LOOK N LEARN
Children's Jain
MAGAZINE

Rs. 5.00/-

25th January 2019 Every Fortnight I English, Hindi & Gujarati

My 12 Bhavna Journal {Part-2}

Year - 12, Vol: 12, Issue: 12, Date: 25.01.2019
Editor: Ashokbhai Sheth 20, Vanik Niwas, 1st floor, Cama Lane, Ghatkopar (West), Mumbai - 400 086.

बच्चों कभी आपने घड़ी को ध्यान से देखा है?

जब हम इसके अंदर बॅटरी डालते हैं, तो तीनों काटे चलने लगते हैं और जब हम बॅटरी निकाल देते है, तब क्या होता हैं?

तीनों काटोंकी क्रिया बंद हो जाती है!

इसी तरह हमारे अंदर जैसे भाव आते है वैसे ही मन, वचन और काया की क्रिया चालू हो जाती है। मन, वचन और कायारुपी काटें जैसे क्रियान्वित होते है, वेसे उनके पीछे कर्मरुपी स्टॉक बनता जाता है और साथ साथ हमारा भविष्य भी बनता जाता है!

Kids, have you ever observed an clock,

When we put a battery in it, all the 3 hands of the clock gets active and start moving and when we remove the battery, the clock stops working.

Similarly, the action of our Maan, vachan, & kaya is depend on our feelings (Bhaav). As our Maan, vachan & kaaya gets activated, the stock of our karma gets increased, which also largely determines our future!

Cheque or Draft:
Arham Yuva Group

Parasdham
Vallabh Baug Lane, Tilak Road,
Ghatkopar (E), Mumbai - 77

Subscription for 10 years
India : Rs. 1000/-
Abroad : Rs. 5000/-

दुसरा उदाहरण,

जब एक कॅमेरा कोई चीज अपने स्मृती में लेता है, और जब हमारी आँखे कोई चित्र को अपनी स्मृती में लेती है, तो उसमें क्या फरक है??

कोइ भी चित्र देखकर कॅमेरा को कोई भाव आते है??

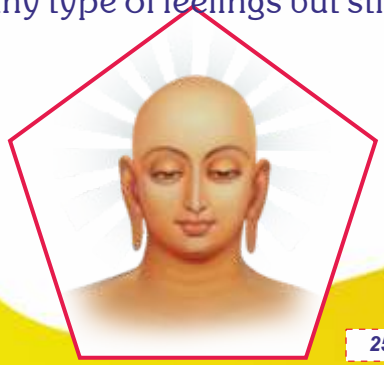
और जब हम कोई चित्र देखते है, तो हमारे अंदर अलग अलग भाव आते है। इसलिए, जिस में भाव की क्षमता होने के बावजूद भी कोई भाव नहीं जगता, वो वितरागी है।

Another Example,

What is the difference?

When a camera clicks a picture and keeps it in the memory and when our eyes sees a picture and saves in its memory!

When a camera clicks a picture, it doesn't get any feelings, whereas, when we see any picture / image, we get various emotions and feelings attached to that particular incidents. The one who has the power to arouse any type of feelings but still stays in equanimity is called vitragi.



आश्रव भावना
Aashrav Bhavna

Aim:

आश्रव भावना का अध्ययन
To study Ashrav Bhavna.

Materials:

ढके हुए २ पानी के ग्लास, एक सादा ढक्कन और एक छेद वाला ढक्कन, पानी, रंगीन पानी
2 Glasses of water with a lid, 1 lid with holes in it, water and colourful water.

Procedure:

दोनों ढके हुए ग्लास के उपर से अगर रंगीन पानी डाला जाये, तो वह रंगीन पानी छेद वाले ढक्कन के ग्लास के अंदर जाके उसे भी रंगीन कर देगा। लेकिन जो पूर्णतः ढका हुआ पानी है, वह शुद्ध निर्मल ही रहेगा।

When we pour colourful water on both the glasses with the lid, The colourful water will go in the glass which has the lid with holes and will change the colour of the water in the glass. No water will enter the glass which has lid completely closed and will remain unaffected by the colourful water.

