

# LOOK N LEARN

Vol No. 13 • Issue No. 10 • Mumbai • October 2022 • Price : Rs 5/- (Multilingual Monthly)



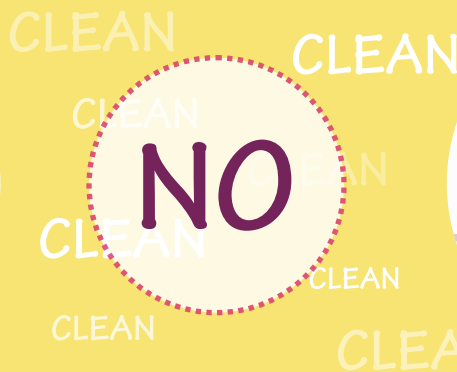
I guess it's Pre-Diwali time and all are busy  
Cleaning-Cleaning-Cleaning

Will this Diwali also be an  
ROUTINE Diwali or it will be an ROOT-IN Diwali?  
**THINK!!!**

## Do we forget to clean our... HOME?



## Do we forget to clean our body?



WE CLEAN... CLEAN... CLEAN & CLEAN!

In this run aren't we  
forgetting to  
clean something?  
**AND WHAT IS THAT?**



## ARE WE CLEANING OUR MINDS?

Let us **clean** our mind from **negative** thoughts,  
Let us **clean** our mind from **stress** and **anxiety**,  
Let us **clean** our mind from **grudges** that we hold



LET US  
CLEAN





For deep cleaning...  
we scrub off the dirt/dust

Similarly, what will you use to scrub  
off dirt from your mind?  
any guesses?  
**CHANT MANTRA**

Yes Chanting  
mantras with  
utmost faith,  
devotion and complete  
concentration of the  
mind, speech and body  
will certainly yield  
positive results!





# मंत्र को बनाएं मित्र



MANTRA MANTRA  
MANTRA MITRA  
MANTRA MANTRA  
MITRA  
MANTRA MITRA  
MITRA  
MITRA

परमात्मा के नाम स्मरण से  
हमारे दुःखों का निवारण होता है

The names of the  
Tirthankaras have the ability  
to eradicate sufferings.

Let's embark on this journey of making **Mantra, my Mentor.**

- 01) Shree Rushabhdev Bhagwan
- 02) Shree Ajitnath Bhagwan
- 03) Shree Sambhavnath Bhagwan
- 04) Shree Abhinandan Bhagwan
- 05) Shree Sumatinath Bhagwan
- 06) Shree Padmaprabh Swami
- 07) Shree Suparshvanath Bhagwan
- 08) Shree Chandraprabh Swami
- 09) Shree Suvidhinath Bhagwan
- 10) Shree Sheetalnath Bhagwan
- 11) Shree Shreyanshnath Bhagwan
- 12) Shree Vasupujya Swami

- 13) Shree Vimalnath Bhagwan
- 14) Shree Anantnath Bhagwan
- 15) Shree Dharmnath Bhagwan
- 16) Shree Shantinath Bhagwan
- 17) Shree Kunthunath Bhagwan
- 18) Shree Arnath Bhagwan
- 19) Shree Mallinath Bhagwan
- 20) Shree Munisuvrat Swami
- 21) Shree Naminath Swami
- 22) Shree Neminath Swami
- 23) Shree Parshvanath Swami
- 24) Shree Mahavir Swami

## 1. Shree Rhushabh Nath Swami

॥ Om Shree  
Rushabhdevay Namaha ॥

This Mantra...

- Eliminates the hurdles one encounters in the field of farming and agriculture.
- Enables one to be active, healthy and powerful.
- कृषि से संबंधित दुःखो को दूर करता है।
- सक्रिय, स्वस्थ और शक्तिशाली बनाए रखता है।



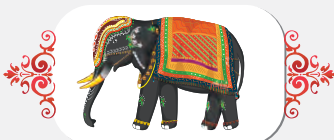
BULL

## 2. Shree Ajitnath Swami

॥ Om Shree  
Ajithnathay Namaha ॥

This Mantra...

