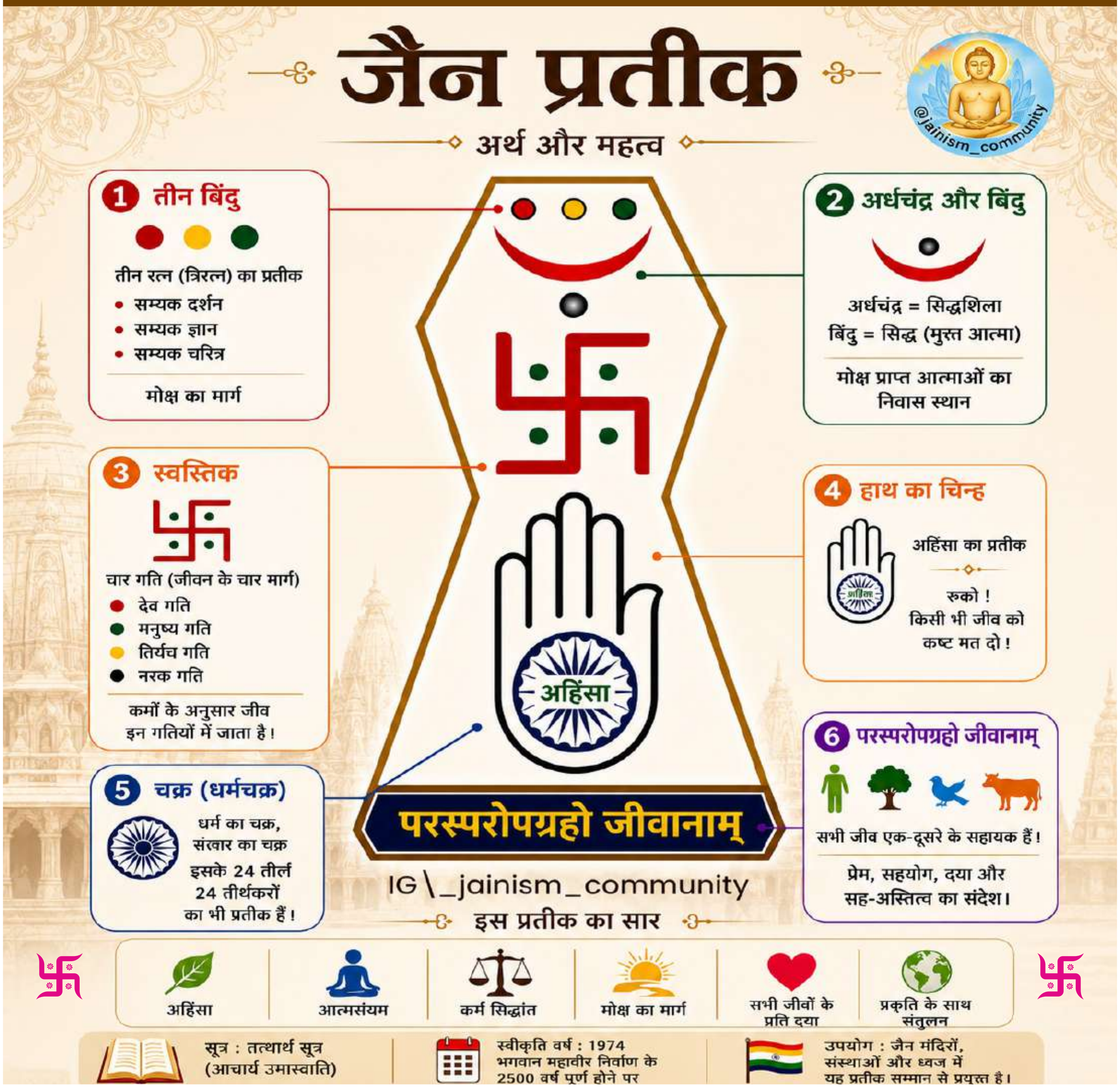
वर्ष 46, अंक 11, वीर संवत् 2552, जून 2026, इन्दौर 452 001
डाक Registered No. MP/IDC/113/2024-2026 RNI/HIN/37-1982
मूल्य 20 रुपए
प्रकाशन तारीख 27.06.2026, प्रेषण तारीख 29.06.2026, प्रेषण स्थल – RMS इन्दौर

श्री जैन सेवा समिति श्वेताम्बर इन्दौर द्वारा प्रकाशित

प्रधान सम्पादक
नरेन्द्रकुमार रांका

जैन प्रतीक

समग्र जैन समाज का मासिक पत्र



"धर्म" की सबसे सरल व्याख्या किसी भी आत्मा को हमारी वजह से दुःख ना पहुँचे ।

(ज्ञानोत्तरी अगले अंक में)

प्रतिदिन मालवा के प्रसिद्ध
लड्डू
बाफला
घर पहुंच सेवा
Mob : 88787-93939
पार्टियों के ऑर्डर लिए जाते हैं।
होटल
राजहंस
52, बड़ा सराफा, इन्दौर (म.प्र.)
2541671, 2544261, 9009293939

इत्र
॥ श्री ॥
सेन्ट
ऋषभ जैन उपकरण भण्डार
श्वेताम्बर व दिगम्बर मंदिरों में लगने वाली समस्त पूजन सामग्री
विशेष : पूजन शोले, चन्दन, वासक्षेप, बरक धूपसली, केसर,
ब्रास, अंगरचना, सामग्री, सामायिक सामग्री
41, इतवारिया बाजार, सब्जीमंडी, मोती महल के पास, इन्दौर
विजय कंकरेचा
मो. 9826359259
(ब्रांच) 2459963
आकाश कंकरेचा
मो. 9826359659
(ऑ) 2430387
सहयोगी प्रतिष्ठान : ऋषभ एण्ड कम्पनी 17, मरोठिया बाजार, इन्दौर

मे. अशोक कुमार एण्ड कम्पनी
सोने एवं चाँदी के फेंसी आभूषण के विक्रेता
शक्कर बाजार, राजरतन काम्पलेक्स (तलघर में), इन्दौर
Mob : 96304-27084, 98268-53400

रोटेरियन
एम.डी. दिलीप सेकेट्री
मो. 9893576550
सचिन सेकेट्री - मो. 9893010003
सर्वेश सेकेट्री - मो. 9893068005
एक्टिव लब्धी बैट्री प्रोडक्ट एण्ड ट्रेडिंग कम्पनी
समस्त प्रकार के इन्वर्टर, बेट्री, सोलर व मूनलाइट रिचार्जेबल टॉर्च एवं स्पेयर पार्ट्स के विक्रेता
एम.टी.एच. कम्पाउण्ड, मोदी टॉवर, शॉप नं. एम-6,7
आराम होटल के पास, इन्दौर (म.प्र.) 452 001
Email : active09abp@gmail.com

विश्वास के 38 वर्ष
NR
N R Kitchenware Pvt. Ltd.
kitchen redefined...
इंदौर शहर का एकमात्र मल्टी ब्रांड शोरूम & डिस्ट्रीब्यूटर
कुकर, मिक्सर, गैस स्टोव, कुकवेयर, क्राकरी, चिमनी, बाटी ओवन, क्लॉथ स्टैंड, लैडर,
बॉटल, फ़्लास्क, टिफ़िन मिलने का विश्वसनीय स्थान
शोरूम: 23, राम लक्ष्मण बाज़ार (M):9752341291
50, पागनिस पागा, पानी की टंकी के सामने (M):9111161291, इन्दौर (म.प्र)

रोहित केमिस्ट
20/1 न्यू पलासिया जंजीरवाला चौराहा, क्योरवेल हॉस्पीटल के पास, इंदौर
मो.8989699388
रोहन केमिस्ट
स्कीम नं. 54 भण्डारी हॉस्पीटल के पास, इंदौर
मो.9893093930
साहील एम्पायर, अग्रवाल पब्लिक के सामने, इंदौर मो.8599966966
साल्ट
स्कीम नं.54, भंडारी हॉस्पीटल के पास
इंदौर मो.9993698270
दि लिटिल क्लोसेट
अग्रवाल पब्लिक के सामने, इंदौर
मो. 9074394000
विजय मेहता-91314 51505

मे. विमलचंद धाकड़
॥ मंगलम् ॥
दोहरें टेपेस्ट्री टॉवेल्स ब्लेंकेट्स बेड शीट्स सेंचुरी कॉटन
कर्टन क्लॉथ सोफा सीट बेक एक्सपोर्ट सरप्लस
पिलो-कुशन कव्हर्स होटल, हॉस्पिटल बुटिक, टेंट सप्लाय
महावीर धाकड़
गिफ्ट / प्रभावना हेतु
अनेक आयटम उपलब्ध
58, एम.टी. क्लॉथ मार्केट, इन्दौर - फोन : 94253-21253

HIMANSHU JAIN
PIYUSH JAIN
Royal Auto
Deals in Genuine Car
Air Conditioning Spare Parts
Aluminium, Radiators
Fan Assemblies, Intercooler
Mirrors, Gear Cable
B-14, Alankar Point, Geeta Bhawan Square, A.B. Road, Indore 01
Ph. : 0731-7966681 I Mob. : 99935-67870, 90392-13234
E-mail : himanshu.royalauto@gmail.com

OSIYA
FURNISHING
Mahaveer Jain : 9424038727
Mihir Jain : 9777777356
LIVE COMFORTABLY, LIVE BEAUTIFULLY
A COMPLETE RANGE OF FURNISHING SOLUTIONS FOR YOUR HOME
CURTAINS
CUSHIONS
BEDSHEETS
BLANKETS
SOFA COVERS
WALLPAPERS
MATS & CARPETS
Decorate Your Space With Elegance
149, Dravid Nagar, Ranjit Hanuman Road,
Nakoda Palace, Indore (M.P.)
BETTER DESIGN, BETTER LIVING

Anil Tater
9425054390
Sunil Tater
9425314993
Sunil Dry Fruits
The Dry Fruit People
6, Jawahar Marg, Ug-5, Gupta Chamber, Siyaganj, Indore
(O) 2362558, 2365458 (R) 2400611

जैन प्रतीक

info.jainprateek@gmail.com
www.jainprateek.net
प्रकाशक
श्री जैन सेवा समिति श्वेताम्बर, इन्दौर

जैन प्रतीक सदस्यता
2025 से 2030
नवीनीकरण 800/-

प्रधान सम्पादक
• **नरेन्द्रकुमार रांका**
101, बोथरा इन्कलेव, अभय प्रशाल के सामने, आरसीएम टावर के सामने इंदौर मो. : **9926440311**

प्रबंध सम्पादक
• **दिलीप जैन (सेकेट्री)**
बैंक में रूपये भरकर सदस्यता हेतु सम्पर्क करें
16/1, साऊथ तुकोगंज सृष्टि होस्टल के सामने, इन्द्रप्रस्थ टॉवर के पीछे,
मो. : 98935-76550

सह-सम्पादक
• **नरेन्द्र सिंह बापना**
मो. : 94253-48699

• **महेश गोलेछा**
मो. : 94252-34336
• **प्रदीप चौरड़िया**
(ई पेपर हेतु)
मो. : 9893333380
• **कैलाशचन्द जिन्दानी**
मो.: 94248-03033
• **विशाल डागरिया**
मो.: 98933 01040

समाचार-लेख आदि माह की 3 तारीख के पहले प्रधान संपादक को भेजें।

लेखक के विचार से सम्पादक की सहमति आवश्यक नहीं है।

प्रकाशन संबंधी विवाद का न्याय क्षेत्र इन्दौर है।

गेहूँ एवं सामग्री वितरण

श्री जैन सेवा समिति इन्दौर द्वारा चयनित परिवारों को निम्न सामग्री घर पहुँचाकर दी गई।

गेहूँ-	100 किलो
चाय पत्ती-	250 ग्राम
मुंगदाल-	1 किलो
पोहा-	1 किलो
चंवला -	आधा किलो

लोग क्या कहते है
उससे ज्यादा महत्वपूर्ण यह है
हमारा मन क्या कहता है।

कॉपी वितरण

श्रीमति प्रेमलता जी प्रभात जी बांठिया के सौजन्य से समाज के जरुरतमंद छात्र छात्राओं को कम लागत में कापी वितरण किया जावेगा।

दिनांक : 10 जुलाई शुक्रवार एवं
11 जुलाई 2026 शनिवार
समय : सांय 7 बजे से 9 बजे तक
स्थान : समिति कार्यालय,
52 भगवान महावीर मार्ग इन्दौर

अध्यक्ष	सचिव	मानव सेवा संयोजक
विमल नाहर	**नरेन्द्र डांगी**	**अशोक चोपड़ा**
9827029436	94253 15821	930210251

जैन प्रतीक सदस्यता नवीनीकरण

- सभी की सदस्यता जुलाई 2025 अंक के साथ समाप्त हो गई है।
- इस अंक से 600 रु. में सदस्यता 2026 से 2030 तक रहेगी।
- आजीवन सदस्य किसी को नही बनाया गया है।

A/c- जैन प्रतीक- Bank of India
R.N.T. Marg Indore
Acc. No 880510100011417
IFSC Code - BKID0008807
मे ट्रांसफर करें या →

Bank of India
Relationship beyond banking
JAIN PRATEEK
SCAN & PAY
boim-880565501417@boi

शिकायत हेतु- जैन प्रतीक के प्रत्येक अंक पर पीछे एड्रेस के साथ सदस्यता नंबर लिखा रहता है। उसका फोटो खींचकर वाट्सअप करे। कोई माह पेपर नही मिलता है तो ई-पेपर हेतु प्रदीप चौरड़िया (मो. 9893333380) से बात करें।

जैन प्रतीक बार कोड द्वारा सदस्यता शुल्क जमा कर श्री दिलीप सेकेट्री को मो. 98935-76550 पर (वाट्सऐप करे) सूचित करें।

एजुकेशन लोन बिना ब्याज के

समिति द्वारा जैन समाज के आर्थिक रुप से कमजोर, मेधावी छात्रों को प्रोफेशनल, ग्रेजुएशन एवं पोस्ट ग्रेजुएशन हेतु एजुकेशन लोन। केवल इन्दौरवासियों के लिए है।

अध्यक्ष	सचिव	संयोजक
विमल नाहर	**नरेन्द्र डांगी**	**वीरेन्द्र नागदा**
9827029436	94253 15821	9424404142

बुक बैंक योजना

जैन समाज के आर्थिक रुप से कमजोर परिवार के छात्र-छात्राओं के लिए संचालित कर रही है, जिसके अंतर्गत कक्षा 9वीं से कॉलेज की उच्च शिक्षा तक की पुस्तकें सालभर तक अध्ययन करने के लिये दी जाती है। समिति कार्यालय 52, भगवान महावीर मार्ग इन्दौर में सायं 7 बजे से 9 बजे तक आवेदन देकर लाभ लेवें।

श्री जैन सेवा समिति द्वारा संचालित गतिविधियाँ

स्वधर्मी जरूरतमंद परिवारों को गेहूँ, चावल, दाल,तेल, मिठाई आदि वितरण, पुस्तक कोष योजना-मेधावी छात्र-छात्रा सम्मान, कार्यक्रम जैन प्रतीक (प्रकाशन), प्रतिदिन भोजन पैकेट वितरण योजना साधु-साध्वी-वैयावच्च - कैंसर, किडनी, हार्ट सर्जरी, सहायता-छात्रवृत्ति-एज्युकेशन लोन

संपादकीय

प्रभु महावीर का संदेश

अपरिग्रह "अधिक संग्रह-अशांति का कारण"

मनुष्य की आवश्यकताएँ सीमित है, परन्तु इच्छाएँ असीमित। जीवन की वास्तविक शांति आवश्यकता की पूर्ति में है, तृष्णा की वृद्धि में नही।

अधिक धन, अधिक वस्त्र, अधिक वैभव और अधिक संग्रह बाहर से सुख का आभास देते है, किन्तु भीतर अनेक चिंताओं, भय, ईर्ष्या, कलह और अशांति को जन्म देते है।

अनुचित मार्ग से अर्जित संपदा अंततः दुख, रोग, विवाद और पारिवारिक विघटन का कारण बनती है।

संतान को संस्कारो के स्थान पर केवल सुविधाएँ देने से वे स्वावलम्बी नहीं बनते, बल्कि तृष्णा और अधिकार भावना में उलझ जाते है।

"मुफ्त की संपदा" प्रायः टिकती नही, वह धन फलता है जो परिश्रम, ईमानदारी और सदाचार से कमाया गया हो।

अतः जीवन में संग्रह नही, संयम बढाएँ...