Observation:

अगर हम अपने मन, वचन और काया के योग द्वारा अपनी पांचो इंद्रियों को संयमित करें, तो अपनी आत्मा में कर्म का बंध कम से कम होगा।

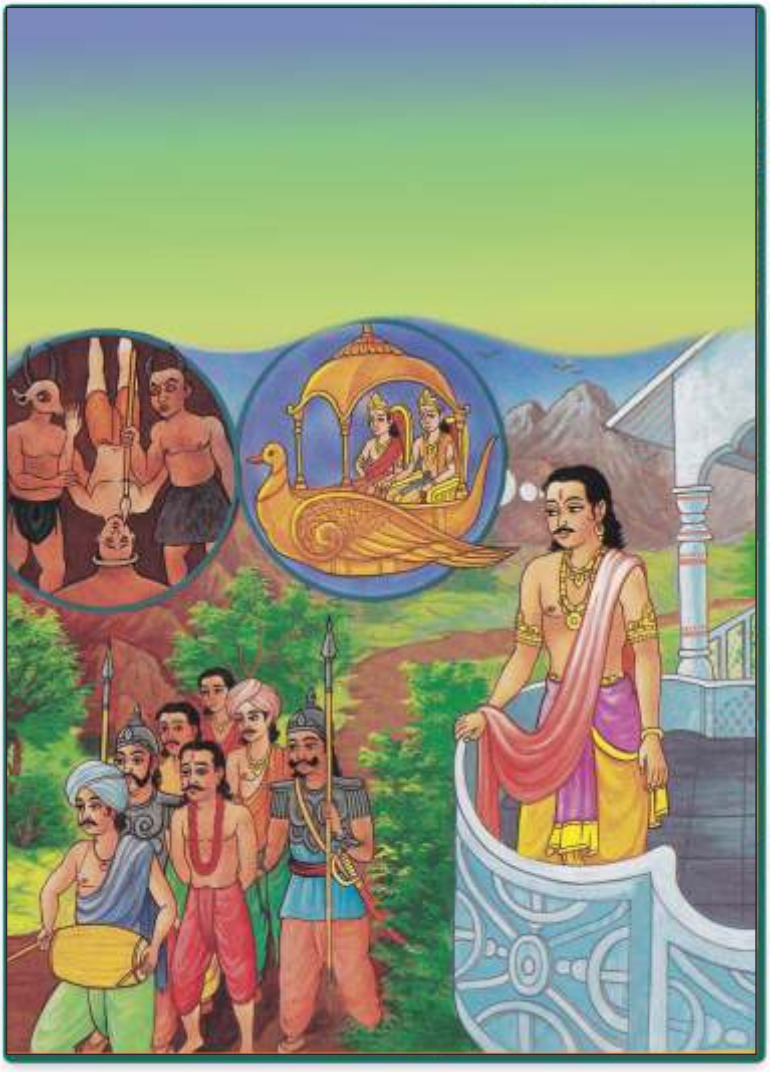
If we control our five senses through the yog of Mann, Vachan and Kaaya then we will be bound to bind less Karmas.

Conclusion:

जो अपनी शक्ति का कम से कम दुरुपयोग करता है, उसके कर्म कम से कम बंधते है।
One who does minimum misuse of his five senses, binds less Karma.

Story Time

समुद्रपाल



आश्रव भावना

गुन्हेगार को देखकर कर्म आश्रव पर चिंतन करतें हुए समुद्रपाल राजा "विषय भोगों से कर्म बंधन ओर अधिक सुदृढ हो जाते हैं और में दीर्घकाल तक संसार में जन्म मरण करता रहूँगा"

इस गहरे चिंतन में उन्हें जातिस्मरण ज्ञान प्रगट हुआ और वे सद्गति प्राप्त करते हैं।

संवर भावना
Samvar Bhavna

Aim:

संवर भावना का अध्ययन

To study Samvar Bhavna.

Materials:

टेडी बेअर, प्लास्टिक कवर, पानी, रेत (मिट्टी)

Teddy Bear, plastic cover, water, sand.

Procedure:

टेडी बेअर को प्लास्टिक कवर से ढक कर, उसके उपर अगर हम पानी डाले या मिट्टी छिडके तो कवर के अंदर के टेडी बेअर को कुछ नहीं होगा, वह गंदा नहीं होगा।

If we put a plastic cover on a Teddy Bear and then pour water on it or sprinkle sand, the Teddy will not get dirty under the cover.

Observation:

अक्षर हम अपनी पाँचों इन्द्रियों को और अपने भावों को संवर से संयमीत रखे तो हम कर्म बंध से बच सकते है

If we control our 5 senses and put an samvar cover on it, we bound to bind less Karma

