासं, पासं वंदामि कम्मघणमुक्कं। विसहर-विसनिब्बासं, मंगल कल्लाण आवासं॥1॥**

विसहर-फुलिंग-मंतं, कंठे धारेई जो सया मणुओ। तस्स गह-रोग-मारी, दुट्ट जरा जंति उवसामं॥2॥

चिट्ठउ दूरे मंतो, तुज्झ पणामो वि बहुफलो होइ। नरितिरिएसु वि जीवा, पावंति न दुक्ख-दोहग्गं॥3॥

तुह सम्मत्ते लद्धे, चिन्तामणि-कप्पपायपब्भहिए। पावंति अविग्घेणं, जीवा अयरामरं ठाण॥4॥

इह संथुओ महायस! भत्तिब्भर-निब्भरेण हियाएण। ता देव! दिज्ज बोहिं, भवे भवे पास जिणचंद॥5॥

**ॐ ह्रीं श्रीं अर्हं नमिऊण पास विसहर वसह जिण फुल्लिंग ह्रीं श्रीं नमः॥**

### विघ्नहरण

विघ्नहरण मंगलकरण, स्वाम भिक्षु नो नाम।

गुण ओलख सुमिरण कियां, सरै अचित्या काम॥

जप और आगम-स्वाध्याय के साथ तप का योग भी आवश्यक माना गया है। तप में एकासन, आयंबिल, षड्विगय वर्जन, पंच विगय वर्जन और दस प्रत्याख्यान में से किसी एक तप की आराधना इस अवधि में की जाए। व्यक्तिगत इच्छा के अनुसार नौ दिनों तक एक ही तप अथवा वैकल्पिक तप की आराधना की जा सकती है।

## स्व से संकल्प

• सदियों से हर धर्म में मंत्र का विशेष महत्व रहा है। हर व्यक्ति अपने मन की शान्ति और संबल के लिए मंत्र का सहारा लेते हैं। मंत्र बीज अक्षर के रूप में बहुत शक्तिशाली व फलदायी होता है। जैन धर्म की सारी सम्पदा का वास्तविक गूढ़ रहस्य इन पांच पदों में समाहित है। इन पांच पदों का जाप हम अनूपूर्वी के माध्यम से करते हैं। बहिनो ! इस बार आपको करना है कि अनूपूर्वी का जप कैसे करें ? मैंने इसे आपको जूम के माध्यम से बेबिनार में बताया भी था। फिर भी अगर किन्तु परन्तु रहती है तो इसका लिंक <https://www.facebook.com/abtmm.jain/videos/2611095062490696/> भी आपको भेज रहे हैं। बहिनो हम अनूपूर्वी की महत्ता को बारीकी से समझे ताकि हम जब भी मंत्र का जप करें तो पूरी निष्ठा व संकल्प शक्ति के साथ अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकें।



### कंठस्थ ज्ञान

• इस बार भक्ताम्बर के 41 से लेकर 48 तक आठ पद्य याद करने हैं। चौबीसी की गीतिका इस बार आपको 10 वें व 11 वें तीर्थकर श्री शीतल प्रभु व श्रेयांस प्रभु की याद करनी है।

• भक्ताम्बर स्त्रोत का जब भी हमारे सामने नाम आता है तो आचार्य मानतुंग व आदिनाथ भगवान का स्मरण हो जाता है इसके हर श्लोक में कोई भी ऐसा श्लोक नहीं है जो किसी समस्या का समाधान न करता हो। भक्ताम्बर स्त्रोत की एक पंक्ति में कुल 14 अक्षर है इसके एक काव्य में 4 पंक्ति है और चार पंक्ति में कुल 56 अक्षर है। आचार्य मानतुंग ने जब काव्य छन्द लिखा तो हर पंक्ति में न एक अक्षर ज्यादा हुआ न कम। बहनों इस बार प्रतिवेदन में जब भक्ताम्बर कंठस्थ के आंकड़े देखे तो बहुत खुशी हुई, बहुत संतोष हुआ कि हमारी बहनें कितनी जागरुकता से ज्ञान का विकास कर रही है। भक्ताम्बर अब पूर्णता के शिखर पर आरोहण कर रहा है। इस बार आपको भक्ताम्बर के दो माह के 41 से लेकर 48 तक आठ पद्य याद करने है। यह कहते हुए या लिखते हुए मुझे बहुत खुशी हो रही है कि हमारी 133 जागरुक शाखा मंडल की 6339 बहिनो ने भक्ताम्बर कंठस्थ किया था अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल आप सभी के प्रति मंगलकामना करते हुए धन्यवाद प्रेषित करता है। आगामी नारी लोक में आपको कल्याण मंदिर स्त्रोत दिया जाएगा। बहिनो इस हृदयांगम करने के लिए तैयार रहे।

## संवर्धन कार्यशाला

बहनों ! पिछली साल 2019 से 20 हमने परिष्कार कार्यशालाओं का आयोजन किया। इस बार 2020 से 2021 में हम Zoom पर संवर्धन कार्यशाला का आयोजन करने जा रहे हैं। संवर्धन यानि - विकास करना, उन्नति करना एवं आगे बढ़ना। हम चाहते हैं हम सब बहनों का शक्ति संवर्धन हो, चहुँमुखी विकास हो। हमारे आचार, विचार एवं व्यवहार में संवर्धन हो, हमारा व्यक्तित्व, कर्तृत्व ओजस्वी, तेजस्वी बने इसके लिए अक्टूबर से संवर्धन कार्यशालाओं का आयोजन समय-समय पर किया जाएगा।

## फिजियोथेरेपी सेन्टर

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल द्वारा आयोजित मानव सेवा का एक उपक्रम 'फिजियोथेरेपी सेन्टर' आज विभिन्न स्थानों पर अखिल भारतीय महिला मंडल के निर्देशन में चलाये जा रहे हैं। 1. जिस भी संस्था को मशीन की आवश्यकता हो वो पत्र द्वारा संयोजिका को सूचित करें। 2. उसके लिये लगभग 300 से 400 वर्ग फिट की जगह होनी चाहिए। 3. इसे चलाने के लिए कम से कम 4-5 साल का एग्जिमेन्ट जरूरी है। यदि किसी कारणवश वो मंडल इसे नहीं चला पाता है अथवा 1 या 2 साल में इसे बन्द कर देता है तो उसे अखिल भारतीय महिला मंडल को जितने रूपये की मशीन उपलब्ध करवाई गई है उतनी राशि उन्हें लौटानी होगी। हर तीन महीने की रिपोर्ट उन्हें जरूरी भेजनी होगी। अपने क्षेत्र के नाम व पेशेन्ट की संख्या महिला या पुरुष की गिनती के साथ। क्षेत्र की सुविधा के अनुसार वो जो भी टोकन मनी चाहें कम से कम हर पेशेन्ट से लेवें वर्ना इसकी उपयोगिता उन्हें समझ नहीं आयेगी। सबसे अहम बात सेन्टर को खोलने के लिए मार्बल पत्थर पर नीचे दिया गया Format जरूरी लिखवाना है। साईज अपनी सुविधा से बनवा सकते हैं। लेकिन बनवाने से पहले पत्थर का Formet Approve संयोजिका से जरूर करवायें। साथ ही साथ उपरोक्त Matter के अलावा कोई भी संस्था अपने अध्यक्ष व मंत्री का नाम नहीं लिखवायें। वर्ना इसे मान्य नहीं किया जायेगा। किसी स्थान पर आचार्य लिखने की आपत्ती हो तो 'महाश्रमण फिजियोथेरेपी सेन्टर' भी लिखवा सकते हैं। Logo लगाना जरूरी है।



अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल द्वारा निर्देशित

आचार्य महाश्रमण फिजियोथेरेपी सेन्टर

संचालित - श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल.....

दिनांक ..... स्थान .....