संपत्ति नही, संतोष कमाए..

वैभव नही, विवेक अर्जित करें..

तृष्णा का अंत कभी नही होता, पर संतोष का एक क्षण भी जीवन को धन्य बना देता है।

सीख- जिस जीवन में संयम, संतोष और सदाचार का दीप जलता है, वहाँ संग्रह की अंधी दौड़ स्वतः समाप्त हो जाती है। सच्चा सुख वस्तुओं के ढ़ेर में नहीं, बल्कि शांत और संतुष्ट मन में छिपा होता है।

सफलता का रहस्य

मैंने एक बार एक बहुत सफल महिला से पूछा कि उनकी सफलता का रहस्य क्या है?

वो मुस्काई और मुझे कहा.. मैं तब सफल होने लगी जब मैंने छोटे झगड़ो को छोटे लोगो के लिये छोड़ना शुरु किया।

मैंने उन लोगो से लड़ना बंद कर दिया जो मेरी बुराई करते थे...

मैने अपने रिश्तेदारो से लड़ना बंद कर दिया...

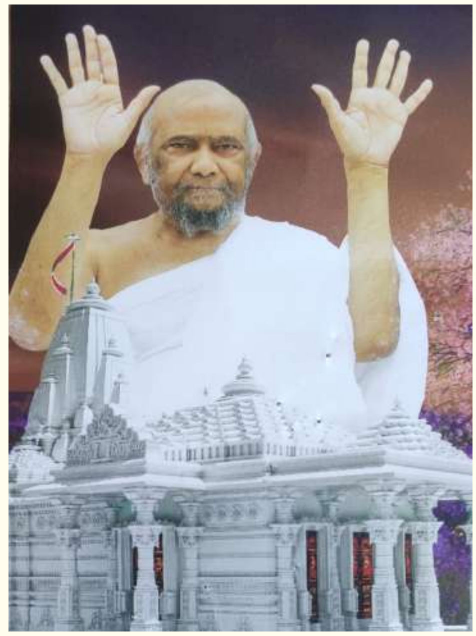
मैनें ध्यान पाने के लिये लड़ना बंद कर दिया।

मैने बेवकूफ लोगों के साथ अपने अधिकारो के लिये लड़ना बंद कर दिया। ऐसे झगड़े मैंने उन लोगों के लिये छोड़ दिये, जिनके पास और कुछ लड़ने को नही है और मैने लड़ना शुरु किया..

अपने विजन के लिये, अपने सपनो के लिये, अपने विचारो के लिये और अपने मुकद्दर के लिये.. जिस दिन मैंने छोटे झगड़े छोड़ दिये, उसी दिन मेरी सफलता की असली शुरुआत हुई ' कुछ लड़ाईयाँ आपके समय के लायक नहीं होती। इसलिये सोच-समझकर तय करें कि आप किसके लिये लड़ना चाहते है।

संकलन - रमेश चौपड़ा।

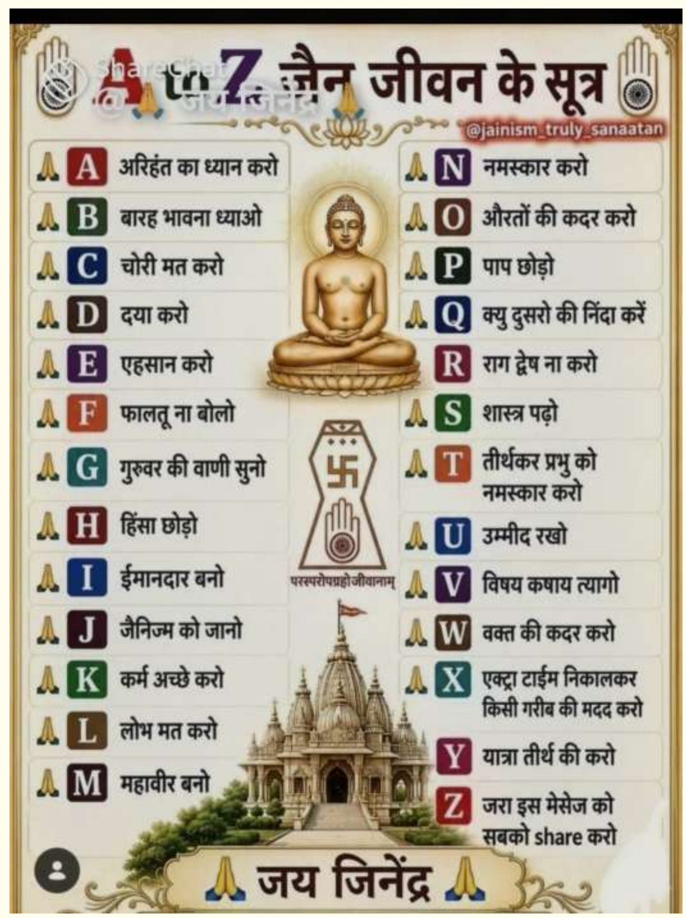
मेरे प्यारे गुरुदेव



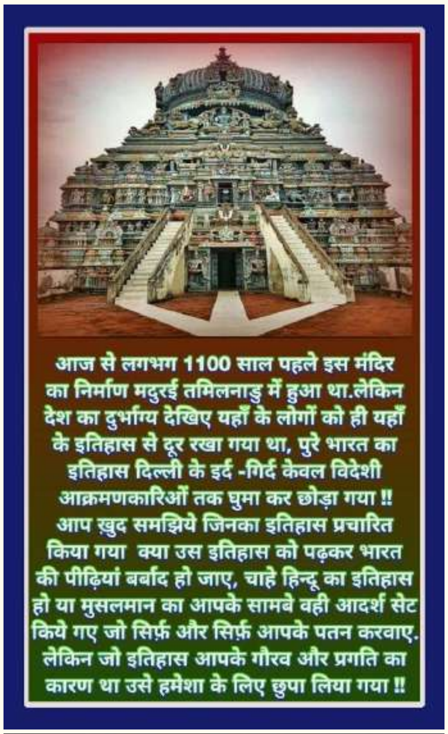
My Dear Gurudev !
आपके बिना सब अधूरा-सा लगता है, एक पल भी मुझे सदियों सा लगता है।

स्वयं के कार्य में रूकावटों के बावजूद भी अधूरा नहीं छोड़नेवाले, गैरदूसरों के काम में कभी भी रूकावट नहीं डालने वाले संत मतलब आचार्य श्री वीररत्नसूरि महाराज

- शिष्य रत्न - मुनिश्री तीर्थंकर विजय जी



शरीर हमें ईश्वर देता है, चरित्र हम स्वयं गढ़ते है।
सीखना, सुधारना और आगे बढ़ना यही जीवन है।



गौ संरक्षण के साथ पर्यावरण बचाने का अनूठा मॉडल बना मनोहर गौशाला, पांच साल में लगाए 5000 पौधे।

परम पूज्य गुरुदेव श्री शीतलराज जी महाराज साहब के आज के दर्शन एवं बेरछा की ओर बिहार निरंतर जारी है।

नित्यसेन सूरीश्वर महाराज का चातुर्मास प्रवेश 19 को, तैयारियाँ शुरु

इंदौर। एयरपोर्ट रोड़ स्थित केसर वाटिका में त्रिस्तुतिक संप्रदाय के गच्छाधिपति नित्यसेन सूरीश्वर महाराज ससंघ का वर्ष 2026 का द्विशताब्दी गुरुराज स्पर्श चातुर्मास होगा। गच्छनायक 26 वर्ष बाद इंदौर आएंगे। यह चातुर्मास राजेन्द्र सूरीश्वर महाराज के जन्म के 200 वर्ष होने पर समर्पित है।

महाराज का मंगलप्रवेश 19 जुलाई को होगा, जिसमें देशभर से 5,000 श्रद्धालु आएंगे।

पर्यावरण संरक्षण को जीवन शैली बनाएं

जल, जंगल और जमीन बचाने युवाओं से आगे आने की अपील की

इंदौर। विश्व पर्यावरण दिवस के अवसर पर सेमिनार में पर्यावरण संरक्षण को जीवनशैली का हिस्सा बनाने और जलवायु परिवर्तन की चुनौतियों से निपटने के लिये सामूहिक प्रयासो पर जोर दिया गया। कार्यक्रम के अंत में 350 विद्यार्थीयो और अतिथियों ने पौधारोपण कर पर्यावरण संरक्षण का संदेश दिया। पर्यावरण संरक्षण अनुसंधान एवं विकास केंद्र (सीईपीआरडी) द्वारा आयोजित सेमिनार का विषय था "प्रकृति से प्रेरित जलवायु के लिये हमारे भविष्य के लिये। शुभारंभ अशोक कुमार सोजतिया, डॉ. अनिल भंडारी, पूर्व आईएफएस कमलेश कुमार गुप्ता, डॉ. जयंतीलाल भंडारी, डॉ.सुमेर सिंह और डॉ जयंत अवस्थी ने दीप प्रज्जवलित कर किया।

श्री राजेशमुनि जी वर्षावास 2026

विहार यात्रा (पानीपत)
18/06/2026 गुरुवार
आज का विहार
70 कि.मी.

सबसे बड़ा दान वह है जो किसी को अपने पैरों पर खड़ा होने में मदद करें।

अंतरिक्ष तीर्थ में जिनालय का चल प्रतिष्ठा मुहूर्त प्रदान

शिरपुर (जै.प. न्यूज) श्री अन्तरिक्ष पार्श्वनाथ दादावाड़ी ट्रस्ट द्वारा तीर्थ में निर्माणाधीन नूतन जिनालय की चल प्रतिष्ठा का शुभ मुहुर्त खरतरगच्छधिपति आचार्य देवेश श्री जिन मणिप्रभसूरीश्वर जी मसा द्वारा प्रदान किया गया।

व्यसन मुक्त हो सारा देश

रायपुर। श्री साधुमागी आचार्य प्रवर 1008 श्री रामलाल जी म.सा. का महत्वपूर्ण आयाम "व्यसन मुक्त हो सारा देश" को जन-जन तक पहुँचाने के उद्देश्य से "व्यसन मुक्ति प्रदर्शनी" का आयोजन दिनांक 31 मई 2026 को विश्व तंबाकू दिवस के उपलक्ष्य में रायपुर रेल्वे स्टेशन में सफलता पूर्वक संपन।

परिवार हो या संगठन सब में सफलता का कारण है, एक दूसरे के विचारों को धैर्य से सुनना, समझना और सम्मान देना।

ब्रिटेन में जैन समाज को गौरवान्वित किया

जैन समाज के लिए गर्व का विषय है कि बैरनेस शमा शाह, जिन्होनें ब्रिटेन की पहली जैन सांसद बनकर इतिहास रचा है। जब उन्होने 23 जनवरी 2026 को हाउस ऑफ लॉर्ड्स (ब्रिटेन के उच्च सदन) में शपथ ली, तो उन्होनें जैन धर्म ग्रंथ का उपयोग करके अपनी निष्ठा की शपथ ली, जो कि सुर्खियो में रहा।

BEST IN TOWN
Shyam Sandwich
Y.N. Road
TASTE & QUALITY
ESTB. 2022
SHANKY'S Cafe
Pure Veg & Jain Food
• SANDWICHES • FRENCH FRIES • PASTA & PIZZA • GARLIC BREAD • BROWNIE & MUFFINS
• COLD COFFEE • MILK SHAKE • MAGGI • VEG. BURGER • MOJITO
zomato
SWIGGY
UG-9, Silver Estate Building, 19/1, Y.N. Road,
Near Mocha Café, Opp. Bharat Studio, Indore (M.P.)
Contact : 0731-4100096, 8819888338 9827057244

Purasure
The Promise of Good Health
Dairy Dose
दूध । घी
Vardhaman Agencies
12, K J Chamber Siyaganj, Indore
0731-2531812, 4901312, +91 9827031812

अनन्त मेडिकोज
सभी प्रकार की दवाइयों एवं कॉस्मेटिक के विक्रेता
सी.एम.-4, सुखलिया (हीरा नगर थाने के सामने), इन्दौर (म.प्र.)
फोन : 2557124

गिरीश पावेचा
गौरव पावेचा
(O) : 2384349, 2491586
(M) 9826340091, 9179186548
पार्श्वनाथ टिम्बर कॉर्पोरेशन हाऊस सोल्यूशन
टाइल्स ❋ मार्बल ❋ ग्रेनाइट ❋ टिम्बर प्लायवुड
दरवाजे ❋ चौखट ❋ सेनेटरी वेयर्स के होलसेल विक्रेता
500/3, जीएनटी मार्केट, धार रोड़, इन्दौर
155-ई.डी., स्कीम नं. 94, खजराना रिंग रोड़ चौराहा, इन्दौर

सुबोध शाह 98270 29919   नीरव शाह 98270 39919
शाह प्रॉपर्टीज एवं फाइनेन्स
सभी प्रकार की अचल सम्पत्तियाँ
❋ फ्लेट ❋ बंगले ❋ प्लॉट ❋ ऑफिस ❋ दुकान ❋ शो रूम
खरीदने/बेचने/किराए पर देने हेतु सम्पर्क करें।
204, सिटी प्लाजा, एम.जी. रोड़, इन्दौर
फोन : 0731-2546859, (नि.) 2542951

सोलर रूफटॉप लगवाइए - बिजली बिल घटाइए!
TATA POWER SOLAR के अधिकृत चैनल पार्टनर
✓ घर | दुकान | फैक्ट्री
✓ सरकारी सब्सिडी उपलब्ध*
✓ उत्तम गुणवत्ता व भरोसेमंद सेवा
आज ही संपर्क करें!
Tree Solutions & Services   लवेश कुमठ (जैन)   मो.:-9244100789

श्री नरेन्द्र जी रांका का सार्वजनिक अभिनंदन

श्री रांका को सम्मानित करते हुए अतिथिगण

इन्दौर। सराफा व्यवसायी एवं जैन समाज के सुश्रावक जौहरी श्री नरेन्द्र कुमार जी रांका का लिडींग न्यूज पेपर ''फ्री प्रेस'' एवं सराफा एसोसिएशन द्वारा ''लाइफ टाइम आचिवमेंट'' से सम्मानित किया गया।

यह सम्मान सिर्फ शखसियत का नहीं बल्कि 110 वर्ष पुरानी पेढ़ी मेसर्स धनराज जुहारमल का भी है। अपने 60 वर्षीय व्यापारिक जीवन में आपने अनेक शहरों व देशो की यात्रा की व जवाहरात के व्यापार को नैतिक मूल्यों व ईमानदारी व व्यवहारिकता के साथ किया।

जैन समाज के सुश्रावक श्री जैन सेवा समिति के 70 वर्षो से नींव के पत्थर होने के साथ 45 वर्षो से सतत मासिक पत्रिका ''जैन प्रतीक'' के प्रधान संपादक है। स्व.सेठ श्री जुहारमल जी रांका के कनिष्ठ पुत्र श्री नरेन्द्र जी व्यवहारिक जीवन में तड़क भड़क दिखावे से दूर व धार्मिक आस्था एवं साधु संतो की वय्यावच्च में अग्रणी है।

18 जीवो को अभयदान दिया

इंदौर वालों को बहुत-बहुत धन्यवाद... 75,000 की सहयोग राशि नवकार सेवा ग्रुप की ओर से बकरा ईद पर प्राप्त हुई थी।

मनीषा दीदी पोरवाल की ओर 16,000 राशि प्राप्त हुई। अरिहंत जीवदया हॉस्पिटल और गौशाला/बकरा शाला/कुत्ता शाला ट्रस्ट अहमदाबाद टीम।

प्लास्टिक का उपयोग घटाएं, कूड़ा यहाँ-वहाँ न बहाएं। अपनी नदियो और तालाबो को आओ मिलकर स्वच्छ बनाएं।।

चलो उठाए एक कदम हम, हरियाली को गले लगाएं। इस पावन पर्यावरण दिवस पर एक-एक पौधा जरुर लगाएँ।।