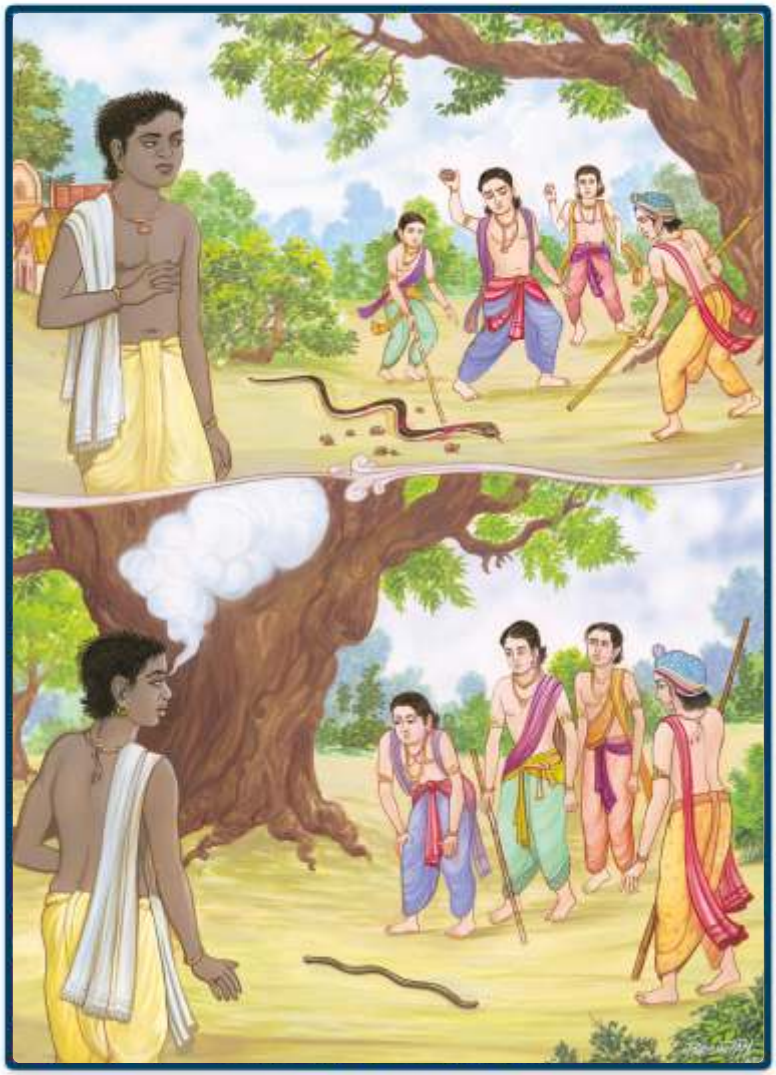
Conclusion:

जो अपनी पांचो इंन्द्रियों को संयमित रखता है, उसकी आत्मा मलिन नहीं होती।

The one who controls / restraints his 5 senses, doesn't pollute his Soul.

Story Time

हरिकेशी मुनी



संवर भावना

हरिकेशीमुनी को रुपमद और कर्मों के कारण चांडालकुल में जन्म मिला। एक दिन उन्होंने देखा की लोगों ने विषधर सर्प को मार दिया और साधारण सर्प को जाने दिया। वे गहरे चिंतन में डूब गए। उन्हें ज्ञात हुआ की जीव स्व के कर्मों के कारण ही सुखी और दुःखी होता हैं और उन्होंने दिक्षा ग्रहण की और उसी भवमें तप - साधना करके मोक्षमें पधारें।

निर्जरा भावना
Nirjara Bhavna

Aim:

निर्जरा भावना का अध्ययन
To study Nirjara Bhavna.

Materials:

आत्मा के आकार का कटिंग, ब्रश और मिट्टी
Soul cut out, Brush and Sand.

Procedure:

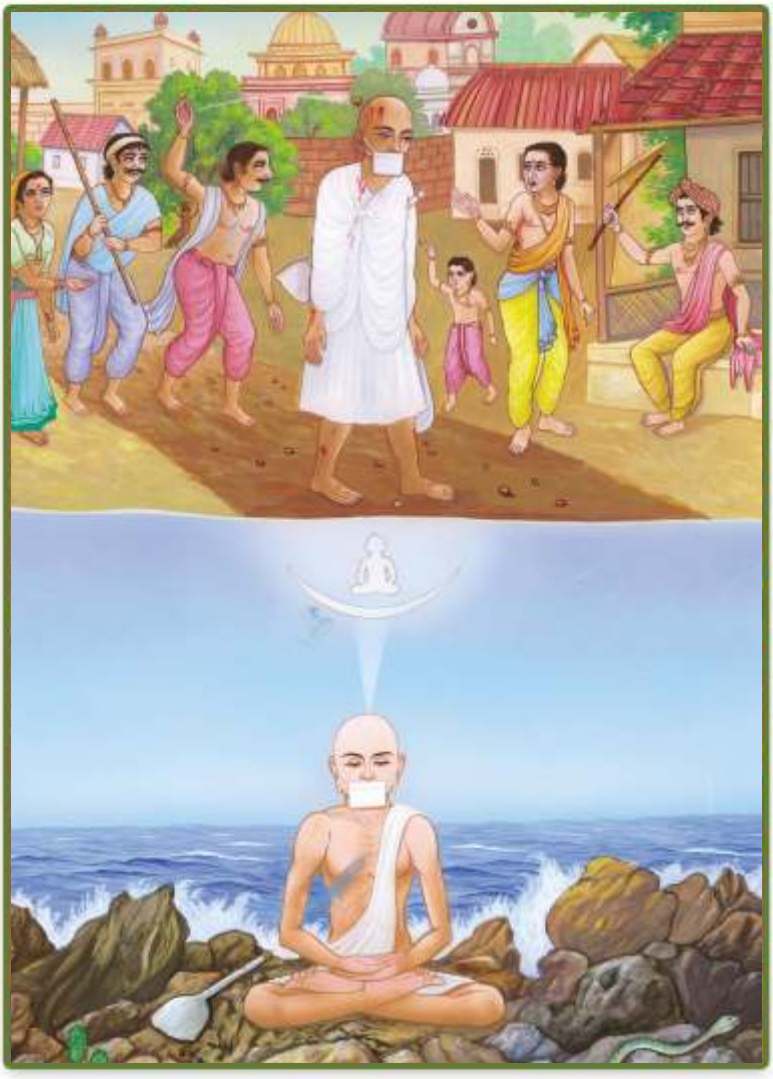
आत्मारुपी (कटिंग) पर अगर मिट्टी छिडके, तो वह मलिन होके उसकी तेजस्विता कम हो जाती है अगर हम उसे वापस ब्रश से साफ करते है, तो वह फिर से निर्मल हो जाता है।
If we sprinkle sand on the cutting of the shape of the Soul, it gets dirty and losses its brightness. If we clean it with brush, it will become as it was.