- Helps to shed bad karmas to be able to gain victory over worldly and spiritual affairs.
- अशुभ कर्मों को, पाप कर्मों को नष्ट करने में मदद करता है, बाह्य विजय के साथ-साथ आध्यात्मिक विजय प्राप्त होता है।



ELEPHANT

### 3. Shree Sambhavnath Swami

॥ Om Shree  
Sambhavnathay Namaha ॥

This Mantra...

- It assists in removing the obstacles, helps to accomplish the impossible tasks.
- बाधाओं को दूर करता है और असंभव कार्य को पूरा करने में सहाय करता है।



HORSE

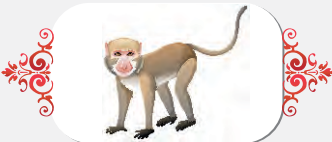


### 4. Shree Abhinandan Swami

॥ Om Shree  
Abhinandannathay Namaha ॥

This Mantra...

- Spreads positive vibrations by removing the ominous and toxic atmosphere.
- Brings joy and happiness everywhere.
- Creates a cheerful and beneficial environment around you.
- हर जगह खुशहाली लाता है।
- चारों ओर एक हर्षभरा, खुशहालीभरा और लाभकारी वातावरण बनाता है।
- अमंगल वातावरण को दूर कर मंगलमय और आनंददायक वातावरण का सर्जन करता है।



MONKEY



## 5. Shree Sumatinath Swami

॥ Om Shree  
Sumatinathay Namaha ॥ •

This Mantra...

- Able to decide what is right or wrong and make right decision.
- Become intelligent and score higher marks in exams. Sharpens guessing skills.
- सही या गलत है उसे तय करने और सही निर्णय लेने में सक्षम बनाता है।
- बुद्धिमान बनता है जिससे परीक्षा में उच्च अंक प्राप्त होते हैं। अनुमान शक्ति में वृद्धि होती है।



**CURLEW**

## 6. Shree Padmaprabhu Swami

॥ Om Shree  
Padmaprabhanathay Namaha ॥ •

This Mantra...

- Weakens vices and enemies.
- Strengthens and develops all senses.
- Does beneficial development in all fields.
- Enhances child's slower growth.
- दुश्मन को निर्बल बनाता है, दुर्गुणों को कम करता है और गुणों को विकसित करता है।
- पूरी तरह से सभी इन्द्रियों को विकसित करता है।
- सभी क्षेत्रों में लाभकारी विकास कराता है।
- बच्चे की धीमी बुद्धि को बढ़ाता है।



**RED LOTUS**



## 7. Shree Suparshwanath Swami

॥ Om Shree  
Suparshwanathay Namaha ॥

This Mantra...

- A valuable mantra that purifies the surrounding to create positivity, power and purity. It works towards removing negativity and unpleasant elements.

- हमारे आसपास के क्षेत्र में सद्गुणों, सद्भाव और मंगलकारी तत्वों को प्रकट करता है, अशुभ तत्वों को दूर करता है।



## 8. Shree Chandraprabhu Swami

॥ Om Shree  
Chandraprabhanathay Namaha ॥

This Mantra...

- Prevents heat related diseases and reduces the negative energy caused by anger.
- Provides mental peace.
- गर्मी से संबंधित बीमारियों को रोकता है और क्रोध के कारण होनेवाली नकारात्मक ऊर्जा को कम करता है।
- मानसिक शांति प्रदान करता है।





## 9. Shree Suvidhinath Swami

॥ Om Shree  
Suvidhinathay Namaha ॥

This Mantra...

- This mantra helps you in performing any art and enlightens the artist within you with the right understanding of that subject.
- Discretion breeds intelligence, resolves problems.
- यह किसी भी कला का प्रदर्शन करने में मदद करता है और उस विषय की सही समझ के साथ भीतर की कलाशक्ति को प्रगट करता है।
- विवेकबुद्धि का निर्माण करता है, समस्याओं का समाधान करता है।



CROCODILE

## 10. Shree Sheetalnath Swami

॥ Om Shree  
Sheetalnathay Namaha ॥

This Mantra...