पहली अमेरिकन जैन साध्वी सिद्धाली श्री

अमेरिका की सेना में कार्य करने वाली टैमी हर्स्ट ने जब आधायत्म की राह चुनी तो उनका जीवन पूरी तरह बदल गया। आज वे विश्वविख्यात जैन साध्वी सिद्धाली श्री के नाम से जानी जाती है।

टैमी हर्स्ट को इराक युद्ध में सेवाएँ देने का अवसर मिला। युद्ध की विभीषका, हिंसा और मानव पीड़ा को नजदीक से देखकर उनके भीतर जीवन के वास्तविक उद्देश्य को लेकर गहरे प्रश्न उठने लगें।

अमेरिका लौटने के बाद उन्होने ध्यान, योग और आधायत्म की खोज शुरु की। इसी दौरान उनकी मुलाकात जैन आचार्य योगीश से हुई। आचार्य योगीश के सानिध्य में उन्होने जैन धर्म और ध्यान का गहन अध्ययन किया।

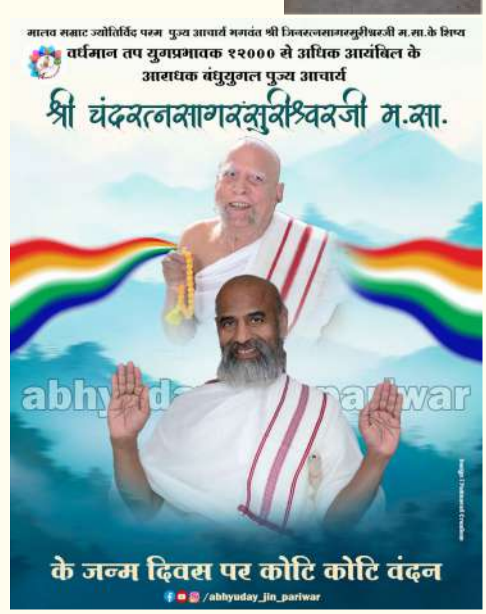
जैन साध्वी दीक्षा- लंबे समय तक साधना और वर्ष 2008 में उन्होने सांसारिक जीवन त्यागकर जैन साध्वी दीक्षा ग्रहण की। उन्हें साध्वी सिद्धाली श्री नाम प्रदान किया।

साध्वी सिद्धाली श्री ने मानव तस्करी रोकने के लिये अंतर्राष्ट्रीय स्तर पर कार्य किया है। उन्होने इस विषय पर डॉक्यूमेंट्री फिल्म 'Stopping Traffic' बनाई जिसे सराहना मिली।

जैन श्वेतांबर सोशल ग्रुप्स फेडरेशन में मामा राष्ट्रीय अध्यक्ष मनोनित

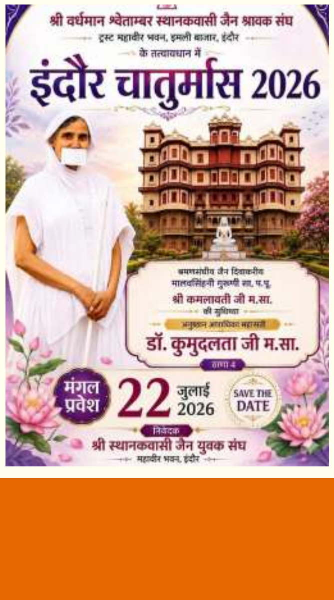
जैन श्वेतांबर सोशल ग्रुप्स फेडरेशन के द्वि वार्षिक कार्यकाल के लिये राष्ट्रीय अध्यक्ष पद पर सर्व सम्मति से संतोष मामा का चयन किया गया।

व्यक्ति जीवन भर 'सुख' की तलाश में 'भटकता' रहता है लेकिन जब वह 'थक' जाता है तब उसे 'एहसास' होता है कि 'संतोष' में ही सुख है।



भारतवर्ष में प्रमुख श्वेताम्बर स्थानकवासी जैन चातुर्मास 2026

1. आत्मभवन (अवध संगरीला) **बलेश्वर (सूरत)**-ध्यानयोगी आचार्य सम्राट श्री डॉ.शिवमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
2. दिग्विजय नगर **जोधपुर** (राज)-आगमज्ञ पूज्य आचार्य श्री हीराचन्द्र जी म.सा. आदि।
3. **बालोतरा (राज.)**-ज्ञानगच्छाधिपति श्रुतधर श्री प्रकाशचन्द जी म.सा आदि ठाणा।
4. **हलसूर-बेंगलूरू (कर्नाटक)**- जयगच्छाधिपति पूज्य आचार्य श्री पार्श्वचन्द्र जी म.सा. आदि ठाणा।
5. **बीकानेर (राज.)**-साधुमार्गीय पूज्य आचार्य श्री रामलाल जी म.सा . आदि ठाणा।
6. **धुलिया (महाराष्ट्र)**-समर्थगच्छाधिपति पूज्य श्री उत्तमचन्द जी म.सा. आदि ठाणा।
7. **ब्यावर (राज.)**- प्राज्ञ संघ नायक पूज्य श्री प्रियदर्शन मुनि जी म.सा आदि ठाणा।
8. **काचीगुड़ा (हैदराबाद)**- अरिहंतमार्गी पूज्य आचार्य श्री ज्ञानचन्द्र जी म.सा आदि ठाणा।
9. **ब्यावर (राज)**- प्राज्ञ संघ नायक पूज्य श्री प्रियदर्शनमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
10. **शांति भवन-भीलवाड़ा (राज.)**- श्रमणसंघीय युवाचार्य श्री महेन्द्रऋषि जी म.सा. आदि ठाणा।
11. **अहमदनगर (अहिल्या नगर)**-प्रवर्तक श्री प्रवीणऋषि जी म.सा आदि ठाणा।
12. **ताल (म.प्र.)**- प्रवर्तक श्री जिनेन्द्र मुनि जी म.सा.''बुद्ध पुत्र'' आदि ठाणा।
13. **पाली(राज)**- प्रवर्तक श्री सुकनमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
14. **आनन्द धाम (अहिल्यानगर)**-प्रवर्तक श्री कुन्दनऋषि जी म.सा. आदि ठाणा।
15. **मैसूरु (कर्नाटक)**- राष्ट्रसन्त श्री कमलमुनि जी म.सा. ''कमलेश'' आदि ठाणा।
16. **पूना (महाराष्ट्र)**- उपप्रवर्तक श्री नरेशमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
17. **हीराबाग (बेंगलूरु)**-रोचक व्याख्यता श्री ज्ञानमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
18. **उज्जैन (म.प्र.)**-साधुश्रेष्ठ श्री पारसमुनी जी म.सा. आदि ठाणा।
19. **वेसू सूरत (गुजरात)**-मुनिश्रेष्ठ श्री प्रेममुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
20. **इन्दौर (म.प्र.)**- प्रखरवक्ता श्री आदित्यमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
21. **अजमेर (राज.)**- मधुर व्याख्यानी श्री गौतममुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
22. **रामपुरा बाजार (कोटा)**- सेवाभावी श्री नन्दीषेणमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
23. **जलगांव(महाराष्ट्र)**-तत्वचिन्तक श्री प्रमोदमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
24. **महावीर भवन (सवाई माधोपुर)**- व्याख्यानी श्री यशवंतमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
25. **के.जी.एफ.(कर्नाटक)**- साधुमार्गीय श्री विदेहमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
26. **शिमौगा(कर्नाटक)**- विद्वान श्री नवीनप्रज्ञ जी म.सा. आदि ठाणा।
27. **मैलापुर(चेन्नई)**- उपप्रवर्तक श्री श्रुतमुनिजी म.सा. आदि ठाणा।
28. **मानसरोवर(जयपुर)**- विद्वान श्री कौशलमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
29. **जोधपुर (राजस्थान)**- मुनि श्री वैराग्यप्रियजी म.सा. आदि ठाणा।
30. **ब्यावर(राज.)**-पर्याय ज्येष्ठ श्री अनन्तमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
31. **नालागढ़(हिमाचल)**-उत्तरभारतीय प्रवर्तक श्री आशीषमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
32. **वी.वी.पुरम् (महावीर धर्मशाला)** बेंगलूरू-आगमज्ञाता डॉ.श्री समकितमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
33. **कुचेरा (राज)**-उपप्रवर्तक श्री सन्मतिमुनि जी ''साहिल'' आदि ठाणा।
34. **लुधियाना (पंजाब)**- साधुमार्गीय श्री आदर्शमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
35. **पाल रोड़ (जोधपुर)**-मुनि श्री सुमतिचन्द्र जी म.सा. आदि ठाणा।
36. **क्रांगेसनगर (नागपुर पश्चिम)**-मुनि श्री जयशेखरमुनि जी म.सा. आदि ठाणा
37. **साहूकारपेट (चेन्नई)**-व्याख्यानी श्री जयतिलकमुनि जी म.सा. आदि।
38. **सादड़ी सदन (पूना)**- व्याख्यानी श्री लोकेशऋषिजी म.सा. आदि ठाणा।
39. **गंगाशहर-भीनासर (राज.)**-शासन दीपक श्री हर्षितमुनि जी म.सा. आदि ठाणा
40. **बालोद (छत्तीसगढ़)**-शासन दीपक श्री अक्षयमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
41. **दिल्ली**-शासन दीपक श्री मयंकमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
42. **खैरताबाद (हैदराबाद)**- तपस्वी श्री मुकेशमुनिजी म.सा. आदि ठाणा
43. **विलेपार्ले (मुंबई)**- शासनदीपक श्री मदनमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
44. **बीकानेर(राज.)**- शासन दीपक श्री वीरेन्द्रमुनि जी म.सा. आदि ठाणा
45. **भोपाल (म.प्र.)**- शासन दीपक श्री हेमन्त मुनि जी जी म.सा. आदि ठाणा।
46. **सिरसा (हरियाणा)**- शासन दीपक श्री गौरवमुनि जी जी म.सा. आदि ठाणा।
47. **दुर्ग (छत्तीसगढ़)**-शासन दीपक श्री मनीषमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
48. **ब्यावर(राज.)**-शासन दीपक श्री विनयमुनि जी म.सा. आदि ठाणा।
49. **विध्यांचलनगर (इन्दौर)**-शासन दीपक श्री पद्ममुनि जी मा.सा. आदि ठाणा
50. **पारोला (महा.)**-शासन दीपक श्री सुमितामुनि जी म.सा. आदि ठाणा
51. **मारुति विधी (सिकन्दाबाद)**-श्रमण संघीय श्री गौरवमुनि ी म.सा. आदि ठाणा



2026 की चातुर्मास लिस्ट (त्रिस्तुति का)

दादा गुरुदेव
श्रीमद् विजय राजेन्द्र सूरीश्वर जी महाराजा के साम्राज्यवर्ती
पुण्य सम्राट गुरुदेव
श्रीमद् विजय जयन्तसेन सूरीश्वरजी महाराजा के समुदायवर्ती
गच्छाधिपति श्री आचार्य श्री श्रमण श्रमणी वृंद के चातुर्मास की
प्रारंभिक सूची (प्रांत अनुसार)

1.गच्छाधिपति श्री नित्यसेन सूरीश्वर जी म.सा. आदि ठाणा -इन्दौर
2.आचार्य भगवंत श्री जयरत्न सूरीश्वर जी म.सा. आदि ठाणा- सायला

श्रमण भगवंत-

3.मुनिराज श्री वीररत्न म.सा(मु. श्री. अपूर्वरत्न विजय जी म.सा., मु.श्री विनयरत्न विजय जी म.सा., मु. श्री शंखेशरत्न विजय जी म.सा.-पालीताणा ।
4.मुनिराज श्री निपुणरत्न विजय जी म.सा. आदि ठाणा-भांयदर ।
5.मुनिराज श्री संयमरत्न विजय जी म.सा. आदि ठाणा-कानपुर
6.मुनिराज वैभव रत्नविजय जी आदि ठाणा, सूरत ।
7.मुनिराज श्री प्रत्यक्षरत्न विजय जी म.सा. आदि ठाणा-मंदसौर
8.मुनिराज श्री जिनागम विजय जी म.सा आदि ठाणा-विजयवाड़ा
9.मुनिराज श्री निर्वाणरत्न विजय जी म.सा. आदि ठाणा-अहमदाबाद

श्रमणी भगवंत सूची (प्रांत अनुसार)

राजस्थान प्रांत

1.सा.श्री प्रियदर्शना श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-मंडावरा
2.सा. श्री कनकप्रभा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-आहोर
3.सा.श्री अरुणप्रभा श्रीजी म.सा आदि ठाणा-सियाणा
4.सा.श्री केवल्यगुणा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-जालोर
5.सा.श्री नयनप्रभा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-भीनमाल

मध्यप्रदेश प्रांत

1.सा.श्री कल्पलता श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-जयंतसेन म्युझियम
2.सा.श्री अविचलदृष्टा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-झाबुआ
3.सा.श्री अनुपमदृष्टा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- पारा
4.सा.श्री. अमितदृष्टा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-कुक्षी
5.सा.श्री अनंत दृष्टा श्रीजी-मयूरकला श्रीजी आदि ठाणा-राजगढ़
6.श्री विद्वतगुणा श्रीजी म.सा आदि ठाणा-मक्सी
7.सा. श्री दर्शनकला श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-जयंतसेन म्युझियम
8.सा.श्री चारित्रकला श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- आलोट
9.सा.श्री भक्तिरस श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- भाटपचलाना
10.सा. श्री संवेगप्रिया श्रीजी म.सा आदि ठाणा-नीमच
11.सा.श्री अमृतरसा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-महिदपुर रोड़
12. सा. श्री कुमुदप्रिया श्रीजी म.सा आदि ठाणा-लाबरिया
13.सा.श्री शाश्वतप्रिया श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- खाचरोद
14.सा. श्री ऋजुप्रिया श्रीजी म.सा आदि ठाणा-बाग
15.सा.श्री अनंत दृष्टा श्रीजी-मयूरकला श्रीजी की शिष्या परिवार-उज्जैन

गुजरात प्रांत

सा.श्री पुण्यदर्शना श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-अहमदाबाद
2.सा.श्री मोक्षगुणा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- ऊंझा
3.सा.श्री. दर्शितकला श्री जी म.सा. आदि ठाणा-अहमदाबाद
4.सा.श्री रंजनमाला श्रीजी म.सा.. आदि ठाणा-अहमदाबाद
5.सा. श्री शासनलता श्रीजी म.सा आदि ठाणा-अहमदाबाद
6.सा.श्री कल्परेखा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- सुरत
7.श्री अध्यात्मकला श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- पाटण
8.सा.श्री.काव्यरत्ना श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-अहमदाबाद्
9.श्री प्रितीदर्शना श्रीजी आदि ठाणा अहमदाबाद
10.सा.श्री रुचिदर्शा श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-आनंद
11.सा. श्री अरिहंतनिधि श्रीजी म.सा.-पालीताणा
12.श्री मेरुनिधी श्री म.सा. सूरत
13.श्री जीतयशा श्रीजी-पालीताणा
14.सा.श्री रिद्धिरत्ना श्रीजी म.सा. आदि- सुरत
15.सा.श्री अनंतदृष्टा-मयूरकला की शिष्या परिवार म.सा. आदि ठाणा-अहमदाबाद

दक्षिण भारत

1.सा.श्री. आत्मदर्शना श्रीजी म.सा. आदि ठाणा-मैसुर
2.सा.श्री आज्ञानिधि श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- मदुराई
3.सा.श्री उदयनिधि श्रीजी मा.सा. आदि ठाणा-बीजापुर

महाराष्ट्र प्रांत

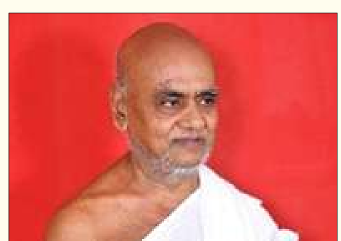
1.सा. श्री भाग्यकला श्रीजी म.सा आदि ठाणा-भायंदर
2.सा.श्री धृतनिधि श्रीजी म.सा आदि ठाणा-खेतवाड़ी
3.सा.श्री अनंतदृष्टा श्रीजी-मयूरकला श्रीजी की शिष्या परिवार-वीले पार्ले, बोरिवली, मीरा रोड़ ।