Observation:

इसी प्रकार हम साधना, आराधना, तप - त्याग और सेवा करके, शुभ भावों से अपनी आत्मा उपर लगी हुए कर्म रुपी अशुद्धि को दूर कर सकते है।
Similarly, we can perform austerities and serve others with pure intentions to purify our Soul from Karmic bondage.

Conclusion:

तप से आत्मा को कर्मरुपी रज से कर्म रहीत किया जा सकता हैं।
Our Soul can be cleaned and purified with the practice of Tap.



Story Time

अर्जुन माली

निर्जरा भावना

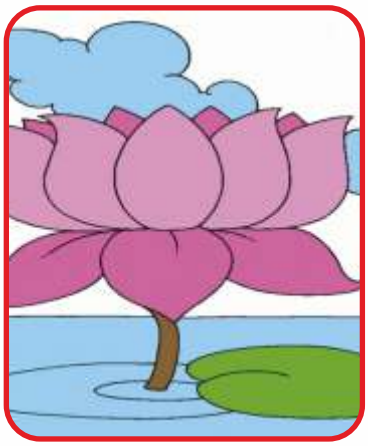
पंचेन्द्रिय की हत्या करनेवाले अर्जुनमाली जब सुदर्शन शेठ की भक्तिसे प्रभावित हुए तब वे परमात्मा के चरणोंमें संयम लेने के लिए तैयार हो गए। वे छठ्ठ के पारणे पर छठ्ठ की तपस्या करते थे। जब वे गौचरी लेने के लिए गए तब लोगोने उनका तिरस्कार किया और उनका अपमान किया लेकीन उन्होंने यह सब समभाव से सहन किया और कर्मो की निर्जरा की और परम पद की प्राप्ति की।

धर्म भावना
Dharma Bhavna

Aim:

धर्म भावना का अध्ययन

To study Dharma Bhavna.



Materials:

किचड में खिलें हुए कमल के फूल का चित्र।

Picture of a lotus in the mud.

Procedure:

भले ही वह किचड में रहता है, लेकिन वह किचड से अलिप्त रहकर अपनी सुंदरता को बनाए रखता है।

Although Lotus grows it stays in dirty muddy water, it keeps its beauty by staying detached from it.

Observation:

यह संसार मीट्टी स्वरुप अस्वच्छ हैं और हमारी आत्मा कमल समान पवित्र.

The world is like this dirty mud and our Soul is like the louts flower.

Conclusion:

संपूर्ण संसार वेदना और पीडा से त्रस्त है। संसार इस किचड के समान है, और हमारी आत्मा कमल समान है।

The whole world is suffering. We should keep our Soul detached from this world just like a lotus flower keeps it self free from mud.

Story Time

धर्मरुचि अणगार

धर्म भावना

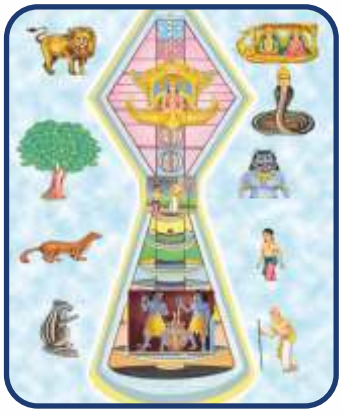
धर्मरुचि अणगार ने जीवों की रक्षा के लिए जहरीली तुंबडी की सब्जी खुद ही ग्रहण कर ली। मृत्यु को सामने देखकर उन्होंने संथारा ग्रहण किया और जीवों की रक्षा करके धर्मभावना का पालन किया।

लोक भावना
Lok Bhavna

Aim:

लोक भावना का अध्ययन।

To study Lok Bhavna.