उद्घाटनकर्ता - श्रीमती शायर देवी-श्री हीरालाल जी मालू (बैंगलुरु-सुजानगढ़)

# कन्यामंडल करणीय कार्य

प्यारी बेटियों

सादर जय जिनेन्द्र

पर्वाधिराज पर्युषण के पावन अवसर पर हमने विगत वर्ष में जाने-अनजाने में आपके दिल को ठेस पहुँचाई हो तो शुद्ध अन्तःकरण से क्षमा याचना करते हैं। आशा ही नहीं अपितु पूर्ण विश्वास है कि आप अवश्य क्षमा करेंगे।

आप सभी बेटियों ने पर्युषण पर्व में विभिन्न आध्यात्मिक प्रवृत्तियों में भाग लिया व कई शाखा मंडलों ने पर्युषण पर्व में आठ दिन विविध आध्यात्मिक कार्यक्रम आयोजित किए वे सचमुच सराहनीय हैं। आप सभी इसी तरह अध्यात्म के क्षेत्र में आरोहण करते रहें यही मंगलकामना।

5 सितम्बर शिक्षक दिवस था उस उपलक्ष्य में हम वंदन करते हैं हमारे आध्यात्मिक गुरु आचार्य श्री महाश्रमण जी, संघ महानिदेशिका साध्वी प्रमुखा श्रीजी व समस्त चारित्रात्माओं को, जो हमें सतत प्रेरणा प्रदान करते हैं। हम प्रणाम करते हैं हमारे अभिभावकों को, हमारे सभी शिक्षकों को जिन्होंने हमारे जीवन को, व्यक्तित्व को संवारने में अहम भूमिका निभाई है।

अक्टूबर माह - नारी शक्ति पर्व "नवरात्र" का पावन समय। नवरात्री पर्व नव दुर्गा की उपासना, आध्यात्मिक नवाह्निक अनुष्ठान का पर्व। नारी शक्ति व कन्याओं के सम्मान के प्रतीक इस पावन पर्व पर सभी बेटियों के जीवन में नई रोशनी व नई ऊर्जा के संचार की मंगल कामना।

अक्टूबर माह का करणीय कार्य :-



## Online Education - Challenges or Opportunity

### ऑनलाइन शिक्षा - चुनौती या संभावनाएँ

Covid-19 महामारी के कारण लगभग पूरे विश्व में Online प्रशिक्षण हो रहा है। जहाँ घर बैठे-बैठे इंटरनेट के माध्यम से हम शैक्षणिक, आध्यात्मिक, व्यवहारिक शिक्षा प्राप्त कर रहे हैं। तो आइए इस विषय पर चर्चा करें :- ऑनलाइन शिक्षा के क्या-क्या फायदे व नुकसान हैं ?

1. इस विषय पर :- Pannel Discussion या वाद-विवाद प्रतियोगिता Virtually आयोजित करें।

2. गुरु के प्रति समर्पण - भावों से करें श्रद्धा अर्पण

अपने गुरु के प्रति, जिन्होंने आपके जीवन में ऊँचाईयाँ प्रदान की हैं, उनके प्रति श्रद्धा, समर्पण व आभार को निबंध के माध्यम से लगभग 200 शब्दों में अभिव्यक्त करें।

प्रथम स्थान प्राप्त करने वाली कृति को इस नंबर पर प्रेषित करें : श्रीमती नमिता सिंघी - 8099990535

आपकी दीदी  
रमन पटावरी



# अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल का 45 वां अधिवेशन

दिनांक 7 सितम्बर 2020 - अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मण्डल का 45 अधिवेशन "आरोहण" के प्रथम सत्र की शुरुआत वर्चुअल रखी गयी जिसका विषय था "आरोग्य विज्ञान का"।

मंगलमय शुरुआत गुरुदेव के मंगलपाठ द्वारा हुई। महाराष्ट्र शाखा मंडल द्वारा मंगलाचरण की सुंदर प्रस्तुति प्रस्तुत की गई। विधिवत उदघाटन राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीमती पुष्पाजी बैद के द्वारा अपने अध्यक्षीय वक्तव्य के साथ सभी का स्वागत करते हुए कहा कि सभी बहिनो को लक्ष्य निर्धारण कर चहुँमुखी विकास के लिए आरोहण करना है। उन्होंने गत वर्ष में सम्पादित सभी कार्यों के सहयोग के लिए सभी का धन्यवाद करते हुए कहा कि हमें इसी तरह सकारात्मक सोच के साथ आगे बढ़ना है। उपाध्यक्ष श्रीमती सरिताजी डागा ने पूज्यप्रवर के मंगल संदेश का वाचन किया। उड़ीसा, छत्तीसगढ़ व पटना द्वारा सुंदर प्रस्तुति ने कार्यक्रम में चार चांद लगा दिए। तमिलनाडु महिलामण्डल व वृहद कोलकाता महिलामण्डल ने आरोहण का आधार - आचार, विचार व व्यवहार विषय पर बहुत ही सुंदर प्रस्तुति दी। प्रधान ट्रस्टी श्रीमती शांताजी पुगलिया ने अपने मंगल उद्बोधन में कहा कि अधिवेशन किसी भी संस्था का सबसे बड़ा उत्सव होता है। महिला समाज प्रगति के नये- नये शिखरों पर आरोहण करता हुआ अपनी अस्मिता को बनाये रखते हुए आज के अधिवेशन का सुंदर आयोजन किया है सभी को हार्दिक बधाई।

राष्ट्रीय महामंत्री श्रीमती तरुणाजी बोहरा ने अपने वक्तव्य में कहा कि गुरुदृष्टि के अनुसार कुछ ऐसा करते हुए हम, हमारा व हमारी संस्था का आरोहण करे। इसीलिए आज हमारा विषय आरोहण - "आरोग्य विज्ञान का" रखा है।

आज के मुख्य अतिथि बाबा रामदेव का परिचय कार्यकारिणी सदस्य श्रीमती प्रभाजी दूगड़ ने संक्षिप्त व प्रभावी रूप दिया।

बाबा रामदेव ने सर्वप्रथम कहा कि यह तेरा नहीं, मेरा भी पंथ है प्रभु का पंथ है। अपने वक्तव्य में कहा कि इस युग के महान ऋषि महापुरुष आचार्य महाप्रज्ञजी थे। उन्होंने जैन धर्म को जन धर्म बनाया। महिला मण्डल को सम्बोधित करते हुए कहा कि आपका हर कार्य मानवता के लिए एक आदर्श है। ऐसे ही सेवा साधना में लगे रहे। इस संस्था को इतने समय तक बनाये रखना व शिखर तक पहुँचाना अपने आप में महत्वपूर्ण काम है। मैं सभी को प्रणाम करता हूँ। स्वभाव से हम सहधर्मी हैं। क्योंकि योग में भी अहिंसा प्रथम सोपान है मूल सिद्धान्त एक ही



है, लक्ष्य एक ही है कि अहिंसक भारत बने। उसके पश्चात प्रश्नोत्तर का क्रम चला जिसमें बाबा रामदेव आज के समय में चल रही सभी बीमारी का घरेलू इलाज व आयुर्वेदिक दवाई के बारे में भी जानकारी दी। अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मण्डल की महामंत्री श्रीमती तरुणाजी बोहरा ने सफलता की कहानी महामंत्री की जुबानी में Star performance of the year में फिजियोथेरेपी सेंटर उदघाटन व इंसिनेटर मशीन का जिन क्षेत्रों में लगाई गई, सभी को सम्मानित किया गया।

कुशल संचालन सहमंत्री मधुजी देरासरिया ने बहुत ही सुंदर व सटीक शब्दों के साथ किया। कार्यकारिणी सदस्य श्रीमती भारतीजी सेठिया द्वारा सभी का आभार ज्ञापन किया गया।

**दिनांक 08 सितम्बर 2020 - अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मण्डल का 45वां virtual वार्षिक अधिवेशन का द्वितीय सत्र आरोहण - "स्व से शिखर तक"**

परम आराध्य गुरुदेव के मुखारबिंद से मंगलपाठ श्रवण के साथ सत्र का मंगल शुभारंभ हुआ। अधिवेशन के Inaugural video के पश्चात मंगल क्षणों में मंगल भावों से मंगलाचरण प्रस्तुत किया गुजरात व मध्य प्रदेश के शाखा मण्डल की बहनों द्वारा। हम सबमें अनंत उर्जा का संप्रेषण करने वाले संघ महानिदेशिका महाश्रमणी साध्वी प्रमुखा श्री जी के अमृत संदेश का वाचन किया अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के पूर्व अध्यक्ष तत्व ज्ञान तेरापंथ दर्शन की निर्देशिका श्रीमती पुष्पा बैंगानी ने। अ.भा.ते.म.म. की राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीमती पुष्पा जी बैद ने अधिवेशन में संभागी समस्त महिला शक्ति व संभागी विभिन्न संस्थाओं के प्रतिनिधियों का हार्दिक स्वागत करते हुए अपने अन्तर-उद्गार अभिव्यक्त करते हुए कहा विकास