- It acts as a relieving factor for the internal agony caused due to disease, pain, harsh and insulting words.
- Eliminates anguish of self and others and calms one down.
- यह रोग, दर्द, कठोर और अपमानजनक शब्दों के कारण होने वाले आंतरिक दर्द से राहत दिलाता है।
- 'स्व' एवम् 'पर' के संताप का हरण कर शीतलता का एहसास कराता है।



SRIVATSA

## 11. Shree Shreyanshnath Swami

• ॥ Om Shree  
Shreyanshnathay Namaha ॥ •

This Mantra...

- This mantra gives satisfaction and sudden unexpected gain.
- संतुष्टि और आकस्मिक लाभ देता है। अकल्याण का निवारक है और कल्याणदायक है।



## 12. Shree Vasupujya Swami

• ॥ Om Shree  
Vasupujyadevay Namaha ॥ •

This Mantra...

- This mantra has powers to transform poor to rich, ugly to beautiful, foolish to intelligent, non spiritual to spiritual and confers divinity upon the common. The obstructing karmas are annihilated and one can acquire comforts of life.
- गरीब को अमीर, बदसूरत को सुंदर, मुर्ख को बुद्धिमान, अधार्मिक को धार्मिक बनाता है। सामान्य को दिव्यता प्रदान करता है। अवरोधक कर्मों को नष्ट करता है और जीवन में सुख-सुविधाएं प्रदान करता है।



### 13. Shree Vimalnath Swami

॥ Om Shree  
Vimalnathay Namaha ॥

This Mantra...

- Leads to purification of the mind and supports in sustaining mental peace.
- Resolves problems amongst family members.
- Eliminates mental illness and gives peace of mind.
- Protects us, therefore no new disturbance is created.
- मन को शुद्धिकरण की ओर ले जाता है और मानसिक शांति बनाए रखने में सहायता करता है।
- परिवार के सदस्यों के बीच समस्याओं का समाधान करता है।
- मानसिक बीमारी को दूर करता है और मन की शांति देता है।
- संरक्षण करता है, जिससे कोई नया उपद्रव नहीं होता।



BOAR

### 14. Shree Anantath Swami

॥ Om Shree  
Anantnathay Namaha ॥

This Mantra...

- It acts as a shield in protecting us from evil. It soothes suffering caused by others.
- बुराई से बचाने में एक कवच का काम करता है। परकृत पीडा शांत होती है।



FALCON



## 15. Shree Dharmanath Swami

॥ Om Shree  
Dharmanathay Namaha ॥

This Mantra...

- It aids in maintaining the original nature of humans and worldly substances.
- Helps in fulfilling religious vows.
- Helps in maintaining discipline in all the situations.
- मनुष्यों और भौतिक चीजों की स्वभावगत प्रकृति को बनाए रखने में,
- धार्मिक व्रतों का पालन करने में,
- चीजों और स्थितियों को नियंत्रित करने में, मदद करता है।



VAJRA



## 16. Shree Shantinath Swami

॥ Om Shree  
Shantinathay Namaha ॥

This Mantra...

- Peace prevails when obstacles caused due to negativity are overcome.
- Removes natural calamities, epidemics.
- बड़ी परेशानियों को दूर करके हर जगह शांति स्थापित करता है।
- प्राकृतिक आपदाओं, महामारियों को दूर करता है।



DEER



## 17. Shree Kunthunath Swami

• || Om Shree  
Kunthunathay Namaha || •

This Mantra...

- Works like an antibiotic, cures diseases caused by bacteria.
- Tasks are accomplished as desired.
- एंटीबायोटिक दवाई का काम करता है जिससे बैक्टीरियाजनित रोगों का निवारण होता है।
- इच्छा अनुसार कार्य सिद्ध होता है।



HE-GOAT



## 18. Shree Aranath Swami

• || Om Shree  
Aranathay Namaha || •

This Mantra...