Materials:

१४ राजलोक का चित्र था (मॉडल), कंचे (गोटी)

Model of 14 Raj Lok and Marble.

Procedure:

१४ राजलोक में उर्ध्वलोक, मध्यलोक और अधोलोक ऐसे ३ भाग है। इन तीनों भाग पर गोल करके, उस में कंचे फेंके।

There are 3 parts of 14 Rajlok-Urdhvalok, Madhyalok and Adholok. Circle these 3 parts and throw the marbles in it.

Observation:

किसी एक निश्चित जगह पर कंचे फेंकना मुश्किल है लेकीन अशक्य नहीं और कंचो को बोर्ड पर अनिश्चित जगह पर फेंकना आसान है।

It is difficult to throw marbles at a fix desired place but not impossible! whereas it is easy to throw the marbles in random area.

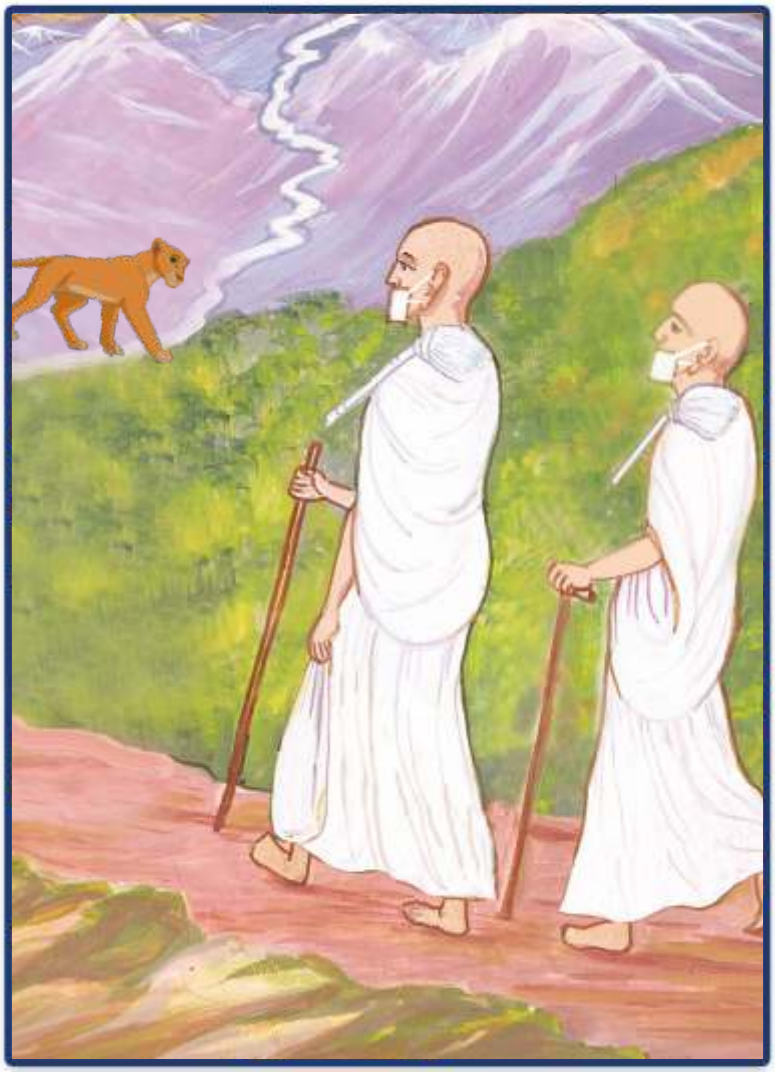
Conclusion:

१४ राजलोक के सबसे उपर मोक्ष में जाना कठिन है, लेकिन अशक्य नहीं। १४ राजलोक के चिंतन, मनन से वास्तविकता का एहसास होता है और भव भ्रमण का अंत हो सकता है।

It is difficult to reach the top of the 14 Raj Lok Moksha, but it is not impossible. Pondering upon the existence of 14 Rajlok, we get confronted with the reality and it helps us to end the cycles of birth and death.