के लिए आवश्यक है हमारे भीतर सकारात्मकता के भाव हों, हमारा आचार, विचार, व्यवहार शालीन बना रहे, कोई भी सच्ची व अच्छी बात हमें ग्रंथ, पंथ व संत में मिले तो हमें उसे ग्रहण करना चाहिए। समर्पण, संकल्प व सच्चाई के साथ चलने पर हम हर क्षेत्र में आरोहण कर सकते हैं। हम आरोहण करें शिक्षा, तप, जप, सत्य, चरित्र व अध्यात्म के क्षेत्र में। हमें आरोहित होना है आत्मा से दिव्यात्मा की ओर, बिन्दु से सिन्धु की ओर, लघु से विराट की ओर।



उन्होंने सभी शाखा मण्डलों के कर्तृत्व की सराहना करते हुए कहा कि महिला अपने आप में अद्भुत शक्ति है। संस्था के हर कार्य को अपना कर्तव्य बना लेती है। सभी ने शून्य से शिखर की यात्रा की है। सभी के प्रति मंगलकामना व्यक्त की।

आज के कार्यक्रम के मुख्य अतिथि विश्वविख्यात motivator, चिंतक, लेखक, corporate trainer डा. उज्ज्वल पाटनी का परिचय प्रस्तुत किया अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के पूर्व अध्यक्ष श्रीमती कल्पना जी बैद ने।

मुख्य वक्ता डा. उज्ज्वल पाटनी ने स्व से शिखर तक आरोहण करने के लिए मंत्र मुग्ध करने वाले कुछ Miracle मंत्रों दिए जो इस प्रकार हैं-

- 1) The 0 complaint day habit
  - 2) The 10:20:30 habit
- SQ : IQ : PQ  
अर्थात्

दिन भर में 10 mnts meditation करें, 20 mnts Reading अर्थात् स्वाध्याय करें, 30 mnts शारीरिक कसरत करें।

- 3) The Zinda Language habit आपकी भाषा आपको पूरे ब्रह्माण्ड से जोड़ती है। ऐसी भाषा का इस्तेमाल करें जो सब को खुश कर दें।
- 4) Technology Hours Habit - जीवन में True Leadership चाहिए तो दिन में कुछ घण्टे - 0 technology के बिताएँ।
- 5) The 3 chiever Companionship Habit - जीवन में वास्तविक आरोहण करने के लिए ज़रूरी है True Companionship अर्थात् सही संगत की।
- 6) The She Happiness Habit - स्वयं के लिए जीएँ, हर दिन अपने लिए जीएँ।
- 7) The Day udit Habit - सोने जाने से पहले यह विचार करें कि- आज मैंने ऐसा क्या किया जो मुझे नहीं करना चाहिए।

आज मैंने ऐसा क्या किया जिस पर मुझे गर्व है।

यदि हम इन मंत्रों को जीवन में अपनाएँ तो निश्चित तौर पर आरोहण कर सकते हैं।

आरोहण की नींव होती है आचार, विचार, व्यवहार व संस्कार। संस्कारों के संवर्द्धन व योगक्षेम को दर्शाती एक शानदार virtual प्रस्तुति दी वृहद् बैंगलुरु व हैदराबाद महिला मण्डल ने। अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के महामंत्री श्रीमती तरुणा जी बोहरा ने सभी शाखा मण्डलों के द्वारा संपादित कार्यों का, उनके कर्तृत्व का मूल्यांकन करते हुए Star Performers Of The year का announcement करते हुए सभी के उत्साह की प्रशंसा करते हुए स्व से शिखर की ओर बढ़ने की शुभकामनाएँ दी।

वृहद् राजस्थान की शाखा मण्डल द्वारा स्व से शिखर विषय पर भावपूर्ण प्रस्तुति दी गई। आभार ज्ञापित किया कार्यसमिति सदस्य श्रीमती अनिता चोपड़ा ने।

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के उपाध्यक्ष श्रीमती नीलम जी सेठिया ने कार्यक्रम का सफल व प्रभावी संयोजन किया।



दिनांक 9 सितम्बर 2020

**गुरुवर तुलसी की करुणा से विकास के अभिनव द्वार खुले।**

**चरण सदा गतिमान रहे, जय ज्योति चरण की छांव तले।।**

इसी भावना के साथ आचार्य महाश्रमण जी द्वारा प्रदत्त मंगल पाठ के साथ 45वें राष्ट्रीय अधिवेशन 'आरोहण' के तृतीय सत्र "साधारण सभा" का शुभारम्भ हुआ।

मंगल भावों से ओत-प्रोत 'आरोहण के पथ पर आओ कदम बढ़ाएं, मंजिल खुद आह्वान करें। गीत के द्वारा अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल कार्यसमिति द्वारा मंगलाचरण किया गया।

गुरु का कृपा प्रसाद परम पूज्य गुरुदेव के मंगल उद्बोधन से प्राप्त हुआ। आचार्य प्रवर ने अपने आशीर्वचन प्रदान करवाते हुए फरमाया जैन श्वेताम्बर धर्मसंघ में और इस तेरापंथ धर्मसंघ से जुड़ी हुई अनेक केन्द्रीय संस्थाएं हैं। फिर उनमें से कईयों की शाखाएं, समितियां, सभाएं भी हैं। अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल जैन श्वेताम्बर तेरापंथ समाज की एक संस्था है। एक महिलाओं का संगठन है। आम तौर से हर वर्ष अभातेममं का अधिवेशन हमारे पास गुरुकुल वास में हुआ करता है। इस बार परिस्थिति के कारण वैसा संभव नहीं हो पा रहा है तो विकल्प काम में लिया जा रहा है। वर्चुअल 45वां अधिवेशन आयोजित हो रहा है।

हमारी श्राविकाओं को, महिलाओं को, वैसे सभी को यथासंभव आरोहण करना चाहिए। आरोहण चढ़ाई होती है। आरोहण में बहुत कठिनाई भी हो सकती है। पर्वत पर चढ़ना हो, चढ़ते-चढ़ते श्वास भी फूल सकता है, चढ़ने में कठिनाई हो सकती है परन्तु मंजिल बढ़िया है तो कठिनाई से भी चढ़ना सार्थक सिद्ध हो सकता है। रास्ता कठिन है या सरल यह कुछ गौण बात है। मुख्य बात है मंजिल कैसी है? आखिर चढ़ने के बाद क्या मिलेगा? उपलब्धि क्या होगी? उपलब्धि अच्छी हो तो चढ़ने का परिश्रम भी अपनी शक्ति के अनुसार स्वीकार करना चाहिए। दो शब्द हैं - आरोहण, अवरोहण। जैन धर्म में दो काल अवसर्पिणी काल और उत्सर्पिणी काल बताये गये हैं। उत्सर्पिणी काल आरोहण का काल होता है अवसर्पिणी काल अवरोहण का काल होता है। आरोहण करें उत्सर्पण करें। आरोहण किन बातों में करें? ज्ञान में, श्रद्धा में, चारित्र में, आचार में और तपस्या में आरोहण हो। आरोहण के लिए मनोबल भी चाहिए। आदमी कुछ चढ़ना शुरू करे और थोड़ा रास्ता ऊबड़-खाबड़ सा आ गया हो, चलना बंद कर दे तो आरोहण में ज्यादा सफलता नहीं मिल सकती। संस्कृत में कहा गया है - "प्रारभ्यते न खलु विघ्नभयेन नीचैः, प्रारभ्य विघ्न विहिताः विरमन्ति मध्याः। विहनैः पुनः पुनरति प्रति हन्यमानाः प्रारब्धमुत्तम पानाः न परित्यजन्ति कुछ लोग जो निम्न श्रेणी के होते हैं तो विघनों के भय से कार्य शुरू ही नहीं करते। मध्यम श्रेणी के लोग कार्य शुरू तो कर देते हैं, विघ्न बाधाएं आती हैं तो कार्य को बीच में छोड़ देते हैं और उत्तम श्रेणी के विघ्न बाधाओं से प्रताड़ित होने पर भी कार्य को बीच में नहीं छोड़ते, बाधाओं को चीर कर ओग बढ़ने का प्रयास करते हैं और कई मंजिल को भी प्राप्त हो जाते हैं। अ.भा.ते.म.मं. मन में भावना पुष्ट रखें, संकल्प रखें कुछ कठिनाइयों को झेलकर