- Conquers external enemies and calms down animosity.
- Defeats internal enemies like anger, ego, deceit and pride.
- बाहरी दुश्मनों को जीतता है और दुश्मनी को शांत करता है।
- क्रोध, अहंकार, छल और अभिमान जैसे आंतरिक शत्रुओं को परास्त करता है। तमोगुणी (क्रोधादि कषाय) तत्त्वों को उपशांत करता है।



NANDAVRAT





## 19. Shree Mallinath Swami

॥ Om Shree  
Mallinathay Namaha ॥

This Mantra...

- Eliminates immoral qualities and sins committed by self and others.
- It protects one from evil people.

- बुराई और पाप का प्रतिकार करता है।
- बुरे लोगों से बचाता है।



KALASH

## 20. Shree Munisuvrat Swami

॥ Om Shree  
Munisuvratdevay Namaha ॥

This Mantra...

- Earns respect and fame.
- Makes one fearless.
- Aids in keeping good health.
- Helps in fulfilling the vows.
- सन्मान और प्रसिद्धि दिलाता है।
- सभी भय से छुटकारा दिलाता है।
- सर्व का अच्छा स्वास्थ्य रखता है।
- व्रतपालन में सहायता करता है।



TORTOISE

## 21. Shree Naminath Swami

॥ Om Shree  
Naminathay Namaha ॥

This Mantra...

- It significantly reduces intensity of vices such as Anger, Ego, Deceit and Greed of self and others.
- The positivity of this mantra calms down aggressive behaviour of humans, animals and even nature.
- स्वयं के और सामनेवाले के क्रोध, अहंकार, विश्वासघात और लालच जैसे दोषों की गंभीरता को काफी कम कर देता है, ताकि पुण्य बंद हो सके।
- मनुष्यों, जानवरों और प्रकृति के आक्रमक व्यवहार को शांत करता है।



BLUE LOTUS

## 22. Shree Neminath Swami

॥ Om Shree  
Arishta Neminathay Namaha ॥

This Mantra...

- It protects us from inauspicious elements, disease and ill-luck.
- बुरे तत्वों को दूर करता है और दर्दनाक लोगों, बीमारियों और दुर्भाग्य से बचाता है।



CONCH

## 23. Shree Parshvanath Swami

• || Om Shree  
Parshvanathay Namaha || •

This Mantra...

- It acts as a shield of protection from the unfavorable factors and paves the way forward by making all directions favourable.
- दशो दिशाओं का कवच बनाकर अमंगल तत्त्वों के प्रवेश को रोकता है और ढाल की तरह रक्षा करता है।  
दिशाओं की विशुद्धि करके दिशाओं को अनुकूल बनाता है।



## 24. Shree Mahavir Swami

• || Om Shree  
Mahaviray Namaha || •

This Mantra...

- Just like Parmatma Mahavir, one becomes totally fearless, strong and brave in the journey of purifying the soul.
- Defeats bodeful might of others.
- भगवान महावीर की तरह निर्भय, शक्तिशाली और परिश्रमी बनकर शीघ्रता से आत्मशुद्धि कराते हैं।
- अन्य के अशुभकारी पराक्रम को पराजित करता है।



In Diwali we have a whole lot of sweets at home



Isn't it?

What happens if we eat them all alone?

DO YOU KNOW?



CHILLS &  
HEARTBURN

UPSET  
STOMACH

NAUSEA

DIZZINESS

HEAT

THEN WHAT SHOULD WE DO INSTEAD?

- Gurubhakt Mehta Parivar



Instead, what happens if we share all of the sweets?

**DO YOU KNOW?**



**If Parmatma can, even we can spread kindness**





**Arham** :Papa don't buy crackers for me.

**Papa** :Why Arham?

**Arham** :Papa, I will be celebrating an eco friendly Diwali and there by giving Ahaydaan to all jiv.

**Papa** :That's very thoughtful. But who has inspired you to do so...

**Arham** :Papa our Look N Learn didi has.

**Papa** :Great! What else have you learned?

**Arham** :I have also learned that... On the pious day of Diwali, Pramatta Mahavir had lit a lamp of Mercy, Compassion, Humanity, Friendship, Ahimsa, Jivdaya and attained Nirvan and reached Moksh. He achieved the param pad of "**Sidhaa Siddhim**". Diwali is a festival to fill our homes with **Prayers** and not with Fumes and crackers.