दिल्ली-

सा.श्री सुपार्श्वनिधि श्रीजी म.सा. आदि ठाणा- दिल्ली

सूची में कोई भी त्रुटि हो तो कृपया ब्रजेश बोहरा को मोबाइल नंबर 9827244175 पर व्यक्तिगत रुप से अवगत कराएं ।

इन्दौर । आचार्य श्री विजय नित्यसेन सूरीश्वरजी म.सा. का मंगल प्रवेश 19 जुलाई (रविवार) को इन्दौर में चातुर्मास प्रवेश होगा ।



गच्छाधिपति आचार्य
श्री नित्यसेन सूरीश्वर जी

रिश्ता बहुत गहरा हो या न हो
परन्तु भरोसा बहुत गहरा होना चाहिये

गुरु वही श्रेष्ठ होता है जिसकी प्रेरणा से किसी का चरित्र बदल जाये
और मित्र वही श्रेष्ठ होता है जिसकी संगत से रंगत बदल जाये

चाहे कुसूर किसी का भी हो लेकिन रिश्ते में आँसू हमेशा बेकसूर के ही बहते हैं ।

80 करोड़ की संपत्ति, फिर भी वृद्धाश्रम में खत्म हुआ जीवन

पद्म श्री सम्मानित साहित्यकार
श्रीनाथ खंडेलवाल की दर्दनाक कहानी

क्या है पूरा मामला ? श्री नाथ खंडेलवाल वाराणसी के प्रसिद्ध आध्यात्मिक साहित्यकार थे । उन्होने 400 से अधिक किताबे लिखी और उन्हे पद्यम श्री सम्मान से नवाजा गया । 80 करोड़ रुपये से अधिक की संपति के मालिक होने के बावजूद उन्हे उनके बेटे और बेटी ने संपति अपने नाम कराने के बाद वृद्धाश्रम में छोड़ दिया । बेटा एक बड़े व्यवसायी है जबकि बेटी सुप्रीम कोर्ट में वकील है ।

वृद्धश्रम में बीते आखिरी दिन- श्री नाथ खंडेलवाल अपने अंतिम दिनो में वाराणसी स्थित काशी कुष्ठ वृद्धाश्रम में रह रहे थे । स्वास्थ्य बिगड़ने पर उन्हें अस्पताल में भर्ती कराया गया, जहाँ उन्होने आखिरी साँस ली ।

बेटा-बेटी को दी गई सूचना- वृद्धाश्रम प्रशासन और समाजसेवियों ने उनके बेटे और बेटी को निधन की सूचना दी , लेकिन कोई भी अंतिम दर्शन के लिये नही आया ।

व्यस्तता का बहाना, चुप्पी साधी- बेटे ने व्यस्तता का हवाला देकर आने से इनकार कर दिया, जबकि बेटी ने फोन नही उठाया और कोई जबाव नही दिया ।

समाज ने फर्ज निभाया,किया अंतिम संस्कार ।''धन, वैभव और प्रतिष्ठा सब व्यर्थ है अगर अपनो में प्रेम और सम्मान न मिले । यह घटना सिर्फ एक व्यक्ति की नही, बल्कि हमारे समाज के बदलते स्वरुप का आईना है । क्या हम अपने माता-पिता के साथ ऐसा करेंगे ?

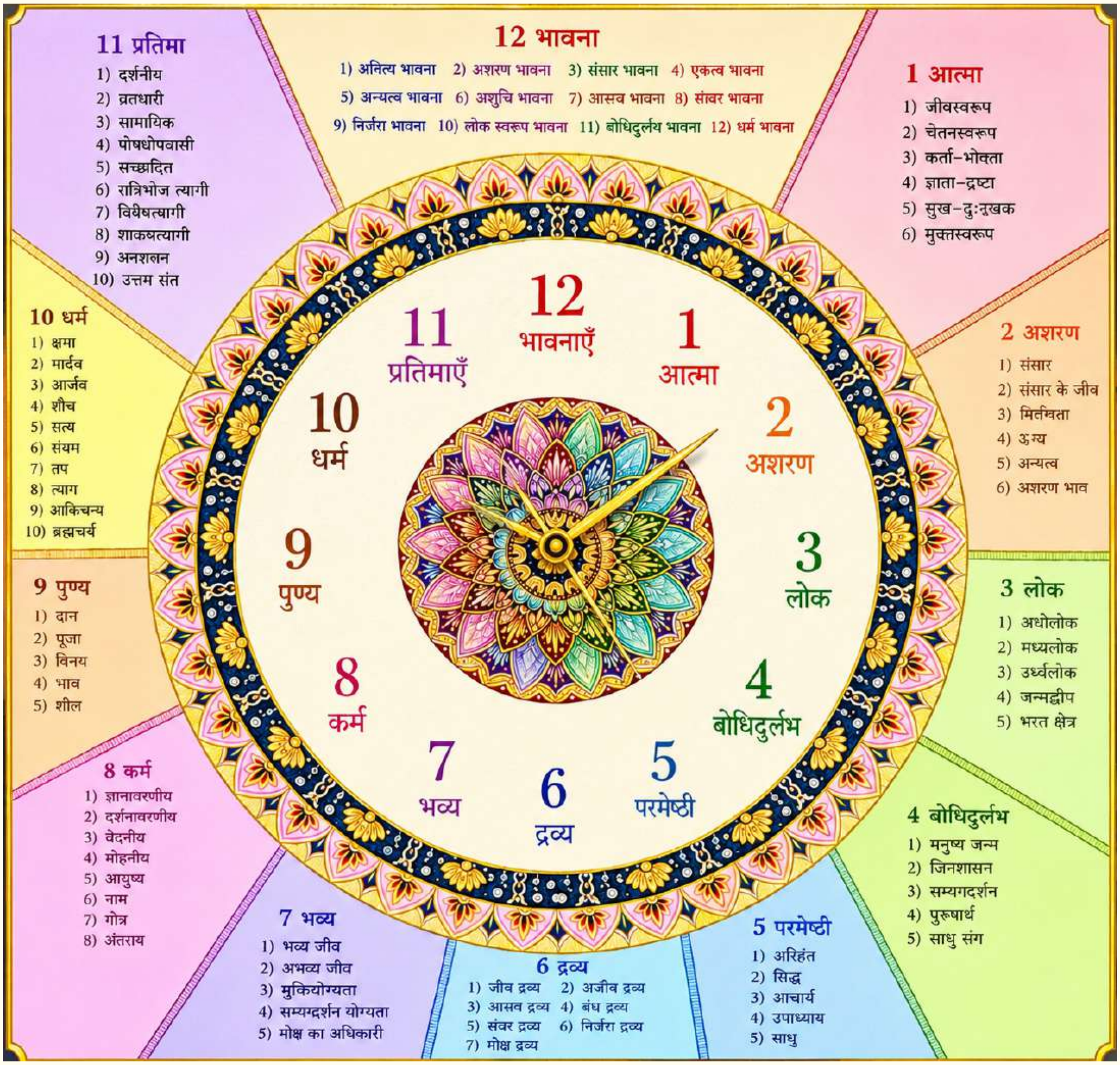
वक्त और विश्वास एक ऐसा पक्षी है जो एक बार उड़ जाए तो वापस नहीं आता !!

तरक्की इतनी हुई है कि हजारो किलोमीटर दूर बैठे इंसान को देख सुन सकते है ...किन्तु पतन इतना हुआ है कि पास बैठे इंसान का दुख दर्द और तकलीफ दिखाई नहीं देती ।

सद् गुरुदेव श्री पूज्य जैनाचार्य श्री जिनचन्द्र सूरि जी महाराज साहब के मंगल सान्धिय एवं पावन प्रेरणा से सत्य साधना केंद्र, कुशलायतन, नाल (बीकानेर) में आयोजित दस दिवसीय आवासीय पूर्ण मौन सत्य साधना ध्यान शिविर सफलता पूर्वक संपन्न हुआ ।

जब कुछ ना हो "धैर्य" की परीक्षा होती है जब सब कुछ हो तो व्यवहार की "परीक्षा" होती है।

कितना अजीब है ना?
साहब
84 लाख जीवो में
एक मानव ही धन कमाता है॥
अन्य कोई जीव कभी भूखा नहीं मरा
और मानव का कभी पेट नहीं भरा!



मदद करनी है तो वह मत देखो,
दान देना है तो हिसाब मत देखो,
भक्ति करनी है तो तर्क मत देखो,
प्रेम करना है तो, रूप मत देखो
मित्रता निभानी है तो,
हालात मत देखो
माफ करना है तो गलती मत देखो,
आगे बढ़ना है तो , पीछे मत देखो,
ओर अगर खुश रहना है तो,
दूसरो का सुख मत देखो ।

कुदरत उधारी नहीं रखती
जो यहां छोड़ा है वही मिलेगा ब्याज सहित मिलेगा ।
वक्त गूंगा नहीं है,
बस मौन है,
समय आने पर वह कर्म के रुप में जबाव जरूर देता है,
आज का हंसकर किया गया पाप,
कर रोकर चुकाना ही पड़ता है,
कुदरत उधारी नही रखती,
कर्म वो चिठ्ठी जो कभी गलत पते पर नहीं जाती,
जिसने भेजी है उसी के पास लौटती है,
इसलिये जीवन में
"सदकर्म ही सर्वश्रेष्ठ धर्म है ।"

गणाधीश प्रन्यास विनय कुशल मुनि जी मा.सा. को

17 जून 2026- जैन इतिहास का स्वर्णिम दिवस, 14 वर्षीय बाल मुनी हंस भद्र जी महाराज ने 1000 शब्दों को बिना देखे सिरीयल से बताकर गिनीज बुक में अपना रिकार्ड दर्ज किया।

17 जून का दिन रायपुर, छत्तीसगढ़ जैन समाज व देश भर के जैन समाज के लिये अत्यंत गौरव, हर्ष एवं प्रेरणा का दिन बन गया है। परम पूज्य हंसभद्र मुनि जी महाराज सा. ने अपनी अद्भुत स्मरणशक्ति, विलक्षण प्रतिभा एवं कठोर साधा के बल पर 500 अवधान क्रमशः प्रस्तुत कर एक नया इतिहास रच दिया। और इस संख्या को 1000 तक करके इतिहास रच दिया यह अद्वितीय उपलब्धि गोल्डन बुक आफ वर्ल्ड रिकार्ड में विश्व रिकार्ड के रुप में दर्ज हुई है। जो सम्पूर्ण जैन समाज के लिये गौरव का विषय है। पूज्य बाल मुनि की यह अनुपम साधना, एकाग्रता एवं ज्ञानशक्ति आने वाली पीढ़ियों के लिये प्रेरणास्तोत्र बनी रहेगी। परम पूज्य हंसभद्र मुनि जी महाराज सा. को इस ऐतिहासिक एवं अभूतपूर्व उपलब्धि पर कोटिशः वंदन, अभिनंदन एवं हार्दिक अनुमोदना।

रायपुर में संपन हुआ आचार्य पदारोहण का ऐतिहासिक एवं भव्य महोत्सव

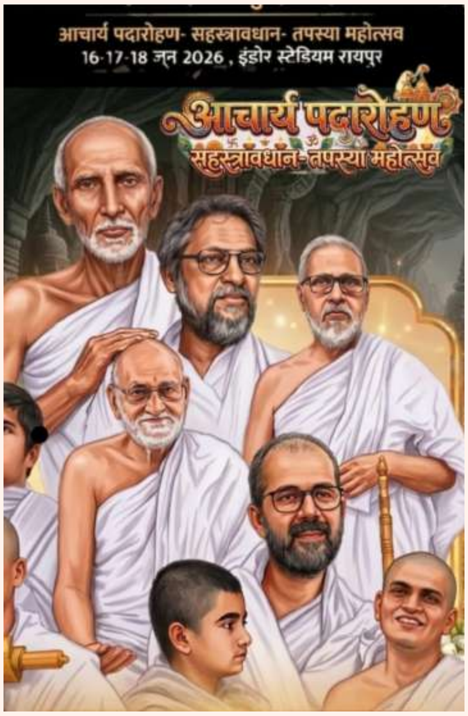
रायपुर-18 जून 2026 । परम पूज्य विनयकुशल मुनि जी म.सा. के आचार्य पदारोहण का ऐतिहासिक एवं भव्य समारोह आज बूढ़ापारा स्थित इंडोर स्टेडियम, रायपुर में अत्यंत श्रद्धा, उत्साह एवं गरिमामय वातावरण में संपन्न हुआ।

प्रातः 6 बजे सदर जैन मंदिर से चतुर्विध संघ एवं गुरुभगवंतो का भव्य वरघोड़ा गाजे-बाजे के साथ प्रारंभ होकर इंडोर स्टेडियम पहुँचा। मार्ग भर श्रद्धालुओं ने धर्मध्वजाओं, मंगलगीतों एवं जयघोषों के साथ इस ऐतिहासिक अवसर का स्वागत किया।

पदारोहण महोत्सव में आचार्य श्री जिनपीयूष सागर जी एवं आचार्य श्री सम्यक रत्न सागर जी की विशेष उपस्थिति रही। उनके सान्निध्य में संपन्न हुए इस समारोह ने जैन समाज के लिये एक अविस्मरणीय अध्यायजोड़ दिया।

लोकसभा अध्यक्ष, मुख्यमंत्री व विधानसभा अध्यक्ष हुए शामिल

आचार्य पदवी प्रदान किये जाने का आलौकिक पल



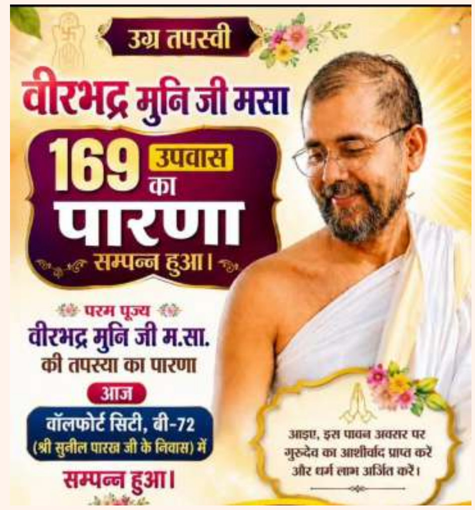
कुशल है व्यवहार जिसका,
कुशल है आचार जिसका ।
कुशल है जिनकी भावना,
ऐसे 36 गुणों के सिंहासन पर आरुढ़ होने वाले प.पू. श्री विनय कुशल मुनि जी के चरणों में वंदना सह सुखपृच्छा ।

इस गौरवशाली अवसर पर भारत के माननीय लोकसभा अध्यक्ष श्री ओम बिरला जी, छत्तीसगढ़ के माननीय मुख्यमंत्री श्री विष्णुदेव साय़ जी,छत्तीसगढ़ विधानसभा के अध्यक्ष डॉ.रमन सिंह जी, आवास एवं पर्यावरण राज्यमंत्री श्री तोखन साहू तथा सांसद श्री ब्रजमोहन अग्रवाल की गरिमामयी उपस्थिति रही । सभी अतिथियों ने आचार्य पदारोहण को जैन समाज एवं भारतीय आध्यात्मिक परंपरा के लिये महत्वपूर्ण उपलब्धि बताते हुए अपने शुभ संदेश प्रदान किये ।

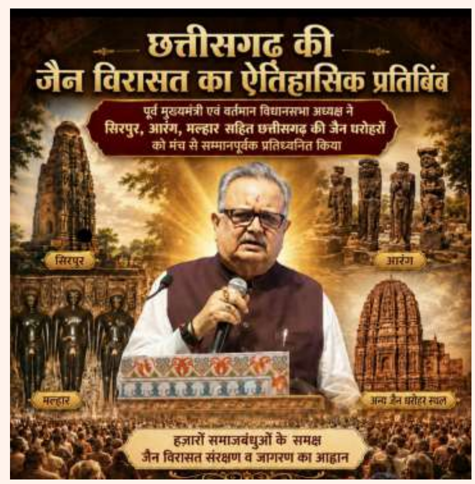
समारोह में हजारो श्रद्धालुओं, समाजबंधुओं एवं धर्मप्रेमियों ने सहभागिता कर आचार्य श्री के प्रति अपनी श्रद्धा एवं भक्ति व्यक्त की । पूरा वातावरण धर्ममय, उत्साहपूर्ण एवं आध्यात्मिक ऊर्जा से ओतप्रोत रहा ।