Story Time

सुकौशल मुनि



लोक भावना

किर्तीधर राजा दीक्षा ग्रहण करते है। रानी श्रीदेवी क्रोधीत हो गई और उनको अपने पुत्र के प्रति रागमें, मनमें भय उत्पन्न हुआ की कहीं वह भी दीक्षा ग्रहण न करले। लेकीन युवा वयमें जब पुत्र और पिता मुनि का मिलन हुआ तो पुत्रने भी दीक्षा ग्रहण करली। अति क्रोधमें रानी की मृत्यु हो गई और वे तिर्यंच गतिमें माता सिंह के रुप में उत्पन्न हुई। एक दिन विहार करते हुए, दोनों मुनि का आमना सामना सिंह से हुआ। पूर्व भव के क्रोध के कारण उन्होंने दोनों मुनिको मार डाला।

आत्मभावना का सत्य समज में आ जाए तो भवभ्रमण का अंत हो जाता हैं।

बोधि दुर्लभ
Bodhi Durlabh Bhavna

Aim:

बोधि दुर्लभ भावना का अध्ययन।
To study Bodhi Durlabh Bhavna.

Materials:

बडा कटोरा, पत्थर, कंचे, मोती, अलग अलग रंग के, अनाज, किंमती हीरे
Big bowl, stone, marbles, pearls, different varieties of colourful pulses and diamond.

Procedure:

एक बडें कटोरे में सारे पत्थर, कंचे, अनाज, मोती और हीरे डाल कर बच्चों को इस में से मोती और हीरे ढुंढ के निकाल ने को कहो।
Put all the stone, marbles, pulses, pearls and diamond in the big bowl. Ask children to find diamond and pearl from this bowl.

Observation:

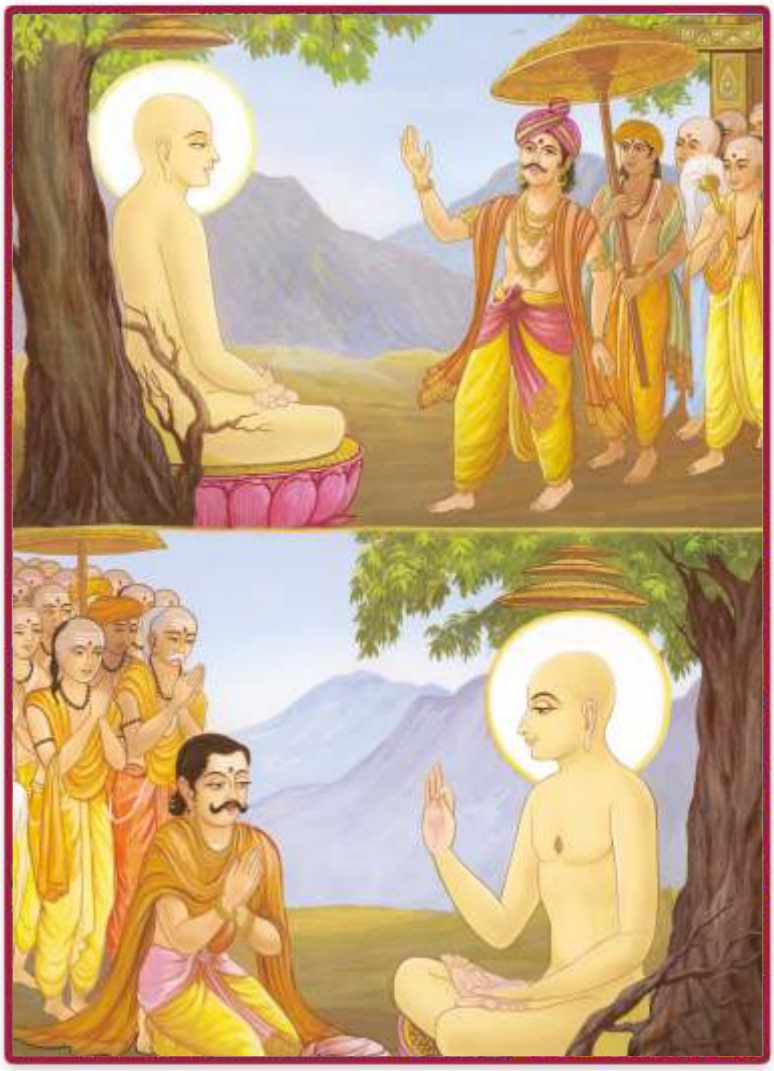
इस भरे कटोरे में हीरे और मोती ढुंढना थोडा मुश्किल है। उसके लिए थोडीसी महेनत करनी
It is difficult to find pearl and diamond from this bowl. One needs to work hard or put more efforts to find it.

Conclusion:

देव, गुरु और धर्म पर श्रद्धा, भक्ति और प्रेम जागृत होना, अत्यंत दुर्लभ है। यही प्रेम और श्रद्धा हमें सभी भव में मिले, यह भावना और प्रार्थना परमात्मा से करें।
It is very rare to have faith, divine love and Bhakti towards Dev, Guru and Dharma. we should pray to get same love and faith towards them in our future Bhav.