भी आरोहण करना हैं। सपने पूरे ना हो पर संकल्प पूरे हो सकते हैं। केवल सपना ही नहीं देखना, सपने को संकल्प का रूप भी देना है। आरोहण के लिए संकल्प शक्ति की भी आवश्यकता होती है।

ज्ञान के क्षेत्र में आरोहण के लिए तत्त्व ज्ञान जैसे उपक्रम जो महिला मंडल के द्वारा संचालित है उनमें अच्छा विकास होता रहे। श्रद्धा की भावना वीतराग भगवान ने कहा जो जाना, वह सत्य है। यथार्थ के प्रति श्रद्धा हो, तत्व के प्रति श्रद्धा की भावना हो, आचार, चारित्र अच्छा हो। तपस्याएं होती हैं और होती रहें। महिलाएं यह ध्यान दें कि उनके घरों में,

बच्चों में, युवकों में अच्छे संस्कार रहे, खान-पान की शुद्धि रहे। होटल, हॉस्टल कहीं पर भी अभक्ष्य न छुएं, न खायें। हर महिला यथासंभव ध्यान दे कि मेरा परिवार खान-पान की अशुद्धि से आक्रांत तो नहीं है? इस आक्रमण से बचाने का प्रयास कर बच्चों में अहिंसा, ईमानदारी, धर्मसंघ के प्रति लगाव हो। ज्ञानशाला में भेजा जाए ताकि अच्छे संस्कार आ सके। जैन स्कॉलर अच्छा उपक्रम है। उपासक श्रेणी में भी कितनी पाईयां हैं। इनके माध्यम से स्वयं को भी आरोहण की दिशा में और आरोहण से मंजिल की दिशा में आगे बढ़ाया जा सकता है और अच्छा विकास किया जा सकता है। स्थानीय स्तर पर भी महिला मंडल, कन्या मंडल अपने-अपने क्षेत्रों में अच्छा काम करते रहें। चारित्रात्माओं का, समण-समणियों का योग मिले, उनमें तत्त्वज्ञान आदि के संबंध में अच्छा लाभ लेने का प्रयास करें।

यह अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल, शाखा मंडल, कन्या मंडल का कुछ अधिवेशन हो गया, कुछ होने वाला है। यह अधिवेशन भी आरोहण की प्रेरणा देने वाला, आरोहण कराने वाला निमित्त बनने वाला हो। यह केन्द्रीय संस्था अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल, शाखा मंडल खूब विकास करें। धार्मिकता, आध्यात्मिकता अच्छे संस्कारों का पल्लवन, पुष्पन करे।

आचार्य प्रवर ने संस्कारों की दिशा में प्रेरित करते हुए फरमाया कि एक मां के पास बच्चा बैठा था राजकुमार था। राजकुमार को कहा कि तुम देश के राजा बनोगे, यह संभावना है। लेकिन तुम्हारे में संस्कार अच्छे नहीं रहे तो मैं चाहूंगी कि देश का सिंहासन खाली रह जाए। तुमको उस पर नहीं बैठना चाहिए। बच्चे ने कहा माँ तुम्हारा बेटा देश के सिंहासन पर बैठे न बैठे यह बड़ी बात नहीं है, देश का अच्छा नागरिक अवश्य बनेगा।

बच्चों में अच्छे संस्कार जागे, अच्छे संकल्प जागे, ऐसा प्रयास होता रहे। यह अधिवेशन का प्रयास सफल हो। परमाराध्य गुरुदेव ने अधिवेशन की सफलता हेतु विशेष मंगल पाठ भी प्रदान करवाया।

ममता की मंदाकिनी, मातृ हृदया, असाधारण साध्वी प्रमुखा श्री कनकप्रभा जी ने अपने पावन प्रेरणा पाथेय में फरमाया कि "अधिवेशन किसी भी संस्था का आईना होता है। उसमें पूरे वर्ष का लेखा-जोखा प्रतिबिम्बित रहता है। इसके आधार पर समीक्षा की जा सकती है। अधिवेशन एक केनवास होता है जिस पर आगामी वर्ष का रेखाचित्र तैयार किया जा सकता है। महिलाओं को गंभीरता से सोचना है और अपने अग्रिम वर्ष का कार्यक्रम निर्धारित करना है महिला श्रद्धा, शक्ति और समर्पण का प्रतीक है। एक कहावत है कि औरत जब घर की दहलीज के भीतर होती है तब पूरे परिवार और परम्परा को अपने आंचल में समेट कर रखती है और जब वह घर के बाहर पैर रखती है तो पूरे आकाश को अपनी बांहों में समेट लेती है। ये दोनों ही बातें बहुत महत्वपूर्ण हैं महिलाओं के लिए। उन्हें अपने घर-परिवार को संभालना है। अपनी परम्पराओं संस्कारों को सुरक्षित रखना है। विकास के लिए नये-नये क्षितिज उन्मुक्त करना है। 21वीं सदी के दो दशकों का अध्ययन किया जाये तो भारतीय महिलाओं के विकास की यात्रा काफी संतोषजनक लगती है। कन्याएं महिलाओं के शिक्षा का ग्राफ उँचा हुआ है। घर से बाहर कार्यक्षेत्र का विस्तार हुआ है।

कॉरपोरेट और मैनेजमेंट के क्षेत्र में भी महिलाओं ने अपनी अच्छी पहचान बनाई है। चाहे खेल का मैदान हो, चाहे राजनीति या आर्थिक मोर्चा हो, चाहे प्रशासनिक हो, अंतरिक्ष यात्रा हो, चिकित्सा विज्ञान हो हर क्षेत्र में महिलाएँ उत्तरोत्तर विकास कर रही हैं। यह आम महिला की बात है। तेरापंथ समाज की महिलाओं पर जब हम दृष्टिपात करते हैं तब यह प्रतीत होता है कि तेरापंथ का महिला समाज विकास के नये-नये शिखरों पर आरोहण कर रहा है। नये शिखरों को छूने की

उसमें चाह है, उस चाह के अनुरूप राह मिल रही है और उनमें आगे बढ़ने का उत्साह भी है। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि उन्हें जागरण के लिए प्रगति के लिए आरोहण के लिए आ. तुलसी का आशीर्वाद प्राप्त है। उन्होंने अपने युग में महिला जागरण का शंखनाद फूँका। इतना ही नहीं महिलाओं को आगे बढ़ने का उत्साह दिया, प्रोत्साहन दिया, एक स्वतंत्र मंच दिया। आचार्य महाप्रज्ञ जी का मार्गदर्शन बराबर मिला। वर्तमान में आचार्य महाश्रमणजी का आशीर्वाद, मार्गदर्शन और प्रेरणा महिलाओं को आगे बढ़ने के लिए सहायक बन रहा है। उनका मार्ग प्रशस्त हो रहा है। महिलाओं की स्वयं की चाह,



राह की प्राप्ति और उत्साह इन सबके योग से, महिला मंडल के सहयोग से महिलाओं के आरोहण की यह यात्रा सफलतापूर्वक आगे बढ़ती रहे, इसके लिए उन्हें अपने कुछ लक्ष्य निर्धारित करने होंगे - सबसे पहली बात है - बड़ा सपना देखना। जो व्यक्ति सपना देखना नहीं जानता, अपने लक्ष्य का निर्धारण नहीं करता वह अटक जाता है। उसका मार्ग अवरुद्ध हो जाता है। अच्छा सपना देखना ऊँचे लक्ष्य का निर्धारण करना और उसके साथ-साथ उपयुक्त अवसर को पहचानना जरूरी है। एक कहावत है "अवसर पर बोये हुए मोती ही निपजते हैं।" अवसर पर जो काम किया जाता है उसके परिणाम श्रेष्ठ से श्रेष्ठतर आते हैं। अवसर चूकने के बाद व्यक्ति कुछ भी नहीं कर सकता। महत्वपूर्ण बात यह है कि समय पर काम शुरू करना और दीर्घकाल तक उसे करने का उत्साह रखना। कई बार ऐसा भी होता है काम उत्साह के साथ शुरू किया जाता है और कुछ समय बाद उत्साह मंद हो जाता है। काम की गति धीमी हो जाती है जिससे उसका परिणाम मन के अनुकूल नहीं आता और फिर काम बदलने की भावना आ जाती है। लेकिन ऐसा करने वाले अपने निर्धारित लक्ष्य तक नहीं पहुंच पाते।