यह समारोह केवल एक धार्मिक आयोजन नही, बल्कि जैन शासनोन्नति, तप, त्याग, संयम एवं साधना की महान परंपरा का जीवंत उत्सव बनकर इतिहास के स्वर्णिम पृष्ठों में अंकित हो गया ।

खतरगच्छ के चमकते सितारे



दीर्घ तपस्या उपरान्त पूज्य श्री का पारणा सम्पन्न हुआ। पारणे की सुखशाता पूछते हुए खुब खुब अनुमोदना ।



विधानसभा अध्यक्ष डॉ. रमन सिंह ने छत्तीसगढ़ में जैन धर्म का ऐतिहासिक उल्लेख और अनेकों पुरातत्विक अवशेष और विरासत-स्थलों का विषय केन्द्र सरकार राज्य सरकार के पूरे तंत्र के समक्ष रखा गया ।

80 साल की दीवार

डॉ हिदेकी वाडा, 61 वर्षीय मनोचिकित्सक जो बुजुर्गो के मानसिक स्वास्थ्य के विशेषज्ञ है, ने हाल ही में 80 साल की दीवार नाम से किताब लिखी है । रिलीज होते ही ब्रिकी ने रफ्तार पकड़ी-5 लाख से ज्यादा काँपी बिक चुकी है, और 10 लाख तक पहुंचने की उम्मीद है । इस साल जापान में बेस्टसेलर बन सकती है ।

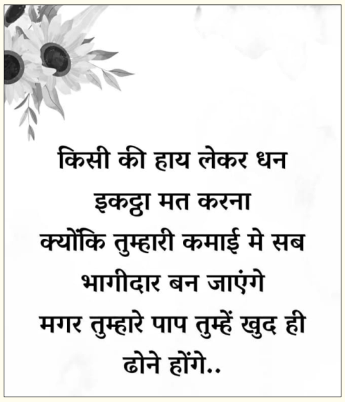
डॉ.वाडा की 44 समझदारी भरी बाते जो पढ़ने और खासकर अपने बुजुर्ग अपनो के साथ शेयर करने लायक है ।

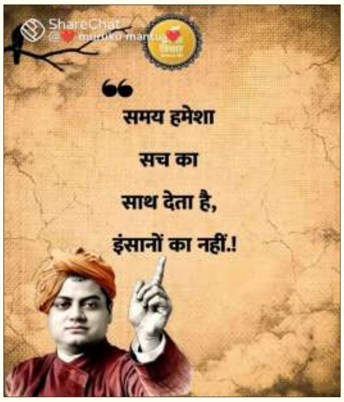
1. हर दिन चलते रहे. भले ही धीरे-धीरे ।
2. परेशान हो तो गहरी सांस ले और शांत हो जाएं ।
3. हल्की फुल्की कसरत करें, ताकि शरीर अकड़े नही ।
4. गर्मी में एसी चला रहे तो खूब पानी पिएं ।
5. जरुरत पड़े तो डायपर पहनने में शर्म न करे-ये हमें ज्यादा आजादी से चलने फिरने देते है ।
6. खूब चबाकर खाने से दिमाग और शरीर दोनो एक्टिव रहते है ।
7. भूलने की वजह उम्र नही, दिमाग का कम इस्तेमाल है ।
8. हर समस्या का इलाज ढ़ेर सारी दवाओं से करना जरूरी नही ।
9. जबरदस्ती ब्लडप्रेशर और शुगर कम करने के पीछे न पड़े ।
10. अकेले होना अकेलापन नही है, ये आराम करने का समय भी हो सकता है ।
11. आलसी होना सामान्य है, खासकर जब थके हो ।
12. अगर सुरक्षित ड्राइव नही कर सकते, तो चोट खाने से बेहतर है गाड़ी चलाना बंद कर दें ।
13. वो काम करे जो पसंद हो, तनाव देने वाले कामों से बचें ।
14. उम्र हो गई पर स्वाभाविक इच्छाएं अब भी महसूस हो सकती है ।
15. सिर्फ घर में न बैठे-बाहर निकले ,ताजी हवा ले और दुनिया देखें ।
16. जो पसंद हो वो खाएँ, बस ज्यादा न खाए । थोड़ा वजन भी ठीक है ।
17. हर काम आराम से ध्यान से करो ।
18. उन लोगों से दूर रहे जो आपको असहज करते है ।
19. टीवी और मोबाइल के सामने कम समय बिताएँ ।
20. कभी-कभी बीमारी से जबरदस्ती लड़ने से बेहतर है उसके साथ समझौता कर लेना ।
21. कोई न कोई रास्ता हमेशा होता है-जब फंसा हुआ महसूस करे तो ये बात हिम्मत दे सकती है ।
22. जीतने का मजा तब ही आता है, जब सभी आपके हारने का इंतजार कर रहे हो ।
23. ताजे फल और सब्जियाँ खाना जरूरी है ।
24. नहाना लंबा होना जरूरी नहीं, सिर्फ 10 मिनट काफी है ।
25. नींद न आए, तो जबरदस्ती न करें ।
26. जो चीजें आपको खुश करती है, वो दिमाग को एक्टिव रखती है ।
27. मन की बात दबाए नही जो कहना है कह दें ।
28. शुरु में ही एक भरोसेमंद फैमिली डॉक्टर ढूँढ लें ।
29. हमेशा झुकना जरुरी नही । कभी कभी बुरे माता-पिता बनना भी सेहतमंद है ।
30. हमारी राय बदल जाए तो कोई बात नही ।
31. बुढ़ापे में डिमेंशिया शायद भगवान का हमें शात करने का तरीका हो ।
32. अगर हमने सीखना बंद कर दिया तो बहुत जल्दी बूढ़े हो सकते है ।
33. सम्मान के पीछे भागने की जरूरत नही-जो अभी हमारे पास है वही काफी है ।
34. मासूमियत माता-पिता का विशेषाधिकार है ।
35. जिंदगी झंझट वाली हो सकती है, पर यही तो इसे दिलचस्प बनाती है ।
36. धूप सेंकने से खुशी मिलती है ।
37. दूसरो का भला करेंगे तो आपके साथ भी अच्छा होगा ।
38. हर दिन आराम से जिएँ ।
39. इच्छाएँ होना इस बात का संकेत है आप अभी जिंदा और प्रेरित है ।
40. हमेशा सकारात्मक सोचें ।
41. राहत की सांस ले, जिंदगी में जल्दी करने की जरूरत नहीं ।
42. आप तय करे कि आपको अपनी जिंदगी कैसे जीनी है ।
43. जो भी हो रहा है, उसे शांत मन से स्वीकार करें ।
44. खुशमिजाज लोग आमतौर पर सबको पंसद आते है ।
45. एक मुस्कान कई आर्शीवाद ला सकती है ।

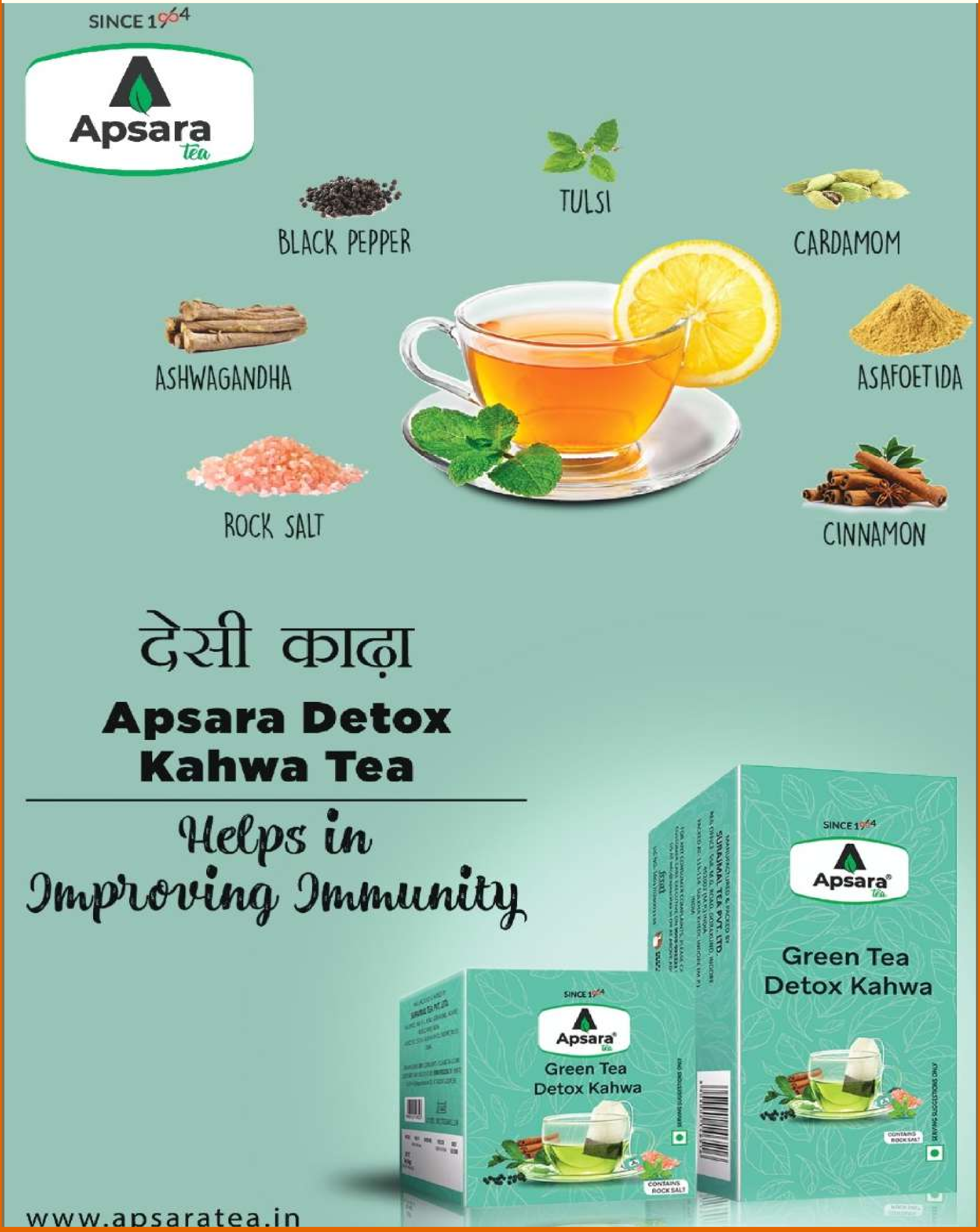
कृपया इस संदेश को अपने माता-पिता और सभी बुजुर्गो साथियों के साथ शेयर करें ।

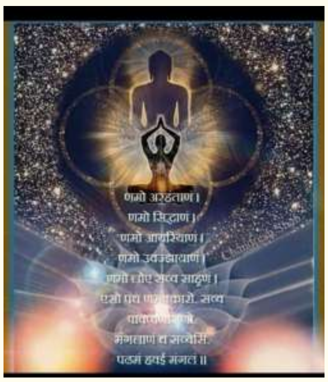
क्योंकि वे खुश, स्वस्थ रहने और बुढ़ापे का शांति से आनंद लेने के हकदार है ।

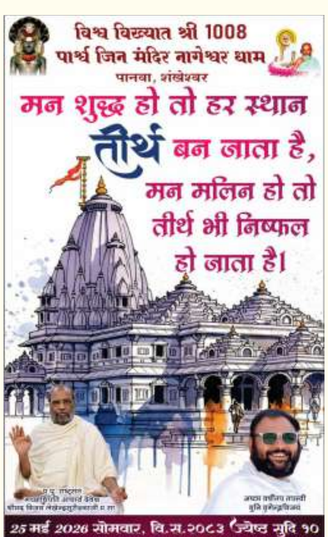
हमेशा स्वस्थ रहें ।



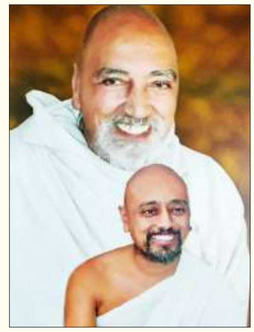



SINCE 1964
Apsara tea
TULSI
BLACK PEPPER
CARDAMOM
ASHWAGANDHA
ASAFOETIDA
ROCK SALT
CINNAMON
देसी काढ़ा
Apsara Detox Kahwa Tea
Helps in Improving Immunity
Green Tea Detox Kahwa
www.apsaratea.in





"मन राजा की रचना, क्षमता एवं स्थान"


उपाध्याय प्रवर मुनि प.पू.
श्री मनीष सागर जी म.सा.

भारतीय दर्शनों में जैन दर्शन का अपना विशिष्ट स्थान है । इसमे मन का गहन एवं स्पष्ट विश्लेषण किया गया है । आइए ! हम जैन दर्शन में वर्णित मन के विशेष स्वरुप को समझें...

मन की रचना एवं क्षमता- यहाँ मन से तात्पर्य द्रव्य मन से है । इस मन से जुड़े विभिन्न पहलू इस प्रकार है ।

मन की रचना- फुदगल परमाणुओ के पिण्ड विशेष से बनता है।

मन का अस्तित्व-नाशवान है ।

मन की उत्पत्ति- कर्म के उदय से प्राप्त होता है ।

मन की क्षमता-एक समय के एक ही विषय को गृहण करता है ।

मन की योग्यता- मन रुपी-अरुपी समस्त द्रव्यों को ग्रहण कर सकता है । आध्यात्मिक विकास की यात्रा में यह मन उत्तम साधन बनने की योग्यता भी रखता है ।

मन के कार्य-आत्मा के आदेशों का प्रसारण शरीर के माध्यम से बाह्य जगत में करता है ।

मन की भूमिका-मन आत्मा के कर्मचारी के समान है । आत्मा के भावों के अनुसार कार्य करता है ।

मन का स्थान- द्रव्य मन के स्थान से संबधित दो विचार धाराएँ जैन दर्शन में वर्णित है । दिगम्बर परंपरा ने मन को हृदय में स्थित आठ पंखुडी वाले कमल की आकृति वाला माना है, तो श्वेताम्बर परंपरा ने इसे संपूर्ण शरीर में फैला हुआ बताया है । अनेकान्त दृष्टि से दोनो मान्यताओं में एक रुपता ही प्रतीत होती है । जिस प्रकार राजा का स्थान संपूर्ण राज्य है , तो केवल महल भी, उसी प्रकार मन का स्थान संपूर्ण शरीर है, तो केवल हृदय भी । अतः मन हृदय में स्थित है । भाव मन का स्थान तो दोनों ही परंपराओं में आत्मा को माना गया है ।

पावन प्रेरणा एवं मार्गदर्शन प्रदाता

प.पू. आचार्य भगवंत आध्यात्म योगी श्री जिन महेन्द्रसागर सूरीश्वर जी म.सा. एवं प.पू. उपा. प्रवर मुनि श्री मनीष सागर जी म.सा श्री विचक्षण जैन विद्यापीठ छ.ग. द्वारा पूर्णतः ऑनलाईन कोर्सेस व बच्चों की पाठशाला आदि सतत् चालू है । संपर्क सूत्रः9131715457 दादावाड़ी रामबाग इन्दौर-प्रति सोमवार रात्रि 8 से 9 बजे दादागुरु भक्ति एवम् प्रत्येक पूर्णिमा प्रातः 6.30 से 8.30 दादागुरु जी का इक्तीसा, 31 बार ।

अत्यंत महत्वपूर्ण संदेश: मिशन सेफ विहार (Mission Safe Vihar)

समस्त जैन समाज (दिगंबर/श्वेतांबर) ध्यान दें!