Story Time

इन्द्रभूति गौतम



बोधि दुर्लभ भावना

इन्द्रिभूति गौतम नामके ब्राह्मण यह सोचते थे की उनके जैसा ज्ञानी पुरुष दुसरा कोई और हैं ही नहीं! लेकीन जब उन्होंने परमात्मा महावीर की वाणी सुनने के लिए समवसरण में पधारे हुए देव लोक के देवता को देखा तब उन्हें परमात्मा महावीर के प्रति अहोभाव जागृत हुआ और वह दीक्षा अंगीकार करके गौतम स्वामी बने और उन्होंने केवलज्ञान की प्राप्ति की।

Benefits

1 Ashrav Bhavna

- Soul becomes pure
- It develops stronger/ firm belief/ trust/ faith in religion

2 Samvar Bhavna

- Having control over the 5 senses , one can achieve many super natural powers
- Inner power increases

3 Nirjara Bhavna

- Soul get purified and attains liberation
- Soul starts its journey towards supereme being

4 Dharma Bhavna

- It destroys vices and sorrows
- I bringsauspiciousness in life

Lok Bhavna

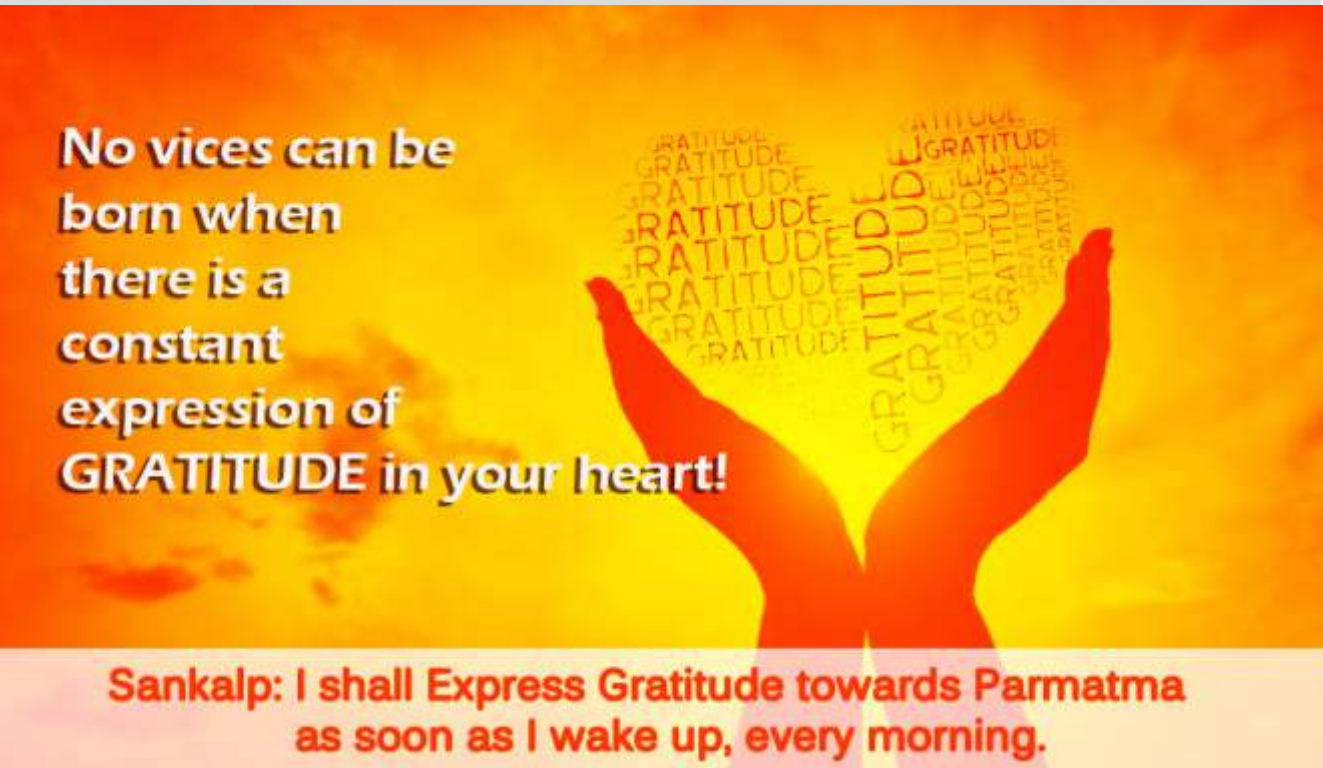
- It develops feeling of friendship towards all living beings
- Develops feelings of detachment

5

Bodi Durlabh Bhavna

- Impossible things become possible
- One understand what is right and what is wrong.

6



Sankalp: I shall Express Gratitude towards Parmatma as soon as I wake up, every morning.