अपने ऊर्जा सिंचन में प्रमुखाश्रीजी ने फरमाया कि महिलाओं में सहज रूप से सहनशीलता है। उनका वह गुण है। सहनशीलता के आधार पर अपने धैर्य का विकास करना है। पूरे मन से काम करना है। अध्यात्म, धार्मिक क्षेत्र में विकास करना है। महिला मंडल के माध्यम से आचार्य तुलसी शिक्षा परियोजना के अन्तर्गत जो-जो कार्यक्रम चलाये जा रहे हैं उनका परिणाम बहुत शुभ आ रहा है। ज्ञान का विकास हुआ है और नया ज्ञान पाने की चाह उत्तरोत्तर बढ़ रही है। इसके साथ-साथ बहुत आवश्यक है महिलाएं नये कार्यकर्ताओं को तैयार करें। आज की जो पीढ़ी है वह प्रबुद्ध है शिक्षित है। उसे अगर संघीय दृष्टि से तैयार किया जाये, उनके व्यक्तित्व का निर्माण किया जाये तो वे स्वयं अध्यात्म एवं धार्मिक संस्कारों से अनुप्रक्षित हो तो किसी भी क्षेत्र में श्रेष्ठतर काम कर सकती है। काम करने के लिए जरूरी है पुरुषार्थ की बात। भाग्य की बात भी की जाती है। भाग्य तो बरसात के पानी के समान है और पुरुषार्थ कुएं के पानी के समान है। बरसात के पानी में नहाना अच्छा लग सकता है किंतु वह मौका कभी-कभी मिलता है। लेकिन पुरुषार्थ के बल पर कुएं से निकाला हुआ पानी किसी भी समय व्यक्ति की अपेक्षाओं को पूरा कर सकता है। इसलिये महिलाओं का विश्वास भाग्य की बजाय पुरुषार्थ में अधिक होना चाहिए। भगवान महावीर का दर्शन, पुरुषार्थ वादी दर्शन है। हमें अपने आचार्यों से भी पुरुषार्थ की सीख मिलती है। बस इतना ही निर्धारण करना है कि पुरुषार्थ सही दिशा में हो, लक्ष्य निर्धारण सही हो और लक्ष्य की दिशा में अनवरत आगे बढ़ना है। इस क्रम से महिलाएं आगे बढ़ती रही तो निश्चित रूप से अपने निर्धारित लक्ष्य तक पहुँच कर सफलता का ध्वज फहरा सकती है। आज आवश्यकता इस बात की है कि आज हमारा महिला समाज विपरीत परिस्थितियों में भी जिंदगी की जंग जीतने का हौसला रखें। किसी भी स्थिति में हताश-निराश न हो क्योंकि उनके साथ गुरु की शक्ति है, संघ की शक्ति है, अपने आप पर विश्वास है। दूसरी बात यह है कि महिलाएं बच्चों की जन्मदात्री ही नहीं संस्कारदात्री भी हैं। आज हमारे समाज में बाल पीढ़ी संस्कारहीन होती जा रही है। उनके संस्कार निर्माण का दायित्व माताओं पर है, महिलाओं पर है। महिलाएं इस दृष्टि से जागरूक बनें और अपने परिवारों में संस्कार निर्माण की दृष्टि से कार्य करें। ज्ञानशाला का उपक्रम चलता है लेकिन घर-घर में यह चले, ऐसी अपेक्षा है। उसके साथ-साथ महिलाएं अपनी श्रद्धा, समर्पण, आत्मानुशासन एवं कर्तव्यनिष्ठा के साथ अपने प्रति, संघ के प्रति, संस्था के प्रति प्रतिबद्धता रखें। प्रतिबद्धता व्यक्ति को सफल बनाती है। साध्वी प्रमुखाश्रीजी ने महिला समाज के प्रति विश्वास दर्शाते हुए फरमाया कि देशभर की महिलाएं आत्म विश्वास के साथ प्रगति के शिखरों पर आरोहण करें। विकास के नये-नये शिखरों का स्पर्श

करे। जो मंजिल सामने है उस मंजिल को अपने निकट अनुभव करती हुई निरन्तर आगे बढ़ती रहे ऐसा मंगल आशीर्वाद प्रदान करवाया।

चीफ ट्रस्टी श्रीमती शांता पुगलिया ने स्नेह संपोषण प्रदान करते हुए कहा कि केन्द्रीय पावर हाउस से ऊर्जा प्राप्त कर केन्द्र की सैकड़ों शाखाएं, हजारों सदस्य प्रगति पथ पर आरोहण कर रहे हैं। एक वर्ष के इस सुहाने सफर में सभी के साथ स्नेह एवं उसी से विकास के पथ पर बढ़ते हुए सफलता के अनेक पड़ावों को पार किया। अधिवेशन किसी भी संस्था का सबसे बड़ा उत्सव होता है। प्रथम बार यह वर्चुअल अधिवेशन हो रहा है। अकल्पनीय, अचिंतनीय कल्पनाएं साकार हो रही है। महिला समाज प्रगति के शिखरों पर आरोहण करता हुआ अपनी अस्मिता को बनाए रखने में सफलतम रहा। जैसे पक्षी के दो पंख ही उसकी गति के आलम है ठीक उसी तरह संस्था के विकास में कार्यकर्ताओं का शाखा मंडलों का सहयोग अपेक्षित है। बहनों में अदम्य उत्साह एवं कुछ नया करने की भावना है। न जाने कितने सफल कार्यक्रमों का आयोजन हुआ है। कार्य करने की एक कला होती है। कार्य दक्षता, कार्य कौशल का विशेष महत्व है। संस्था को व्यवस्थित सुचारु रूप से चलाने के लिए आवश्यक है, उसका संगठन। अभातेममं के कुशल नेतृत्व राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीमती पुष्पा बैद एवं उनकी पूरी टीम ने लॉक डाउन की इस स्थिति में भी सफलतम कार्य किये हैं और अपनी विशिष्ट पहचान बनाई है। देश-विदेश की शाखा मंडलों की बहनों से संपर्क कर उन्हें संभालना धार्मिक, सामाजिक आदि कार्यों से जोड़ना अपने आप में बड़ी उपलब्धि है।



चीफ ट्रस्टी ने कहा कि अभातेममं के पास कार्यकर्ता बल है। प्रबुद्ध वर्ग की टीम है श्रद्धाशील समर्पित कार्यकर्ताओं की लम्बी कतार है। बहनें न केवल धार्मिक दृष्टि से जागरूक हैं अपितु सामाजिक, शैक्षणिक, राष्ट्रीय कार्यों के प्रति भी सुजग हैं। आज बहनों के सामने वह मोड़ है जहां से उन्हें नई दिशा में प्रस्थान करना है। पूज्यवरों की दृष्टि के अनुसार कार्य करते हुए नई उंचाईयों पर आरोहण करें। संघ की श्री वृद्धि में प्रतिक्षण सहभागिता निभाते हुए सफलता के नये-नये शिखरों को छूने के लिए उंची उड़ान भरें।

कर्मठ राष्ट्रीय अध्यक्ष श्रीमती पुष्पा जी बैद ने अपने प्रेरक वक्तव्य में बहनों को संबोधित करते हुए 20 वीं सदी के उस युगदृष्टा क्रांतिकारी महापुरुष गणाधिपति गुरुदेव श्री तुलसी का स्मरण किया। जिन्होंने नारी को विकास का यह मंच दिया। और बताया कि दोनों हाथ साथ है यह एहसास दिलाया। मानवता की सूची में औरत को स्थान दे डाला। रचना है सारी नारी की यह साबित कर डाला।