संलग्न चित्रों को ध्यान से देखिए। ये तस्वीरें गवाही देती हैं कि देश का प्रशासन हमारे पूज्य संतों की सुरक्षा के लिए सदैव तत्पर और समर्पित है। कमी प्रशासन के सहयोग की नहीं, बल्कि "हमारी जागरूकता और जिम्मेदारी" की है।

ज्ञान एक ऐसा धन है जो जीवनभर साथ रहता है

एक समय की बात है, एक शक्तिशाली राजा घने जंगल में शिकार खेलने गया। अचानक मौसम बदल गया, घने बादल छा गए और मूसलाधार वर्षा शुरु हो गयी। देखते ही देखते अंधेरा छा गया और राजा अपने सैनिको से बिछड़ गया। भूख, प्यास और थकान से व्याकुल राजा जंगल के किनारे एक टीले पर बैठ गया। तभी उसे तीन छोटे बालक दिखाई दिये, जो आपस में हँसते बात करते हुए गाँव की ओर जा रहे थे।

राजा ने उन्हें पास बुलाया और विनम्रता से कहा, बच्चों क्या मुझे थोड़ा भोजन और पानी मिल सकता है ? मैं बहुत भूखा और प्यासा हूँ। बच्चों ने बिना देर किये कहा, "अभी लाते है।" वे तुरंत गाँव भागे और थोड़ी ही देर में भोजन और पानी लेकर लौट आए। बच्चों की सेवा भावना और सादगी देखकर राजा अत्यंत प्रसन्न हुआ।

राजा ने कहा, "तुम तीनो ने मेरी बहुत सहायता की है। बताओ , तुम जीवन में क्या चाहते हो?मैं तुम्हारी इच्छाएँ पूरी करूँगा।"

पहले बालक ने कहा, "मुझे धन चाहिये, ताकि मैं कभी भूखा न रहूँ।" राजा ने उसकी इच्छा स्वीकार कर ली।

दूसरे बालक ने कहा, "मुझे बड़ा घर और घोड़ा-गाड़ी चाहिए। " राजा ने उसे भी यह सब देने का वचन दिया।

तीसरे बालक ने शांत स्वर में कहा, "मुझे धन या वैभव नहीं चाहिये। मुझे ऐसा आशीर्वाद दीजिये कि मैं पढ़ लिखकर विद्वान बन सकूँ और देश सेवा कर सकूँ। राजा उसकी बात सुनकर अत्यंत प्रभावित हुआ और इसके लिये उत्तम शिक्षा की व्यवस्था कर दी।

समय बीतता गया। तीसरा बालक मेहनत और लगन से पढ़ाई करता रहा और एक दिन बहुत बड़ा विद्वान बन गया। उसकी बुद्धिमता से प्रभावित होकर राजा ने उसे राज्य का मंत्री बना दिया।

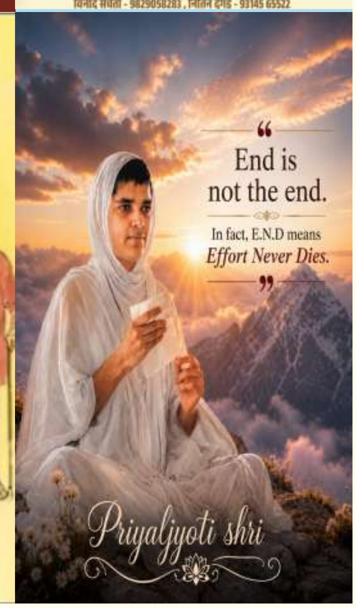
कई वर्षो बाद राजा को वह पुरानी घटना याद आयी। उसने मंत्री से कहा कि अपने दोनो पुराने मित्रो को भी बुलाओ। अगले दिन तीनो मित्र फिर एक साथ राजा के सामने उपस्थित हुए।

राजा ने उनसे हालचाल पूछा। पहले बालक ने दुखी होकर कहा,"महाराज मैनें धन पाकर उसे व्यर्थ खर्च कर दिया और आज फिर से गरीब हो गया हूँ।" दूसरे ने कहा, "मेरा घर और वैभव एक प्राकृतिक आपदा में नष्ट हो गया और मैं भी पहले जैसा हो गया हूँ।"

राजा ने गंभीर होकर कहा"याद रखो, धन और संपत्ति नश्वर है, वे कभी भी नष्ट हो सकते है। लेकिन ज्ञान एक ऐसा धन है जो जीवन भर साथ रहता है और उसे कोई छीन नही सकता। शिक्षा ही मनुष्य को महान बनाती है।"

तीनो मित्रों ने उस दिन जीवन का सबसे बड़ा सत्य समझा-सच्चा धन विद्या ही है।

रिश्तेदार हमेशा विपक्षी नेता की तरह होते हैं... आप कितना भी अच्छा कर लें लेकिन वह निंदा जरूर करेंगे।



लोगो की कद्र कीजिये लोग अनमोल होते है

जीवन की भीड़ में, बहुत कम लोग ऐसे मिलते है जो परिस्थिति में -सुख में, दुख में, सफलता में या असफलता में आपके साथ अडिग रहते है।

वे लोग जो बिना किसी स्वार्थ के लिये सोचते है आपकी परवाह करते है, और बिना कहे आपकी भावनाओं को समझ लेते है-वही वास्तव में आपके अपने होते है।

समय और परिस्थितियाँ बदलती है, पर ऐसे लोग वही रहते है-सच्चे स्थिर और निस्वार्थ।

उनका साथ एक आर्शीवाद की तरह होता है, उनकी उपस्थिति जीवन की सबसे बड़ी पूँजी होती है। ऐसे दुर्लभ और सच्चे संबंधो के लिये ईश्वर का, और उन आत्माओ का, दिल से शुक्रिया अदा करते रहिए। क्योंकि रिश्ते जो स्वार्थ से नही, प्रेम और विश्वास से जुड़े हों वही जीवन की असली दौलत है। इन लोगो की कद्र कीजिये, क्योंकि ये लोग कीमती ही नही, बल्कि अनमोल होते है।

अपनी संभावना को भूल जाना सबसे बड़ा खतरा

डॉ. जयंतीलाल जी भंडारी

हाल ही में हार्वर्ड यूनिवर्सिटी के हार्वर्ड स्कूल ऑफ पब्लिक हेल्थ द्वारा किये गए अध्ययन से पता चलता है कि मुश्किल हालातों और चुनौतियों के समय उच्च स्तर की संभावनाएं और आशावादी सोच रखने वाले लोग मुश्किलो से निकलने के मद्देनजर अधिक अच्छे परिणाम प्राप्त करते है और मुश्किलों से बाहर आते हुये दिखाई देते है। दुनिया के प्रमुख विश्वविद्यालयों की रिसर्च रिर्पोट बताती है आशावादी दृष्टिकोण और सकारात्मक मानसिकता हमारी संभावनाओं, मानसिक स्वास्थय और लंबी उम्र को बढ़ाने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाती है।

विभिन्न अध्ययनों के आधार पर यह कहा गया है की मनुष्य को सबसे बड़ा खतरा निराशा से नही, अपनी संभावनाओं को भूल जाने से होता है। मनुष्य का सबसे बड़ा शत्रु निराशा नही है। निराशा एक बादल की तरह है, वह कुछ समय के लिये आती है और आशा के आकाश को ढक लेती है और फिर चली जाती है। लेकिन जब हम यह मान लें आकाश का अस्तित्व ही नही है, तब समस्या गंभीर हो जाती है। निसंदेह जब कोई अपनी क्षमताओं, रचनात्मक शक्ति और अपने भीतर छिपी संभावनाओं को भूल जाता है, तब वह अपने जीवन के अच्छे क्षितिज को सीमित कर देता है।

दुनिया के महान वैज्ञानिक और प्रसिद्ध लेखक मनोविज्ञान नॉर्मन कजिंस का कहना है मैंने अपनी असाध्य बीमारी के दौरान जीवन में अच्छी संभावनाओं को बनाए रखने से असाधारण परिणाम प्राप्त किये है। बीमारी के दौरान जब चिकित्सकीय रिर्पोट मेरे प्रतिकूल थी, तब मेरे सामने दो विकल्प थे। पहला, मैं स्वंय को केवल एक रोगी मानकर सारी उम्मीदें छोड़ दूं। और दूसरा कि यह स्वीकार करूं कि मेरे भीतर अब भी ऐसी शक्तियां है, जिन्हें विज्ञान पूरी तरह माप नहीं सकता। आशा, सफलता के लिये आगे बढ़ने की संभावना और जीवित रहने की इच्छाशक्ति। मैंने दूसरा मार्ग चुना। पर, इसका अर्थ यह भी नहीं कि मैंने वास्तविकता से मुंह मोड़ लिया। मैंने डॉक्टर के परामर्श तथा दवाइयां के साथ अपने मन में हर संभव तरीके से स्वस्थ होने व भविष्य में आगे बढ़ने की उम्मीद व संभावना को बनाए रखा। यही बात सभी के जीवन पर लागू होती है। जब हम अपने भीतर भय और निराशाओं की दीवारें खड़ी कर लेते है तथा धीरे-धीरे हम खुद को समझाने लगते है कि अब कोई नई शुरुआत नहीं हो सकती। वास्तव में यही वह क्षण है, जब हमारी संभावनाएं हमसे दूर चली जाती है।

हम हमेशा मन में यह बात ध्यान में रखें कि चुनौतियां और बुरे हालातों से निर्मित निराशा का अंधेरा हमारी संभावनाओं के सूर्य को कभी अस्त नहीं कर सकता। जैसे एक छोटे-से बीज में विशाल वृक्ष बनने की क्षमता होती है, वैसे ही व्यक्ति के भीतर अनंत संभावनाओं का संसार छिपा होता है। हम हमेशा मन में विश्वास रखें कि असफलताएं, कठिनाइयां और बाधाएं परीक्षा है, पहचान नहीं। यदि हम हमेशा अपनी संभावनाओं और क्षमताओं पर भरोसा रखेंगे तो हम हर मुश्किल भरे हालात और हर गिरावट को नई उड़ान ओर नई सफलता में बदलने में कामयाब होंगे।

(लेखक ख्यात शिक्षाविद और अर्थशास्त्री है।)

हुस्न ढल गया, गुरूर अभी बाकी है, नशा उतर गया, सुरूर अभी बाकी है।
जवानी ने दस्तक दी और चली भी गई,
जहन में वही फितूर अभी बाकी है।
क्योंकि जिन्दा रहना है तो शौक जिन्दा रखिए
उम्र की ऐसी की तैसी, मन उड़ता परिंदा रखिए।
कि...
जिसकी मस्ती जिन्दा है, उसकी हस्ती जिन्दा है, वरना समझिए कि वो जबरदस्ती जिन्दा है।

चुना खाइये, पर चुना लगाइए मत

चूना जो पान में लगा के खाया जाता है, उसकी एक डिब्बी ला कर घर में रखें। यह सत्तर प्रकार की बीमारियों को ठीक कर देता है। गेहूँ के दाने के बराबर चूना गन्ने के रस में मिलाकर पीने से बहुत जल्दी पीलिया ठीक हो जाता है। चूना नपुंसकता की सबसे अच्छी दवा है-अगर किसी के शुक्राणु नही बनता उसके अगर गन्ने के रस के साथ चूना पिलाया जाये तो साल डेढ़ साल में भरपूर शुक्राणु बनने लगेंगे। जिन माताओं के शरीर में अंड़े नही बनते उन्हें भी इस चूने का सेवन करना चाहिए।

शुगर रोग सुबह खाली पेट एक गिलास पानी में एक छोटे चने के बराबर चूना मिलाकर पीने से शुगर जड़ से खत्म हो जाती है। (समय समय पर जाँच करवाते रहे...वरना शुगर का लेवल माइनस में भी हो सकता है।)

विद्यार्थीयो के लिये चूना बहुत अच्छा है जो लंबाई बढ़ाता है- गेहूँ के दाने के बराबर चूना रोज दही में मिला के खाना चाहिये, दही नही तो दाल में मिला के या पानी में मिला के लिया जा सकता है। इससे लंबाई बढ़ने के साथ साथ स्मरण शक्ति भी बहुत अच्छी होती है। जिन बच्चों की बुद्धि कम है ऐसे मतिमंद बच्चों के लिये सबसे अच्छी दवा है चूना। जो बच्चे बुद्धि से कम है, दिमाग देर से काम करता है, देर में सोचते है हर चीज उनकी स्लो है उन सभी बच्चों को चूना खिलाने से अच्छे हो जायेंगे।

बहनों को अपने मासिक धर्म के समय अगर कुछ भी तकलीफ होती हो तो उसका सबसे अच्छी दवा है चूना। मेनोपौज की सभी समस्याओ के लिये गेहूँ के दाने के बराबर चूना हर दिन खाना दाल मे, लस्सी में, नही तो पानी में घोल के पीना चाहिये। इससे ओस्टीओपोरोसिस होने की संभावना भी नही रहती।

जब कोई माँ गर्भावस्था में है तो चूना रोज खाना चाहिये क्योंकि गर्भवती माँ को सबसे ज्यादा कैल्शियम की जरुरत होती है और चूना कैल्शियम का सबसे बड़ा भंडार है। अनार का रस एक कप और चूना गेहूँ के दाने के बराबर ये मिलाके रोज पिलाइए नौ महीने तक लगातार दीजिये तो चार फायदे होंगे -पहला फायदा होगा के माँ को बच्चे के जन्म के समय कोई तकलीफ नहीं होगी और नार्मल डिलीवरी होगी, दूसरा बच्चा जो पैदा होगा वो बहुत हष्ट पुष्ट और तंदुरुस्त होगा, तीसरा फायदा वो बच्चा जिन्दगी में जल्दी बीमार नही पड़ता जिसकी माँ ने चूना खाया, और चौथा सबसे बड़ा लाभ है वो बच्चा बहुत होशियार होता है और बहुत इंटेलिजेंट और ब्रिलियन्ट होता है।

चूना घूटने का दर्द ठीक करता है, कमर का दर्द ठीक करता है, कंधे का दर्द ठीक करता है। कई बार हमारी रीढ़ की हड्डी में जो ये मनके होते है उसमे दूरी बढ़ जाती है गैप आ जाता है जिसे ये चूना ही ठीक करता है। रीढ़ की हड्डी की सब बीमारिया चूने से ठीक होती है। अगर हड्डी टूट जाये तो टूटी हुई हड्डी को जोड़ने की ताकत सबसे ज्यादा चूने में है। इसके लिये चूने का सेवन सुबह खाली पेट करें।

अगर मुंह में ठंडा या गरम पानी लगता है तो चूना खाने से बिल्कुल ठीक हो जाता है। मुँह में अगर छाले हो गए है तो चूने का पानी पीने से तुरंत ठीक हो जाता है। शरीर में जब खून कम हो जाये तो चूना जरूर लेना चाहिए, एनीमिया है खून की कमी है उसकी सबसे अच्छी दवा है ये चूना, गन्ने के रस में, या संतरे के रस में, नही तो सबसे अच्छा है अनार के रस में डाल कर चूना ले।

भारत के जो लोग चूने से पान खाते है, बहुत होशियार है और वे महर्षि वाग्भट्ट के अनुयायी है, पर पान बिना तंबाकू, सुपारी और कत्थे के ले। तम्बाकू जहर है और चूना अमृत है। कत्था कैंसर करता है, पान में सौंठ, इलाचयी, लौंग, केसर,सौंफ, गुलकंद, चूना, कसा हुआ नारियल आदि डाल के खाए।

अगर घुटने में घिसाव आ गया हो तो डाक्टर कहे के घुटना बदल दो तो भी जरुरत नहीं चूना खाते रहिये और हर सिंगार (परिजातक या प्राजक्ता) के पत्ते का काढ़ा पीजिये, घुटने बहुत अच्छे काम करेंगे।

चूना खाइये पर चूना लगाइये मत।

"सुकून चाहिए तो अनजान बने रहो, सब जानने की कोशिश करोगे तो मानसिक शांति गवा दोगे"

भोजन में सलाद की अहमियत

भोजन शरीर की हर प्रकार की जरुरतो को पूरा करने वाला होना चाहिये। आमतौर पर एक भारतीय थाली पोषण के तमाम घटको को अपने में समाये हुये रहती है। इसमे सहज तरीके के कार्बोहाइट्रेड के लिये चावल व रोटी, प्रोटीन के लिये दाल, कढ़ी या दही विटामिन्स के लिये तरह-तरह की सब्जियाँ रहती है। अमूमन भारतीय थाली में सलाद को एक लग्जरी की तरह देखा जाता है। लेकिन हमें यह भूलना नहीं चाहिये कि सलाद भी दूसरे घटको की तरह बहुत जरूरी है।

सलाद रफेज का स्रोत होता है। रफेज की प्रचुरता के कारण शरीर से मल ठीक प्रकार से निराकरण हो पाता है.