NIYAM OF 6 BHAVNA

Aashrav Bhavna

I will control my 5 senses

Samvar Bhavna

I will be positive to increase my inner power.

Nirjara Bhavna

I will do sadhna tap and tyag to purify my soul.

Dharma Bhavna

I will do kanthastha of samayik and pratikraman sootra.

Lok Bhavna

I will do good deeds to get sadgati in the next birth.

Bodhi Durlabh Bhavna

I will chant "Sidha Siddhim Mam Disantu."

રાષ્ટ્રસંત પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી નમ્રમુનિ મહારાજ સાહેબનો ચાતુર્માસ પૂર્ણાહુતિ અને દીક્ષા મહોત્સવ બાદ સંભવિત વિહાર

03.02.2019 ગાદી ઉપાશ્રય નુતનીકરણ લોકાર્પણ અવસર ગોંડલ

08.02.2019 તપસમ્રાટ પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી રતિલાલજી મ.સા.ની 20th પુણ્યતિથિ અવસર - તપસમ્રાટ તીર્થધામ

10.02.2019 રાષ્ટ્રસંત પૂજ્ય ગુરુદેવ શ્રી નમ્રમુનિ મ.સા.ની. 28th દીક્ષા જયંતિ અવસર - રાજકોટ

વધુ માહિતી માટે સંપર્ક : +91-6359909090

Solve the riddle and write the name of Bhavna

(* Hint: Answers are given in Jumbled words)

1. I help you to reap gyan, Divine love for religion comes from me...
   To faith in God and Guru increases of me.... who am I?

   RUDALHB HIDOB

2. 5 Senses are entrance gate of Karmas I help you to avoid sins,
   Your inner happiness increases... who am I?

   VAHSRA

3. Feeling of "Live and Let other's live" increases.
   Once attachment decreases, I am hidden clue in 14 Rajlok

   OKL

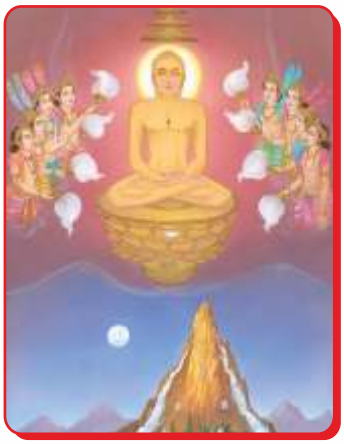
Registered with Registrar of Newspapers under RNI No. MAH MUL/2011/40056
Vol.: 12, Issue: 12, Date:.25.01.2019, Postal Registration No. MNE/171/2018-20.
Date of Posting / Date of Publication 10th & 25th of every month.
License to post without prepayment, WPP license No. MR/Tech/WPP-273/NE/2018.
Look N Learn - Posted at Mumbai patrika channel sorting office Mumbai -1

भक्तामर गाथा

कुन्दावदात-चलचामर-चारुशोभं, विभ्राजते तव वपुः कलधौतकान्तम्।
उद्यच्छशांक-शुचिनिर्झर-वारिधार-, मुच्चैस्तटं सुर गिरेरिव शातकौम्भम्।।३०।।

अर्थ

कुन्द के पुष्प के समान धवल चँवरों के द्वारा सुन्दर है शोभा जिसकी, ऐसा आपका स्वर्ण के समान सुन्दर शरीर, सुमेरुपर्वत, जिस पर चन्द्रमा के समान उज्जवल झरने की जल धारा बह रही है, स्वर्ण निर्मित ऊँचे तट की तरह शोभायमान हो रहा है।



शब्दार्थ

कुन्दावदात	: कुन्द के पुष्प के समान निर्मल श्वेत	कलधौत	: स्वर्ण के समान
		कांतम्	: कांती वाला
चल-चामर	: हिलते हुए चावर की	उद्यच्छशांक	: उदय होते हुए चंद्रमा के समान
चारु-शोभं	: सुंदर शोभा से युक्त	शुचि-निर्झर	: निर्मल झरनों की
		वारि-धारमु	: जलधारा से युक्त
विभ्राजते	: शोभायमान हो रहा है	उच्चैस्तटं	: उँचे तट के
		सुर-गिरे	: सुमेरु पर्वत के
तव	: आपका	इव	: समान
वपुः	: शरीर	शात-कौम्भम्	: सुवर्णमयी

चामर प्रतिहार्य काव्य

Publisher, Printer and Owner Ashok R. Sheth, Printed at : Accurate Graphics Pvt. Ltd.,
15-A, Samrat Mill Compound, L.B.S Marg, Vikhroli (W), Mumbai - 400 079.
Publish at Mumbai : 20, Vanik Nivas, Kama Lane, Ghatkopar (W), Mumbai - 86. Editor : Ashok R. Sheth