45वें वर्चुअल अधिवेशन की साधारण सभा "सृजन संपदा का वरण" में राष्ट्रीय अध्यक्ष ने कहा कि अधिवेशन किसी भी संस्था का आईना होता है। जिसमें वर्ष भर के प्रतिबिम्बों को देखा जा सकता है। अधिवेशन एक आदर्श है जिसमें एक साल की योजनाओं के रूपायित किया जाता है। अधिवेशन एक संतुष्टि और अनुभूति के साथ एक नया जोश भर देता है। हमने जो भी कार्य किया है उनका लेखा-जोखा होता है साथ ही अगले साल की योजनाओं को जोश के साथ क्रियान्वित करते हैं। यह एक ऐसा प्लेटफार्म है जहाँ शाखा मंडलों के कार्यों का मूल्यांकन कर उनकी पीठ को थपथपाया जाता है। जो बहनें कुछ कम कार्य कर पाती हैं उन्हें भी अधिवेशन से प्रेरणा मिलती है। सकारात्मक सोच के साथ मिलजुल कर काम करते हुए आगे बढ़ना है। हमारे विचारों में आग्रह नहीं अनेकांत हो। हमारे कार्य अनेकांत दृष्टि से सकारात्मकता से सुगम बन सकते हैं। हमारे कार्यों में पारदर्शिता होनी चाहिए। देव हमारे गुरु, धर्म के प्रति पूर्ण समर्पित रहते हुए हमें जो मिला है वह हमारा है। जो नहीं मिला उसको भाग्य के भरोसे छोड़ दें। किसी को भी स्नेह देना एक बड़ा उपहार है तो किसी से स्नेह पाना बहुत बड़ा सम्मान है। हमें किसी के खिलाफ कोई बात न करके सामंजस्य के साथ कार्य करें। किसी की गलती हो तो सिर्फ उसी को बतायें। यदि कोई कुछ गलत कहता है तो शांति से सुने क्योंकि हमें पता है कि वक्त अपने आप बेहतरीन जवाब दे देता है। सपनों को साकार करते हुए आप और हम सब आरोहण करें।

राष्ट्रीय अध्यक्ष ने अपने शाखा मंडलों के अदम्य उत्साह, जोश से कार्य करने की जुझारु वृत्ति एवं लॉक डाउन के समय हुई किंकर्तव्य विमूढ़ की स्थिति में शाखा मंडलों की बहनों के हजारों हाथों और उनकी क्रियाशीलता एवं हजारों

कदमों की गतिशीलता की खुले मन से सराहना करते हुए साधुवाद दिया।

राष्ट्रीय अध्यक्ष ने इस सत्र में उपस्थित अभातेममं ट्रस्ट मंडल, परामर्शकगण, पदाधिकारियों, कार्य समिति सदस्यों, शाखा मंडलों अध्यक्ष-मंत्री, महासभा के अध्यक्ष श्रीमान सुरेश गोयल, अभातेयुप अध्यक्ष श्री संदीप कोठारी, टीपीएफ अध्यक्ष श्री निर्मलजी आदि सभी का स्वागत, अभिनन्दन एवं आभार व्यक्त किया।

अपने कार्यों की अनुगूज से देशभर को गुंजायमान करने वाले स्टार प्रफोर माइड शाखा मंडलों का प्रोत्साहन उत्साह वर्धन करते हुए महामंत्री श्रीमती तरुणा बोहरा ने दस प्रत्याख्यान, WOW रैली में सक्रिय भूमिका निभाने वाले क्षेत्रों को नामोल्लेख करते हुए सभी को साधुवाद दिया।

इस सत्र में उपस्थित महासभा अध्यक्ष एवं अभातेयुप अध्यक्ष ने भी अपनी शुभकामनाएं प्रेषित की।

इस सत्र में कैसे करें संस्था का संचालन विषय को लेकर “संस्था विकास की ओर” पर समर्पण, संगठन, सहयोग को दर्शाने वाली वर्चुअल प्रस्तुति दिल्ली, नेपाल, आसाम के शाखा मंडलों द्वारा प्रस्तुत की गई।

तीसरे सत्र का दूसरा चरण “साधारण सभा” इस चरण का प्रारम्भ मंगल पाठ के साथ हुआ। साधारण सभा की कार्यवाही को आगे बढ़ाते हुए सर्वप्रथम महामंत्री श्रीमती तरुणा बोहरा ने गत साधारण सभा के मिनिट्स का वाचन किया, जिसे सदन ने ओम अर्हम् की ध्वनि से पारित किया।

इसी क्रम में महामंत्री ने मंत्री प्रतिवेदन प्रस्तुत करते हुए कहा कि उन्नयन से आरोहण की यात्रा गुरुकृपा का प्रसाद है। कोविड-19 की स्थिति में भी शाखा मंडलों द्वारा किये गये कार्यों को जब कलम से कागज पर अंकित करने लगी तो सात्विक आह्लाद की अनुभूति हुई। किसी भी संस्था के कार्यों को गति देने में मेन पावर और मनी पावर दोनों अपेक्षित हैं। अभातेममं के कोष की जानकारी आय-व्यय का ब्यौरा कोषाध्यक्ष श्रीमती रंजू लूणिया ने सदन के समक्ष प्रस्तुत किया, जिसे सदन ने सहर्ष पारित किया।

इसी क्रम में किसी भी संस्था के आधार-स्तम्भ संविधान जिस पर संस्था का ताना-बाना बुना जाता है, संविधान की जानकारी पूर्व महामंत्री श्रीमती वीणा बैद ने मुख्य-मुख्य बिन्दुओं पर ध्यानाकर्षित करवाते हुए प्रदान करवाई।

अंत में कार्य समिति सदस्य श्रीमती अर्चना भंडारी ने सभी का आभार व्यक्त किया।



## आरोहण में सम्मानित शाखा मंडल

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल का 45वां वर्चुअल वार्षिक अधिवेशन आरोहण। जिसमें जिन शाखा मंडलों ने अपनी कृतित्व व कर्मजा शक्ति का उदाहरण देते हुए स्टार परफार्मर का खिताब जीता वो हैं -

### 1. वुमेन ऑन व्हील्स रैली

अन्तर्राष्ट्रीय महिला दिवस के इस आयोजन में महत्वपूर्ण भूमिका सह मंत्री श्रीमती नीतू ओस्तवाल व कन्या मंडल संयोजिका सुश्री याशिका खटेड़ ने बखूबी निभाई।

सर्वोत्तम स्थान प्राप्त करने वाले शाखा मंडल

1. अम्बाजोगाई
2. जगदलपुर
3. मुम्बई
4. रायपुर
5. सूरत
6. बालोतरा
7. मद्रुरै
8. पाली
9. सेलम
10. उदयपुर

## 2. दस प्रत्याख्यान

सम्पूर्ण लॉक डाउन के दौरान अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल के निर्देशानुसार देश भर की शाखाओं ने जुलाई 2020 तक साधना का अनूठा उपक्रम 'दस प्रत्याख्यान' किए। कुल 677 'दस प्रत्याख्यान' हुए। संयोजक व दायित्व हेतु **श्रीमती माला कातरेला** का आभार।

सर्वोत्तम स्थान प्राप्त करने वाले शाखा मंडल

- |              |                   |             |
|--------------|-------------------|-------------|
| 1. जयपुर शहर | 2. जयपुर सी-स्कीम | 3. उदयपुर   |
| 4. चैन्नई    | 5. गंगाशहर        | 6. लुधियाना |

## 3. आचार्य महाश्रमण फिजियोथेरेपी सेन्टर

विगत वर्षों में 30 फिजियोथेरेपी सेन्टर संचालित है अब तक लगभग 14,000 रोगी लाभान्वित हुए हैं। **श्रीमती कल्पना बैद** व **श्रीमती विमला दुगड़** की संयोजना में देशभर के फिजियोथेरेपी सेन्टर में सेवाएं प्रदान की जाती हैं। इस वर्ष उदारमना **श्रीमती शायर देवी - श्रीमान हीरालाल जी मालू ट्रस्ट** के आर्थिक सहयोग से 5 फिजियोथेरेपी सेन्टर का शुभारम्भ किया गया वो शाखा मंडल है -

- |                   |                           |                 |
|-------------------|---------------------------|-----------------|
| 1. जयपुर सिटी - 2 | 2. जयपुर सी-स्कीम - 2     | 3. अहमदाबाद - 1 |
| 4. जोधपुर - 1     | 5. विजयनगर (बैंगलुरु) - 1 |                 |