सलाद कई प्रकार के विटामिन्स का अच्छा स्रोत होता है। विटामिन्स भी हमारे शरीर में आंतरिक टूटफूट की मरम्मत के लिये जरूरत पड़ती है।

सलाद से मिलने वाले तत्व रोग-प्रतिरोधक क्षमता विकसित करने में लाभकारी है। यह खनिज लवण की भी आपूर्ति करता है।

सलाद हानिकारक पदार्थो के दुष्प्रभावों को काटता है।

सलाद भोजन में कार्बोहाइड्रेट की अनावश्यक अधिकता को कम करता है और इसलिये यह मोटापा को कम करने के लिये भी कारगर है।

श्री अशोक जी लोढ़ा का स्वर्गवास

इन्दौर। स्व.श्री सुजान मलजी लोढ़ा के ज्येष्ठ पुत्र एवं मनोज लोढ़ा, अजय, अभय एवं स्व.अनिल के बड़े भ्राता एवं गौतम, ईशा के बड़े पापा श्री अशोक जी लोढ़ा का देवलोकगमन 11 जून 2026 को हो गया है। शोकाकुल- मातुश्री कमलाबाई, मनोज-भावना लोढ़ा, गौतम लोढ़ा, ईशा-अमित शर्मा।

श्रीमति कुसुम नाहर का निधन

इन्दौर। स्व.नेमीचंद जी नाहर (बागली वाले) की पुत्रवधु, विमलचंद, प्रकाश जी की बहु, प्रदीप, संजय, दिलीप, आनंद, मनोज की भाभी, शैलेन्द्र की काकी सा, अर्पित की बड़ी मम्मी, रेनीश, श्रेहन, आरव की दादीसा, आधीश की नानी सा श्रीमति कुसुम नाहर (धर्मपत्नी प्रमोद नाहर) का देवलोकगमन 31 मई को हो गया है। शोकाकुल- प्रकाश नाहर,प्रमोद नाहर (स्टेट बैंक ऑफ इंदौर), प्रदीप नाहर

परम पूज्य ओंकारशेखर विजय जी म.सा. का निधन

परम पूज्य आचार्य श्री अजीतशेखरसूरि म.सा. के शिष्यरत्न परम पूज्य ओंकारशेखर विजय जी म.सा. का 28-5-2026 को सुबह 5.30 बजे विहार के दौरान एक्सीडेंट बोटीला गांव (राजकोट गुजरात के पास) कालधर्म हुआ। यह समाचार सम्पूर्ण जैन समाज के लिये अत्यंत दुखद एवं आघात जनक है। भावपूर्ण श्रृद्धांजलि।

श्री चन्द्रकुमार जी खाव्या का स्वर्गवास

इन्दौर। हमारे पूज्य पिताजी, वीणा ज्योति के ससुर जी, करन, रोहन, मोहक, कजरी-रोशन जी संघवी, संजरी-अर्जुन जी परमार,हर्षिता शालिनी के दादाजी, आदिरा के परदादाजी, अशोक, कमल, शैलेन्द्र, रजनीश,राजीव, चर्चिल जैन के फूफासाहब श्रीमान् चन्द्रकुमार खाब्या का निधन 2 जून मंगलवार को हो गया। शोकाकुल- नरेन्द्र खाब्या, सुनील खाब्या।

प्रश्नोत्तरी सही उत्तर

गुत्थी सुलझायें - क्योंकि उसने 50 रुपये के 2 नोट दिये थे। इससे काउंटर पर बैठा व्यक्ति समझ गया कि इसे दो टिकट चाहिए। यदि एक ही चाहिये होता तो वो 50 का एक ही नोट देता।

शब्दों के खोजें - नमन, नयन, कनक,जलज, मद्धम, रफ्तार, तबीयत, कड़क, मरहम, मासूम।

पहेलियां - सूरज , सरोता, सपना, डगर।

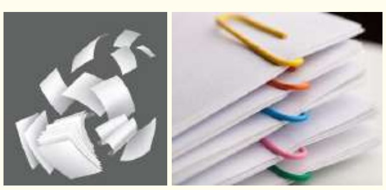
अनुभव की बात

स्व. घनश्यामदास जी बिड़ला अपने पुत्र श्री बसंत कुमार बिड़ला को लिखा पत्र।

चि.बसंत, यह जो लिखता हूं उसे बड़े होकर और बूढ़े होकर भी पढ़ना, अपने अनुभव को बात कहता हूं। संसार में मनुष्य-जन्म दुर्लभ है और मनुष्य जन्म पाकर जिसने शरीर का दुरुपयोग किया, वह पशु है। तुम्हारे पास धन है, तन्दरुस्ती है, अच्छे साधन है, उनको सेवा के लिये उपयोग किया तब तो साधन सफल है अन्यथा वे शैतान के औजार है। तुम इन बातों को ध्यान में रखना।

धन का मौज-शौक में कभी उपयोग न करना। धन सदा रहेगा भी नही, इसलिये जितने दिन पास में है उसका उपयोग सेवा के लिये करो। अपने ऊपर कम से कम खर्च करो , बाकी दुख़ियों का दुख दूर करने में व्यय करो धन शक्ति है, इस शक्ति के नशे में किसी के साथ अन्याय हो जाना संभव है, इसका ध्यान रखों। अपनी संतान के लिये भी यही उपदेश छोड़कर जाओं। यदि बच्चे ऐश आराम वाले होंगे तो पाप करेंगे और हमारे व्यापार को चौपट करेगें। ऐसे नालायक को धन कभी न देना, उनके हाथ में जाये उससे पहले ही गरीबो में बाँट देना। तुम बस यह समझना कि तुम इस धन के ट्रस्टी हो,तुम्हारा धन जनता की धरोहर है। तुम उसे स्वार्थ के लिये उपयोग नहीं कर सकते। भगवान को कभी न भूलना, वह अच्छी बुद्धि देता है, इन्द्रियो पर काबू रखना वरना यह तुम्हें डूबो देगी। नित्य नियम से व्यायाम करना। भोजन को दवा समझकर खाना। स्वाद वश खाते मत रहना। - घनश्याम दास बिड़ला

जो जोड़े हुए है वही चुभता है



ऊपर फोटो में देखिए। एक जगह कुछ बिखरे कागज पड़े है और दूसरी जगह कुछ कागजों को एक पिन से एक जगह बांध कर रखा हुआ है। समझ लिजीए ये दो परिवार है पहला परिवार अस्तव्यस्त है। बिखरा हुआ है। सब अपनी मर्जी से चलते है। न कोई किसी की सुनता है न सुनाता है।

मगर दूसरे परिवार में सब एक साथ है। सब जुड़े हुए है और अनुशासित है क्योंकि परिवार को एक पिन ने जोड़कर रखा हुआ है। मगर एक कटु सच्चाई ये है कि जो पिन इन कागजो को जोड़ कर रखे हुए है वो इन्हें चुभ रही है। यही हमारे जीवन में होता है। घर का जो मुखिया होता है वह हमें रोकता टोकता है। डांटता है। इसीलिए वहीं सबसे ज्यादा चुभता है। जिसे हम पाबंदी समझते है। वही हम सबको जोड़कर रखने की कोशिश होती है। इसलिये उस चुभन को पॉजिटिव लीजिए। उस पिन का सम्मान कीजिए। क्योंकि वही तो हमें जोड़े हुए है।

जो पसंद आता है वह मिलता नहीं,

मृत्यु के बाद स्वर्ग मिलना तो दूर की बात है मगर जिस पति को अच्छे स्वभाव वाली पत्नी यहां मिल जाए उस पति के लिये धरती है स्वर्ग है। इस बात को सही प्रूव करने वाला कपल श्री राम माता सीता जी है।

शादी के बाद सिर्फ साथ रहना ही जरुरी नहीं है,मगर शादी के बाद प्रेम से साथ रहना यह बहुत जरुरी है।

शादी के बाद मैरेज मैनेज करने की आर्ट श्री राम और माता सीता के पास सीखने जैसी है।

राजमहल छोड़कर वनवास के लिये निकलने की तैयारी कर रहै है। उस वक्त श्री राम के पास आकर माता सीता ने विनंती करी कि मैं भी आपके साथ जंगल में आना चाहती हूँ।

मधुर मुस्कान के साथ माता सीता ने जंगल में साथ जाने के विनती की तब श्री राम प्रभु ने कहा आपके पांवो में कंटक और कंकर चुभेंगे, इसलिये महल ही आपके लिये उचित है।

तब माता सीता ने आंसू के साथ कहा कि आप आगे और मैं पीछे चलूँगी तब आपके प्रभाव से मार्ग के कंटक और कंकर भी मेरे लिए फूल जैसे कोमल बन जाएगे। आपश्री के चरण, वही मेरे लिये मंगलचरण।

माता सीता जी ने वनवास को भी हंसते हंसते पंसद कर लिया। वैसे ही, जिंदगी में जो मिले, जैसा मिले, उसको पसंद कर लोगो तो जीवन में खुश रह पाओगे। **- मुनिश्री तीर्थंकर रत्नविजय सागर**

दूसरो का आदर सम्मान दें

वैसे तो मान मनुष्य के अहितकारी है ही, किन्तु मान के विषय में आज के आदमी की मान्यता कुछ अलग है। वह मान-सम्मान जीवन के लिये अनिवार्य समझता है। अगर कोई उसका अपमान कर दे, तो वह उससे माफी मँगवाता है , लड़ाई झगड़े, दंगे-फसाद तक करने पर उतारू हो जाता है। कोर्ट में मान-हानि का दावा पेश कर देता है। और हाँ ! मान-पत्र के लिये सब कुछ करने को तैयार हो जाता है। बड़ा से बड़ा त्याग करता है ऊँची से ऊँची धनराशी भी दे देता है, बशर्ते उसके नाम का शिलापट बड़े बड़े अक्षरो में मुख्य स्थान पर लगाया जाए। और उसी पुरुष का नाम जब किसी हत्या, दुर्घटना या बलात्कार के किसी केस में पुलिस की डायरी में आ जाता है। तब पुलिस वालों को लाखों रुपये इसलिये दे देतै है कि डायरी में से उसका नाम हटा दिया जाए। ऐसा क्यों ? आखिर इसका क्या कारन है ? कारण स्पष्ट है एक तरफ अयोग्य मान की आकांक्षा और दूसरी तरफ मान हानि का भय। बस यही विडंबना है। आज तक का इतिहास उठाकर देख लें। एक भी उदाहरण ऐसा नही मिलता कि किसी को क्रोध पत्र दिया गया हो, माया पत्र दिया गया हो अथवा लोभ पत्र दिया गया हो। लेकिन मान पत्र हजारो लोगों की उपस्थिति में तालियों की गड़गड़ाहट के साथ लेने में अधिकांश लोग गौरव व आनंद का अनुभव करते है। ऐसा क्यों। क्योंकि प्रायः व्यक्ति मान का भूखा है। जो अहम् से परिपूर्ण हो। जो झुकने के सुखद अंजाम को समझता हो, कठोरता तो सदा ही अल्प जीवी हुआ करती है मृदुता तो दीर्घ जीवन का वरदान मिला हुआ है।

अच्छी नींद के लिये करे ये उपाय

दूध - रात को सोते समय दूध पीने से नींद अच्छी आती है। रात को सोते समय एक गिलास दूध में शक्कर व एक चम्मच घी मिलाकर पीए।

दही - दही में पिसी हुई काली मिर्च, सौंफ तथा चीनी मिलाकर खाने से अच्छी नींद आती है।

सेब का मुरब्बा - नींद की कमी में सेब का मुरब्बा खाने से लाभ होता है

सौंफ - 10 ग्राम सौंफ आधा लीटर पानी में उबालें, चौथाई पानी रहने पर छानकर 250 ग्राम दूध और 15 ग्राम घी के साथ स्वादानुसार चीनी मिलाकर सोते समय पियें।

फायबरयुक्त खाना - नींद की कमी दूर करने के लिये भोजन में रेशे (फाइबर) युक्त पदार्थो जैसे चोकर युक्त आटे की रोटी, दलिया, दाले, केला, आम, अमरूद, अंगूर, अंजीर, पालक, खजूर का अधिक सेवन करें।

दिनचर्या में करे बदलाव

1. दिन में कोई न कोई व्यायाम जरुर करें और सोने से पहले सैर के लिये भी जरुर जाएं।
2. सोने और जागने का समय तय कर लें।
3. सोने से पहले चाय, कॉफी, शराब आदि का सेवन न करें। रात को हल्का भोजन ही ले और कोशिश करे कि सोने के लिये जाने से डेढ़ घंटा पहले ही खाना खा लिया जाए।

4. स्वाभाविक नींद लेने की कोशिश करें, गोली या कैप्सूल पर निर्भर न रहें।
5. दिन में घटित तनाव भरी घटना को भूलकर सामान्य रहने की कोशिश करें।
6. नींद की कमी से बचने के लिये सोने के पहले टीवी प्रोग्राम नहीं देखें और ही वीडियो गेम खेले, क्योंकि ये चीजे दिमाग को उत्तेजित और अशांत करती है, इसलिये सोने से पहले ये सब न करें।
7. बिस्तर पर जाने से एक या दो घण्टे पहले ही अपने रोजमर्रा के कार्यो पर चिंतन-मनन कर लें। इस दिमागी कसरत से सबसे बड़ा फायदा यह होगा कि आपका दिमाग तनावों से मुक्त हो जाएगा चाहें तो सोते वक्त 1 गिलास गर्म दूध ले सकते है।
8. एक आराम दायक नींद के लिये अपने बेडरूम को आरामदायक बनाएं रोशनी से परेशानी न हो इस बात का भी ध्यान रखें। आपका बिस्तर भी आरामदायक होना चाहिए। कपड़े सूती और ढ़ीले-ढ़ाले हों।
9. आपने महसूस किया होगा कि नहाने के बाद अच्छी नींद आती है, इसलिये संभव हो तो सोने के पहले स्नान कर लें। अच्छी नींद आएगी।
10. नींद की कमी को दूर करने के लिये मालिश भी उपयोगी होती है। सोने से पहले गर्द, कंधो और सिर की मालिश अच्छी तरह करें।

कैंसर हार गया

अनानास का गर्म पानी आपको कैंसर से बचा सकता है, गर्म अनानास कैंसर सेल्स को मारता है। अनानास के 2 से 3 पतले टुकड़े एक कप में डाले और गर्म पानी डालें, और यह एल्कलाइन पानी बन जाएगा। अगर आप इसे रोज पीते है तो यह सबके लिये अच्छा है। गर्म अनानास कैंसर रोधी पदार्थ निकालता है, यह कैंसर के असरदार इलाज के लिये दवा में लेटेस्ट तरक्की है। अनानास के गर्म फल में सिस्ट और ट्यूमर को मारने का असर होता है, यह सभी तरह के कैंसर को ठीक करने में साबित हुा है। अनानास का गर्म पानी एलर्जी की वजह से शरीर से सभी कीटाणु और टॉक्सिन को साफ करता है। अनानास के जूस से बनी एक दवा सिर्फ खतरनाक सेल्स को खत्म करती है और हेल्दी सेल्स पर असर नहीं करती। साथ ही, अनानास के जूस से बनी एक दवा सिर्फ खतरनाक सेल्स को खत्म करती है और हेल्दी सेल्स पर असर नही करती। साथ ही अनानास के जूस में मोजूद अमीनो एसिड और अनानास पॉलीफेनोल हाई ब्लडप्रेशर को कंट्रोल कर सकते है। अंदर की खून की नसों में रुकावट को रोक सकते है, ब्लड सर्कुलेशन को बेहतर बना सकते है और खून के थक्के जमने को कम कर सकते है। पढ़ने के बार्देण, दूसरो को परिवार को दोस्तो को बताए और अपनी सेहत का ख्याल रखें।

लंबे जीवन का राज छुपा है स्वस्थ पैरो में

65 साल की उम्र के बाद हर 3 में से 1 बुजुर्ग सालभर में एकबार जरूर गिर जाता है। चोट लगने के बाद बुजुर्गो में मौत का यह भी एक बड़ा कारण माना जाता है। 75 साल की उम्र के बाद हिफ फ्रेक्चर और सिर की चोट बुजुर्गो के लिये घातक साबित होती है। जब तक कोई अनहोनी नही होती तब तक पैरो की ओर कोई ध्यान नहीं देता। शरीर की सभी मांसपेशियो की तरह पैरों की मांसपेशियो को भी कसरत की जरूरत होती है। जैसे-जैसे हम बूढ़े होते जाते है तो हमारे पैरो की मांसपेशियो की ताकत कम होती जाती है और वे पतली होती जाती है। पैरो के पतला होने की शुरुआत 30 की उम्र के बाद से ही हो जाती है। 50 साल की उम्र पार कर लने के बाद इसके क्षरण में और तेजी आ जाती है। यदि गिरने से बचना हो तो पैरो की मांसपेशियो को मजबूत बनाने वाली कसरते अवश्य करना चाहिये। चलते-चलते गिर जाने बुजुर्गो के पैरो की जाँच की गई तो मालूम हुआ कि उनके पैरो की माँस पेशियाँ कमजोर हो गयी थी। फिजियोथेरेपिस्ट और फिटनेस एक्सपर्ट अख्सर पेट की कोर मसल्स की बात करते है। कोर मसल्स से उनका आशय पेडू और पेट के आसपास की मांसपेशियो से रहता है। उनके अनुसार इसी कोर मसल्स के कारण इंसान सीधा खडा रह पाता है और उसकी पीठ भी चोट खाने से बच जाती है। शोध के अध्ययन के अनुसार पैरों की मांस पेशियाँ भी शरीर के लिये कोर मसल्स की तरह होती है। वे भी ऐसा ही काम करती है। शोध अध्ययन के अनुसार पैरों की कोर मसल्स वे कहलाती है जो पैर की सभी हड्डियों को आपस में जोड़ने का काम करती है। यही की मांसपेशियों को अक्सर डॉक्टरों द्वारा नजरअंदाज कर दिया जाता है।

गौ आधारित शोध पर लिखी 'गाय एक अनुसंधान' पुस्तक का इंदौर में विमोचन

0 मनोहर गौशाला खैरागढ़ के डॉ. अखिल जैन ने तैयार की पुस्तक, इसमें गौ उत्पाद, प्राकृतिक खेती और पर्यावरण से जुड़े शोध शामिल

रायपुर | इंदौर के रामबाग जैन दादाबाड़ी तीर्थ में परम पूज्य गुरुवर्या श्री मृगावती श्री जी महाराज साहब के सान्निध्य में गौ आधारित वैज्ञानिक अनुसंधान पुस्तक 'गाय एक अनुसंधान' का विमोचन हुआ। पुस्तक के लेखक मनोहर गौशाला खैरागढ़ के संस्थापक और प्रबंध न्यासी डॉ. अखिल जैन (पदम डाकलिया) हैं।

important Dates

महत्वपूर्ण दिवस

ओली तप : 25-03-2026 से 02-04-2026 तक
महावीर जयंती : 31-03-2026, मंगलवार
अक्षय तृतीया पारणा : 20-04-2026, सोमवार
चातुर्मास प्रारंभ : 28-07-2026, मंगलवार
पर्युषण प्रारंभ : 08-09-2026, मंगलवार
संवत्सरी महापर्व : 15-09-2026, मंगलवार
ओली तप : 18-10-2026 से 26-10-2026 तक
भ. महावीर निर्वाण : 09-11-2026, सोमवार
चातुर्मास पूर्ण : 24-11-2026, मंगलवार
फाल्गुनी चातुर्मास : 21-03-2027, रविवार
वर्षीतप प्रारम्भ : 30-03-2027, मंगलवार

मैं मोबाइल हूँ जी

मैं मोबाइल हूँ जी,
मैं ज्ञान का भंडार हूँ, मगर मेरा प्रयोग सावधानी से करना ....
मैं नींद चुरा लेता हूँ, मैं चेन चुरा लेता हूँ,
मैं आँखो की रोशनी ही मिटा देता हूँ....
मैं मोबाइल हूँ जो कलियुग के समुद्र मंथन से निकला एक वैज्ञानिक कलश हूँ,
मुझमें अमृत भी है और जहर भी है..
मैं युवाओं का तेज मिटा देता हूँ..
मैं मोबाइल हूँ जी ज्यों ज्यों आपको मेरी लत लग जाएगी, त्यो-त्यों आप पर हावी होता जाऊँगा...
मैं आपको उन लोगो से दूर कर दूँगा,
जो आपके बहुत करीबी है।
मैं मोबाइल हूँ जी आजकल मैं बड़ा काम कर रहा हूँ..
दुकानो और रोजगारों को खा रहा हूँ,
लोग मेरे द्वारा आनलाइन सब कुछ मंगाने के आदी होते जा रहे है ..
एक दिन ऐसा आएगा जब बाजारो में सन्नाटा दिखाई देगा..
मैं मोबाइल हूँ जी
न आपके पास खेलने का वक्त छोडूँगा
और न कसरत करने का...
यहाँ तक कि आपकी कार्य क्षमता भी आधी कर दूँगा।
आप काम कम करेंगे मुझमे लिप्त ज्यादा रहेंगे ..
मैं मोबाइल हूँ जी
मैं टार्च को खा गया, मैं टेप रिकार्डर को खा गया, मैं कैमरे को खा गया,
मैंने गली नुक्कड़ के खेल निगल लिये,
अब बच्चों का बचपन खा-खा कर और भी मजबूत होता जा रहा हूँ..
मैं मोबाइल हूँ जी...
मैं बड़े काम की चीज हूँ,
आज मैं हर इंसान की जरुरत हूँ
आज दुनिया का सबसे ताकतवर चीज भी मैं हूँ...
जानते हो क्यो, कैसे हुआ में, इतना बलशाली ?
मैं मोबाइल हूँ जी..
मैं किताबे खा गया..
मैं केल्कुलेटर खा गया।
बहुत छोटा सा हूँ, मगर मैने बड़े पर्दे वाले सिनेमाघरो को भी खा गया।
मैं मोबाइल हूँ जी..
मैं बच्चो का बचपन खा गया..
मैं जवानो की जवानी खा गया।
नही मिटी मेरी भूख..
मैं दादा-दादी, नाना-नानी की कहानी खा गया।
मैं मोबाइल हूँ जी, हां जी भाइयो, में वही मोबाइल हूँ जी,
जो अभी आपके हाथ में है...
और मेरे चक्रवर्ती बनने की दास्तां आप पढ़ रहे हो...
पहचान लो मुझे...
मैं मोबाइल हूँ जी।

गुत्थी सुलझायें

दो दोस्त पिक्चर देखने जाते है। एक व्यक्ति का टिकट 50 रुपये है। उनमें से एक जाकर टिकट काउंटर पर 100 रुपये देता है। काउंटर पर बैठा व्यक्ति बिना कुछ पुछे व बिना उसकी ओर देखे ही उसे 2 टिकट दे देता है। उसे कैसे पता चला कि उन्हे दो टिकट चाहिए ?

शब्दो को खोजो

कितने ही ऐसे शब्द होंगे। जिनकी खासियत यह है कि जिस अक्षर से ये शुरु होता है, उसी अक्षर से खत्म भी होते है। मसलन ताकत ही ले लो। ताकत त से शुरु होता है और इसका आखिरी अक्षर भी त ही है। क्या तुम दस तरह के शब्द ढूँढ़ सकते हो ?

पहेलियाँ

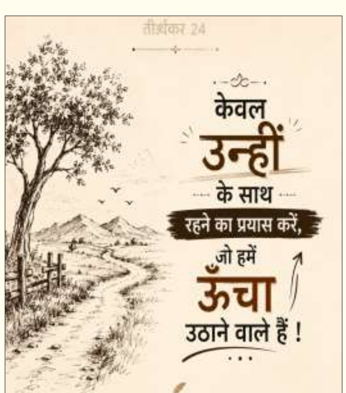
1.बिना तेल के जलता है, बिना पैर के चलता है।
उजियारे का साथी है, अंधेरा भी डरता है।

2.दो पैरो का मैं हूँ घोड़ा, चलता हूं पर थोड़ा-थोड़ा।
जो भी मेरे बीच में आया ,झट से काटा, फट-से तोड़ा।

3.ऐसा क्या है,
जिसे हम देख सकते है
लेकिन छू नही सकते ?

4.अंत कटे तो कदम रखें,
मध्य कटे डर जाऊँ,
खुद भले न चल सकूँ, पर राही मंजिल को पहुंचाऊ।

(उत्तर अन्य पेज पर खोजें)



स्पर्श चिकित्सा Nerve Therapy

भरत गाँधी 94250-67466

सुरेन्द्र गाँधी 94253-49077

4, अनुराग नगर, प्रेस कॉम्प्लेक्स के पीछे, रेनेसा कॉलेज के पास, ए.बी. रोड़, इन्दौर
समय – प्रातः 9 से 12, सायं 5 से 8

19/3, नार्थ राजमोहल्ला, गार्डन के सामने, इन्दौर–452 002 (म.प्र.)
समय – प्रातः 11 से 1:30

- सर्वाइकल
- स्लिप डिस्क
- घुटने में गैप का कम होना, सोजन
- गर्दन एवं कमर में नस का दबना सुन्नपन
- हाथ एवं पैरों में झुनझुनी, ताकत कम
- बेल्स पाल्सी अथवा फेशियल पाल्सी
- माइग्रेन अथवा सर दर्द
- फूट एवं एंकल पेन
- चक्कर आना अथवा वरटाईगो
- फ्रोजन शोल्डर
- टेनिस एल्बो
- घुटने में लिगामेंट इंजुरी
- मांसपेशियों से संबंधित
- गैस एसीडीटी, भूख न लगना

बिना दवाई के ईलाज किया जाता है। शरीर के सारे दर्द ठीक किये जाते हैं।

MALWA® FOODS

MALWA Pure Ghee / Milk Powder

Manufacturer & Packer of Malwa Pure Ghee & Milk Powder

Available in : 1 Ltr., 500 ml., 15 kg. Tin, 5 Ltr. Tin Refill & Jar

CHAGANRAJ HUNDIA, DINESH HUNDIA, SATISH HUNDIA

17/1, Baba Balmukund Bhawan, Siyaganj, Indore | Ph. : 0731-2547037, 4979456
Mob. : 98272-21461, 7828048277 | Email : gheemalwa@gmail.com

अमृत शाह एण्ड एसोसिएट्स

प्रॉपर्टी ब्रोकर्स

रहवासी ❊ प्लॉट ❊ फ्लेट्स ❊ रो हाउस ❊ बंगलो ❊ टेरेस फ्लेट ❊ पेन्ट हाउस ❊ कमर्शियल प्लॉट ❊ दुकान ❊ शोरुम ❊ ऑफिस ❊ शेड ❊ गोडाउन ❊ इण्डस्ट्रियल ❊ जमीन प्लॉट ❊ रोड फेक्ट्री ❊ मशीनरी ❊ इण्डस्ट्रियल यूनिट

खरीदना ❊ बेचना ❊ किराये पर लेने–देने हेतु सम्पर्क करें।

जी–1, रुचि अपार्टमेन्ट, 108/47, न्यू अग्रवाल नगर, इन्दौर 452 001
फोन : 0731-2464464, 4284545, 09302504646, 09425055036

Aieroc® Café & Banquets

Pure Veg

*Jain Food Available For Banquet Parties

*Jain Food By KILO Home Delivery Available

*Capacity 25-125 Pax

Call-73599-42222

Lunch, High Tea & Dinner Packages Available.

Add:- Aieroc Café, Scheme No-140, Behind Kerala Bakery, Indore

Bhandari Fabricators

Ajay Bhandari 9425903531

Aaveg Bhandari 9826090899

Don't compromise - customize

Expertise In :

- Corporate Furniture
- Hospital Furniture
- Residential Furniture
- School Furniture

89/1, Snehlataganj, Indore 452 003, Email : bhandari.fabricators@gmail.com

॥ श्री केशरियानाथाय नमः ॥ श्री दादा जिनदत्त मणिधारी कुशलसूरी गुरुभ्यो नमः ॥

Excellence of 34 Years

निलेश बापना 94253-22032

Excellence of 24 Years

निधि बापना 98260-21458

आर्थिक हानि एवं मानसिक परेशानियों से छुटकारा पाईये
त्वरित सेवा, तुरन्त दावा निपटारा की सुविधा पाईये

A journey of thousand miles begins with a single step

Excellence of 5 Years

NAYAN BAPNA 97559-70421

LIC · HDFC ERGO · ADITYA BIRLA CAPITAL LIFE INSURANCE · TATA AIG INSURANCE · युनाइटेड इंडिया

बीमा सम्बंधित त्वरित सेवाएँ: LIFE | HEALTH | MOTOR | HOME | TRAVEL | FIRE

MUTUAL FUND DISTRIBUTOR

- Compounding Benefits
- Investment Growth
- Long-Term Stability
- Transparency
- Quick & Hassle-Free Claims
- Personalized Solutions

बापना इन्श्योरेंस एण्ड क्लेम कंसलटेंट

We Cover Your Entire Risk

1st Floor, 66 Jawahar Marg, Nandlalpura Squre, Indore | Ph.: 0731-4675004 | Email : nidhibapna24@gmail.com

चिकित्सा विज्ञान की आधुनिक सेवाओ सहित, हृदय रोग, डायबिटीज, ब्लड प्रेशर, कोलेस्ट्राल, अस्थमा, टी.बी., गठिया एवम बुखार की उन्नत चिकित्सा के क्षेत्र में एक महत्वकांक्षी केन्द्र

सोनी मेडिकल सेन्टर

16/1, साउथ तुकोगंज (समवशरण जैन मंदिर के पास), इन्दौर
फोन- 2512177, 2512977

सुविधायें:-

- कम्प्यूटराइज्ड ट्रेड मिल टेस्ट - एन्जाइना एवम् हृदय रोग निदान
- इकोकार्डियोग्राफी - हृदय क्षमता परीक्षण एवम् वाल्व संबंधित रोगों की जानकारी।
- कलर डापलर - हृदय के वाल्व, जन्म के हृदय विकार, एवम् खून की नलियों की बीमार का निदान।
- इ.सी.जी. एवम् होल्डर मॉनीटर - 24 घंटे सतत हृदयगति की जानकारी (दैनिक दिनचर्या के दौरान)
- सोनोग्राफी - पेट की बीमारियों का निदान
- पेथालाजी एवं एक्सरे - समस्त प्रकार के रक्त परीक्षण एवं एक्स-रे जाँच
- स्पायरोमेट्री - फेफड़े, श्वांस क्रिया एवम् अस्थमा की जाँच
- हेल्थ चेक अप - उपरोक्त सभी उन्नत एवम् आधुनिक उपकरणों द्वारा किफायती हेल्थ चेकअप पैकेज।

डॉ. बसन्त लूनिया एम.डी. (मेडिसिन) कन्सल्टिंग फिजिशियन
हृदय एवम् पेट रोग विशेषज्ञ

श्री नाकोड़ा साड़ी सदन

डिजाइनर, लंहगा-चुन्नी एवं फेन्सी साड़िया

9, शेखावत मार्केट, सीतलामाता बाजार, इन्दौर - फोन 2459783-84, (R) 2542422

प्रेषक :

जैन प्रतीक

मनी आर्डर, शिकायती पत्र, वर्ग पहेली के उत्तर, पत्र, पत्रिकाऐं, पत्र व्यवहार, समाचार, लेख आदि सभी निम्न पतें पर भेजें।

प्रधान सम्पादक : नरेन्द्रकुमार रांका
101, बोथरा इन्कलेव, 1/1, डॉ. आर. एस. भंडारी मार्ग, आर.सी.एम. ग्रॉड के सामने, इंदौर

पता न मिलने पर पत्रिका प्रधान सम्पादक के पते पर लौटाये।

श्री जैन सेवा समिति श्वे., इन्दौर के लिए विमल नाहर द्वारा 52, भगवान महावीर मार्ग, इन्दौर से प्रकाशित एवं रेनबो प्रिन्ट, एल.जी. 24,बड़वानी प्लाजा, इंदौर से मुद्रित

प्रति,

पुस्त प्रेष्य