## 4. ब्रेनविटा क्वीज

इस वर्ष महीने के प्रत्येक 1 और 15 तारीख को ब्रेनविटा आनलाईन क्विज के माध्यम से दिमागी कसरत घर बैठे करवाई। **संयोजिका श्रीमती जयश्री जोगड़** के अथक प्रयासों से बहिनों ने भी मोबाईल एप्प द्वारा रुचि दिखाई।

सर्वोत्कृष्ट स्थान प्राप्त करने वाले शाखा मंडल

- |                   |                |                  |
|-------------------|----------------|------------------|
| 1. अहमदाबाद       | 2. जयपुर सिटी  | 3. इस्लामपुर     |
| 4. शिवाकाशी       | 5. साउथ हावड़ा | 6. बालोतरा       |
| 7. जयपुर सी-स्कीम | 8. मुम्बई      | 9. श्री डूंगरगढ़ |
| 10. सूरत          |                |                  |

## 5. नारीलोक प्रश्नोत्तरी - ज्ञान चेतना प्रश्नोत्तरी

नारीलोक में प्रकाशित प्रश्नोत्तरी में प्रतिमाह बहनों का काफी उत्साह एवं स्वाध्याय के प्रति रुझान दिखता है। महाप्रज्ञ जन्म शताब्दी वर्ष के उपलक्ष में इस वर्ष प्रश्नोत्तरी चली 'संबोधी' एवं 'कर्मवाद' पुस्तक के आधार पर। विशेष श्रम के प्रति आभार संयोजिका **श्रीमती मधु देरासरिया** का विशेष आभार। उदारमना परिवार **श्रीमती मोहिनी देवी स्व. बालचन्द्रजी, मीताजी-जयसिंह जी चोरड़िया परिवार-बीदासर (मुम्बई)** का जिनका आर्थिक सहयोग प्राप्त हुआ।

सर्वोत्कृष्ट स्थान प्राप्त करने वाले शाखा मंडल

- |                  |                 |                 |
|------------------|-----------------|-----------------|
| 1. बालोतरा       | 2. गुलाब बाग    | 3. मुम्बई       |
| 4. राजसमंद       | 5. सूरत         | 6. बारडोली      |
| 7. जयपुर शहर     | 8. पर्वत पाटिया | 9. साउथ कोलकाता |
| 10. उत्तर हावड़ा |                 |                 |

## 6. Go Clean Project - Installation of Incinerator

स्वच्छ भारत अभियान प्रोजेक्ट के अन्तर्गत वेडिंग मशीन एवं पैड डिस्पोजल मशीन लगाने का सफल अभियान चला। संयोजकीय दायित्व निर्वहन हेतु **श्रीमती वंदना विनायकिया** का आभार।

सर्वोत्तम स्थान प्राप्त करने वाले क्षेत्र

- |                   |                              |
|-------------------|------------------------------|
| 1. जयपुर शहर - 39 | 2. जयपुर सी-स्कीम - 33       |
| 3. इन्दौर - 21    | 4. बालोतरा - 16              |
| 5. दिल्ली - 15    | 6. गांधी नगर (बैंगलुरु) - 15 |

आप सभी के प्रति अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल हार्दिक कृतज्ञता, आभार ज्ञापित करता है। साधुवाद देता है मंगलकामना करता है। धन्यवाद ज्ञापित करता है हमारे उदारमना प्रायोजकों के प्रति। एतर्ध धन्यवाद।



## आरोहण गीत

तर्ज : छोड़ो कल की बातें .....

आरोहण के पथ पर आओ कदम बढ़ाएं,  
मंजिल खुद आह्वान करे ऐसा पुरुषार्थ जगाएं,  
संकल्प सजाएं हम बढ़ते जाएं।

नारी तुझमें है मां की ममता का आंचल  
तेरे नयनों में अपनेपन का अमृतजल।  
सीखें हम कैसे कष्टों में अविचल रहना,  
कैसे कहना? हर दुविधा धीरज से सहना।  
सेतुबंध बन नारी ने कितने परिवार बचाए।।

परहित स्रपना, तपना है पहचान तुम्हारी,  
सेवा और सृजन हित जग तेरा आभारी।  
संस्कारों की संचित निधि जो पास तुम्हारे,  
खुले हाथ बांटो भर दो तम में उजियारे।  
तेरा जीवन जन-जन को जीने की कला सिखाए।।

सहिष्णुता का मंत्र विरासत में जो पाया,  
अपना शील सुरक्षित रख आदर्श दिखाया।  
है अतीत का गौरवमय इतिहास सुनहरा,  
वर्तमान हो गौरवशाली फर्ज हमारा।  
निज दायित्व निभा भावी पीढ़ी को सुधड़ बनाएं।।

बौद्धिकता के शिखरों को छूने का सपना,  
पूर्ण किया पौरुष से हर सपना अब अपना।  
केवल भौतिकता को ही ना ध्येय बनाएं,  
आध्यात्मिक जीवनशैली को भी अपनाएं।  
संस्कारों के दीपक से सौ-सौ नवदीप जलाएं।।

महिला मंडल मंच हमारा मन को भाए,  
शक्ति जागरण हो कुछ अभिनव कर दिखाए।  
गुरुवर का मंगलमय साया राह दिखाता,  
महाश्रमणी-निर्देशन हर उलझन सुलझाता।  
हमें नाज है गण पर गण-गौरव शिखरों पहुंचाएं।।

# ज्ञान चेतना प्रश्नोत्तरी - अक्टूबर 2020

प्रिय बहनों, सादर जय जिनेन्द्र!

तमसो मा ज्योतिर्गमय - हम सभी अन्धकार से प्रकार और अज्ञान से ज्ञान की यात्रा करना चाहते हैं। जीवन में अज्ञानता का अन्धकार हटाने के लिए सम्यक् ज्ञान प्राप्त करना आवश्यक है। सम्यक् ज्ञान प्राप्ति का एक माध्यम है स्वाध्याय। इस वर्ष आप सभी ने ज्ञान चेतना प्रश्नोत्तरी के माध्यम से ज्ञान अर्जन करने का सम्यक् प्रयास किया। आप सभी साधुवाद के पात्र हैं।

ध्यानार्थ बिन्दु - अब तक हमने "ज्ञान चेतना वर्ष" के उपलक्ष में 'संबोधि' एवं 'कर्मवाद' पुस्तक का स्वाध्याय किया। अब नवम्बर माह से आचार्य श्री महाश्रमणजी की "धम्मो मंगल मुक्कितुं" एवं "सुखी बनो" पुस्तक में से प्रश्न पूछे जायेंगे। इस माह की प्रश्नोत्तरी -

संदर्भ पुस्तक - संबोधि पृष्ठ संख्या 125 से 142

कर्मवाद पृष्ठ संख्या 143 से 160

## (अ) रिक्त स्थानों की पूर्ति करें -

1. .... सबके लिए होता है।
2. अनन्तकाय जीव ..... कहलाते हैं।
3. जिस नियम में कोई अपवाद नहीं होता है, वह है .....
4. जन्म और ..... का एक युगल है।
5. .... ने यह समझौता स्वीकार कर लिया।
6. हमारी ..... की शक्ति भी स्वतंत्र नहीं है।
7. .... में कोई तर्क नहीं होता, वहां तर्क की पहुंच नहीं है।
8. .... नियामक तत्व है।
9. आते ही वह ..... खाने लगी।
10. हमारा ..... अतीत से बंधा हुआ है।
11. एक आदमी ने ..... शराब पी ली।
12. .... को मानने वाले कर्म को उत्तरदायी बताते हैं।
13. हमारे जीवन की सबसे बड़ी विशेषता है .....
14. दूसरा है ..... मन जो शक्तियों का भंडार है।
15. जीवन के दो अभिन्न साथी है ..... और .....
16. सुख का एक प्रकार है .....
17. देह न ..... का मूल है और न धर्म का।
18. .... व्यक्तियों के प्रति अनुराग होना प्रमोद भावना है।
19. दैही .....
20. मनुष्य को बंधन प्रिय नहीं है, प्रिय है .....
21. आत्मा के द्वारा आत्मा की प्रेक्षा को ..... कहा गया है।

नोट : • प्रश्नों के उत्तर Google Form के द्वारा भेजने रहेंगे। अंतिम तिथि 20 अक्टूबर है।

• Google Form की Link आपको Team Group में प्रेषित कर दी जायेगी।

• सभी शाखा के अध्यक्ष/मंत्री से अनुरोध है कि Link अपनी शाखा के सदस्यों तक पहुँचाये।

• प्रश्नोत्तरी में संभागी बहनों से अनुरोध है कि Link के लिए अपने अध्यक्ष/मंत्री से सम्पर्क करें।

• अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें - श्रीमती मधु देरासरिया, सूरत

मो. : 9427133069 E-mail : madhujain312@gmail.com

## अगस्त माह के उत्तर ▼

### (अ) मुझे पहचानो-

- |                  |               |              |
|------------------|---------------|--------------|
| 1. आश्रव         | 2. समता       | 3. तपस्या    |
| 4. प्रेक्षाध्यान | 5. जागृति     | 6. संवर      |
| 7. मूर्च्छा      | 8. जहर        | 9. कर्म      |
| 10. रसायन        | 11. देहासक्ति | 12. पारा     |
| 13. चंचलता       | 14. एकनाथ     | 15. मस्तिष्क |

### (ब) जोड़ी मिलायें -

- |                      |                |                   |
|----------------------|----------------|-------------------|
| 1. ज (अमीषां)        | 2. I (श्रेय)   | 3. A (तिर्यच गति) |
| 4. H (पंडित)         | 5. J (अनुपम)   | 6. B (मार्ग)      |
| 7. D (सार्वभौम नियम) | 8. C (अवधारणा) | 9. E (प्ररूपक)    |
| 10. F (निर्लिप्तता)  |                |                   |

## जुलाई माह के भाग्यशाली विजेता ▼

जुलाई माह में कुल 2057 प्रविष्टियां प्राप्त हुईं।

- |  |  |
|--|--|
| 1. श्रीमती रत्ना कोठारी - मुंबई        | 6. श्रीमती अंशु जैन - किशनगंज          |
| 2. श्रीमती प्रेमदेवी संचेती - हैदराबाद | 7. श्रीमती सुप्रिया बैद - विजयवाड़ा    |
| 3. श्रीमती करुणा मेहता - राजनगर        | 8. श्रीमती सुनिता दुगड़ - पूर्वांचल    |
| 4. श्रीमती सुनीता जैन - जावद           | 9. श्रीमती मुन्नी कोठारी - चुरु        |
| 5. सुश्री गरिमा सेठिया - गंगाशहर       | 10. श्रीमती पुष्पा डागलिया - नाथद्वारा |

## जैन स्कॉलर योजना

आचार्य तुलसी शिक्षा परियोजना के अन्तर्गत संचालित जैन स्कॉलर योजना का चौथा सेमेस्टर दिनांक 2 अक्टूबर से प्रारम्भ हो रहा है। दिनांक 2, 3 व 4 तक ऑन लाइन परीक्षा ली जाएगी जिसमें पिछले सेमेस्टर के विषयों के बाहर का मूल्यांकन किया जाएगा। 5 अक्टूबर से 5 नवम्बर तक एक माह ऑन लाइन कक्षाएं संचालित की जाएगी। निर्देशन डॉ. मंजू जी नाहटा के साथ सह निर्देशक कनक जी बरमेचा एवं प्रशिक्षिकाएं श्रीमती वीरबाला छाजेड़, श्रीमती सुषमा जी आंचलिया, श्रीमती राजू जी दुगड़ एवं श्रीमान् विकास जी गर्ग प्रशिक्षण का कार्यभार संभालेंगे।

परीक्षा लेने में संयोजिका श्रीमती विजय लक्ष्मी भूरा एवं सह संयोजिका डॉ. हेमलता नाहटा की भी सक्रिय भूमिका रहेगी।

## तत्त्व ज्ञान तेरापंथ दर्शन

तत्त्वज्ञान/तेरापंथदर्शन की परीक्षा सभी परीक्षा केंद्रों में दिनांक 17 दिसम्बर 2020 वीरवार व 21 दिसम्बर 2020 सोमवार को आयोजित की जायेगी। यह प्रसन्नता का विषय है की इस बार अंतरराष्ट्रीय स्तर पर परीक्षा केंद्र की स्थापना की जा रही है दुबई, अमेरिका (USA) और इंग्लैंड (UK) में जो बहनें तत्त्वज्ञान में रुचि रखने वाली हैं। उनके लिए परीक्षा केंद्र की स्थापना की जा रही है।

आपके क्षेत्र में जो भी चारित्रात्मार्थ परीक्षा देना चाहते हैं तो आप निर्देशक पुष्पा जी बैंगानी 9311250290 या राष्ट्रीय संयोजिका मंजू भूतोड़िया 9312173434 को सूचित करें।

## अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल को मिलने वाला अनुदान

2,00,000	स्व. मूलचन्दजी मालू की पुण्य स्मृति में विजया देवी मालू दिल्ली-सरदारशहर द्वारा सप्रेम भेंट।
1,00,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल - साउथ कोलकाता द्वारा सप्रेम भेंट।
1,00,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल - रायपुर द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्रीमती मैनादेवी-पूनमचंद, राकेश, पंकज, ऋषभ कुमार डागा - सरदारशहर, चैन्नई द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्रीमती अमराव देवी, रवि कुमार, राजेश कुमार बैद लाडनूं-सूरत द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्रीमती कनकलता, दीपक-जयश्री बैद चैन्नई-राजलदेसर द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्रीमती कान्ता-जनपतजी, विकास, विनय श्रीमाल लाडनूं-दिल्ली द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल कटक द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल बालोतरा द्वारा सप्रेम भेंट।
51,000	श्रीमती पुष्पा देवी, पवन कुमार-समृद्धी देवी बोकडिया दिल्ली-सुजानगढ़ द्वारा सप्रेम भेंट।
41,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल राउरकेला द्वारा सप्रेम भेंट।
31,000	श्रीमान पारसमलजी - सुमनदेवी बोथरा शिलोंग द्वारा गृह प्रवेश के उपलक्ष में सप्रेम भेंट।
25,000	श्री प्रकाश - सुधा लुनिया की रजत जयंति पर कंचन देवी लुनिया शिलोंग-चाढ़वास द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल फरीदाबाद द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल हिसार द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल दुर्ग भिलाई द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल राजनंदगांव द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल भुवनेश्वर द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल बलांगीर द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल अम्बिकापुर द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल महेन्द्रगढ़ द्वारा सप्रेम भेंट।
21,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल केसिंगा द्वारा सप्रेम भेंट।
11,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल लिम्बायत द्वारा सप्रेम भेंट।
11,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल भवानी पटना द्वारा सप्रेम भेंट।
7,100	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल नवरंगपुरा द्वारा सप्रेम भेंट।
5,000	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल जगदलपुर द्वारा सप्रेम भेंट।
5,100	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल सिंधकेला द्वारा सप्रेम भेंट।
5,100	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल बगमुंडा द्वारा सप्रेम भेंट।
5,100	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल कांटाभाजी द्वारा सप्रेम भेंट।
5,100	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल टिटलागढ़ द्वारा सप्रेम भेंट।
2,100	श्री जैन श्वेताम्बर तेरापंथ महिला मंडल बेकुंठपुर द्वारा सप्रेम भेंट।

अखिल भारतीय तेरापंथ महिला मंडल द्वारा सभी अनुदानदाताओं के प्रति हार्दिक आभार !

अध्यक्षीय कार्यालय : श्रीमती पुष्पा बैद - "पावन" बी-106/107, विद्युत नगर-बी, क्वीन्स रोड, जयपुर - 302021  
मो. : 9314194215, 8209004923 ईमेल pushpabaid312@gmail.com

महामंत्री कार्यालय : CA तरूणा बोहरा - 301, साधना पैलेस, मराठा कॉलोनी, दहिसर (पूर्व) मुम्बई - 400068  
मो. : 8976601717 ईमेल tarunajain365@gmail.com

कोषाध्यक्ष कार्यालय : श्रीमती रंजु लुणिया - लुणिया मार्केटिंग प्रा. लिमिटेड, बड़ा बाजार, छेरा बस स्टॉप के पास,  
शिलोंग-793001 (मेघालय) मो: 94361033330, 8787645164 ईमेल Implshillong@gmail.com

नारीलोक संपादन सहयोगी : श्रीमती गुलाब बोथरा मो : 9462342976

नारीलोक देखें website : www.abtmm.org